



Être parent dans les moments difficiles

Gardez son enfant en sécurité sur internet

Grâce aux outils, nous sommes plus connectés que jamais. Mais de la même façon que vous prenez soin de votre enfant dans la vie réelle, vous avez aussi besoin d'assurer sa sécurité sur internet. Voilà comment vous assurer de sa protection en ligne.

Ayez conscience des dangers d'internet

- Des adultes attirant des enfants dans des propositions sexuelles sur les réseaux sociaux, jeux, plateformes et messages
- Des contenus nocifs véhiculant de la violence, de la misogynie, de la pornographie, et xénophobie aussi bien que des éléments de désinformation
- Des enfants qui partagent des données personnelles et des informations sur leur habitation, de la même façon que des adolescents partagent des photos explicites et vidéos d'eux-mêmes
- De l'intimidation sur internet de la part de gens que votre enfant connaît et/ou qu'il ne connaît pas

Adoptez des mesures de sécurité digitale

- Mettre en place les contrôles parentaux
- Activer la fonctionnalité "SafeSearch" sur votre navigateur internet
- Activez les règles de respect de la vie privée sur les applications et les jeux
- Couvrez les webcams lorsqu'elles ne sont pas utilisées

Rendez le temps passé sur internet sain et sécurisé

- Parlez à votre enfant ou adolescent afin de créer un accord familial sur la technologie avec des règles fixant quand et comment les outils doivent être utilisés
- Créez des espaces dans lesquels les appareils ne doivent pas être utilisés et autorisez seulement leur utilisation sur des créneaux horaires définis
- Apprenez à votre enfant l'importance de garder leurs données personnelles privées

- Explorez ensemble les nouveaux sites internet, réseaux sociaux, et jeux afin de comprendre tous les deux leur fonctionnement
- Trouvez des sites internet adapté à leur âge, réseaux sociaux et jeux recommandés par un site tel que « Common Sense Media »
- Rappelez à votre enfant ou adolescent d'y réfléchir à deux fois avant de publier un commentaire, une photo ou vidéo qu'il pourrait ensuite regretter
- Vérifiez l'historique du navigateur de votre enfant et suivez son profil sur les réseaux depuis votre compte afin de vérifier qu'il ne fait pas de mauvaises rencontres

Gardez le contact

- Assurez-vous que votre enfant comprend que s'il expérimente quelque chose en ligne qui le contrarie, le gêne ou lui fait peur il peut vous en parler sans inquiétude de se faire punir
- Si votre enfant semble renfermé, contrarié, ou apeuré, demandez-lui si quelque chose s'est passé sur Internet que le rend ainsi
- Parlez leur du temps qu'ils passent sur internet - sur quels sites, réseaux sociaux, plateformes, jeux, ils se connectent régulièrement ?
- Soyez préparé à discuter de limiter leur temps sur internet s'ils passent une part importante de leur journée en ligne
- Assurez-vous de leur offrir votre soutien et encouragement quand vous parlez à vos enfants et encouragez des discussions ouvertes et honnêtes

DÉCOUVREZ LA SÉRIE DE CONSEILS

DÉCOUVREZ LES VIDÉOS

Ces conseils parentaux ont été développés par Parenting for Lifelong Health en collaboration avec [UNICEF, WHO, et d'autres organisations internationales.](#)