

8 conseils pour utiliser les médias sociaux de manière sécuritaire

Les médias sociaux sont une façon amusante de communiquer et d'apprendre. Les utiliser de façon sécuritaire et établir des limites saines peut t'aider à rester en sécurité.

1 Réfléchis avant de publier

Lorsqu'une chose est partagée en ligne, elle pourrait y rester pour toujours. Ne publie pas de contenu inapproprié ou explicite.



2 Protège tes renseignements personnels

Ne partage jamais ton adresse, le nom de ton école, ta date de naissance, tes mots de passe ou ta localisation.



4 Évite de cliquer sur les liens, les questionnaires, les concours ou les publicités suspects

Il pourrait s'agir de fraude.



5 Utilise les paramètres de confidentialité

Garde tes comptes et tes publications privés et accessibles seulement qu'aux personnes que tu connais.



7 Interagis seulement avec les personnes que tu connais

Pas toutes les personnes en ligne sont forcément les personnes qu'elles prétendent être. Assure-toi de les connaître dans la vraie vie avant d'interagir avec elles.



8 Fais preuve de gentillesse et de respect

Traite les personnes en ligne de la même façon que tu le ferais en personne. Réfléchis avant de commenter ou d'envoyer un message.



3

Prends des pauses

Garde du temps pour tes loisirs, tes camarades, ta famille et les activités à l'extérieur.



Exprime-toi

Si une personne te rend inconfortable, parle à une personne adulte de confiance, bloque le compte et fais un signalement.



Entame des conversations en famille :



- Quels genres de choses peut-on partager sur les médias sociaux? Que devrait-on garder privé?
- Que ferais-tu si tu voyais quelque chose en ligne qui te rend inconfortable?
- Comment peux-tu profiter des médias sociaux tout en gardant du temps pour tes camarades, ta famille, tes loisirs et le sommeil?