

# 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](https://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](https://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](https://bit.ly/Cartographie_departementale)

# PARENTALITÉ NUMÉRIQUE

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.



PRÉFÈTE  
DES ALPES-  
DE-HAUTE-  
PROVENCE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

FRANCE  
NUMÉRIQUE  
ENSEMBLE

ACADÉMIE  
D'AIX-MARSEILLE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

RÉGION ACADÉMIQUE  
PROVENCE-ALPES-  
CÔTE D'AZUR  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

Direction régionale académique  
du numérique éducatif

Hub du Sud  
Numérique Inclusif

France  
services

CONSEILLER  
NUMÉRIQUE

## 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](http://www.faminum.com)

## LES 10<sup>+</sup> 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](http://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](http://e-enfance.org/informer/controle-parental)
- [bit.ly/controle\\_parental](https://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](http://hoaxbuster.com) & [iaornot.com](http://iaornot.com)

 Quelques sources fiables

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