Un livre pratique et utile

- destiné aux **parents attentifs** qui connaissent le potentiel addictif des écrans et veulent élargir leur palette **d'idées concrètes** pour maintenir la cohésion familiale et préserver le développement sur le long terme de leurs enfants et adolescents. La lecture est **l'antidote aux écrans**. Mais comment susciter le goût de lire ? Ce livre nourri par de nombreux témoignages allie **prévention et solutions pratiques** pour échapper aux fausses solutions préconisées par la méthode "3-6-9-12".

- Pour les **grands-parents** qui ne veulent pas baisser les bras face à un phénomène qu'ils observent et déplorent ;

- Pour les **professionnels de la santé** de l'enfant désireux de proposer à leur patientèle des **conseils efficaces** ;

- Pour les **jeunes eux-mêmes**, qui souhaitent conserver ou retrouver leur autonomie et leur **liberté face aux écrans**.

www.santepublique-editions.fr ☞

J'aide mes enfants
à décrocher des écrans
Raisons et moyens d'agir
Guide pratique pour les parents et grands-parents

Si, comme de nombreux parents et grands-parents, vous vous inquiétez de voir vos enfants et / ou adolescents assis de longues heures devant un écran, ce livre est pour vous.

Happés de plus en plus tôt par les jeux vidéos ou le visionnage de séries en continu, nos jeunes sont en danger. Face à ces nouvelles formes d'addiction, comment intervenir ? Quand ? Qui est le mieux placé pour le faire ? Pourquoi la recommandation officielle "3-6-9-12" est-elle vouée à l'échec ?

Ce livre très documenté répond à ces questions et à bien d'autres. Il propose aux parents et aux grands-parents une méthode et des conseils basés sur des faits scientifiques et inspirés par l'expérience et les témoignages de parents.

Facile à lire en une heure trente, ce livre s'adresse également aux jeunes parents qui ne se croient pas encore concernés, mais seraient bien avisés de s'informer dès maintenant pour éviter préventivement le piège des écrans.

Journaliste scientifique indépendante, Annie Lobé enquête depuis 2001 sur les champs électromagnétiques. Ses articles sur les effets nocifs des téléphones portables et des antennes-relais ont été publiés dans *Sciences et Avenir, Notre Temps, Questions de femmes, Le Généraliste, Village Magazine, Nexus, Monsieur* et *Tribune Santé*.

ISBN 978-2-9166-5303-7

12 € TTC

www.santepublique-editions.fr

La méthode est efficacement complétée par des vidéos en libre accès :

- **"Le Film qu'Orange ne veut pas que vous regardiez" (2 minutes)**
- **Alerte "Jouets à piles"**
- **Visualisation des ondes émises par les tablettes, ordinateurs, *smartphones***
- **Comment les champs électro-magnétiques favorisent le cancer**
- **Les avis et alertes des professionnels**
- **Message pour les 12-22 ans…**

15/03/2026

À voir sur : **www.santepublique-editions.fr**

www.santepublique-editions.fr

Bon de commande

À retourner à : **SantéPublique éditions** • 2, boulevard Vauban • 66210 MONT-LOUIS

Titres		P. U. TTC €	Quantité	Total €
J'aide mes enfants à décrocher des écrans	Livre broché	12	.....	.....
Les jeunes et le portable	Livre broché	10	.....	.....
Les jeunes et le portable	Livre audio sur double CD	18	.....	.....
Téléphone portable… se protéger	E-Book	*Lecture gratuite en ligne offerte pour toute commande*		
La fée électricité	Livre	20	.....	.....
Le danger des antennes-relais	CD Rom	21	.....	.....
Le Conseil de la Naturo	Dossier relié au format A4	16	.....	.....
Ampoules basse consommation	Dossier A4	13	.....	.....
Mécanisme d'action des ondes	Dossier A4	19	.....	.....
Dossier « Téléphonie mobile »	Dossier A4	17	.....	.....
Santé publique : les leçons de l'Histoire	Dossier A4	14	.....	.....
Nucléaire : Fukushima, et après ?	Dossier A4	35	.....	.....
Le coût d'État des gadgets sans fil	Dossier A4	15	.....	.....
La mélatonine et le sommeil	CD audio	9,50	.....	.....
La surveillance par les portables	CD audio	9,50	.....	.....

J'ajoute les frais de port :*..... *TOTAL incluant les frais de port :*.....€

Livre "Les jeunes" et "J'aide mes enfants…"
♡ : **3,50 €** ***quelle que soit la quantité commandée***
Envoi en Lettre Verte ou Colissimo

Livre "Fée" et Dossiers A4
♡ ***5 € quelle que soit la quantité commandée***
Envoi en Lettre Verte ou Colissimo

CD audio et livre audio
♡ ***Forfait de 2 € pour le port.***
♡ *Port gratuit si commande conjointe de livre ou de dossier.*

CD Rom : Envoi en lettre recommandée : **5** € (joindre le bon de commande spécifique dûment complété, téléchargeable sur le site)

**** Port gratuit pour toute commande à partir de 6 articles***

NOM..... **Prénom** .....
Raison sociale..... **Email** .....
Adresse .....
Code postal..... **VILLE**.....

❑ Je règle ma commande par chèque ci-joint d'un montant de …… euros à l'ordre de **SantéPublique éditions**. **Commande en ligne : voir le site**

❑ Je souhaite recevoir une facture ❑ Je souhaite être informé(e) de vos prochaines parutions

Date : Signature :

**** Conditions générales de vente sur le site Internet*** *www.santepublique-editions.fr*

SARL • R C S PERPIGNAN 490 228 384 • SIRET 490 228 384 00023 • TVA INTRACOMMUNAUTAIRE FR 70 490 228 384.

Vidéos en libre accès : santepublique-editions.fr

Le Film qu'Orange ne veut pas que vous regardiez

Message pour les 12-22 ans

Alerte sur les jouets à piles

Comment les champs électromagnétiques favorisent le cancer et comment s'en protéger

Visualisez les ondes émises par les tablettes

Salves de micro-ondes du smartphone quand on fait défiler l'écran