

TEMPS D'ÉCRAN ET SANTÉ

QUESTION

Quels sont les risques liés à la surexposition aux écrans ?

Les écrans sont de formidables fenêtres ouvertes sur le monde. Grâce aux outils numériques, nous nous divertissons, apprenons, communiquons... Tout est fait pour que nous les utilisions le plus longtemps possible et il est parfois difficile de résister. **Les écrans, s'ils sont trop utilisés, peuvent avoir un impact sur notre sommeil, notre concentration ou notre mémorisation.** Ils peuvent aussi provoquer de l'isolement, de la passivité, de l'agressivité, de l'anxiété, du désintérêt pour d'autres activités... Il est donc important de garder le contrôle !

Comment agir ?

- Nous définissons ensemble et à l'avance les **règles et les durées d'utilisation** des écrans
 - Nous instaurons des **moments et des lieux sans connexion** avec la « méthode des 4 Pas » (de la psychologue Sabine Duflo) :
 - pas d'écran le matin ;
 - pas d'écran pendant les repas ;
 - pas d'écran dans la chambre ;
 - pas d'écran avant de s'endormir.
 - Nous utilisons la **méthode des tickets** : tu souhaites utiliser un écran, tu me donnes un ticket et tu dois respecter le temps indiqué sur le ticket. Pas de ticket = Pas d'écran
 - Nous nous mettons d'accord sur des **moments pour faire** des « pauses d'écrans » et faire **d'autres activités**
 - Nous inventons un **défi quotidien** pour améliorer et réduire ton temps de connexion : programmer une alarme et, dès qu'elle sonne, tu changes d'activité !
 - Nous nous imposons des **rituels de déconnexion en famille** : par exemple, un soir par semaine sans écran
 - Je te **montre l'exemple** et je limite moi-même mon temps d'écran
 - Nous **discutons ensemble** de ce que tu fais, regardes, ressens face aux écrans
 - Nous installons ensemble une **application gratuite** sur ton smartphone ou ta tablette **qui enregistre ton temps réel de connexion** et nous en discutons
 - Je te **préviens au moins 20 minutes avant** de ne plus utiliser un écran afin que tu puisses t'organiser pour finir une partie de jeu vidéo par exemple
- L'hyperconnexion n'est pas toujours qu'une question de temps passé sur les écrans. C'est aussi une question d'équilibre entre une variété d'activités.**

TEMPS D'ÉCRAN ET SANTÉ



LE COIN DES ENFANTS

Pour grandir, tu as besoin de bien manger, de dormir, d'apprendre plein de choses, de t'amuser, de jouer...

Tu peux aussi utiliser internet mais il est important de **varier tes activités** car si tu passes trop de temps sur les écrans, tu te privas de plein d'autres activités essentielles pour toi comme s'ennuyer (et oui on en a besoin aussi !), lire des livres, faire du sport, voir des amis, passer du temps en famille...

LE COIN DES ADULTES

N'interdisez pas totalement les écrans !

Votre enfant risquerait de faire usage de son smartphone ou de sa tablette en cachette et de s'exposer à des dangers, sans vous en parler.

Il n'y a pas d'ennemi numérique :

Les écrans sont de formidables outils de communication à condition d'en avoir un usage responsable et raisonné.

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**

CONTENUS CHOQUANTS

QUESTION

Quels sont les conséquences liées à l'exposition à des contenus choquants sur internet ?

Tout le monde peut avoir accès à internet mais **les contenus ne sont pas adaptés à tous et particulièrement aux mineurs**. Les images pornographiques ou violentes ne sont pas pour les enfants qui peuvent être choqués ou angoissés en voyant certaines images, en particulier quand les contenus sont vus de manière non volontaire.

Comment se protéger et agir ?

- **Un écran ne peut pas savoir si tu es mineur ou majeur** et te montre indistinctement des contenus, certains ne sont pas fait pour toi. Si tu vois involontairement des images pornographiques ou violentes, viens m'en parler.
- Nous pouvons installer sur tous tes outils numériques un **logiciel de contrôle parental** qui permet de te protéger et d'éviter que tu voies des images violentes ou sexuelles. Les experts du 3018 peuvent nous expliquer comment les installer.
- Nous n'apprenons pas la sexualité à travers les contenus à caractère pornographique. Ils ne reflètent pas la sexualité des adultes et exagèrent la réalité.

Les logiciels de contrôle parental, comment ça marche ?

- C'est un **logiciel ou une application** (gratuit ou payant) proposé par l'opérateur mobile, le fournisseur d'accès Internet ou intégré dans l'appareil pour accéder à internet.
- Il est activé et **configuré par les adultes** et protégé par un mot de passe.
- Il permet de limiter les risques (bloquer l'accès aux contenus inadaptés, définir le temps de connexion...).
- Le profil « enfant » permet de naviguer dans un univers fermé dit « liste blanche ».
- Tu n'auras accès qu'à une sélection de sites prédéfinis.
- Le profil « adolescent » permet de naviguer sur Internet en limitant ton accès à des sites illégaux et inappropriés (pornographie, violence, jeux de hasard et d'argent...) via une « liste noire ».
- **Ce n'est pas une punition mais un outil pour te protéger !**
- Pour trouver le logiciel de contrôle parental qui vous convient, allez sur :**
www.e-enfance.org/informer/controle-parental/

CONTENUS CHOQUANTS



LE COIN DES ENFANTS

Tu as certainement envie de regarder les mêmes contenus sur internet que les grands mais **ils ne sont pas faits pour toi**.

Si tes parents installent un contrôle parental sur ta tablette, ton ordinateur ou ton téléphone, dis-toi **qu'ils cherchent à te protéger**. Petit à petit, ils feront évoluer les restrictions de ce logiciel et, en grandissant, tu auras de plus en plus accès à des contenus de grands.

LE COIN DES ADULTES

Il est important de **parler très tôt de pornographie et de violences vues sur internet aux enfants** pour qu'ils sachent comment réagir s'ils en voient.

Ils ont souvent du mal à vous en parler par peur d'être grondés ou que vous leur interdissiez d'accéder à internet.

Il est important qu'ils puissent vous dire ce qu'ils ont vu **pour évoquer leur ressenti** et vous permettre de les rassurer.

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces Jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**

DONNÉES PERSONNELLES/IMAGES

QUESTION

Qu'est-ce que sont les données personnelles ?

Ce sont toutes **les informations qui permettent de nous identifier** directement ou indirectement. Cela peut être un numéro de téléphone, une adresse, un identifiant... mais aussi tout un tas d'informations qui relèvent de la vie privée comme la géolocalisation de notre téléphone ou bien des photos de nous. Toutes ces informations en disent long sur qui nous sommes, nos habitudes et nos envies. **Il est donc important de les protéger.**

Comment se protéger et agir ?

- Nous devons **limiter au maximum les données personnelles que nous transmettons** sur internet ou lors de jeux en ligne et il est préférable d'utiliser un pseudo plutôt que notre prénom et notre nom.
- Pour protéger nos comptes, il faut **créer des mots de passe longs** qu'il ne faut transmettre à personne.
- Quand nous utilisons internet, faisons-le en **navigation privée** pour éviter la collecte de nos données.
- Vérifions que **nos comptes sont en « privé »** pour que seules des personnes de confiance aient accès à notre contenu.
- N'envoyons jamais de photos ou de vidéos de nous à une personne que nous ne connaissons pas ou en qui nous n'avons pas confiance.
- Nous vérifions que la **géolocalisation de ton téléphone est désactivée.**

DONNÉES PERSONNELLES/IMAGES



LE COIN DES ENFANTS

Tu n'ouvres pas la porte de ta chambre à n'importe qui car c'est un lieu intime. Tu ne racontes pas tous les détails de ta vie à des inconnus. **Il faut être aussi discret sur internet** car parfois, des personnes malveillantes peuvent mal utiliser les informations que tu transmets.

Sois prudent sur les réseaux sociaux et n'en dis pas trop. N'oublie pas qu'avant 13 ans tu n'as pas le droit d'être inscrit sur ces plateformes.

Sur internet, tout ne se partage pas :

- Une photo de paysage de tes vacances peut être envoyée à n'importe qui et être publique
- Une photo de ton dernier anniversaire avec tes amis doit rester privée (car ils ne sont peut-être pas d'accord pour que l'image soit diffusée sur internet !).
- Une photo de ta chambre doit rester discrète et être partagée avec des amis de confiance car ta chambre c'est ton intimité qui ne doit pas être montrée à tout le monde !

LE COIN DES ADULTES

En France, la **collecte des données personnelles des mineurs est strictement encadrée par la loi du 20 juin 2018** relative à la protection des données personnelles (article 20) qui exige **l'accord du responsable légal** pour la collecte et le traitement des données des mineurs de moins de 15 ans (article 8).

Avant 13 ans, cela est même totalement interdit.

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**

CYBERHARCÈLEMENT

QUESTION

C'est quoi le cyberharcèlement ?

Le cyberharcèlement se définit comme un acte agressif, intentionnel perpétré par un internaute ou un groupe d'internautes au moyen d'outils de communication électroniques, de façon répétée à l'encontre d'une victime qui ne peut facilement se défendre seule. Les téléphones portables, messageries instantanées, forums, tchats, jeux en ligne, emails, réseaux sociaux... peuvent être des moyens de cyberharcèlement.

Il peut prendre plusieurs formes :

- Intimidations, insultes, moqueries ou menaces en ligne, diffusion de rumeurs
- Piratage de compte et/ou usurpation d'identité digitale
- Création d'un groupe, d'une page ou d'un sujet de discussion en ligne contre une personne
- Publication de photos ou vidéos embarrassantes ou humiliantes de la victime

Quels sont les conséquences du cyberharcèlement ?

- Anxiété, repli sur soi, perte de l'estime de soi
- Culpabilité
- Baisse des résultats scolaires
- Tristesse

Comment se protéger et agir ?

- Si nous sommes embêtés sur internet ou témoin d'une situation, **il faut en parler avec un adulte de confiance** car personne ne doit être dérangé, même sur internet.
- Rappelons-nous que **le cyberharcèlement est puni par la loi** et que nous pouvons être sanctionnés par la justice si nous en sommes auteurs. Comportons-nous avec respect avec les autres sur internet.
- Nous regardons régulièrement ensemble les amis que tu as accepté sur ton réseau social ou avec qui tu joues sur ton jeu vidéo et nous vérifions que ce sont des amis de confiance.
- Si tu es harcelé, **nous bloquons et signalons les harceleurs** sur le site ou la plateforme concerné. Pour être aidés, nous appelons le 3018.
- Nous téléchargeons **l'application anti-harcèlement 3018** sur le site www.3018.fr.

CYBERHARCÈLEMENT



LE COIN DES ENFANTS

Le harcèlement peut avoir lieu dans la rue, à l'école, dans le vestiaire du club de sport. **Quand c'est sur internet, on appelle cela du cyberharcèlement.** Si cela t'arrive, adopte les bons réflexes : dis ce que tu ressens, parles-en à un adulte, fais des captures d'écrans des contenus dont tu es la cible, contacte le 3018 pour les faire supprimer et être écouté.

Si tu es témoin d'une situation de harcèlement, tu as aussi ton rôle à jouer : parles-en à un adulte pour que la victime soit aidée.

LE COIN DES ADULTES

Pour savoir si votre enfant est harcelé sur internet, **repérez tous les changements de comportement** (difficulté à dormir, à aller à l'école, comportement agressif ou de retrait...) Si vous avez un doute, n'hésitez pas à demander à votre enfant s'il est victime de comportements qui lui portent préjudice. Si c'est le cas :

- Rassurez-le
- Gardez des preuves (*faites des captures d'écran*).
- Faites un signalement en ligne
- Appelez le 3018 pour être aidé et faire retirer très rapidement les contenus préjudiciables
- Portez plainte si la situation le justifie

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**

ESCROQUERIES

QUESTION

Quels sont les risques d'escroqueries sur internet ?

Sur internet, comme ailleurs, des escrocs tentent d'obtenir de l'argent, d'usurper l'identité d'un internaute ou encore de vendre des produits frauduleux.

Les plus jeunes sont particulièrement vulnérables.

Il existe différents types d'escroqueries :

- **L'hameçonnage** (phishing) est une technique frauduleuse destinée à **leurrer l'internaute pour l'inciter à communiquer des données personnelles** (mots de passe...) et/ou bancaires en se faisant passer pour un tiers de confiance.
- **Le scamming** consiste à faire croire à l'internaute qu'il a reçu un prix et qu'il devra verser une somme pour le recevoir.
- **Le chantage** à la webcam consiste à **menacer de publier une vidéo** (souvent à caractère sexuel) de la victime, si une rançon n'est pas versée.

Comment se protéger et agir ?

- Il ne faut **jamais enregistrer de moyen de paiement** sur le smartphone, la tablette ou la console de jeu que nous utilisons afin d'éviter tout acte d'achat non autorisé.
- Il est important de protéger nos outils numériques :
 - Faire des mises à jour régulières,
 - Choisir des **mots de passe différents et suffisamment complexes** pour chaque site et application.

ESCROQUERIES



LE COIN DES ENFANTS

Les escrocs savent que les jeunes vont facilement tomber dans les pièges qui leur sont tendus. **Il est donc important d'être prudent sur internet.** Garde en tête que derrière un écran se cache parfois un escroc.

Si on te demande d'envoyer des photos, des vidéos de toi ou de l'argent par quelque moyen que ce soit, **appelle un adulte de confiance** pour qu'il vérifie que tu n'as pas à faire à un escroc. Enfin n'oublie pas que sur internet, on te propose souvent de gagner des cadeaux ou de recevoir des produits gratuits. Malheureusement, ce sont souvent des moyens pour les escrocs d'attirer ton attention et d'abuser de toi alors ouvre l'œil !

LE COIN DES ADULTES

Pour protéger votre enfant, **il est important de lui parler des risques d'escroqueries** pour qu'il ne tombe pas dans les pièges et qu'il comprenne qu'un écran peut parfois empêcher de connaître les intentions malveillantes d'un escroc. S'il est victime d'une escroquerie :

- Rassurez-le : il est important de le déculpabiliser et de partager avec lui ses émotions,
- Conservez des preuves en faisant des captures d'écran,
- Appelez votre banque pour faire opposition si votre enfant a transmis des éléments concernant vos moyens de paiement ou réalisé des achats,
- Déposez plainte au commissariat de police ou à la gendarmerie.

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**

DÉSINFORMATION

QUESTION

Qu'est ce qu'une fake news ?

Les fake news, fausses informations ou infox sont des **fausses nouvelles lancées volontairement dans les médias ou sur internet** pour des raisons idéologiques (campagne de désinformation), politiques (déstabiliser un adversaire lors d'une élection) ou encore financières (arnaques sur internet pour voler des données personnelles par exemple).

Comment se protéger et agir ?

- Internet est une mine d'or d'informations. Mais **tout n'est pas vrai** et certains internautes peuvent avoir un intérêt à répandre de fausses informations !
- Voici **quelques questions à se poser** pour évaluer la qualité et la pertinence d'une information :
 - Qui est l'auteur ?
 - Quel est l'objectif de l'auteur ?
 - Quelle est la nature du site ?
 - A quoi ressemble le site ?
 - D'où vient l'information ?
 - Quelle est la date de la publication ?
- Il n'est pas toujours simple de répondre à ces questions alors il ne faut pas hésiter à se faire aider par un adulte de confiance.
- Les sites sécurisés et officiels sont à utiliser en priorité pour éviter les fake news.
- **Face à une information, il est important de prendre du recul et de développer son esprit critique.**
- Il ne faut pas hésiter à confronter nos idées et échanger sur l'actualité afin de déjouer les fake news en famille !
- Si une information nous paraît étrange, prenons le temps de la vérifier avant de la diffuser.

DÉSINFORMATION



LE COIN DES ENFANTS

Quand tu lis une information incroyable sur internet, tu as très envie de la partager avec tes amis. C'est compréhensible. Mais **sur internet, parfois les informations ne sont pas vraies**. En plus, la viralité, c'est-à-dire la vitesse avec laquelle l'information va se diffuser sur internet, va faire que beaucoup de monde peut recevoir de fausses informations.

Alors, même si tu en as très envie, prend le temps de développer ton esprit critique.

LE COIN DES ADULTES

Il n'est pas toujours simple, même pour les parents, de déjouer les fausses informations. **Pour vous aider, voici quelques outils :**

- **Le Décodex** analyse notamment les urls pour savoir si la source de l'information est plutôt fiable ou non : www.lemonde.fr/verification
- **HoaxBuster** est une plateforme collaborative destinée à limiter la propagation des canulars (hoax) et des rumeurs non fondées circulant sur Internet : www.foxbuster.com

EN SAVOIR PLUS



Depuis 34 ans, l'opération Pièces Jaunes est le **grand rendez-vous de la générosité** de début d'année avec son emblématique tirelire. Grâce à Pièces Jaunes, la Fondation des Hôpitaux **soutient des milliers de projets** dans les établissements de santé pédiatriques publics et privés à but non lucratif. **En 2023, l'opération Pièces Jaunes se déroulera du 11 janvier au 4 février**, chacun de vos dons permettra d'améliorer le quotidien des enfants et des adolescents hospitalisés.

Comment participer à l'opération Pièces Jaunes ?

- En faisant un don en ligne sur piecesjaunes.fr, par SMS, par chèque ou via l'arrondi en caisse.
- En créant votre cagnotte en ligne personnelle
- En devenant une classe solidaire

Être solidaire, c'est avoir un bon cœur et vouloir aider les autres, même les enfants que l'on ne connaît pas. **En devenant « classe solidaire » pour l'opération 2023**, vous pouvez vous associer à cet élan de solidarité. Les classes qui le souhaitent peuvent **engager des actions collectives** permettant de contribuer à l'opération Pièces jaunes ou créer des liens avec de jeunes malades hospitalisés.



Reconnue d'utilité publique, l'Association e-Enfance/3018 est précurseur depuis 18 ans dans la **protection de l'Enfance en ligne et l'accompagnement à la parentalité numérique**. Point d'entrée unique pour les parents, les enfants et les adolescents sur toutes les problématiques liées aux usages numériques des jeunes et leurs risques potentiels (cyberharcèlement, exposition à des contenus choquants, jeux vidéo, temps d'écran, fake news...), elle opère le 3018, numéro national de prise en charge des victimes ou témoins de violences numériques.

Gratuit, anonyme et confidentiel, ce service est accessible 6 jours sur 7, de 9 heures à 20 heures :

- par téléphone
- par tchat sur 3018.fr
- via Messenger, WhatsApp

Une question sur le contrôle parental, les bonnes pratiques en matière d'écrans ou de réseaux sociaux, les moyens de protéger votre enfant des risques d'exposition à des contenus violents ou pornographiques, que faire en cas de harcèlement en ligne... ? **Le site ressource e-enfance.org est là pour vous aider.**