

## Diètes déguisées: 3 conseils pour faire le ménage de ses réseaux sociaux



@groupeequilibre

S'abonner



### Faire du tri dans les pages et comptes que vous suivez :

- S'abonner à des pages et comptes qui véhiculent des messages bienveillants à leur communauté sur la diversité corporelle.
- Se désabonner des pages et comptes faisant la promotion de diètes ou valorisant la perte de poids.

@groupeequilibre

Célébrons notre corps  
pour tout ce qu'il nous  
permet d'accomplir.

@groupeequilibre



### Influencer le contenu de son fil d'actualité

En interagissant régulièrement avec les contenus qui vous font du bien, vous influencez progressivement les algorithmes pour les faire apparaître plus souvent dans votre fil d'actualité.

@groupeequilibre



### Masquer les publicités sponsorisées

Vous pouvez masquer ou signaler les publicités de diètes. Ainsi vous augmentez vos chances de ne plus être ciblé.e par ce type de contenu.

@groupeequilibre