



## CONSEILS

pour la bonne utilisation d'un telephone portable, l'ordinateur et l'internet

→ **Choisir les appareils en fonction de l'age des enfants.**

Ces quelques recommandations peuvent aider a faire le bon choix:

Acquerir son propre telephone portable, seulement a partir de neuf ans.

Le smartphone et l'ordinateur, pas avant douze ans.

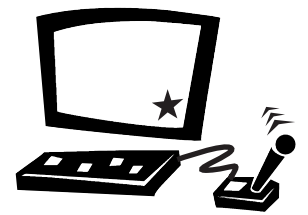
→ **Accompagnement especially in the beginning.**

L'utilisation correcte de l'ordinateur et de l'internet s'apprend: Comment trouver ce que je cherche reellement? Quels sont les sites credibles? Ou dois-je me mefier?

Aider votre enfant a utiliser correctement les medias. Pour les plus petits, le verouillage reste toujours une methode tres pratique.

→ **La confidentialite est importante.**

Faite savoir a votre enfant de faire tres attention lorsqu'il partage des donnees personnelles. Il ne doit pas publier des photos embarrassantes, et surtout ne pas publier des photos d'autrui sans accord prealable.



→ **Reglages de telephones portables.**

Il n'est pas possible de verrouiller les sites inappropriés, ou les sites forfaitaires a partir du distributeur de telephones portables. Afin d'éviter de tomber dans des pieges de ce genre, il est recommande de controler tres souvent les factures telephoniques.

→ **Transmettre les regles pour une bonne utilisation et une bonne conduite.**

Pour l'utilisation de l'internet et la communication a travers le telephone portable, il est important de se respecter mutuellement, éviter les diffamations, les offenses et les insultes.

→ **Interessez-vous aux activites de votre enfant devant l'ordinateur et a l'internet.**

Que l'enfant vous montre ce qu'il aime. Essayez de comprendre ce qui fascine l'enfant. n'évaluez pas ce qu'il aime. Soyez surtout presents.

→ **Les jeux videos appropriés.**

La limitation d'age pour les donnees sur l'internet est un facteur tres important.

Vous pouvez seulement savoir si un jeu video est adapte a votre enfant, lorsque vous apprenez ce jeu. Sur ce, vous pouvez apporter votre propre jugement.

→ **Venir en aide en cas de besoin, surtout apres une mauvaise experience.**

Lorsque les enfants ou adolescents se confrontent a des images ou experiences derangeantes (Harcellement, pornographie, Violence), ils ont plus que jamais besoin de quelqu'un qui puisse les comprendre, et si necessaire leur apporter de l'aide.

→ **Le temps consacre a l'internet.**

Il est preferable de se mettre d'accord sur le temps que consacre votre enfant avec l'ordinateur, pour éviter tout abus. Pour les plus jeunes, un reveil peut s'averer efficace. En ce qui concerne les plus ages et les adolescents, un temps hebdomadaire peut être discuter, et la repartition de ce temps peut être faite par l'enfant lui meme.

→ **Eteindre.**

Les moments de non-utilisation du telephone portable, par exemple pendant les repas, le temps des devoirs d'ecole et pendant le sommeil, sont a la longue tres efficaces pour le climat familiale, mais aussi pour la concentration et pour se relaxer.

