

Mortels, les réseaux sociaux

Les réseaux peuvent mener au suicide

Les personnes qui souffrent de cyberharcèlement peuvent tomber en dépression et sombrer dans le silence. Dans les pires des cas, cela peut même mener au suicide, notamment chez les jeunes.

BBTM

page 6

La dopamine, dangereuse ?

Accro aux réseaux sociaux ? Normal !

Les réseaux sociaux sont conçus pour nous rendre accros en stimulant le cycle de dopamine dans notre cerveau. Mais au fait, qu'est-ce que la dopamine ? Nos explications sur ce curieux phénomène.

BBTM

page 8

Un peu trop tôt pour les écrans ?

De nos jours 46% des enfants de 6-10 ans sont équipés d'un écran



Les enfants de cette génération sont beaucoup sur leur smartphone, avec des risques de fatigue et de désocialisation. Mais comment faire pour résister à ces risques ? Découvrez notre reportage.

BBTM, Photo : Shutterstock/Uvarov Stanislav

pages 2-3

Quand les écrans nous mettent en danger

Le téléphone détruit notre vision, notre mémoire, et nous crée même une addiction

Saviez-vous que l'écran bleu du téléphone représente un véritable danger ? En effet, il génère une diminution de nos heures de sommeil et détruit également petit à petit notre acuité visuelle !

En regardant des vidéos courtes sur les applications TikTok, Instagram, etc., notre cerveau stocke dans sa mémoire de multiples images qui détériorent son état ; c'est le fameux « Brain rot ».

Aujourd'hui, 75% des Suisses utilisent les réseaux sociaux au quotidien. Ils sont donc omniprésents et peuvent créer une véritable addiction. Ce pourcentage est encore plus élevé chez les jeunes.

Découvrez des témoignages ainsi que l'avis de plusieurs spécialistes en lisant le reportage complet de la rédaction dédié aux dangers des écrans aux pages 4 et 5.

BBTM



Le monde des médias sociaux ne cesse de s'agrandir de jour en jour.

page 10



Face aux défis dangereux, comment agir avant qu'il ne soit trop tard ?

page 12



Le nouveau défi sur TikTok : le « paracétamol challenge » et ses dangers.

page 14