LE CYBERHARCÈLEMENT

Que faire ?

Sensibiliser les jeunes

Créer le dialogue, en parler.

Commencer par de la prévention ! Retrouvez des vidéos en flashant ce QR code.

bit.ly/Sensibilisation_harcèlement

Être accompagné·e

Il existe des organismes spécialisés dans la lutte contre le harcèlement qui peuvent offrir des conseils, un soutien et des ressources pour faire face à la situation.

3020 : plateforme d'écoute dédiée au **harcèlement scolaire**

3018 : application spécialisée pour les victimes de **cyberharcèlement**

L'infirmière scolaire est présente auprès des jeunes de la sixième à la terminale et peut les accompagner en cas de difficultés.

Les représentants de parents d'élèves sont également des personnes relais qui peuvent vous orienter.

Renseignez vous auprès de votre établissement

NE RESTEZ PAS SEUL·E·S

Des ressources pour vous

bit.ly/Pack_rentrée-Ressources

Mieux comprendre Pronote
Les réseaux sociaux
Sécurité informatique

Des ateliers gratuits et ouverts à tous peuvent être proposés par les **conseillers numériques**.

Les **agents France Services** peuvent vous accompagner si vous rencontrez des difficultés pour accéder à certains outils.

Retrouvez ceux qui sont près de chez vous sur ce site :

bit.ly/Cartographie_departementale

E-PARENTALITÉ

Parents, vous vous posez des questions ? Vous vous sentez perdus ?

Vous n'êtes pas seul·e·s

Retrouvez ici des outils pour vous accompagner si vous en ressentez le besoin.

RÉGION ACADÉMIQUE PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR
Liberté Égalité Fraternité
Direction régionale académique du numérique éducatif
France services
CONSEILLER NUMÉRIQUE
Hub du Sud
Numérique Inclusif

LE TEMPS PASSÉ SUR LES ÉCRANS

Adapter le temps passé sur les écrans en fonction de l'âge de son enfant.

La règle des 4 pas :

- ✗ pas le matin
- ✗ pas dans la chambre de l'enfant
- ✗ pas pendant les repas
- ✗ pas avant de se coucher

Les bonnes pratiques :

- ☑ Montrer l'exemple !
- ☑ Partager des moments sur les écrans avec les enfants
- ☑ Valoriser des activités hors numérique
- ☑ S'intéresser à ce qu'ils font sur les écrans
- ☑ Organiser des moments sans écrans **pour toute la famille**
- ☑ Créer une charte d'utilisation familiale : www.faminum.com

LES CONTENUS INADAPTÉS

pour vous aider

Les PEGI

Système d'évaluation européen des jeux vidéos grâce à des logos

Vous n'y comprenez rien ? un site pour vous aider à choisir les jeux **ADAPTÉS** :
www.pedagojeux.fr

Contrôle parental

- Ce n'est pas magique !
- Trop strict, c'est contre-productif

La clé ?
COM-MU-NI-QUER

- Le jeune doit **pouvoir échanger** sur les contenus choquants si [quand] il tombe dessus

Des ressources pour vous

- e-enfance.org/informer/controle-parental
- bit.ly/controle_parental

LES RÉSEAUX SOCIAUX

Ils sont interdits avant 13 ans !

Bon à savoir

Protéger votre vie privée (et celle de vos enfants)

- Tout ce qui est publié sur les réseaux sociaux restera en ligne
- Éviter la diffusion d'infos personnelles (utiliser un pseudonyme)
- Se méfier des personnes qu'on ne connaît pas
- On est responsable de ce que l'on publie ou partage
- Garder un esprit critique sur ce qu'on y trouve

LES INFOX

VÉRIFIER SES SOURCES

sur les sites hoaxbuster.com & iaornot.com

Quelques sources fiables

- Hugo décrypte
- Le monde des ados
- Salut l'info
- Le CLEMI
- Albert, petit journal illustré
- What the fake