

RÉSEAUX SOCIAUX ET JEUX VIDÉO

INFORMATIONS PERSONNELLES

- *Nom, prénom, photo, âge, adresse, école, lieux fréquentés régulièrement : ne pas les utiliser dans ton adresse email, pseudo, mot de passe.*
- *Ne pas rencontrer une personne contactée sur Internet sans en informer un adulte, on ne sait jamais qui est derrière l'écran.*



TEMPS D'UTILISATION DES ECRANS

- *Penser à sa santé : utiliser trop longtemps les écrans peut poser des problèmes au corps et aux yeux.*
- *Prévoir du temps sans écran le week-end pour jouer avec amis, frères et sœurs, parents et faire des activités physiques.*
- *Prévoir dans la journée au moins 2h de temps libre sans écran, en dehors de l'école et surtout stopper tous les écrans au moins 1h avant de se coucher.*

RESPECT EN LIGNE

- *Personne n'est anonyme sur Internet, même caché derrière un téléphone ou un écran.*
- *Respecter le droit à l'image : il est interdit de publier la photo de quelqu'un sans son autorisation et si la personne est mineure, il faut aussi l'autorisation de ses 2 parents.*
- *Avant d'écrire ou de commenter sur les réseaux sociaux, se demander si on dirait la même chose à cette personne en face à face.*



RESEAUX SOCIAUX & GEOLOCALISATION

Ta vie privée doit rester privée.

- *Tout ce que l'on publie sur Internet reste enregistré à vie !*
- *Toutes les applications ne sont pas adaptées aux enfants, se renseigner avant de les télécharger.*
- *Dans les paramètres de confidentialité, mets ton profil en mode privé.*
- *Désactiver la localisation qui est activée par défaut.*
- *La géolocalisation permet d'en connaître beaucoup sur tes déplacements, ne pas en donner l'accès à n'importe qui.*
- *Le contrôle parental n'est pas conçu pour t'espionner mais pour te protéger.*

RÉSEAUX SOCIAUX ET JEUX VIDÉO

NORME PEGI

- *Respecte les recommandations PEGI pour les jeux vidéo afin de ne pas être confronté à des contenus non adaptés pour ton âge.*



PSEUDO/AVATAR

- *Crée un pseudo et un avatar qui ne mentionnent pas ton nom, ton âge et ton adresse. Certaines personnes mal intentionnées cherchent à connaître ce genre d'informations.*

NUMÉROS UTILES GRATUITS



Gratuit, anonyme et confidentiel, le 3018 est le numéro national pour les victimes de violences numériques. C'est le point d'entrée unique pour signaler toute situation de harcèlement et assurer une prise en charge globale et rapide de la victime. Le 3018 dispose également d'une capacité d'intervention unique lui permettant, via une procédure de signalement accélérée, d'obtenir en quelques heures, à la demande des jeunes victimes ou de leur responsable, la suppression de contenus ou de comptes illégaux qui leur porteraient préjudice sur les réseaux sociaux.



Le 3020 est un numéro d'écoute et de prise en charge au service des familles et des victimes pour signaler les situations de harcèlement entre élèves.



Le 119 est le numéro d'appel national de l'enfance en danger. Il est ouvert 24h/24, 7 jours/7 et gratuit. Au bout du fil, les écoutants sont des professionnels de la protection de l'enfance, formés pour écouter, accompagner et agir. Appel anonyme.



Le 0800 235 236 te permet de te confier, d'obtenir des informations et/ou des conseils de la part d'un.e de nos écoutant.e.s, et éventuellement d'être orienté.e vers une structure près de chez toi. L'idée, c'est de te permettre de mieux comprendre tes difficultés, de t'aider à prendre du recul, d'explorer des pistes auxquelles tu n'avais pas forcément pensé et d'identifier les ressources à ta disposition. Appel anonyme.

**En Principauté de Monaco composer le
(+377) 93 15 30 15 et demander la Brigade des
mineurs**

Jeune j'Ecoute +377 93 50 09 09