cyberminimalisme

Livre

Auteur(s) : Mauvilly, Karine (Auteur)
Titre(s) : Cyberminimalisme : face au tout-numérique, reconquérir du temps, de la liberté et du bien-être / Karine Mauvilly.
Editeur(s) : Paris : Seuil, 2019.
Collection(s) : (Anthropocène).
Autres : 1 vol. (226 p.) . 19 x 14 cm
Résumé : Une critique de la colonisation de l'existence par les terminaux et les médias numériques, vecteurs d'un projet de société inquiétant du point de vue environnemental, social et humain. L'auteure préconise un mode de vie moins connecté à travers sept principes permettant de reprendre le contrôle de sa vie et de recouvrer liberté, bien-être et sociabilité.
Sujet(s) : Société numérique ;Médias numériques ;Simplicité volontaire

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	303.48 MAU	Prêt normal	Disponible	Plérin
La doc	Actualités et société	303.48 MAU	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux