



Le Data Detox Kit a été conçu fin 2017 par deux structures à buts non lucratifs : la [Fondation Mozilla](#) et le [Tactical Technology Collective](#).

La première version du kit est d'abord sortie en version papier en 2016 sous la forme de feuillets pour l'exposition [The Glass Room Experience](#) du collectif berlinois Tactical Tech.

Tout comme sa version papier, la version web du programme vous propose une cure d'"amaigrissement numérique" en 8 étapes. En moins d'une demi-heure par jour, vous serez sur de bons rails pour avoir un bien meilleur maîtrise de votre moi numérique. Navigateurs, applications, traqueurs, réseaux sociaux, paramétrage de vos comptes. de nombreux conseils pour reprendre le contrôle de votre vie numérique !