

SAFER INTERNET DAY 2024

Connectés,  
engagés ...

et toi ?



# Être responsable en ligne

## Pour soi, les autres et la planète



Réalisé par **TRALALERE** pour



Programme national de sensibilisation des jeunes au numérique de la



# On (re)découvre la responsabilité en ligne

Ce qu'on regarde, ce qu'on like,  
ce qu'on dit... tout ce qu'on fait  
en ligne engage notre responsabilité :  
pour nous, pour les autres et pour  
la planète. Même quand on est un enfant !



La bonne nouvelle, c'est qu'on a tous le pouvoir d'agir  
pour faire d'Internet **un espace positif et sécurisé !**  
Quiz, vidéos et activités... Ce guide vous invite à explorer  
en famille tous les bons réflexes à adopter pour devenir  
**un internaute engagé et responsable** en ligne !

**Mais alors, être responsable en ligne,  
qu'est-ce que ça signifie ?**

Parmi les thématiques suivantes, lesquelles vous semblent les plus importantes ?

- Protéger les données personnelles de ma famille.
- Faire durer mes écrans au maximum.
- Vérifier les informations que je croise en ligne.
- Accompagner mon enfant sur les écrans et le choix des contenus.
- Prévenir le cyberharcèlement et y réagir.
- Limiter l'impact environnemental des écrans de mon foyer.
- Respecter la vie privée des autres.
- Privilégier les écrans reconditionnés.
- Signaler les contenus illicites en ligne.



## Et pour votre enfant ?

- Équilibrer mon temps d'écran.
- Protéger mes informations personnelles.
- Faire durer mes écrans le plus longtemps possible.
- Vérifier les informations que je trouve sur Internet.
- Regarder du contenu adapté à mon âge.
- Faire attention à ce que je dis et partage en ligne.
- Recycler mes appareils numériques.
- Signaler les contenus et comportements violents en ligne.
- Demander un appareil d'occasion plutôt qu'un neuf.

# Adoptez 3 engagements en famille pour être responsable en ligne

## > Pour soi

### On dompte nos algorithmes !



En maîtrisant sa vie en ligne, son identité numérique et ses usages des écrans.

## > Pour les autres

### Les Goat, c'est nous !



En respectant les autres et leur vie privée.

## > Pour la planète

### Notre impact, on gère !



En limitant l'impact environnemental de ses usages du numérique.

# On dompte nos algorithmes !



## 1 On fait le point

Être responsable pour soi, ça signifie savoir maîtriser sa vie en ligne ! Pour y arriver, on dompte ses algorithmes, c'est-à-dire qu'on fait attention à ses usages des écrans et aux informations laissées sur Internet, qui influencent le contenu qui va nous être proposé. **Comment ?** En équilibrant son temps d'écran, en protégeant ses données personnelles et en choisissant des contenus fiables et adaptés à son âge.

## 3 On s'engage

### Ma checklist de parent :

- Je définis un cadre d'utilisation des écrans avec mon enfant.
- Je m'aide d'un contrôle parental pour garantir à mon enfant un espace numérique adapté à son âge.
- Je m'appuie sur le PEGI pour choisir les jeux vidéo adaptés à mon enfant.

### Ma checklist d'enfant :

- Je fais des activités numériques adaptées à mon âge et je les choisis avec mes parents.
- Je ne partage pas mes informations à des inconnus.
- J'éteins les écrans au moins 1h avant d'aller dormir !

## 2 On explore

### Pour les parents



2 min



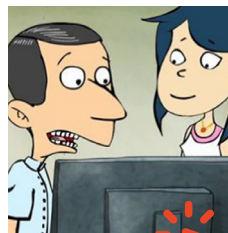
Des conseils concrets pour aider votre enfant à gérer son temps d'écran.



### À regarder ensemble



2 min



Comprendre les traces laissées en ligne et la façon dont elles sont utilisées.



**Pour rappel, un enfant de moins de 13 ans n'a pas l'âge légal** pour être sur les réseaux sociaux ! Et jusqu'à ses 15 ans, il doit vous demander l'autorisation pour y être.

# Les Goat, c'est nous !



## 1 On fait le point

Être responsable pour les autres, ça signifie être un utilisateur respectueux et bienveillant ! Pour être le/la GOAT, le/la Greatest Of All Time du numérique, on fait attention à ce qu'on dit et à ce qu'on partage sur Internet. On garde en tête que nos actions en ligne ont des conséquences sur la vie hors ligne.

## 3 On s'engage

### Ma checklist de parent :

- J'évite de partager des photos de mon enfant sur les réseaux sociaux.
- Je reste ouvert à la discussion, au moindre signe de changement de comportement.
- J'ai en tête les contacts utiles pour signaler la violence en ligne : le numéro 3018 et la plateforme [pointdecontact.net](https://pointdecontact.net)

### Ma checklist d'enfant :

- Je ne partage pas de photos des autres sans leur accord.
- Je parle à mes parents si je suis témoin ou victime de violence en ligne.
- Je n'hésite pas à bloquer les personnes malveillantes.

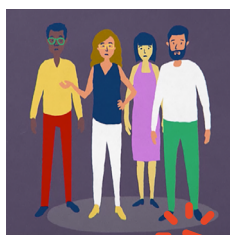


## 2 On explore

### Pour les parents



2 min



Comment parler du harcèlement avec son enfant.



### À faire ensemble



Une activité interactive pour apprendre à respecter la vie privée en ligne.



# Notre impact : on gère !



## 1 On fait le point

Être responsable pour la planète, ça signifie limiter au maximum l'impact écologique des écrans. Pour gérer cet impact, on peut mettre en place des gestes au quotidien pour bien choisir et faire durer ses appareils, et les utiliser autrement.

## 3 On s'engage

### Ma checklist de parent :

- Je privilégie les appareils reconditionnés ou d'occasion en cas d'achat.
- J'utilise le Wifi plutôt que les données mobiles sur mon téléphone.
- J'adopte des éco-gestes au quotidien, comme éteindre mes appareils plutôt que de les mettre en veille.

### Ma checklist d'enfant :

- J'utilise le Wifi plutôt que la 4G/5G pour regarder des vidéos.
- Je prends soin des écrans que j'utilise pour les garder le plus longtemps possible.
- Je fais attention à bien éteindre mes appareils.

## 2 On explore

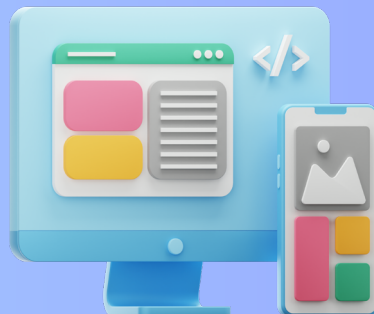
### À regarder ensemble



Une vidéo sur l'impact environnemental du streaming et comme le limiter + une fiche famille pour en discuter.



# On va plus loin...



## Des ressources à consulter en famille pour approfondir les sujets !



### On dompte nos algorithmes !

#### **FamiNum.com**

Le site pour vous aider à mettre en place un cadre d'utilisation des écrans et choisir ses bonnes pratiques numériques en famille.

#### **Le livret Protégez la vie privée de vos enfants de la CNIL**

Des informations et conseils pratiques pour aborder le sujet de la protection des données avec votre enfant.

#### **Le cyberguide famille de Cybermalveillance**

10 recommandations à mettre en oeuvre face aux risques cyber : mots de passe, sauvegardes, mises à jour, piratage de compte...



### Les Goat, c'est nous !

#### **Mon premier téléphone**

Une plateforme en ligne pour vous aider à accompagner votre enfant de 8 à 12 ans dans l'utilisation de son premier téléphone.

#### **Cyberharcèlement : 5 conseils pour protéger les enfants**

Des conseils clés à transmettre aux enfants pour prévenir les situations de violence en ligne.

#### **Guide Internet : comment protéger et accompagner votre enfant**

Des conseils par âge et de bons réflexes pour prévenir les risques.



### Notre impact : on gère !

#### **Mon empreinte smartphone**

Une application pour mieux saisir l'impact de vos usages numériques sur l'environnement et adopter une consommation plus responsable.

#### **Bien vivre le digital**

Des articles avec des conseils afin de protéger la planète en adoptant les bons gestes pour limiter son impact environnemental.

# Contacts utiles



Le programme national de sensibilisation au numérique pour les jeunes, leurs parents et enseignants.



Le numéro pour les jeunes victimes de harcèlement et de violences numériques.



La plateforme de signalement anonyme des contenus illicites sur Internet.