

FICHE 1

**QUE FAIRE AVANT DE
PUBLIER SUR INTERNET ?
LE DROIT À L'IMAGE**



RÉPONDS À CES QUESTIONS :



La personne est-elle d'accord ?



Qui va voir la photo ?



Est-ce que je ferais pareil en vrai ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Une image peut être vue par beaucoup de gens

 Une image, c'est personnel.

 Une fois en ligne, on ne peut plus l'enlever.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je demande l'autorisation

→ À la personne sur la photo, à ses parent, aux miens.

 J'ai le droit de dire non

→ Si une photo ne me plaît pas, je peux refuser.

 Je choisis qui peut voir

→ Famille et amis proches seulement.

PETIT JEU

 "JE PUBLIE OU PAS ?"

Regarde des images
(vacances, sport, groupe...)

et dit si :

✓ Je publie

✗ Je ne publie pas

 J'explique pourquoi

 L'objectif :

**apprendre à réfléchir
avant de partager.**

FICHE 2

TOUT CE QUI EST SUR INTERNET EST VRAI ?

LES FAKE NEWS

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

- 🧐 Est-ce que cette info est vraie ?
- 🔍 Qui a créé ou partagé cette info ?
- 😬😞 Quel est le but de cette info ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

⚠ Une fake news peut tromper, faire peur ou faire du mal.

🧠 Les enfants, les adultes, tout le monde peut se faire avoir.

👉 Vérifier, c'est se protéger et protéger les autres.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

🔍 Je vérifie d'où ça vient

→ Qui a publié ? Site sérieux ?

🔄 Je compare

→ D'autres disent la même chose ?

🧑 En cas de doute, je m'arrête

→ Je demande à un adulte

PETIT JEU

🎲 "INFO OU INTOX ?"

Lis ou regarde une info.

✓ Info

✗ Intox

💬 J'explique pourquoi j'ai douté (titre accrocheur, auteur inconnu, ...)

👉 L'objectif :

apprendre à douter avec intelligence, sans tout remettre en cause.

FICHE 3

**QUE FAIRE FACE AUX
VIOLENCES EN LIGNE ?
CYBERVIOLENCE**

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

😞 Et si c'était moi ?

🗣️ À qui je peux en parler ?

👁️ Et si je vois quelqu'un se faire
insulter ?

😬 Pourquoi c'est difficile d'en parler ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

😞 On peut avoir peur de parler.

😬 Garder pour soi, ça fait encore plus mal.

🤝 Parler aide à trouver une solution.

👉 Tu n'es jamais seul.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

🗣️ J'en parle

→ Adulte de confiance, ami, ...

❤️ Je soutiens

→ Message gentil, je ne partage pas ce qui blesse

🛑 Je me protège

→ Je bloque, je signale

👉 Demander de l'aide, c'est se défendre.

PETIT JEU

🎭 "ACTION OU IMAGINATION?"

✍️ Imagination : invente une phrase de soutien pour quelqu'un qui se fait insulter.

📱 Action : apprendre à bloquer et signaler sur une application.





👉 L'objectif : réagir sans faire de mal et ne jamais rester seul..

FICHE 4

COMMENT PROTÉGER MES INFOS EN LIGNE ?

DONNÉES PERSONNELLES

RÉPONDONS À CES QUESTIONS :

-  Quelles infos parlent de moi ?
-  Qui peut les voir ?
-  Mon mot de passe est-il secret ?
-  Est-ce que je partage trop ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Ce que je publie reste quelque part.

 Empêcher l'accès à mes infos, c'est comme fermer ma maison numérique.

 Sécuriser mes infos, c'est me protéger.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je garde mes mots de passe secrets

→ Je ne les donne à personne.

 Je réfléchis avant de publier

→ je fais attention à ce que je mets en ligne

 Je me fais aider par un adulte

→ pour régler mes comptes

PETIT JEU

 "MA BULLE PRIVÉE"

 Sur une feuille, dessine deux cercles :


 Je peux partager

→ goûts, dessins, paysages

 Je garde pour moi

→ adresse, téléphone, photos

 J'explique pourquoi.

 L'objectif :
garder le contrôle
de mes infos

FICHE 5

COMMENT BIEN UTILISER

LES ÉCRANS ?

ÉQUILIBRE ÉCRANS

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

? Des écrans pour quoi faire ?

🤔 Comment je me sens quand j'arrête ?

😴 Est-ce que ça m'empêche de dormir ?

🌳 Qu'est-ce que j'aime faire sans écran ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Trop d'écran peut énerver.

 Le soir, les écrans gênent le sommeil.

 Attention au contenu qui peut choquer.

 J'ai besoin d'un équilibre.

 Écrans : oui, mais pas tout le temps.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je varie mes activités.

→ Je garde des moments sans écran.

 J'utilise un minuteur

→ Je peux aussi définir un nombre de parties.

 Je m'organise avec mes parents


→ Je fixe des règles avec eux pour m'aider

PETIT JEU


 "MA JOURNÉE ÉQUILIBRÉE"

 Dessine deux cercles :

 Le premier représente les activités de ma journée.

 Le second représente une journée idéale.

 Je compare les deux cercles.

 L'objectif :
équilibrer mes
activités
numériques

FICHE 6

**QUE MONTRE INTERNET
DE MOI ?**

IDENTITÉ NUMÉRIQUE

RÉPONDS À CES QUESTIONS :



Que montrent mes posts ?



Ai-je déjà regretté d'avoir mis une publication?




Que trouve-t-on sur moi ?



Qui sont les personnes avec qui je parle ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Ce que je publie laisse une trace.

 Mon identité, c'est mon image en ligne.

 Je peux et je dois la protéger.

 Internet garde tout en mémoire.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je publie des choses dont je suis fier.

→ J'en parle à mes parents avant

 Je respecte les autres

→ Pas d'infos personnelles sur les autres

 Je donne peu d'infos sur moi en ligne

→ Choisis un pseudo, pas d'adresse,...

PETIT JEU


 "MON PROFIL POSITIF"

 Crée une carte d'identité qui présente :

 ce que je veux montrer (talents, passions,...)

 Ce que je veux garder secret

 Je compare avec mes amis

 L'objectif :
montrer le
meilleur sans se
mettre en danger

FICHE 7

**COMMENT RESTER EN
SÉCURITÉ EN LIGNE ?**
SÉCURITÉ EN LIGNE

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

 **Ai-je déjà reçu un message d'un inconnu ?**

 **Ai-je déjà partagé une photo d'un copain sans lui dire ?**


 **Quelqu'un insiste pour avoir des infos sur moi ?**

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 En ligne, tout le monde n'est pas fiable.

 La pression peut faire hésiter.

 Dire non, c'est se protéger.

 Faire confiance, oui quand on connaît les gens sinon on dit non !

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je ne parle pas aux inconnus

→ Ni sur les jeux vidéo ni sur les réseaux sociaux

 Je demande l'accord avant une photo

→ Respecter le non des autres, c'est important

 Si ça me gêne, j'en parle

→ Je demande de l'aide tout de suite

PETIT JEU

 "OUI OU NON ?"

Que faire face à ces situations :

 Un ami me demande mon code

 On veut une photo de moi

 Je veux publier une photo d'un ami

 J'explique pourquoi.

 L'objectif :
apprendre à
dire non pour
se protéger

FICHE 8

COMMENT RÉAGIR FACE AUX DÉFIS EN LIGNE ?

CHALLENGES EN LIGNE

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

 Pourquoi on fait ces défis ?

 Dois-je le faire pour ne pas être à part ?

 Est-ce risqué ?

 Et si un ami insiste pour que je participe ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Certains défis sont dangereux.

 La pression peut pousser à suivre.

 La vraie force, c'est choisir.

 Dire non, c'est du courage.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je me renseigne

→ J'en parle avec des adultes

 Je ne me filme pas en situation de danger

 Je ne reste pas seul face à une vidéo de défi

→ Je la montre à mes parents




 Je soutiens les défis positifs

→ qui favorisent la créativité ou la solidarité

PETIT JEU

 "DÉFI OU DANGER ?"

En groupe, j'invente et je classe les défis ou challenges. Sont-ils :

-  Amusant
-  Inutile
-  Risqué

 J'explique pourquoi.

 L'objectif :
repérer les
signes pour
réfléchir avant
d'agir

FICHE 9

**COMMENT PARLER DES
ÉCRANS À LA MAISON ?**
ÉCHANGER AVEC SES PARENTS





RÉPONDS À CES QUESTIONS :

 Mes parents savent ce que je fais en ligne ?





 est-ce qu'il y a des disputes à cause des écrans à la maison ?

 Est-ce qu'il y a des règles à la maison ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?


-  Les adultes peuvent ne pas comprendre tes usages.
-  Parler aide à se faire confiance.
-  Les règles servent à protéger.
-  Parents et enfants apprennent ensemble.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

-  Je montre ce que je fais
→ les vidéos que je regarde, les jeux vidéo
-  J'écoute ce qui les inquiète
→ Ils sont souvent de bons conseils
-  Je parle si quelque chose me choque
→ Je ne suis pas seul
-  On choisit des moments sans écran

PETIT JEU


 "DEVINE CE QUE JE FAIS ?"

 J'explique sans le nommer un jeu vidéo ou une vidéo que j'aime

 Mes parents doivent deviner

 J'explique pourquoi ça me plaît





 On échange les rôles

 **L'objectif :
mieux se
comprendre**

FICHE 10

**VERS QUI SE TOURNER EN
CAS DE PROBLÈME ?
LA PLACE DES ADULTES**

RÉPONDS À CES QUESTIONS :

-  Me suis-je déjà senti mal en ligne ?
-  Ai-je vu quelqu'un être exclu ?
-  À qui je peux en parler ?
-  Un adulte peut-il m'aider ?

POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

 Ce qui se passe en ligne est réel.

 Les mots peuvent blesser.

 Les adultes sont là pour aider.

 Parler, c'est se protéger.

.

BONNES PRATIQUES ET CONSEILS

 Je parle si ça me fait mal

→ Je ne reste pas seul avec mon problème

 Je ne me moque pas des autres

→ Je ne ferme pas les yeux non plus

 Les profs peuvent aider

→ Mais plus largement, l'ensemble des adultes
autour de moi

PETIT JEU

 "ET SI C'ÉTAIT MOI ?"


Imagine la situation suivante : un élève est exclu d'un groupe. Que ferais-tu :

 Si c'était moi

 Si j'assiste à la scène

 Si je gère le groupe

 Explique pourquoi.

 L'objectif :
demander de
l'aide avec
courage