

# Consultations surexposition écrans Comment faire?

Voici les différents contacts des membres de COSE qui assurent des consultations surexposition écrans ainsi que d'autres personnes formées à cette spécialité.

D'autres organismes répandus sur tout le territoire français proposent des prises en charge à partir de 11 ou 12 ans sous forme de « consultation jeune consommateur » (CJC).

Ces consultations sont gratuites et non sectorisées.

En cherchant avec le mot clé « CSAPA » et votre département vous devriez trouver assez facilement le lieu dédié. Le CSAPA (centre d'accompagnement et de prévention) peut se situer dans un hôpital, dans un CMP, dans un centre de santé ...

Tous ces contacts sont pour les mineurs et leur famille qui rencontrent des difficultés avec l'[utilisation des écrans](#) (jeux vidéos, réseaux sociaux ...) ou lorsque l'écrantomètre montre une situation problématique ou toxique.

[En cliquant ici vous retrouverez les coordonnées](#)