

APPELS À L'ACTION



Qu'est-ce qu'un appel à l'action?

Un appel à l'action encourage les membres de ton public à apporter un changement ou à mieux faire quelque chose. Dans ce cas, on veut trouver une manière équilibrée d'utiliser la technologie numérique. Comment les gens peuvent-ils passer à l'action?

Voici quelques exemples :

- Appel à l'action direct : « Fixe des moments où tu n'utiliseras pas d'écrans. »
- Appel à l'action plus subtil : « Réduis ton temps d'écran pour vivre pleinement! »

Ces phrases encouragent les gens à réfléchir à leurs habitudes numériques et à faire des choix positifs.

APPELS À L'ACTION

Inclus un des appels à l'action ci-dessous dans ta vidéo :

- Tu contrôles ton utilisation de la technologie - ne la laisse pas te contrôler!
- Fixe-toi des limites et reste maître de ton temps d'écran.
- Mets ton téléphone de côté et vis ta vie! Reste connecté à ce qui compte vraiment.
- Ne laisse pas les écrans gruger ton temps. L'équilibre donne le pouvoir!
- Crée des souvenirs, pas juste des publications. Trouve ton équilibre!
- Ta santé > ton fil! - Accorde la priorité à ton bien-être plutôt que de faire défiler les écrans sans fin.
- Mets les écrans de côté pour te recharger. Tu dormiras mieux.
- Moins d'écrans pour vivre pleinement! Connecte-toi de façon consciente, pas simplement par automatisme.
- Déconnecte-toi pour mieux te connecter aux autres! Lâche ton cell et profite-en pour passer du temps avec tes proches.
- La technologie nous unit, mais elle ne nous définit pas. Reprends le contrôle de ton temps!
- Réduis ton temps d'écran pour vivre pleinement!
- Prévois des périodes sans écran pendant les repas, les soirées de jeu et les trajets en voiture. Les plus beaux souvenirs ne se créent pas sur nos écrans, mais avec nos proches!
- Fais de ta chambre et de la salle à manger des zones sans écrans. Une pause numérique peut te rapprocher de tes amis et de ta famille!
- Utilise les écrans intelligemment, sois sympa - deviens un citoyen numérique responsable!
- Pense avant de publier. Ton empreinte digitale dure à tout jamais!
- Ne sois pas un internaute agressif : si tu ne le dirais pas en personne, ne le dis pas en ligne.