

PERMIS DE CYBERPRUDENCE

Pour être plus en sécurité sur Internet

Cette brochure de prévention sensibilise les enfants et les adolescents aux risques liés à Internet et aux réseaux sociaux. Elle vise à encourager le dialogue des jeunes avec leurs parents ou des adultes de confiance.

À PROPOS DE DOMINIQUE DE SAINT MARS

Auteure/scénariste, elle publie des bandes dessinées sur les violences, la santé, les sujets de société pour apprendre aux enfants à en parler et à se défendre. En 1988, elle reçoit le prix de la Fondation pour l'enfance. En 1992, elle crée avec l'illustrateur Serge Bloch la série Max et Lili (www.editionscalligram.com) qui a déjà 133 titres.

À PROPOS DE CAMELEON ASSOCIATION

CAMELEON est une association de solidarité internationale, reconnue œuvre de bienfaisance et d'assistance, qui a été créée en 1997 par Laurence Ligier pour venir en aide aux enfants victimes de violences ou issus de milieux défavorisés. Elle mène des actions de prévention en milieu scolaire notamment, de sensibilisation et de plaidoyer pour promouvoir les droits de l'Enfant et lutter contre les violences sexuelles et la cyberpédocriminalité en France et aux Philippines.

Pour en savoir plus : www.cameleon-association.org

PASSE TON PERMIS DE - CYBERPRUDENCE -



Internet c'est super pour s'informer et se connecter aux autres. Regarder des vidéos et jouer en réseau font partie des activités préférées des enfants et des adolescents.

Mais il arrive que des gens essaient de piéger les jeunes derrière leur écran pour les isoler, les agresser et leur faire du mal. Ils peuvent mentir sur leur identité en utilisant des applications ou des réseaux sociaux pour entrer en contact avec eux.



Dans la vraie vie comme sur Internet, il y a des règles de sécurité à connaître pour se protéger des dangers qui existent.

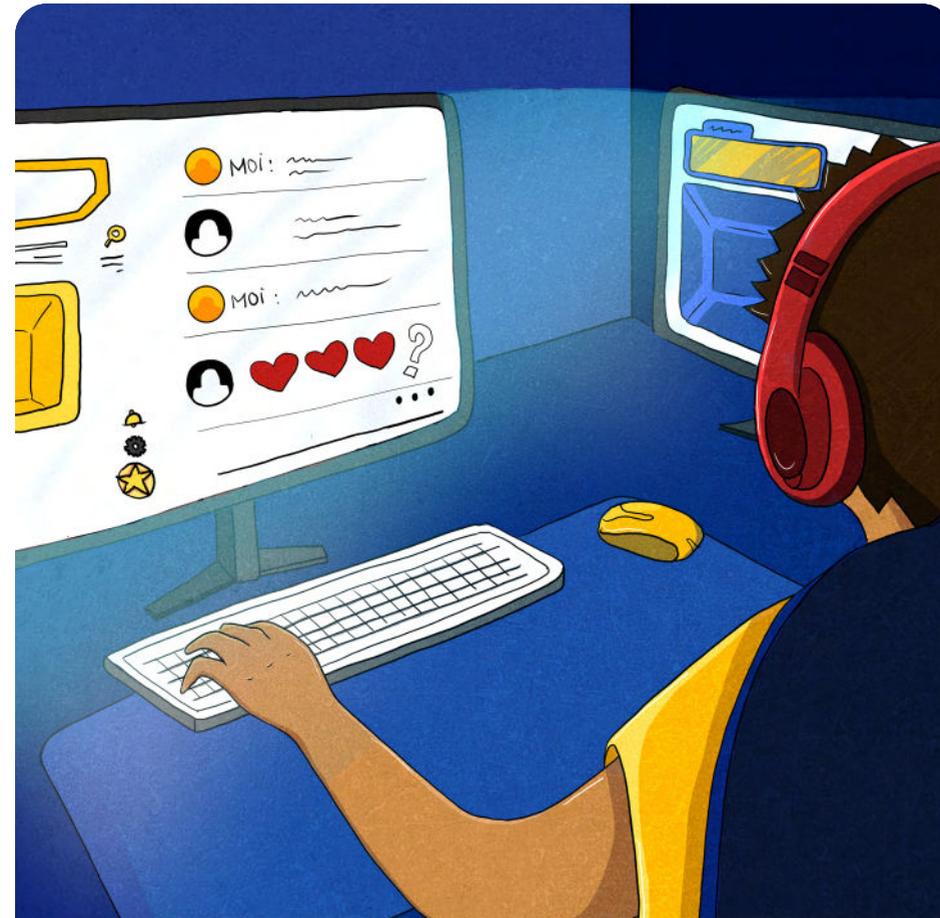
Passe ton permis de cyberprudence en répondant à ce quiz. Sauras-tu reconnaître et éviter les situations à risques ?

Découvre ton résultat à la fin !



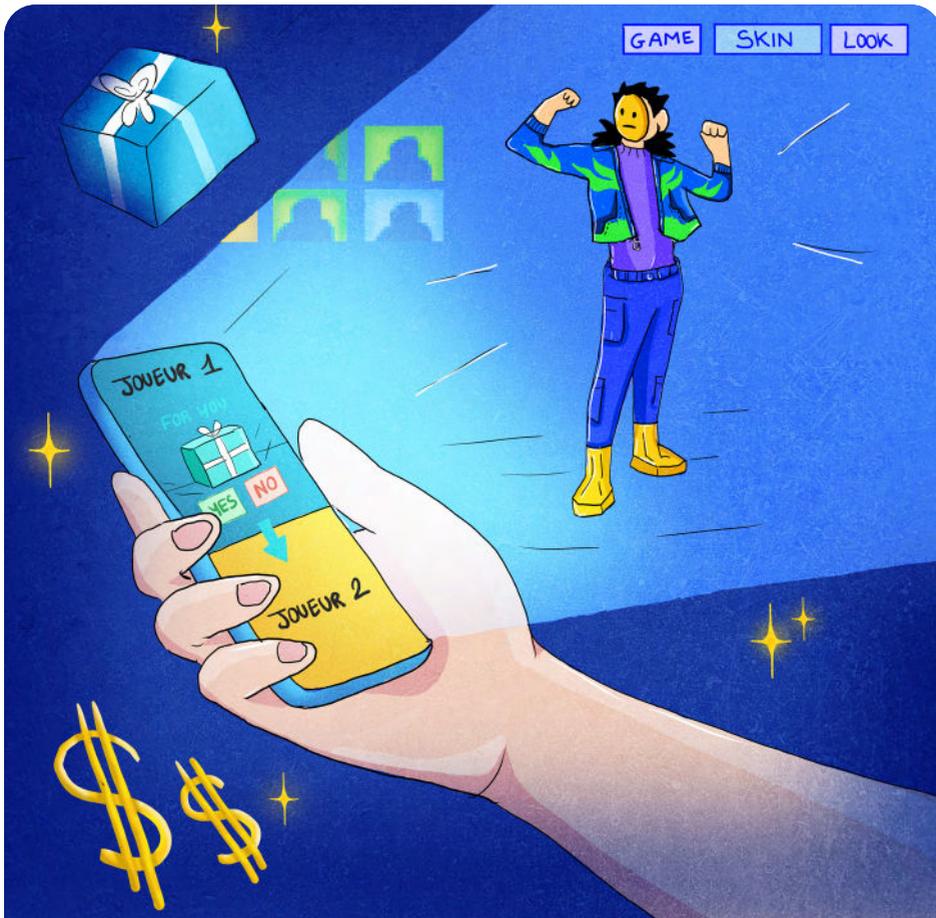
1. Des copains te parlent d'une nouvelle application où tu peux discuter en vidéo avec des personnes au hasard.

- ▲ Tu télécharges l'application pour tester par toi-même. Qui vas-tu rencontrer aujourd'hui ?
- Tu télécharges l'application mais tu fais attention à cacher ta caméra pour ne pas montrer ton visage.
- ◆ Tu utilises l'application avec tes copains, c'est plus marrant de faire une vidéo en groupe !
- Tu ne télécharges pas l'application car ça ne t'intéresse pas de discuter avec des inconnus et c'est peut-être risqué.



2. Sur Internet, un inconnu te demande si tu as déjà eu une relation amoureuse.

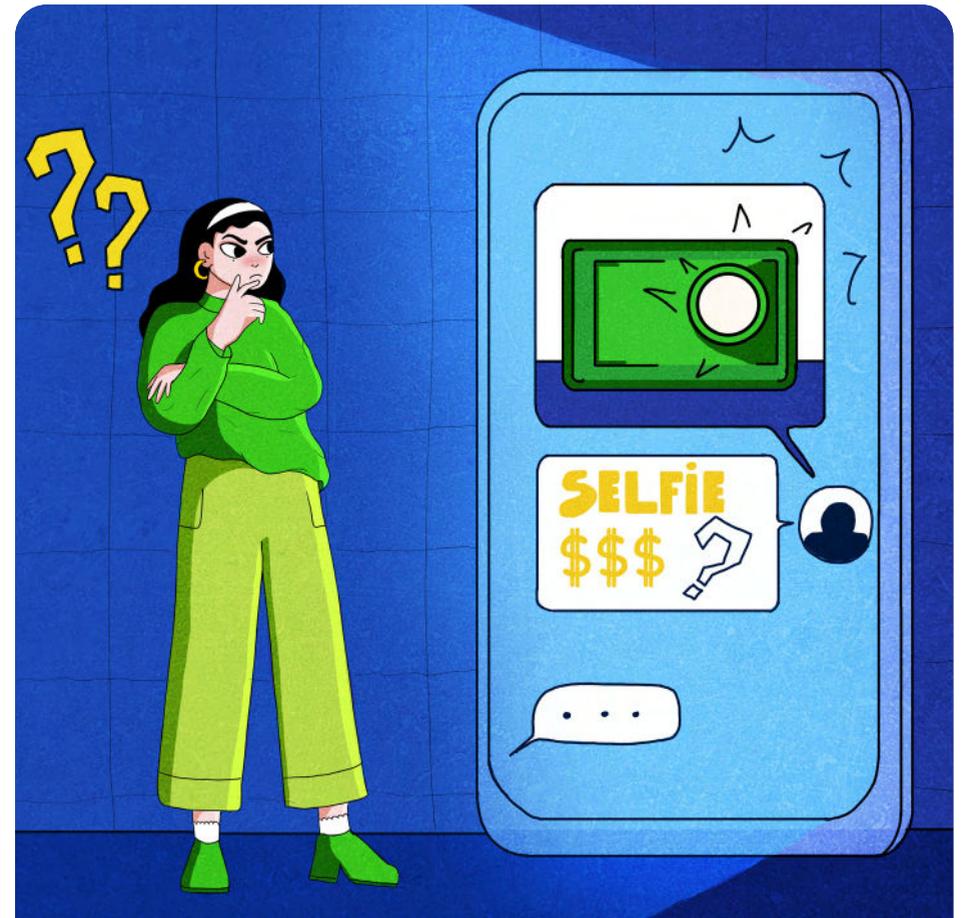
- ▲ Tu lui dis que tu es trop jeune et tu lui demandes pourquoi il te pose la question.
- C'est bizarre, tu bloques ou tu signales la personne.
- ◆ Tu lui réponds car sur Internet tu es moins timide que dans la vraie vie.
- Tu préfères ne pas répondre à cette question gênante mais tu continues à discuter s'il est gentil.



3. Lors d'une partie sur ton jeu préféré, quelqu'un souhaite t'offrir des skins, des cadeaux* ou de l'argent virtuel.

- Tu n'acceptes pas même si c'est tentant. Il pourrait te demander quelque chose en échange.
- Tu acceptes, tu le bloqueras après avoir reçu ses cadeaux !
- ◆ Tu le remercies et tu l'acceptes en ami pour jouer plus souvent avec lui.
- ▲ Tu acceptes et vous commencez à faire connaissance.

**Une nouvelle tenue, de nouveaux accessoires ou des objets exclusifs pour ton personnage.*



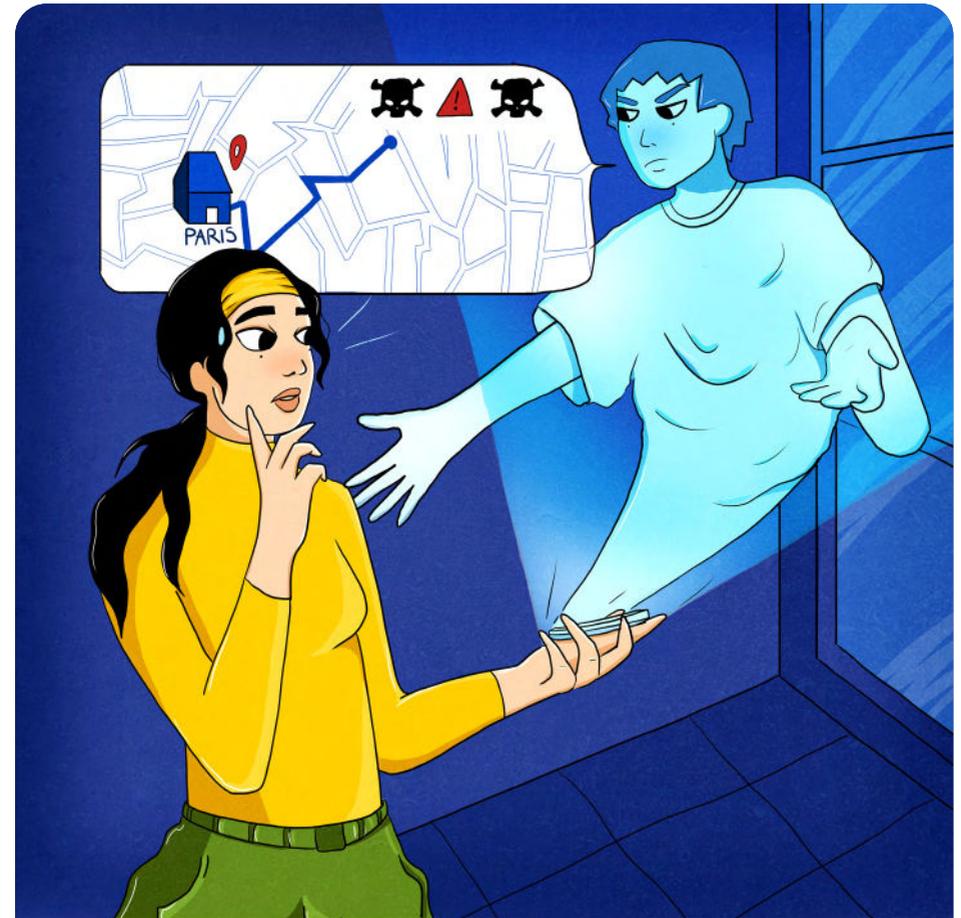
4. Si on te propose de gagner de l'argent en envoyant une photo de toi.

- ▲ Ça dépend de combien on te propose et quel genre de photo...
- Tu as envie d'envoyer la photo de quelqu'un que tu as trouvée sur Internet.
- ◆ Tu veux en savoir plus, il paraît qu'on peut gagner de l'argent juste en montrant ses pieds !
- C'est non parce que tu ne sais pas ce qu'on va faire avec ta photo.



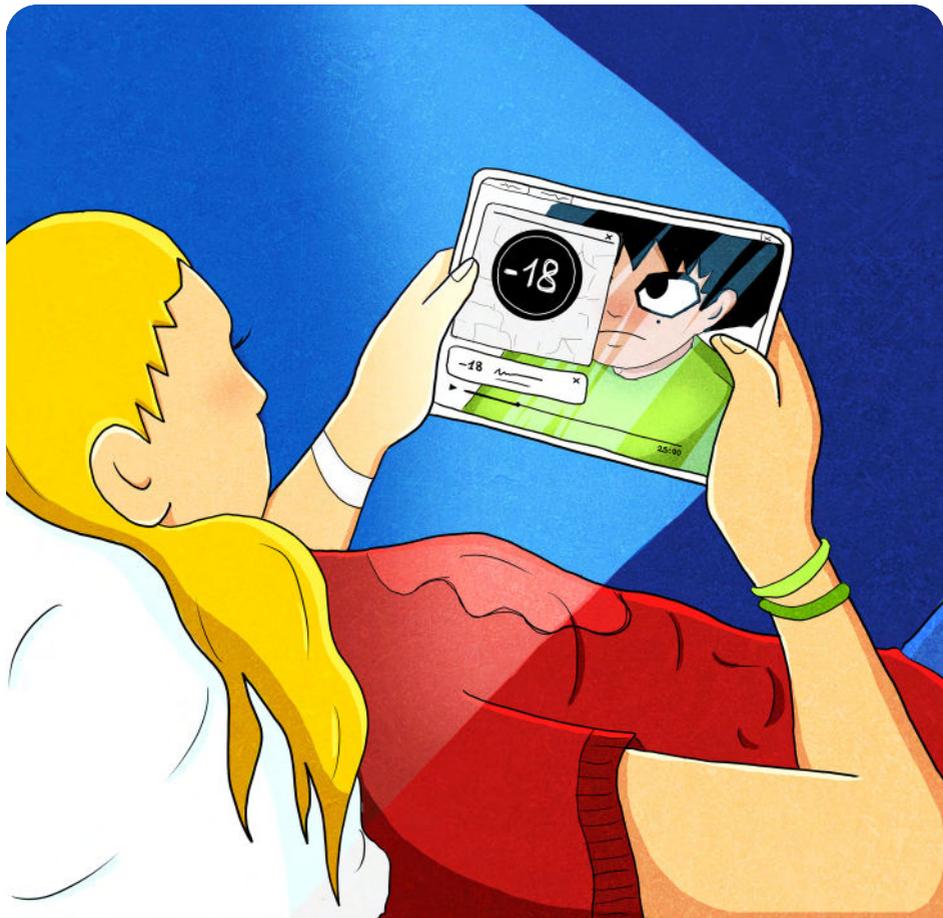
5. Une amie affiche une personne de ton école ou de ton collègue sur les réseaux sociaux en se moquant d'elle.

- ▲ Tu penses à prendre des photos gênantes de ton amie pour te protéger au cas où elle voudrait t'afficher aussi un jour...
- Tu vas prévenir la personne et tu dis à ton amie d'arrêter.
- ◆ Tu partages les photos les plus marrantes, pour faire comme tout le monde.
- Chacun ses problèmes. Tu préfères rester neutre.



6. Quelqu'un avec qui tu discutais sur Internet menace de te retrouver et dit qu'il connaît ton adresse.

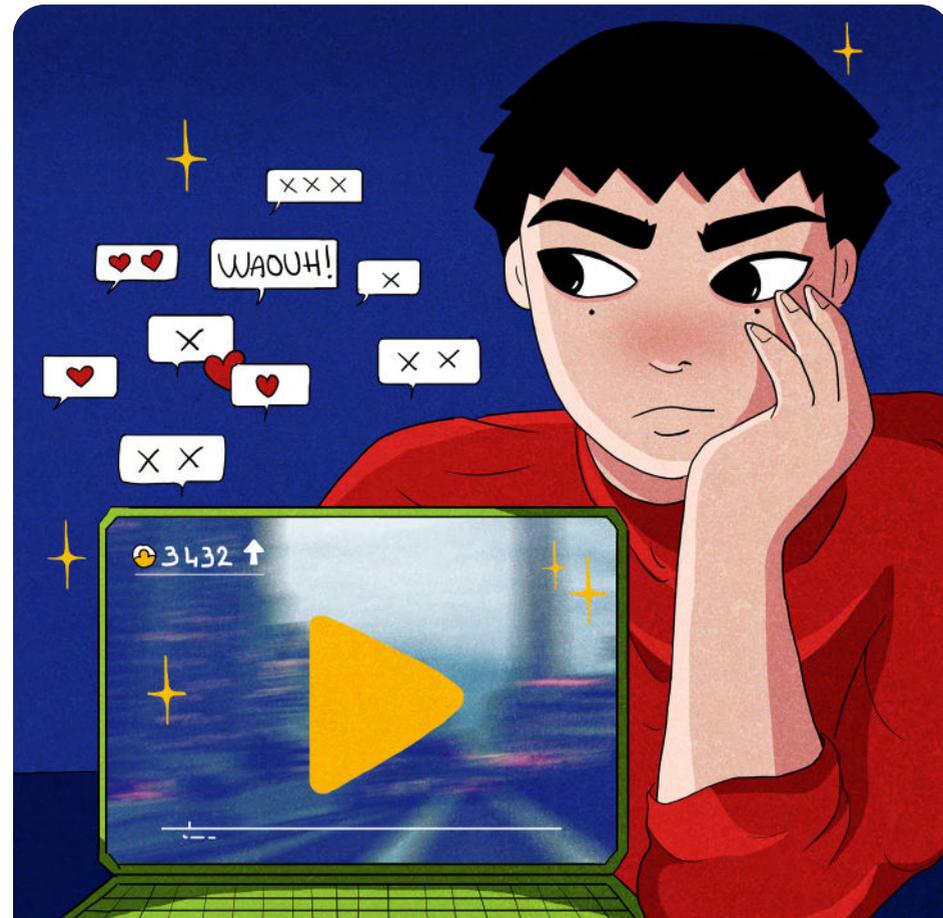
- Tu bloques la personne et tu en parles à ta famille.
- ▲ Tu l'insultes et tu le menaces à ton tour.
- Tu supprimes ton compte et tu crées un nouveau profil.
- ◆ Tu ne te sens plus en sécurité et tu as peur de rester seul(e) chez toi mais tu n'en parles à personne.



? Tu lis un manga ou tu regardes un animé sur Internet et un contenu choquant apparaît*.

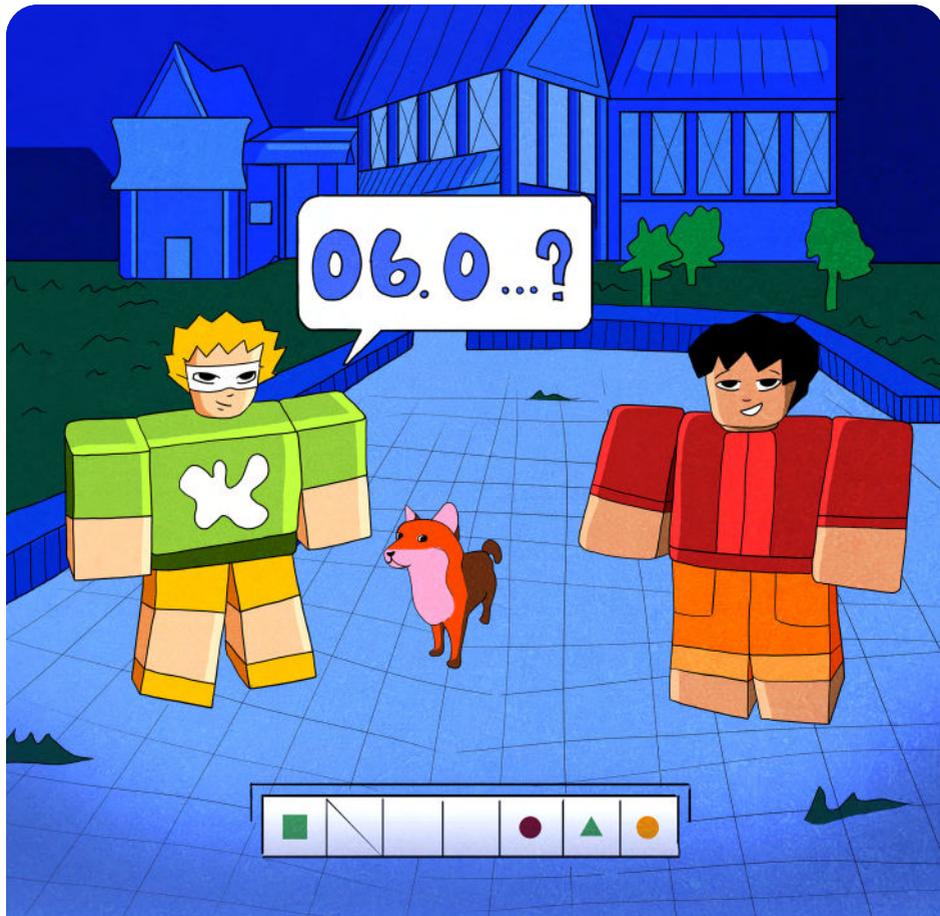
- ▲ Tu cliques dessus par curiosité...
- ◆ Tu fermes l'annonce et tu continues à lire ton manga ou à regarder ton animé, tu as l'habitude.
- Tu le montres ou tu en parles à un adulte de ta famille en expliquant ce que tu faisais sur Internet
- Tu éteins l'écran et tu essayes de penser à autre chose. Il ne vaut mieux pas que tes parents le sachent !

**Image violente, effrayante ou à caractère sexuel.*



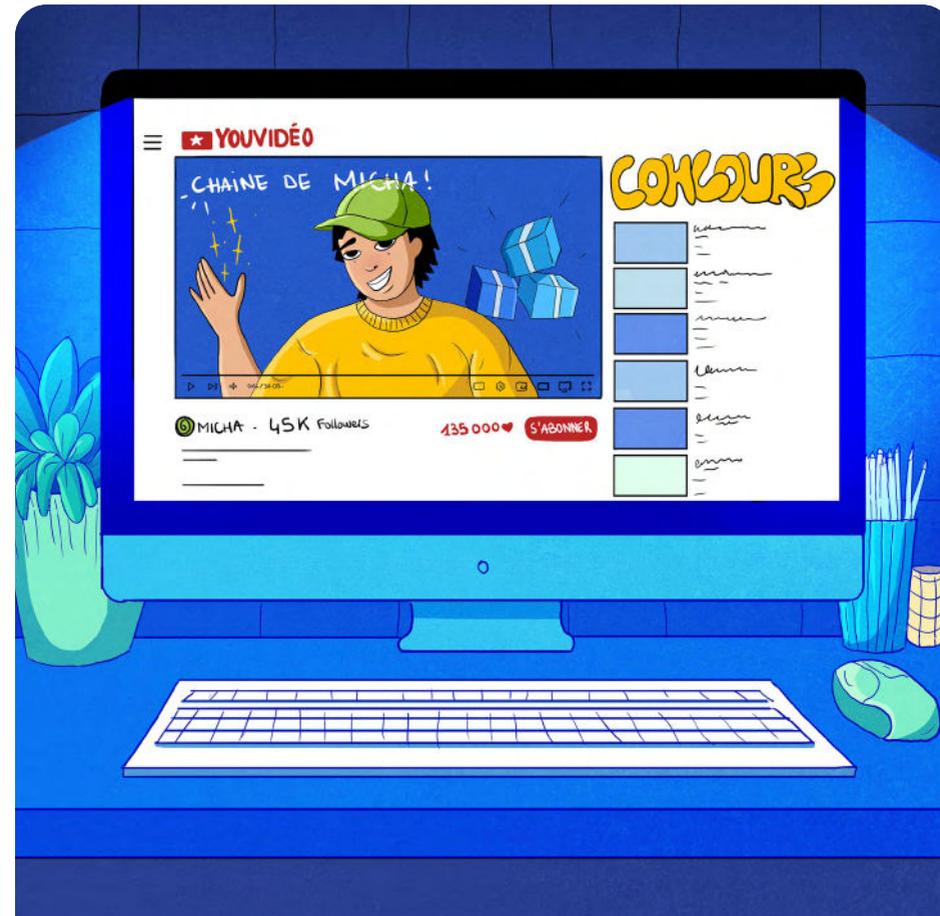
8 Tu as publié une vidéo qui a fait beaucoup de vues avec de nombreux commentaires. Comment réagis-tu ?

- ▲ Content(e) d'être populaire ! C'est le début de la gloire... Tu fais une nouvelle vidéo pour avoir encore plus d'abonnés ou de likes.
- ◆ Tu gardes les mots gentils et tu bloques ceux qui ont posté des commentaires méchants.
- Tu paramètres ton compte en privé. Seuls des membres de ta famille ou tes copains pourront voir tes publications.
- Tu prends peur de tous ces messages anonymes et tu supprimes ton compte sur les réseaux sociaux.



9. Un jeune avec qui tu discutes et joues sur Internet depuis plus de 6 mois te propose d'échanger vos numéros de téléphone.

- Tu proposes à la place ton snap, ton insta, ton discord...
- Tu refuses et tu lui expliques que tu préfères continuer à lui parler sur le jeu sans donner ton numéro.
- ◆ Tu acceptes car ça fait longtemps que tu le connais, tu peux lui faire confiance.
- ▲ C'est cool, tu donnes ton numéro, peut-être qu'un jour vous pourrez vous rencontrer.



10. Ton youtubeur préféré propose de gagner un super cadeau en participant à un concours ou challenge.

- ▲ Tu as envie de participer mais tu hésites à demander l'autorisation à tes parents.
- Tu fais le challenge avec tes copains, vous partagerez la récompense.
- C'est peut-être une arnaque ? Tu ne donnes pas tes informations personnelles, même pour recevoir un cadeau.
- ◆ Tu participes en envoyant ta plus belle vidéo et tu espères que c'est toi qui auras le cadeau !

DÉCOUVRE TES RÉSULTATS !



SI TU AS DES TRIANGLES OU DES LOSANGES :
tu as raté ton permis de cyberprudence !

Fais attention, tu ne te rends pas vraiment compte de ce qui est **dangereux, normal ou anormal**, et tu fais confiance à des inconnus.

Tu peux penser que tu es en sécurité derrière ton écran mais tu peux être piégé(e) et en souffrir, même en dehors d'Internet.

Sois plus méfiant(e), repasse ton permis avec tes parents ou une personne en qui tu as confiance pour ne plus te mettre en danger.



SI TU AS PLUS DE CARRÉS :
tu prends des risques, repasse ton permis !

Tu hésites parfois et tu essaies de faire attention. Mais sois plus prudent(e), ne crois pas tout ce qu'on te dit, ose dire non et parler de situations qui te posent problème. Évite de prendre des risques et discute avec tes parents ou des adultes de confiance pour mieux savoir comment te protéger sur Internet.



SI TU AS SURTOUT DES RONDS :
bien joué, tu as réussi ton permis !

Tu as compris qu'Internet et les réseaux sociaux peuvent comporter des risques. Tu n'as pas peur de parler des choses qui te mettent mal à l'aise ou qui te choquent et tu sais refuser des propositions dangereuses. Montre ton permis de cyberprudence à ta famille ou tes ami(e)s pour discuter de ce que vous faites sur Internet, ou deviens coach et fais-le passer aux autres !



TU TE SENS PIÉGÉ(E) :

COMMENT RÉAGIR DANS CES SITUATIONS ?

Si quelqu'un t'inquiète ou te met mal à l'aise, même s'il s'agit d'une personne que tu apprécies, que tu connais bien ou avec qui tu parles depuis longtemps sur Internet... Que faire ?

→ **Écoute tes émotions** : peur, gêne, sentiment que quelque chose est « bizarre » ... **Parles-en** à tes parents ou à un adulte de confiance !

Si tu as vu des images / des vidéos qui t'ont choqué(e) ou fait peur (scène d'horreur, agression, incitation au suicide)... Si elles restent dans ta tête, si tu y penses souvent ou si ça t'empêche de dormir...

→ La violence, les insultes, la souffrance ne doivent pas être banalisées. **Confie-toi à quelqu'un** qui pourra te rassurer et t'aider à les remplacer par des images apaisantes, drôles ou joyeuses.

Si tu tombes sur un site pornographique... Si tu es fasciné(e) ou dégoûté(e)...

→ Ne crois pas devoir faire pareil dans la vie. C'est une **vision fautive et brutale** de la sexualité. **Informe-toi** auprès de personnes de confiance avec qui discuter d'amour et de vraie sexualité basée sur le **respect et le consentement** de chacun(e).

Tu peux aussi poser tes questions à **Fil Santé Jeunes** au numéro gratuit **0 800 235 336** / par tchat (filsantejeunes.com) ou échanger avec des professionnel(le)s dans des lieux d'écoute et de conseil comme les **Espaces Santé Jeunes** ou les **Maisons des Adolescents**.

Si tu n'arrives plus à t'arrêter, à contrôler ton temps d'écran sur Internet et si tu commences à t'isoler, à déprimer, à ressentir de la colère, de la tristesse ou de l'angoisse...

→ **Stop ! Tu es accro ! Demande de l'aide !**

Si tu te fais harceler sur Internet, si on t'envoie des messages de haine, si on fait circuler des photos de toi sans ton accord, si tu es victime de rumeurs... Dis-toi que ce sont des gens lâches, bêtes et fragiles, qui se cachent derrière leur écran.

→ **Ne les écoute pas** et cherche de l'aide, **tu as le droit d'être protégé(e) !** Préviens tes parents, ton collègue, contacte une personne de confiance ou un numéro d'urgence pour **arrêter ces violences.**

Si quelqu'un te menace ou te fait du chantage, si tu as peur qu'il te fasse du mal, à toi ou à des personnes que tu aimes si tu ne lui obéis pas...

Si tu ressens de la honte ou de la culpabilité car tu as désobéi ou agi en cachette. Si on essaie de te faire croire que c'est toi qui l'as cherché ou qu'on t'a fait promettre de n'en parler à personne...

→ **Urgence !** Tu as besoin de te confier vite pour qu'on t'aide à sortir de cette situation.

Si tu as peur ou si tu n'es pas à l'aise pour en parler à tes parents... Tu n'es pas seul(e), plusieurs adultes autour de toi peuvent t'aider.

→ **Parles-en** calmement et vite à une personne en qui **tu as confiance** : un membre de ta famille, les parents d'un ami(e), un médecin, un(e) enseignant(e), un(e) animateur(trice), un(e) surveillant(e), un(e) psychologue, la direction ou l'infirmière de ton école, collègue...

Si on ne te croit pas ou qu'on ne fait rien alors que tu as eu le courage de te confier...

→ **Ne pense pas que c'est de ta faute !** Insiste pour trouver quelqu'un d'autre jusqu'à ce qu'on t'écoute et qu'on agisse pour te protéger. **C'est la responsabilité des adultes** de protéger les enfants et les adolescents !



NUMÉROS D'URGENCE !

Tu n'es pas seul(e). En cas de violence ou de danger, tu peux aussi appeler **gratuitement** les numéros suivants pour expliquer ta situation. Des professionnel(les) pourront **te conseiller et t'aider** pour te défendre, signaler ou porter plainte.

Le 119

Pour les enfants en danger ou victimes de violences.

Chat et formulaire de signalement : demande d'aide accessibles en ligne sur le site internet <https://www.allo119.gouv.fr/besoin-daide>

Le 3018

En cas de harcèlement ou de cyberviolences.

Il existe aussi une application à télécharger pour stocker les preuves du harcèlement

Contacte-les également si tu as été témoin de violences ou si tu connais un jeune qui est en danger !
Ton appel pourrait lui sauver la vie !



TU AS DES DROITS !

QUE DIT LA LOI ?

Le **cyberharcèlement est un délit**. Les sanctions peuvent aller jusqu'à 3 ans de prison et 45 000 € d'amende si la victime a moins de 15 ans.

Un adulte n'a pas le droit de montrer des images pornographiques à un mineur, de s'exhiber nu, de demander des photos intimes ou de lui faire des propositions sexuelles. Dans la vraie vie, sur Internet et dans les jeux vidéo, c'est interdit par la loi ! Les sanctions peuvent aller jusqu'à 10 ans de prison et 150 000 € d'amende.

Tu peux noter des dates, des événements, des vidéos ou des personnes que tu as adorés, qui t'ont fait peur ou gêné(e) dans tes activités sur Internet.

Pour te souvenir de tes coups de cœur ou t'aider en cas de problème !

1 | **Informe tes parents** de tes activités et de tes contacts en ligne.

Si tu souhaites tester un jeu ou télécharger une nouvelle application, **vérifie avec eux** que ce n'est pas dangereux et **suis les recommandations** liées à ton âge.

3 | **Évite de discuter avec des inconnus**, sur Internet comme dans la rue. Refuse les propositions de rencontre !

4 | **Ne divulgue pas** ton adresse, ton nom de famille, ton école ou ton collège, tes mots de passe ou ton numéro de téléphone.

5 | **Ne donne jamais d'argent** ni de numéro de carte bleue sur un site ou si on te le demande, ça peut être une arnaque.

6 | N'accepte pas d'argent ou de cadeaux virtuels de la part de personnes que tu ne connais pas. **C'est un piège** pour te mettre en confiance. Rien n'est gratuit, méfie-toi des faux-amis !

7 | Il est important de **paramétrer tes comptes en privé** plutôt qu'en public, pour protéger ta vie privée et limiter les risques de mauvaises rencontres, moqueries, cyberharcèlement, menaces ou intimidations.

8 | Fais régulièrement **le tri dans tes contacts** pour vérifier qui a accès à tes informations ou tes publications. Supprime toutes les personnes que tu ne connais pas, notamment celles qui écrivent des commentaires méchants ou sur ton apparence physique.

9 | Ne publie pas des photos ou des vidéos de toi sur Internet. Évite surtout de t'exposer en maillot de bain ou peu habillé(e). Des prédateurs sexuels pourraient **voler tes images ou essayer de te rencontrer**.

Auteurs : **Dominique de Saint Mars** et **Socheata Sim**,
en collaboration avec Bertrand Lionet.

D'après une idée originale de **Marceline Gabel** et
Dominique de Saint Mars, adapté par **CAMELEON Association France**
à partir des brochures publiées sur permisdeprudence.fr

Illustrations de **Chaïma Metatla** du compte [@chai.mtl](https://www.instagram.com/@chai.mtl)

CAMELEON ASSOCIATION FRANCE
32 rue Robert Lindet - 75015 Paris
01 43 22 35 92

prevention@cameleon-association.org
www.cameleon-association.org



*Cette brochure, libre de droits, peut être distribuée sans modification
et sans but commercial. © CAMELEON Association
Avec le soutien de la Direction Générale de la Cohésion Sociale (DGCS)*

Image by https://www.freepik.com/free-vector/man-silhouette-surrounded-by-web-icons_719671.htm#page=2&query=phone%20media%20icon&position=9&from_view=search&track=ais

