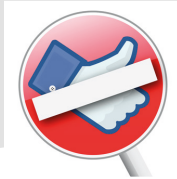




Billet santé du mois présenté par Madège



28 février

Journée mondiale sans Facebook

Cette journée a été créée en 2011 afin de sensibiliser les personnes sur les dangers des réseaux sociaux dont Facebook. Elle nous incite à se passer de Facebook durant une journée pour vérifier que nous avons le contrôle sur nous-même.

Qu'est-ce qu'un réseau social ?

Un **réseau social** est un site Internet qui permet aux internautes de se mettre en relation et se regrouper. L'objectif des utilisateurs peut être de (re)trouver des amis et de partager des outils (photos, messages, commentaires...) ou de tisser un réseau professionnel (trouver un nouvel emploi, annoncer des événements/activités...). Il existe des tas de réseaux aujourd'hui : Facebook, Snapchat, Instagram, Twitter, LinkedIn...

Il existe aussi des **sites communautaires** où les internautes peuvent s'exprimer sans pour autant faire partie d'un groupe : Youtube, Wikipédia, Skyrock, Tripadvisor...

On parle également des **médias sociaux** qui englobent ces 2 notions.

Quelques chiffres...

Plus de la moitié des Belges consultent au moins une fois par jour les réseaux sociaux. De manière générale, 80% de ces individus sont âgés de 16 à 24 ans. 83% des internautes surfent sur les réseaux sociaux, dont 62% quotidiennement.¹ En moyenne, les Belges passent 1h31 par jour sur les réseaux sociaux.

¹ « Enquête sur l'utilisation des TIC auprès des ménages », Statbel, 2018.

On remarque également que 77% des personnes de plus de 13 ans (âge minimum pour créer un compte Facebook) y sont actives (publication, partage...). Dans la réalité, 64% des jeunes n'ayant pas l'âge requis ont un profil sur un réseau social².

Les jeunes et les réseaux sociaux...³

Les jeunes sont particulièrement fans des réseaux sociaux qui leur permettent de communiquer avec leurs amis, renforcer leurs amitiés, se divertir seul ou à plusieurs, planifier des sorties, publier des photos, échanger des informations... En Belgique, seulement 27% des 9-16 ans utilisent les réseaux sociaux pour faire de nouvelles connaissances.

D'autres facteurs expliquent l'engouement des jeunes pour les réseaux sociaux :

- **La recherche de reconnaissance et de valorisation** : En publiant du contenu, ils sont en attente d'une réaction de leurs pairs, de validation de leurs actes, d'adhésion et, de cette manière, ils peuvent concrètement visualiser leur popularité dans le groupe.
- **La gestion de leur image** : Ils choisissent l'image qu'ils ont envie de montrer d'eux-mêmes, ils ont alors l'impression de pouvoir contrôler leur réputation.
- **L'opportunité de devenir créateur de contenu** : Ils sont acteurs sur la toile où ils ont la possibilité de montrer leurs talents de musiciens, de joueurs, de citoyens engagés...
- **L'accessibilité des réseaux sociaux** : Ils sont accessibles partout et tout le temps via les GSM et les consoles et ce, à la maison ou dans les espaces publics.

Quelques conseils...

Il est nécessaire d'informer et d'accompagner les jeunes sur les médias sociaux afin d'en favoriser le bon usage (protection des données, respect de soi et des autres...). Voici quelques conseils :

- Parlez avec votre enfant de ce qu'il a l'habitude d'y faire et de ses « amis » (le surveiller en devenant son ami n'est pas la solution idéale) ;
- Tenez-vous au courant des nouvelles pratiques d'Internet car ça évolue vite ;
- Faites-lui prendre conscience que ce qu'il publie peut avoir un impact parfois difficilement maîtrisable et n'hésitez pas à aborder avec lui les questions de vie privée et d'intimité.

La Cellule Promotion Santé de la Province de Namur peut épauler les professionnels souhaitant aborder cette thématique avec leurs publics (081/77.54.73 - dsp.promotionsante@province.namur.be).

Pour plus d'informations ...

Billet santé : journée mondiale pour un internet plus sûr
www.childfocus.be
www.internetsanscrainte.fr
www.pass-santepro.org
<http://www.prevention-web.ch>

² Childfocus

³ Childfocus

