JEUX VIDEO

NOS CONSEILS

Respecter les recommandations de PEGI (système européen de classification des jeux par âge) afin d'éviter les contenus violents et choquants.

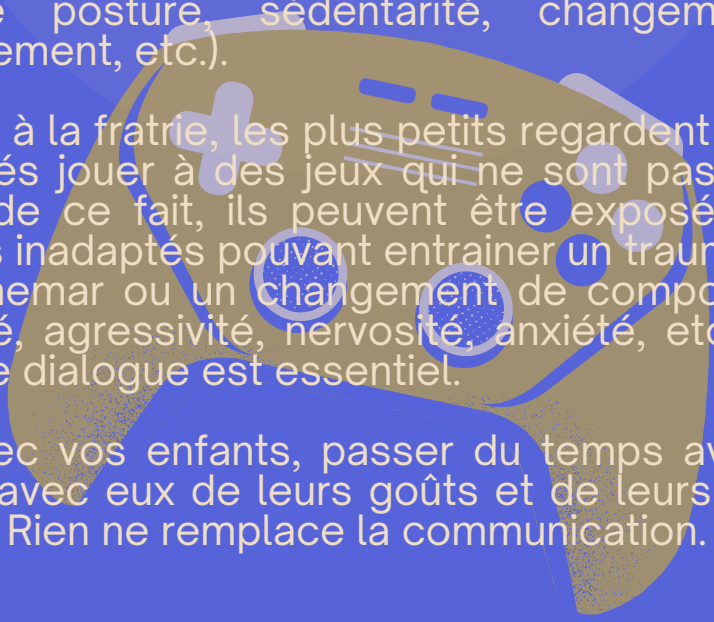
Paramétrer un contrôle parental, la plupart sont gratuits, pour protéger votre enfant (limitation du temps d'écran, contenus inappropriés, jeux non adaptés, achats intégrés...). Toutes les consoles de jeux possèdent leur propre contrôle parental.

Soyez vigilants aux jeux en ligne : certains adultes se font passer pour de jeunes enfants afin d'obtenir des informations personnelles, voire de proposer une rencontre.

Passer trop de temps sur les jeux vidéo favorise l'addiction et peut entraîner des conséquences sur la santé (isolement, troubles du sommeil et de la vision, mauvaise posture, sédentarité, changement de comportement, etc.).

Attention à la fratrie, les plus petits regardent souvent leurs ainés jouer à des jeux qui ne sont pas de leur âge, et de ce fait, ils peuvent être exposés à des contenus inadaptés pouvant entrainer un traumatisme, un cauchemar ou un changement de comportement (irritabilité, agressivité, nervosité, anxiété, etc.). Dans ce cas, le dialogue est essentiel.

Jouer avec vos enfants, passer du temps avec eux, discuter avec eux de leurs goûts et de leurs centres d'intérêt. Rien ne remplace la communication.



RÉSEAUX SOCIAUX

Les réseaux sociaux restent interdit au moins de **13 ans !**

En-dessous de cet âge, votre l'enfant l'utilise à ses risques et péril, des contenus pour adultes étant très facilement accessibles. Même si votre enfant ne poste rien, il peut être en danger.

L'utilisation des réseaux sociaux à partir de 13 ans doit être encadrée par les parents pour limiter :

- la surexposition de la vie privée de votre enfant et de son image
- la participation à des challenges/défis dangereux
- la mise en relation entre votre enfant et des adultes malveillants ou même avec des influenceurs qui poussent à la surconsommation et parfois à des arnaques

Les RS favorisent la recherche de popularité (courses aux likes) et entraine une baisse de l'estime de soi, notamment via les commentaires haineux ou malveillants et parfois un état dépressif.

NUMÉROS UTILES

net ecoute 3018
Soutenu par l'Union européenne

Jeune j'Ecoute
+377 93 50 09 09

NON AU HARCÈLEMENT
Numéro d'appel national
3020

filsantéjeunes
Pouvoir en parler
0800 235 236
Appel confidentiel, anonyme et gratuit

mais aussi en Principauté de Monaco
(+377) 93 15 30 15
(demander la brigade des mineurs)

Enfants en danger ?
Parents en difficulté ?
Le mieux, c'est d'en parler !
119
Besoin d'aide ?
24/7
www.allo119.gouv.fr

Action Innocence Monaco | aimc
Action Innocence Monaco · www.actioninnocencemonaco.com
"Le Continental A" · Place des Moulins · MC 98000 Monaco
Tél. +377 97 77 51 11 · Fax +377 97 77 51 11 · E-mail : info@aimc.mc