

# GUIDE HUMORISTIQUE ET DÉCALÉ POUR DÉVELOPPER LA PENSÉE CRITIQUE



## 1. MANGE DES INFOS COMME TU MANGES TES LÉGUMES : AVEC ÉQUILIBRE ET DIVERSITÉ !

**Astuce :** Ne te contente pas d'une seule source d'information. Croise les données comme tu croises les saveurs dans une salade composée.

**Humour :** Si une info te semble trop belle pour être vraie, c'est peut-être une "fake news" déguisée en dessert.

## 3. FAIS CONFIANCE AUX PROS, PAS AUX "INFLUENCEURS DU DIMANCHE"

**Astuce :** Les médecins, diététiciens et scientifiques sont tes meilleurs alliés. Certains influenceurs peuvent partager de bonnes idées, mais pour les informations scientifiques, mieux vaut toujours vérifier auprès de pros.

**Humour :** Parfois, mieux vaut demander à un spécialiste : même Google apprécie un peu d'aide humaine pour répondre correctement.



## 6. L'IA, C'EST BIEN, MAIS TON CERVEAU, C'EST MIEUX

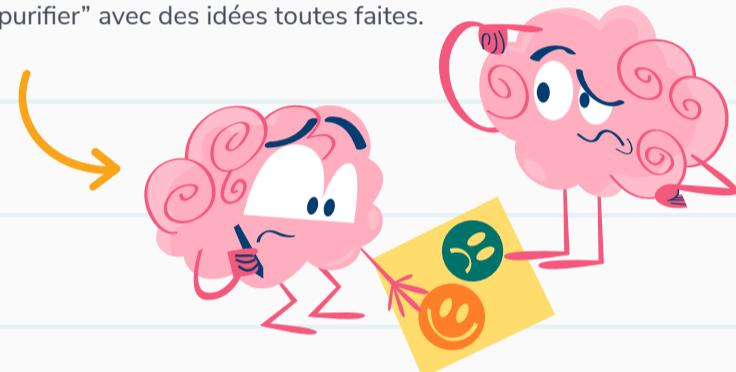
**Astuce :** Utilise l'IA pour t'informer, mais garde ton esprit critique en mode "ON". Même les robots peuvent se tromper.

**Humour :** Si ChatGPT te dit que les licornes existent, demande-lui ses sources.

## 2. DÉTOXIFIE TON ESPRIT

**Astuce :** Une "cure détox" pour l'organisme ? 58% des Français y croient, mais ton foie n'a pas besoin de jus de céleri pour faire son job. Applique la même logique à tes croyances : nettoye-les avec des faits, pas des mythes.

**Humour :** ton cerveau n'est pas un smoothie, inutile de le "purifier" avec des idées toutes faites.



## 4. SCANNE LES INFOS COMME ON SCANNE LES ÉTIQUETTES

**Astuce :** Comme pour tes courses, vérifie les ingrédients des infos que tu consommes. Une info sans source, c'est comme un plat sans étiquette : suspect.

**Humour :** Si une info a plus d'additifs qu'un soda, passe ton chemin.

## 5. FAIS DE LA SCIENCE TA MEILLEURE AMIE

**Astuce :** 78% des Français font confiance à une affirmation validée scientifiquement. Rejoins le club et laisse la science éclairer tes choix ! Elle ne t'évitera pas tous les détours, mais elle t'évitera de te perdre complètement.

## 7. FAIS CONFIANCE À TON BON SENS

**Astuce :** les 3/4 des Français font confiance à leur entourage. C'est bien, mais vérifie quand même si ton cousin Gérard est vraiment expert en nutrition.

**Humour :** Si Gérard te dit que le chocolat est un légume, méfie-toi. Même si ça t'arrange.