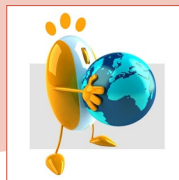




# Billet santé du mois présenté par Nadège



7 février

## Journée mondiale pour un Internet plus sûr

La journée mondiale pour un Internet plus sûr (Safer Internet Day) a été initiée en 2004 par la Commission européenne. Célébrée dans plus de 100 pays, elle a pour objectif de promouvoir une utilisation responsable des technologies de l'information et de la communication (TIC) telles qu'Internet et le GSM auprès des enfants et des adolescents.

### Quelques chiffres :

Internet fait partie intégrante de la vie des jeunes. En 2009 déjà, 8 jeunes sur 10 (âgés de 10 à 17 ans) surfaient quotidiennement sur le web<sup>1</sup> que ce soit pour faire leurs devoirs, communiquer, jouer, regarder des vidéos, télécharger, utiliser les réseaux sociaux et leur GSM/smartphone. Actuellement, on est sans doute proche des 100%. La plupart des jeunes utilisent Internet principalement pour communiquer (notamment via les réseaux sociaux – 88,2% des jeunes ont un profil sur un ou plusieurs réseaux sociaux<sup>2</sup>) et se détendre (via les jeux en ligne).

### Quelques conseils pour que votre enfant navigue sur Internet en toute sécurité :

- **Engagez un dialogue avec votre enfant** : évoquez avec lui ce qu'il fait sur Internet, ce qu'il y découvre, les sites qu'il aime, vos propres expériences... En cas de nécessité, il s'adressera plus facilement à vous en priorité. Expliquez-lui ce qui ne vous semble pas acceptable et en quoi vous désapprouvez certains contenus.

<sup>1</sup> « Jeunes et nouvelles technologie », CRIOC, février 2009

<sup>2</sup> « L'usage compulsif d'Internet chez les adolescents », Projet CLICK, 2013

- **Passez de bons moments en famille sur Internet** : interagissez avec votre enfant en ligne, jouez ensemble aux jeux qu'il apprécie, regardez les clips qu'il aime... De cette manière, vous serez plus à même d'établir des règles qui ont du sens car vous connaîtrez les sites qu'il utilise.
- **Évitez de laisser un jeune enfant seul devant l'écran** : placer l'ordinateur dans une pièce de vie commune vous permettra de garder un œil sur ce qu'il fait.
- **Installez un logiciel de contrôle parental** : mais attention, aucun filtre ne remplacera votre vigilance.
- **Passez des accords clairs portant sur l'utilisation des écrans** : nombre d'heures autorisées par jour, horaires, applications autorisées, sites déconseillés... Pourquoi ne pas établir ensemble une charte familiale de l'usage d'Internet qui sera signée par tous les membres de la famille et placée près des écrans ?
- **Informez votre enfant sur les risques possibles** : prévenez votre enfant qu'il peut tomber sur des images choquantes ou dérangeantes et demandez-lui de vous en parler si cela arrive. Informez-le des risques possibles liés à la divulgation d'informations personnelles. Sensibilisez-le aux risques liés à la diffusion d'images personnelles (photos ou vidéos). Rappelez-lui qu'un pseudo peut cacher n'importe qui.
- **Soyez au courant des mots de passe et pseudos de votre enfant** : aidez-le à construire des pseudos et mots de passe sûrs. Un pseudo fiable ne doit donner aucune indication sur le nom, le prénom, la localisation géographique ou encore l'âge de votre enfant.
- **Observez votre enfant et la manière dont il réagit en cas de problème en ligne** : Rappelez-lui régulièrement que vous êtes là pour lui. Dites-lui qu'il n'y a aucune honte à venir parler avec vous ou avec un professeur de quelque chose qui le dérange, au contraire, il faut le féliciter. Si vous ne vous sentez pas à l'aise avec certains sujets, assurez-vous que votre enfant ait accès à l'information que vous souhaitez.



- **Développez son esprit critique** : Les enfants partent souvent du principe que tout ce qui se trouve sur Internet est vrai. Sensibilisez-les au fait que toutes les informations ne sont pas fiables et qu'il convient de les analyser et de les comparer. Encouragez votre enfant à exploiter Internet de manière critique et à vérifier les sources des informations. Apprenez à votre enfant qu'il est important de partager ses doutes et ses questions avec vous ou avec un professeur.
- **Établissez des liens avec la vie réelle lorsque vous discutez de l'utilisation d'Internet** : Expliquez à votre enfant que les choses qu'il ne ferait jamais dans la réalité ne sont pas à faire sur Internet non plus ! Internet donne une impression fausse d'anonymat et les jeunes osent davantage sur la toile parce que les réactions des autres ne sont pas visibles.

### Pour en savoir plus

<http://childfocus.be/fr/prevention/clicksafe-tout-sur-la-securite-en-ligne>

<http://www.actioninnocence.org/>

<http://www.internetsanscrainte.fr/>

<https://www.premisinternet.fr/>