

# INTERNET

COMMENT ACCOMPAGNER  
ET PROTÉGER VOTRE ENFANT



# Introduction



Grâce aux outils numériques et l'accès à internet, votre enfant peut accéder à de nombreux contenus qui lui permettent de communiquer, s'éduquer, se cultiver et se divertir.

Il peut cependant être confronté à des contenus inadaptés, choquants, dégradants, voire se mettre lui-même en danger. On estime que près de 86% des 8 à 18 ans sont inscrits sur les réseaux sociaux, une proportion atteignant déjà 67% pour les enfants de 8 à 10 ans. Cette exposition dès le plus jeune âge n'est pas sans risque, un collégien sur quatre aurait déjà été confronté au cyberharcèlement. Votre enfant peut aussi être confronté de manière fréquente à des arnaques en ligne, publicités alléchantes, contenus piratés ou pornographiques. Il est donc important d'adopter tôt les bons réflexes pour qu'il puisse profiter pleinement du numérique, et être conscient des risques.

Les parents sont les premiers éducateurs de leur enfant, ils ont donc un rôle essentiel de prévention des risques et d'accompagnement vers l'autonomie. C'est pourquoi, le dialogue régulier est nécessaire avec votre enfant pour qu'il reste vigilant. **Vous pouvez aussi prendre des mesures simples pour mieux encadrer ses usages en ligne, limiter son temps d'écran et l'aider ainsi à mieux maîtriser ce monde numérique.**

Pour vous accompagner, les opérateurs télécoms ont mis en place des outils et des actions spécifiques (guides, partenariats...). Des acteurs de la parentalité et de la protection de l'enfance tels que les associations, notamment familiales, experts, institutions sont aussi là pour vous orienter.



# Sommaire

## 01 LES CONSEILS



- Les conseils d'Internet Sans Crainte : à chaque âge correspond une utilisation adaptée
- Activer le contrôle parental
- Encadrer l'usage

## 02 LES RISQUES



- Les sites illégaux et choquants pour votre enfant
- Le cyberharcèlement
- La haine en ligne
- La gestion du temps d'écran
- Les fausses nouvelles ou « fake news »
- Le partage de la vie privée sur les réseaux sociaux
- L'image du corps sur les réseaux
- La pratique inadaptée du jeu vidéo
- Les achats en ligne
- Le téléchargement ou le streaming illégal

## 03 EN SAVOIR PLUS



- Le Contrôle parental
- Informations et conseils

# 01 LES CONSEILS



INTERNET : Comment accompagner & protéger votre enfant



## Les conseils d'Internet Sans Crainte : à chaque âge correspond une utilisation adaptée



Internet Sans Crainte est, depuis 15 ans, le programme national de sensibilisation des jeunes au numérique de la Commission européenne. Internet Sans Crainte propose des outils gratuits pour permettre aux parents et aux éducateurs d'accompagner les enfants et les adolescents dans une meilleure maîtrise de leur vie en ligne, ainsi que des conférences et formations à destination des familles et des professionnels.



Guides, vidéos, outils d'accompagnement aux écrans, articles conseils... une centaine de ressources sont disponibles sur le site [WWW.INTERNETSANSCRAINTE.FR](http://WWW.INTERNETSANSCRAINTE.FR) pour aborder les principaux enjeux d'éducation aux écrans : parentalité numérique, réseaux sociaux, cyberharcèlement, jeux vidéo, information en ligne, culture numérique...

INTERNET : Comment accompagner & protéger votre enfant

## Santé et écrans : ce qu'il faut retenir

Entre idées reçues et risques réels des écrans, il n'est pas toujours évident de s'y retrouver. Quels sont les effets connus des écrans sur le développement des enfants et comment les prévenir ?

### Sommeil

Les écrans avant de dormir maintiennent l'attention et freinent l'endormissement. Éteindre les écrans 1h avant de se coucher et les éloigner de la chambre garantissent un sommeil plus long et de meilleure qualité.

### Surpoids

Les écrans eux-mêmes ne font pas grossir, mais les activités numériques ont tendance à nous rendre plus statiques et à favoriser le grignotage. L'activité physique est essentielle pour le développement et la santé des enfants et des adolescents.

### Santé mentale

Les réseaux sociaux peuvent alimenter les pensées négatives et certains troubles comme l'anxiété, la dépression ou les troubles alimentaires. Il est toujours utile d'aider ses enfants à suivre des comptes bienveillants, fiables et rappeler que les réseaux sociaux ne sont pas toujours le reflet de la réalité.



Les écrans sont à éviter au maximum avant 3 ans : le cerveau de l'enfant n'est pas en mesure de décrypter ce qu'il s'y passe.



Les habitudes prises tôt sont difficiles à faire évoluer : autant adopter les bons usages dès le plus jeune âge.



## Entre 3 et 6 ans

### Votre enfant a besoin de vous pour grandir : un mot clé, l'interaction !

- **Repoussez l'âge de l'équipement de votre enfant.** L'initier aux bonnes pratiques numériques sera plus simple si ce sont des écrans partagés par toute la famille.
- **Intégrez la question des écrans** dans le quotidien et dès le plus jeune âge de votre enfant, comme vous le faites pour tous les autres sujets liés à son éducation.
- **Définissez un cadre** et essayez de le respecter : les sessions d'écran avant 6 ans doivent être courtes et jamais pour endormir ou calmer votre enfant.
- **Partagez au maximum les activités numériques** avec votre enfant, cela vous permettra d'adapter le contenu à son âge et de discuter avec lui de ce qu'il a vu et compris.
- **Privilégiez des activités qui vous plaisent** aussi en tant que parent, c'est le meilleur moyen d'être motivé pour avoir ces temps de partage.
- **Évitez de laisser votre enfant seul avec un écran** et notamment de laisser la télévision allumée dans la même pièce que lui, même s'il ne la regarde pas.
- **N'ayez pas peur des moments d'ennui**, ils sont très importants pour le développement de l'enfant. Faites-lui confiance, il saura vite rebondir !
- **N'oubliez pas que votre enfant est un formidable imitateur !** Il est donc essentiel d'adapter nos propres pratiques numériques (temps, moment, type d'activités) à l'âge de l'enfant.



## Entre 6 et 11 ans

Accompagnez progressivement votre enfant dans l'utilisation des écrans et l'apprentissage du numérique.

- **Autonomisez et responsabilisez votre enfant** quand son âge le lui permet, afin qu'il respecte les moments et les temps d'écran que vous préconisez.
- **Discutez avec votre enfant des images et des contenus qu'il regarde** : ces échanges favoriseront le développement de son esprit critique
- **Définissez des repères temporels précis** dédiés à l'utilisation des écrans et quand vous le pouvez montrez l'exemple !
- **Partagez au maximum les activités numériques avec votre enfant** plutôt que des activités numériques solitaires.
- **Limitez l'imitation** : les enfants fonctionnent par mimétisme. Il est essentiel d'adapter ses propres pratiques numériques (temps, moment, type d'activités) à l'âge de votre enfant.
- Les écrans ne restent que des outils, **diversifiez les usages et les pratiques autour des écrans.**

## Après 11 ans

Instaurez un dialogue et intéressez-vous aux pratiques numériques de votre enfant !

- **Discutez autour des contenus numériques et des écrans** : prenez l'habitude de poser des questions aux enfants sur leur pratique numérique.
- **Apaisez les tensions en lien avec les outils numériques** en définissant et organisant des moments ou lieux sans écrans que vous vous engagerez à respecter également.
- **Intéressez-vous aux activités numériques de votre enfant** : ces univers sont pour lui des espaces dans lesquels il grandit et se socialise.
- **Montrez l'exemple, commencez par limiter une de vos activités numériques** et incitez le à faire de même !
- **Organisez des limites de temps et de lieux de connexion** qui soient réalistes et applicables que cela soit par vous ou votre enfant.



## Activer le contrôle parental

Les fournisseurs d'accès à internet, les fabricants de terminaux, les fournisseurs de systèmes d'exploitation, d'anti-virus, les moteurs de recherche ou encore les consoles de jeux permettent tous l'installation de solutions de contrôle parental variées et adaptées à chaque support (ordinateur, mobile, tablette, TV).

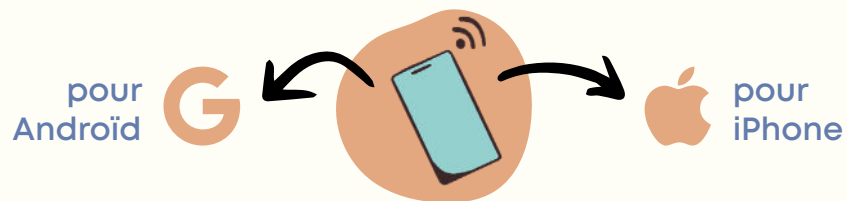
Dans cette ligne, la loi du 2 mars 2022 dite Studer prévoit que les équipements terminaux intègrent des logiciels de contrôle parental et permettent leur activation dès la première mise en service de l'appareil à compter de juillet 2024.

Le contrôle parental est un moyen facile de vous assurer que votre enfant n'accédera pas à des contenus inadaptés. Variant selon le système employé et le terminal utilisé, les outils de contrôle parental permettent généralement de :

- Créer des profils en fonction de l'âge de l'utilisateur ;
- Prédéterminer les créneaux horaires et la durée sur lesquels votre enfant peut accéder à internet ;
- Définir le type de contenus, sites et applications autorisés...

Dans tous les cas, l'efficacité du contrôle parental dépend de son paramétrage et des restrictions choisies.

Il est important de vérifier le périmètre d'application de la solution utilisée. Certains outils ne protégeront votre enfant que lorsqu'il utilise le wifi de la maison ou le réseau mobile de son opérateur. Par exemple, s'il utilise le wifi d'un de ses copains, la protection peut ne pas s'appliquer. Aussi, sur les équipements mobiles, il est important de configurer les outils proposés directement sur le téléphone portable :



Enfin, il est aussi possible de mettre des filtres sur les moteurs de recherche et réseaux sociaux fréquemment utilisés par votre enfant/ado, qui sont activables depuis la rubrique paramètres.

## Un outil simple et pratique

Les opérateurs télécoms membres de la Fédération proposent des solutions de contrôle parental et délivrent des conseils pour aider les parents à accompagner leurs enfants dans leur utilisation d'internet.

C'est par exemple le cas pour maîtriser les plages horaires de connexion d'un clic sur l'horaire ou le jour de votre choix, vous autorisez ou bloquez l'heure ou la journée correspondante.



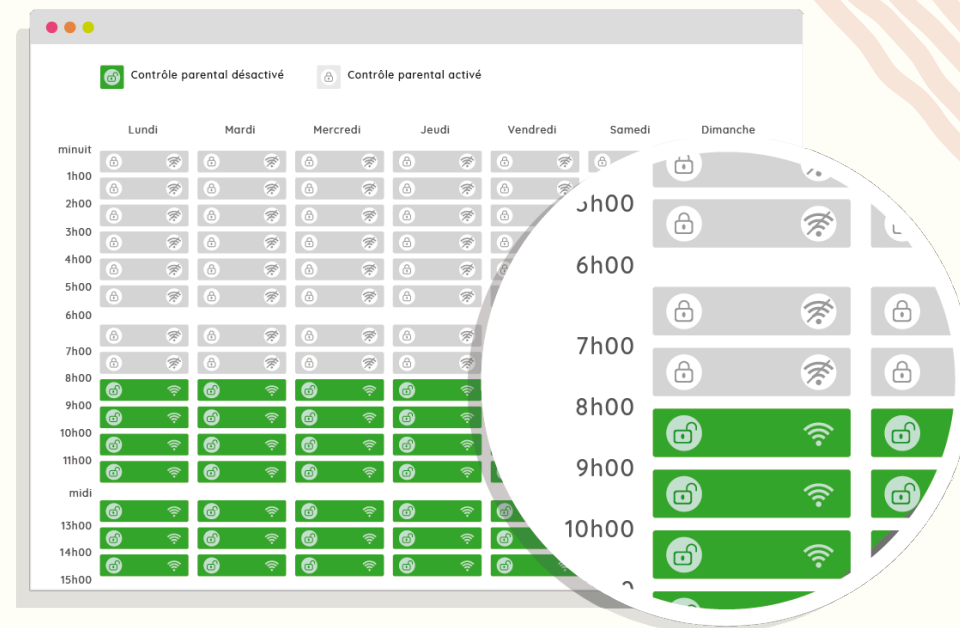
En vert, avec un « verrou ouvert » :

Le contrôle parental est désactivé, l'accès à Internet est autorisé.



En gris, avec un « verrou fermé » :

Le contrôle parental est activé, l'accès à Internet est restreint. Si un équipement « restreint » souhaite accéder à Internet, le mot de passe que vous avez renseigné sera demandé. Pensez à le garder.



Chaque opérateur propose également des solutions gratuites, qui permettent de filtrer les contenus choquants

Retrouvez les solutions de contrôle parental des opérateurs membres de la Fédération dans la rubrique «en savoir plus» p.25.







## Encadrer l'usage

- Adapter le temps passé en ligne à chaque âge, afin notamment, de consacrer du temps à d'autres activités.
- Fixer avec votre enfant des règles sur le temps maximal consacré chaque jour, mais aussi les moments autorisés, quel que soit le type d'écran (TV, console de jeux, mobile, tablette, ordinateur).
- Utiliser un lieu ouvert lorsque votre enfant visionne un contenu (pas seul dans sa chambre, mais dans un lieu ouvert en présence de ses parents).
- Mettre en place des moments de « partage numérique » en famille qui sont des occasions d'échanges autour de cette expérience commune.

### Dès le plus jeune âge

Échanger régulièrement avec votre enfant sur ses activités en ligne est le meilleur moyen pour qu'il ait le réflexe de vous alerter s'il rencontre un problème avec un contenu qu'il visionne ou qu'il publie.

Il s'agit d'ouvrir une discussion sur ce qu'il a pu ressentir en visionnant tel ou tel contenu. Mettre des mots sur ses émotions et échanger sur les contenus qui peuvent l'interpeller.

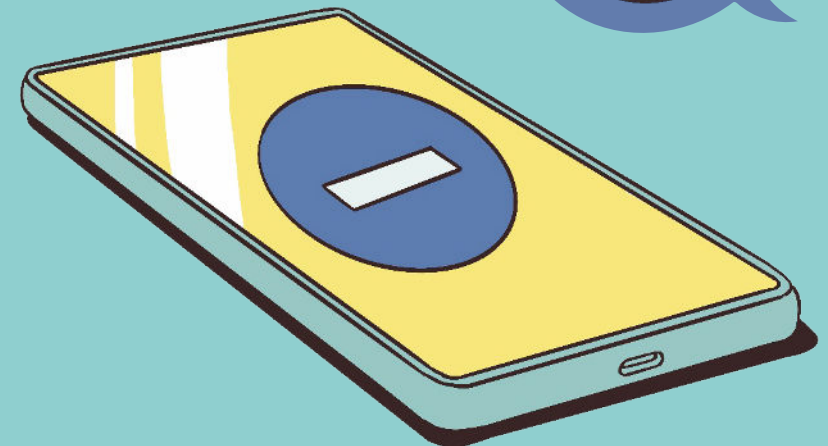
Enfin, en tant qu'adulte, il est important de prendre du recul face à ses propres attitudes et usages numériques. Une dose de bon sens et un soupçon d'exemplarité vous aideront sans aucun doute à accompagner au mieux votre enfant dans ces univers.

### Lorsque votre enfant grandit

Il est en mesure de publier des contenus (photos, textes, vidéos...). Il est nécessaire de lui faire prendre conscience que ce qu'il poste ou publie ne lui « appartient plus » et devient accessible à tout le monde.

# 02

# LES RISQUES





## Les sites illégaux et choquants pour votre enfant

### Qu'est-ce qu'un contenu illégal ?


Il peut s'agir de **pédocriminalité**, de **pornographie** lorsque celle-ci est accessible aux mineurs, de sites incitant des mineurs à se livrer à des jeux les mettant physiquement en danger, de violence, de contenus extrémistes, racistes, antisémites, homophobes ou faisant l'apologie du terrorisme...

**Ces contenus doivent être signalés. Le signalement peut se faire de manière anonyme sur :**



- **Internet-signalement.gouv.fr**, le portail officiel de signalement des contenus illicites de l'internet.
- **Les réseaux sociaux**, qui disposent en général d'un moyen de signalement de contenus illicites.
- **Signalement.fftelecoms.org**, la page de signalement de la Fédération.

Sur ces sites de signalement, il existe des formulaires dédiés qui vous permettent d'indiquer simplement l'adresse URL du contenu qui pose problème, et d'effectuer votre signalement en quelques clics. Soyez le plus précis possible dans votre description afin que les enquêteurs disposent de toute l'information utile!

 Si vous le souhaitez, vous pourrez renoncer à l'anonymat lors de votre signalement afin d'être recontactés par les services de police ou de gendarmerie, si nécessaire.

## La plateforme [je protege mon enfant.gouv.fr](https://je protege mon enfant.gouv.fr)

Je Protège Mon Enfant est la plateforme d'information à destination des parents pour les aider à adapter l'éducation au numérique de leurs enfants. Élaborée dans le cadre d'un partenariat national visant à fédérer les acteurs publics et privés, elle propose des outils, des conseils et des ressources pratiques pour mieux informer les parents sur des problématiques telles que le temps passé devant les écrans, ou les risques liés à une exposition trop précoce à la pornographie en ligne.

Consommée trop jeune, la pornographie peut en effet avoir des conséquences néfastes pour les mineurs, tant sur leur développement psychologique que sur leur représentation de la sexualité. Dans un monde numérique, il est de plus en plus facile d'accéder à ce genre de contenus, que ce soit volontairement ou par accident. Il convient donc de demeurer vigilant et d'accompagner son enfant dans ses usages numériques.

La plateforme propose également des ressources élaborées par des professionnels de l'éducation pour accompagner les familles sur des questions liées à l'usage raisonné et raisonnable des écrans, ou à l'éducation affective et sexuelle dans un contexte numérique.

Les ressources disponibles permettent aux parents de différencier les différents usages. Certains usages très actifs, par exemple la pratique du jeu vidéo en équipe, seraient plus efficaces pour le développement d'un enfant qu'un usage passif, comme le visionnage de vidéos. D'autres pratiques et conseils sont référencés sur la plateforme pour privilégier des pratiques sereines du numérique au sein de la famille.







## Safer Internet Day

Le Safer Internet Day est un événement mondial qui se déroule tous les ans début février pour sensibiliser à un Internet plus sûr, plus positif et épanouissant pour tous. En France, il est organisé par Internet Sans Crainte et est inscrit à l'agenda scolaire français. À cette occasion, une campagne de sensibilisation est proposée ainsi que des kits scolaires pour animer des ateliers de sensibilisation auprès des jeunes et des supports pour échanger en famille. Programme et ressources sur <https://www.internetsanscrainte.fr/sid>




## Le cyberharcèlement

**Votre enfant pourrait être victime de harcèlement de la part d'internautes, connus ou non qui, par les commentaires et vidéos qu'ils publient ou par les messages privés qu'ils envoient, chercheraient à lui nuire.**

Soyez vigilant à tout changement de comportement brutal de votre adolescent car le cyberharcèlement peut mener aux pires extrémités notamment chez les plus jeunes. Sachez que le cyberharcèlement est puni par la loi ; il est possible de porter plainte contre le ou les auteurs du harcèlement quel que soit leur âge et vous pouvez demander le retrait des contenus à l'éditeur du site ou du service. En cas de harcèlement scolaire, il faut prévenir immédiatement la direction de l'établissement.

Enfin, votre enfant peut aussi avoir connaissance de telles situations. Il ne doit ni relayer les commentaires ou vidéos ni les garder sous silence.

 Si vous êtes confrontés (vous ou parents + enfants) au harcèlement, vous pouvez aussi consulter le site du Ministère de l'Éducation nationale « Non au harcèlement » ou appeler La ligne d'écoute du 3018.



## Un serious game pour sensibiliser les ados au harcèlement

Stop la violence invite les adolescents à mener l'enquête pour repérer 4 situations de harcèlement en lien avec la rumeur, le partage de contenus intimes, le racket ou la discrimination et apprendre à y faire face.


 [www.stoplaviolence.net](http://www.stoplaviolence.net)

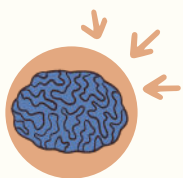


## La haine en ligne

La plupart des enfants sont témoins de haine et de préjugés dans des espaces comme les jeux, les réseaux sociaux et les vidéos en ligne. Ils disent souvent vouloir intervenir lorsqu'ils en sont témoins, mais ne savent pas quoi faire.

Vous pouvez les aider à se préparer à intervenir et les appuyer quand ils le font en les aidant à signaler les contenus concernés. Assurez-vous qu'ils savent que tous les types de contenus haineux et de préjugés font du mal.

 Les parents sont responsables des propos mis en ligne par leurs enfants jusqu'à l'âge de leur responsabilité pénale. La loi sanctionne la diffusion des propos injurieux, racistes, antisémites, homophobes et diffamatoires sur Internet en général, et en particulier sur les réseaux sociaux. La diffamation et l'injure publique peuvent être punies d'une amende de 12000€, et le caractère raciste, sexiste ou homophobe peut alourdir la sanction jusqu'à 45 000€



## La gestion du temps d'écran

La consommation de la télévision et l'utilisation des réseaux sociaux agissent sur le système de récompense humaine du cerveau. Ce système est basé sur la dopamine, l'hormone de la motivation. Cela nous donne par exemple envie de manger, de découvrir, de faire du sport, etc. Internet étant le principal moteur de la nouveauté, il déclenche une libération de dopamine. Cependant, nous vivons dans un monde où notre système est constamment stimulé par diverses sources. Bon nombre de ces sources fournissent des quantités de dopamine qui ne peuvent être imitées dans le monde réel. C'est ce qu'on appelle les "stimuli super-normaux".

Ainsi, le modèle économique de la plupart des réseaux sociaux est établi sur la base d'une simple question : "Comment pouvons-nous faire en sorte que nos utilisateurs restent sur notre site le plus longtemps possible ?" Ces plateformes créent de grandes quantités de nouveautés pour faire cliquer, cliquer et encore cliquer – causant ainsi un problème d'addiction à la dopamine, pouvant ainsi générer des troubles de la concentration.

Un dialogue nourri avec votre enfant sur la question peut aider à prévenir ce risque. Un bon réflex, tant pour les parents que pour les enfants, est de désactiver toutes les notifications sur le téléphone, pour empêcher une sur-sollicitation, ou encore de mettre en place des limitations de temps d'écran grâce à l'application présente sur certains smartphones ou installable sur ceux-ci.



### Point d'information

Retrouvez plus de conseils sur <https://jeprotege-monenfant.gouv.fr/ecrans/>



## Les fausses nouvelles ou « fake news »

**Apprenez à votre enfant à être vigilant sur les informations qui circulent sur internet, notamment sur les réseaux sociaux.**

Avec le développement rapide des intelligences artificielles et la prolifération des « deepfakes » diffusés à des fins malveillantes, il devient impératif d'être davantage prudents à l'égard des contenus rencontrés en ligne.

Développez son esprit critique et apprenez-lui à ne pas croire tout ce qu'il voit ou lit sur Internet. Pour cela, donnez-lui le réflexe de vérifier les sources d'une information en le dirigeant vers les sites dont vous avez vous-même vérifié la pertinence.



**inf  
hunter**

### InfoHunter : pour apprendre à repérer et décrypter les fake news

Info Hunter est un programme éducatif pour développer l'esprit critique et animer des séances de sensibilisation à l'information en ligne pour les enfants et les adolescents. Il propose plusieurs parcours numériques clés en main pour apprendre à vérifier la fiabilité des images, décrypter les fausses informations et les discours de haine en ligne.

 <https://www.infohunter.education>



## Le partage de la vie privée sur les réseaux sociaux

En ligne et hors ligne, mieux vaut préserver sa vie privée. Quelques conseils à donner aux enfants (qui valent aussi pour les adultes) :

- **Éviter de révéler trop d'informations sur son identité** (nom, prénom, adresse, numéro de téléphone...) et ne jamais le faire en présence d'inconnus.
- **Ne pas divulguer ses habitudes de vie**, qui permettraient de vous identifier et/ou de vous localiser.
- **Protéger ses profils sur les réseaux sociaux** grâce aux outils fournis. Tous les réseaux sociaux proposent des paramètres de confidentialité et des pages de conseils.
- **Privilégier les sites sécurisés**. Pour les reconnaître c'est très simple : ils commencent tous par « https » et un petit cadenas apparaît, selon le navigateur utilisé, dans la barre d'adresse ou dans le bas de votre fenêtre de navigation.
- **Ne pas partager d'informations ou contenus explicites ou litigieux** et à plus forte raison des contenus illicites.
- **N'accepter de rencontrer physiquement que des personnes dont l'identité est certaine** et connue et aller au rendez-vous accompagné.
- **Pour prévenir le partage en ligne de contenus explicites** par les jeunes – et les moins jeunes- (sexting, sextams, envoi de nues, prostitution en ligne etc.), il est très important de sensibiliser votre enfant aux risques auxquels il s'expose et qui pourraient le poursuivre toute sa vie.




## L'image du corps sur les réseaux sociaux



La pratique du selfie permet de contrôler l'image de soi que l'on renvoie aux autres. Si un peu de narcissisme n'a jamais fait de mal à personne, l'utilisation des filtres que l'on retrouve sur les réseaux sociaux peut développer de véritables troubles de la personnalité chez les jeunes. Selon le Dr Neelam Vashi, directeur du département de chirurgie esthétique du Boston Medical Center, les « filtres créent des attentes irréalistes pour les patients parce qu'ils essaient de ressembler à une version fantasmée d'eux-mêmes ». Ce trouble psychiatrique est connu sous le nom de « dysmorphophobie ». Le patient est obsédé par des défauts imaginaires, il a peur de se trouver laid et s'enferme petit à petit dans une névrose. « Ces filtres et ces modifications sont devenus la norme, modifiant la perception de la beauté des gens dans le monde entier ».

Dans le cas des réseaux sociaux, les médecins ont constaté un phénomène similaire. La personne, souvent jeune, développe alors un rapport tronqué à son corps et souhaite modifier son apparence pour ressembler à une version déformée par des filtres mais « conforme » aux normes de beauté irréalistes. En plus de la dysmorphophobie, les patients peuvent développer d'autres troubles psychiatriques tels que des troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie, hyperphagie, etc.).



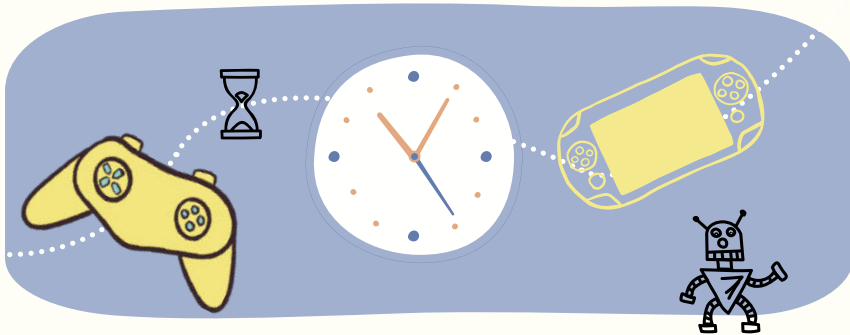
 Environ un enfant sur dix est touché par des troubles alimentaires. N'hésitez pas à en discuter à votre enfant, à lui parler du service « Anorexie Boulimie, Info écoute » accessible au 09 69 325 900 (appel non surtaxé)



## La pratique inadaptée du jeu vidéo

En tant que parent, il convient d'être attentif à la durée que peut passer votre enfant à jouer aux jeux vidéo. Le plaisir, la fascination, la dimension collective du jeu peuvent rapidement mener à une pratique du jeu vidéo importante, voire excessive.

Il est nécessaire de rester vigilant quant au temps et aux moments de jeu, afin que l'enfant puisse garder une pratique équilibrée lui permettant de se consacrer à d'autres activités nécessaires à son épanouissement personnel. Il convient également de veiller à ce que l'enfant pratique des jeux vidéo dont les contenus sont adaptés à son âge en s'appuyant notamment sur la signalétique des jeux vidéo PEGI (en savoir plus via le site [www.pedagojeux.fr](http://www.pedagojeux.fr)).



## Les achats en ligne

**Assurez-vous que votre enfant ne peut pas réaliser d'achat ou accéder à des services payants sans votre contrôle.**

Les enfants et adolescents peuvent être ciblés par des personnes mal intentionnées actives sur les réseaux sociaux, qui souhaiteraient, par la promotion de produits frauduleux et aisément accessibles, leurs sous-tirer de l'argent.

Au sein des jeux-vidéos, les systèmes de paiement intégrés ou «microtransactions» sont également devenus monnaie courante, et peuvent être une source de tentation, en faisant appel à des mécanismes propres aux jeux de hasards.

Pour éviter toute dépense non maîtrisée de votre enfant sans votre autorisation, il est ainsi possible de paramétrer sur les équipements (smartphone, tablettes, ordinateurs et consoles de jeux) une authentification obligatoire pour tous les achats et tentatives de paiements.

Les opérateurs mettent également à votre disposition des options gratuites de blocage des SMS et d'autres services à valeur ajoutée, comme les appels surtaxés. Elles permettent de désactiver les fonctionnalités de micropaiement proposées par les opérateurs tant sur le fixe que sur le mobile.



### Point d'information

Vous pouvez signaler toutes les arnaques dont votre enfant a été victime sur le site <http://signal.conso.gouv.fr>



## Le téléchargement et le streaming illégal

Soyez vigilants avec les sites ou réseaux qui proposent de télécharger, regarder et écouter, gratuitement ou non, des contenus (films, séries ou chansons) et logiciels piratés. Ils sont, en plus d'être diffuseurs de contrefaçons, une source d'exposition aux contenus pornographiques et à des logiciels malveillants. Des cookies publicitaires sont souvent installés et relayent des images choquantes qui s'affichent spontanément sur vos écrans.

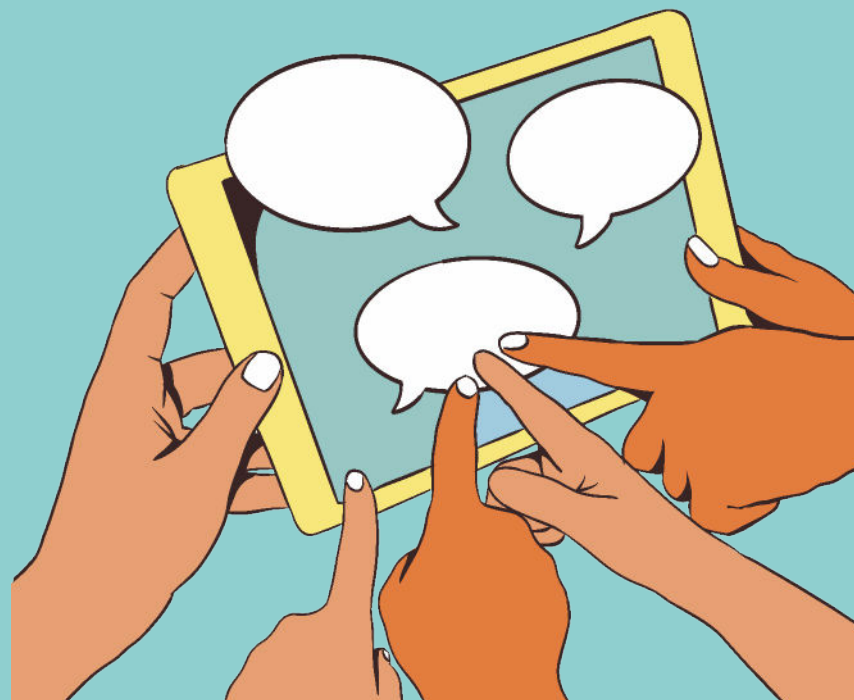
Pour reconnaître les sites licites, vous pouvez télécharger Eol, extension conçue et créée par l'Arcom (Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique) dans le cadre de sa mission d'encouragement au développement de l'offre pour vérifier temps réel pendant la navigation si le site est respectueux du droit d'auteur et référencé par l'Arcom.



# 03



# EN SAVOIR PLUS





## Contrôle parental



### Bouygues Telecom

Clients mobile : <https://www.assistance.bouyguetelecom.fr/s/article/controle-parental-telephone-mobile>

Clients fixe : <https://www.assistance.bouyguetelecom.fr/s/article/telecharger-logiciel-contrôle-parental-gratuit>



### BTBD

(Crédit Mutuel mobile, CIC Mobile, NRJ Mobile, Auchan Télécom, Cdiscount mobile) : <https://www.assistance-mobile.com/questions/2641546-beneficier-option-option-contrôle-parental-gratuit>



### La Poste Mobile

<https://www.lapostemobile.fr/assistance/fiche/souscrire-loption-contrôle-parental-de-la-poste-mobile/8>



### Orange

[assistance.orange.fr/mobile-tablette/tous-les-mobiles-et-tablettes/installer-et-utiliser/securite-mobile/le-contrôle-parental/protéger-et-accompagner-vos-enfants-dans-leurs-usages-numeriques-\\_69107-69929](https://assistance.orange.fr/mobile-tablette/tous-les-mobiles-et-tablettes/installer-et-utiliser/securite-mobile/le-contrôle-parental/protéger-et-accompagner-vos-enfants-dans-leurs-usages-numeriques-_69107-69929)

Pour plus de conseils : <https://bienvivreledigital.orange.fr/hub/espace-des-parents>



### RED by SFR

<https://communaute.red-by-sfr.fr/t5/Internet-s%C3%A9curit%C3%A9/Prot%C3%A9ger-mes-enfants-avec-l-option-SFR-Family-Contr%C3%B4le-parental/ta-p/300498>

Pour plus de conseils : <https://communaute.red-by-sfr.fr/t5/Internet-s%C3%A9curit%C3%A9/Encadrer-l'utilisation-d-une-ligne-RED-par-un-jeune-ou-un-tiers/ta-p/349995>



### Sfr

<https://assistance.sfr.fr/gestion-client/sfrfamily-contrôleparental/accueil.html>

Pour plus de conseils : <https://assistance.sfr.fr/gestion-client/sfrfamily-contrôleparental/solutions-contrôle-parental.html>



### Sosh

[https://assistance.sosh.fr/faq/protéger-et-accompagner-vos-enfants-dans-leurs-usages-numeriques\\_338361](https://assistance.sosh.fr/faq/protéger-et-accompagner-vos-enfants-dans-leurs-usages-numeriques_338361)



## Informations & conseils

Des associations et certaines institutions publiques sont aussi là pour vous accompagner et vous orienter.

- La CNIL propose des fiches thématiques dédiées à l'éducation numérique et a créé, avec l'Arcom et le Défenseur des droits, un kit pédagogique conçues pour l'éducation du citoyen numérique, à destination des formateurs et des parents : <https://www.cnil.fr/fr>
- Pour des problématiques de harcèlement / cyberharcèlement : vous pouvez joindre le dispositif d'écoute des victimes de harcèlement en ligne et de violences numérique en composant le 3018 (appels gratuits)
- Pour des outils contre l'exposition de votre enfant à la pornographie en ligne : <https://jeprotegemonenfant.gouv.fr/>
- Pour des informations pour votre enfant : Internet Sans Crainte, qui met à disposition des supports de prévention pour les enfants et les enseignants. [www.internetsanscrainte.fr](http://www.internetsanscrainte.fr)
- Pour des informations et conseils sur les jeux vidéo : PédagoJeux, site piloté par l'Union Nationale des Associations Familiales. [www.pedagojeux.fr](http://www.pedagojeux.fr)
- Pour la protection des achats en ligne : consultez le site de l'Association Française du Multimédia Mobile. [af2m.org](http://af2m.org)
- Site Institutionnel : l'Éducation Nationale : du primaire au lycée, le numérique et ses usages sont désormais inclus dans les programmes tout au long du cursus scolaire. [www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr)





Fédération Française des Télécoms - SIREN 502 086 325

La **Fédération Française des Télécoms** (FFTélécoms), réunit les opérateurs de communications électroniques en France. Elle assure notamment le dialogue entre les opérateurs télécoms, la société civile, le grand public, les entreprises, et les élus, locaux et nationaux. Elle a pour mission de promouvoir une industrie responsable et innovante au regard de la société, des personnes, des entreprises, et de l'environnement



@FFTelecoms  
01 47 27 72 69  
fftelecoms.org



Illustrations et pictogrammes : KIBLIND