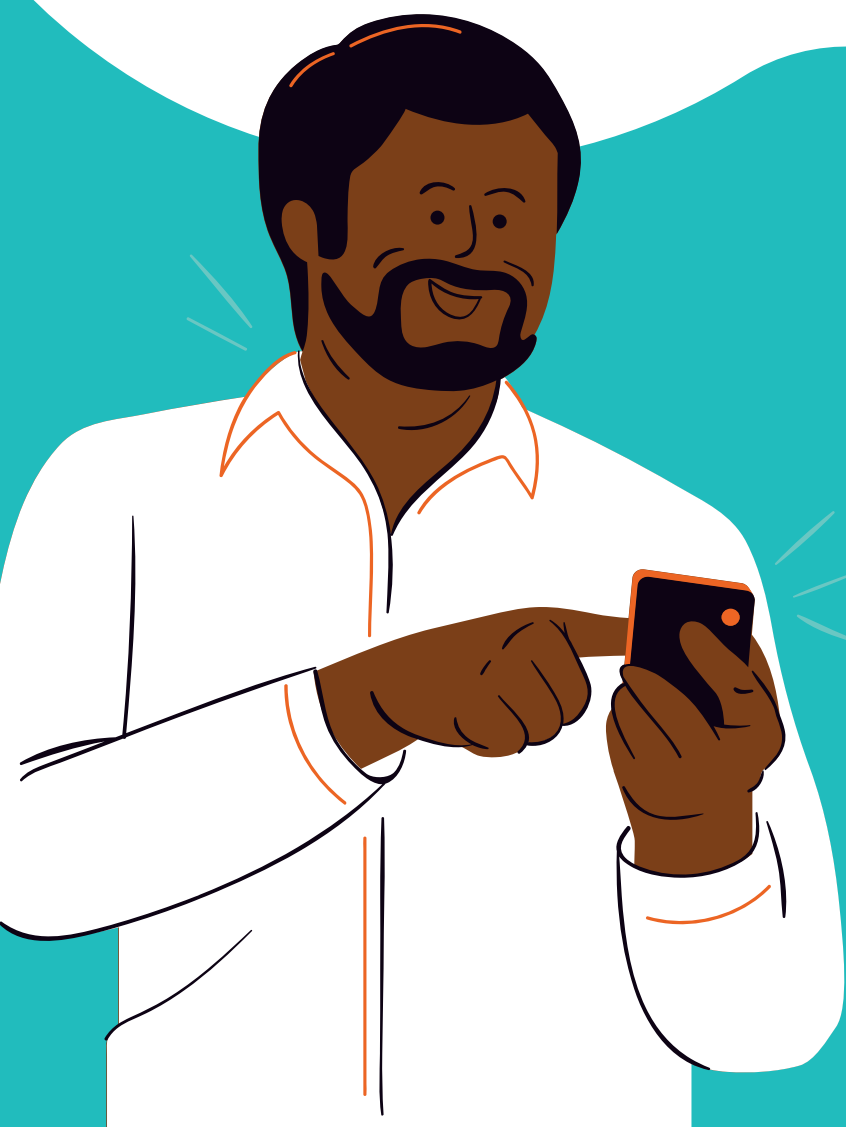


Cahier à l'intention des parents ou autres
adultes de confiance des jeunes du 2^e et 3^e cycle

EN SÉCURITÉ DANS LE CYBER ESPACE



OUTILS

EXERCICES

INFORMATIONS

RESSOURCES

ET BIEN PLUS...

Présenté par:



Pour une enfance
en sécurité et sans violence



Pour une enfance
en sécurité et sans violence

450-371-8096

info@espacesuroit.ca

www.espacesansviolence.org/suroit

Membre du Regroupement des Organismes ESPACE
du Québec (ROEQ)

Rédaction | ESPACE Suroît

Conception | Zéro huit

Réalisation | ESPACE Suroît

Mise à jour | Février 2025

Nous tenons à remercier nos partenaires sans qui la création de ce projet n'aurait pas eu lieu.

BONJOUR,

ESPACE Suroît est un organisme qui fait la prévention de toutes les formes de violence faites aux enfants. Nous faisons de la sensibilisation auprès des enfants, de leurs parents et du personnel éducatif des écoles primaires, des CPE et des garderies à travers la région du Suroît depuis 1989.

Nos ateliers visent à donner des moyens concrets pour reconnaître et dénoncer toutes les formes de violence (psychologique, verbale, physique, sexuelle ainsi que la négligence, l'intimidation et l'exposition à la violence conjugale) afin de faire en sorte que toujours plus d'enfants puissent vivre une enfance en sécurité et sans violence.

Vous avez sans doute remarqué que nos jeunes vivent beaucoup dans le cyberspace et que nous n'arrivons pas toujours à les suivre... Pourtant, nous devons nous tenir à jour! La cyberviolence prend de plus en plus d'ampleur et concerne une grande majorité des jeunes.

Bien que nous les encadrons et les prévenons des différents dangers, les enfants ne sont pas tous au courant des dangers associés aux nouvelles technologies ni des comportements sécuritaires à adopter lorsqu'ils naviguent sur Internet. Les adultes ne connaissent pas toujours l'ampleur de la problématique ni les moyens et les ressources disponibles pour aider les jeunes.

C'est pour ces raisons que nous avons créé le programme « En sécurité dans le cyberESPACE » : des ateliers de prévention auxquels participent les élèves du 2e et 3e cycle.

Vous découvrirez, à travers les pages de ce cahier, plus d'information sur les ateliers présentés en classe, sur la cyberviolence ainsi que des suggestions d'activités. Nous vous encourageons à faire ces activités avec votre enfant et à poursuivre la discussion à la maison.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.

Bonne lecture!

L'équipe d'ESPACE Suroît



La Zone jeunesse ESPACE regorge d'outils divers pour sensibiliser et outiller les enfants.



LE PROGRAMME

«En sécurité dans le cyberESPACE»

Objectif général

- Informer et outiller les jeunes afin de prévenir les actes de cyberviolence.

Objectifs spécifiques

Pour les jeunes

- Avoir les informations et les outils nécessaires afin d'être en sécurité dans le cyberespace.
- Reconnaître les différentes formes de cyberviolence et les tactiques de manipulation.
- Développer son pouvoir d'agir face à la problématique.
- Avoir des moyens pour réagir face à la cyberviolence.
- Identifier des ressources d'aide face à la problématique.
- Identifier des adultes de confiance.

Pour les adultes

- Avoir les informations et les outils nécessaires afin d'aider les jeunes à rester en sécurité dans le cyberespace.
- Identifier des ressources d'aide face à la problématique.

Pour le personnel scolaire

- Avoir les informations et les outils nécessaires afin d'aider les jeunes à rester en sécurité dans le cyberespace.
- Identifier des ressources d'aide face à la problématique.

Déroulement

- Atelier en classe avec chaque groupe du 2e et 3e cycle.
- Sensibilisation et information sur la cyberviolence à l'aide d'activités interactives (mises en situation, vrai ou faux, quiz, etc.).
- Thèmes abordés: cyberintimidation, cyberprédateurs, cybersécurité et ressources d'aide.
- Rencontre post-atelier au besoin avec une personne de l'équipe d'animation.
- Cahier d'activités pour un réinvestissement à la maison.



LE CYBERESPACE

UNE JUNGLE AVEC SES MERVEILLES ET SES DANGERS

Les enfants ont aujourd'hui accès à une multitude d'informations. Ces enfants naviguent sur Internet dès leur plus jeune âge et elles et ils connaissent souvent la technologie mieux que nous. Les jeunes peuvent voir les beautés de chaque pays en quelques clics et ce mode de communication leur permet d'être en contact avec leurs pairs (rappelez-vous vos interminables conversations téléphoniques à leur âge!). Par contre, le cyberspace est rempli de dangers... comme une jungle!

Dans les pages suivantes, vous trouverez plusieurs informations sur différents sujets : Le leurre d'enfants, les cyberprédateurs, la cyberintimidation, la sécurité sur les réseaux sociaux et les jeux en ligne et le sextage.

LE LEURRE D'ENFANTS ET LES CYBERPRÉDATEURS

Entre 2014 et 2020, cyberaide.ca a traité plus de 4,3 millions de signalements d'enfants exploités sexuellement sur Internet.

LES TACTIQUES DE MANIPULATION

- Utiliser un pseudonyme et une fausse identité : se faire passer pour une personne mineure, manipuler et essayer de gagner la confiance du jeune.
- Dire au jeune ce qu'elle ou il a besoin d'entendre (Ex. Que lui le comprend vraiment.)
- Essayer de créer une division en disant par exemple à l'enfant << tes parents sont trop sévères >>.
- Donner beaucoup d'attention et d'affection, être très gentil et faire croire qu'il est amoureux.
- Exposer l'enfant à de la pornographie (images ou vidéos) dans le but de normaliser des comportements sexuels.
- Menacer ou utiliser les confidences de l'enfant en faisant du chantage.

Nous vous encourageons à discuter de ces tactiques avec votre enfant.

Sur les tentatives de leurre rapportées à cyberaide.ca au cours des années 2019-2020, 39% ciblaient des enfants de 13 ans ou moins.

Source:
Gouvernement du Canada

LE LEURRE D'ENFANTS ET LES CYBERPRÉDATEURS (suite)

EN PRÉVENTION

- Éduquez votre enfant à utiliser le cyberspace de façon sécuritaire et responsable.
- Informez-vous de la présence de votre jeune sur Internet et intéressez-vous à ses activités.
- Fixez des limites et discutez ouvertement de son comportement en ligne.
- Apprenez à votre enfant que tout ce qu'elle ou il publie en ligne pourrait devenir public.
- Laissez les appareils hors des chambres à coucher pendant la nuit.

Si vous croyez que votre enfant est ciblé par un cyberprédateur (votre jeune passe beaucoup de temps en ligne, reçoit des cadeaux ou des colis d'une personne que vous ne connaissez pas, s'isole, éteint rapidement l'ordinateur quand un adulte s'approche, change le code de son appareil et ne veut pas vous le dire, cache son appareil lorsqu'elle ou il ne l'utilise pas, a des changements de comportement, des maux de tête ou de ventre, des troubles du sommeil, etc.), voici quelques conseils:

Il y a eu une hausse de 815 % de signalements de leurre informatique à des fins sexuelles envers des enfants au Canada, en cinq ans.

Source:
Cyberaide.ca

- Ne coupez pas brutalement la relation de votre enfant avec la personne suspecte. Cette dernière a réussi à gagner sa confiance et votre enfant croit qu'elle ou il est dans une relation amoureuse ou d'amitié. Interdire d'utiliser Internet ne servira à rien, car l'enfant trouvera facilement d'autres façons de se connecter. De plus, les enfants maîtrisent souvent l'informatique mieux que les adultes.
- Essayez de garder un bon lien et de discuter avec votre enfant de cette relation. Faites part de vos inquiétudes et des dangers possibles sans la ou le culpabiliser.
- Vous pouvez encourager votre enfant à faire une plainte à la police et à cyberaide.ca et l'accompagner dans cette démarche. Si, suite à la discussion, votre enfant ne veut pas porter plainte et que sa sécurité est menacée, vous avez la responsabilité de signaler cette situation aux autorités.



LA CYBERINTIMIDATION

La cyberintimidation, c'est : embarrasser, humilier, menacer ou harceler régulièrement une autre personne en utilisant des ordinateurs, des téléphones cellulaires, des tablettes, des consoles de jeux vidéo ou d'autres appareils électroniques.

Si votre enfant est victime de cyberintimidation : restez calme et écoutez-le sans réagir de manière exagérée. Sachez que ce qui retient les jeunes de parler à leurs parents est avant tout la peur que ceux-ci coupent Internet ou réagissent de façon trop émotive.

Rassurez votre enfant.

Évitez de blâmer votre enfant ou de juger la façon dont elle ou il a réagi.

Voici une phrase utile pour se rappeler des stratégies à utiliser. Vous pouvez dire à l'enfant :

Si tu es victime de cyberintimidation, tu BIPES !

Bloque la personne qui t'envoie des messages blessants.

Ignore ses messages.

Parles-en avec un adulte de confiance ou contacte une ressource d'aide.

Enregistre les messages que tu as reçus ou fais une capture d'écran.

Signale, dénonce la cyberintimidation aux réseaux sociaux ou aux jeux en ligne sur lesquels c'est arrivé, à des adultes de confiance, à l'école et même à la police.

Saviez-vous que...

L'école a les mêmes responsabilités dans les cas de cyberintimidation que dans les cas d'intimidation.

N'hésitez pas à demander l'aide de l'école ou d'une professionnelle ou d'un professionnel afin d'obtenir du soutien pour votre enfant.

LA CYBERSÉCURITÉ

QUELQUES CONSEILS À TRANSMETTRE AUX JEUNES

- Je garde mes informations personnelles pour moi! J'évite donc de mettre des informations telles que mon nom, mon adresse ou le nom de mon école, sur Internet. Sur Internet, j'utilise un pseudonyme.
- Mon visage et mon corps sont des informations personnelles! Donc, j'évite de mettre des informations personnelles sur Internet à propos de moi ou des membres de ma famille.
- J'évite de cliquer sur des liens inconnus qui apparaissent sur mon écran.
- Je demande de l'aide pour mettre mes comptes privés et désactiver ma localisation.
- Je choisis un mot de passe long et original et je le dis seulement à mes parents ou à la personne qui s'occupe de moi.
- Je publie seulement ce que je serais prête ou prêt à montrer à tout le monde.
- Je me rappelle que dès que les photos et les vidéos se retrouvent sur Internet, elles deviennent publiques et peuvent être téléchargées, modifiées ou imprimées.
- Je fais attention lorsque j'utilise ma caméra et je m'assure de bien la fermer par la suite. Je l'utilise seulement avec des personnes de confiance ou ma famille.
- Je peux enregistrer (faire une capture d'écran) une conversation avec laquelle je ne me sens pas bien pour ensuite pouvoir la signaler au besoin.
- C'est possible de me faire des amies ou amis sur Internet. Cependant, si je veux les rencontrer en personne en toute sécurité, c'est important de me faire accompagner par mes parents ou par un adulte de confiance ET de le rencontrer dans un endroit public.



LE SEXTAGE

DÉFINITION DU SEXTAGE

<< Le phénomène du sextage chez les adolescents se définit comme le fait, pour une jeune personne de moins de 18 ans, de créer, de posséder ou de partager des photos ou des vidéos à caractère sexuel entre eux via les technologies de l'information et de la communication. Le mot sexto, qui est une contraction des mots <<sexe>> et <<texto>>, désigne un message multimédia à caractère sexuel ou érotique. >>

Source : pasobligedetoutpartager.info

POURQUOI LES JEUNES FONT DU SEXTAGE?

Souvent les jeunes le font de façon volontaire dans le cadre d'une relation amoureuse ou dans le but de séduire. Cependant, dans le cas d'une rupture, le risque que les images intimes circulent est accentué.

Certains le font pour :

- relever un défi ;
- vivre une expérience ;
- découvrir leur sexualité ;
- etc.

D'autres le font à cause de la pression des pairs ou sous la menace. Il arrive que des photos ou des vidéos soient prises à l'insu d'une ou d'un jeune.

Nous vivons dans une société hypersexualisée dans laquelle les jeunes voient constamment des photos «sexy». Avec leur téléphone intelligent, les ados sont toujours branchés. Elles et ils sont à l'âge de découvrir leur sexualité, de tester les limites et de faire des expériences. Tous les ingrédients sont réunis pour que le sextage soit un phénomène grandissant chez les jeunes.



LE SEXTAGE (suite)

CONSÉQUENCES DU SEXTAGE

<< Échanger des images intimes d'un jeune de moins de 18 ans, même si tous les jeunes impliqués sont mineurs, est considéré comme de la pornographie juvénile. [...] Celui qui les montre ou qui les partage à d'autres peut être accusé de distribution de pornographie juvénile. Celui qui a demandé ces images pourrait être accusé de leurre ou d'extorsion. >>

Source : Ministère de la Sécurité publique du Gouvernement du Québec

En plus des conséquences légales, le partage de photos intimes peut prendre des proportions importantes et affecter le ou la jeune au niveau personnel, social, scolaire et familial. Elle ou il peut vivre une perte d'estime de soi, des échecs scolaires, des épisodes de dépression, de l'isolement ou même des idéations suicidaires.

EN PRÉVENTION

- Discutez avec votre enfant de ce qu'elle ou il ferait si quelqu'un lui demandait une photo ou une vidéo de nature sexuelle. Demandez à votre jeune de vous informer si quelqu'un lui fait ce genre de demande.
- Si vous n'êtes pas à l'aise de discuter de sexualité avec votre jeune, offrez des ressources fiables à consulter comme : jeunessejecoute.ca ou teljeunes.com.
- Si votre jeune vit un incident de sextage, restez calme, essayez de ne pas la ou le juger. Votre enfant est en période d'apprentissage, elle ou il fait des expériences, commet des erreurs et c'est normal!
- Votre enfant aura besoin de votre support.
 - Conservez les photos ou vidéos, mais ne les consultez jamais. Cela pourrait rendre votre enfant mal à l'aise. Laissez les autorités s'en charger!
 - Agissez rapidement en contactant les ressources d'aide (cyberaide.ca, AidezMoiSVP.ca, pasobligedetoutpartager.info).

CONTRAT D'ENGAGEMENT

Afin de rester en sécurité sur Internet, discute avec tes parents ou la personne qui s'occupe de toi de ce contrat d'engagement.

Pour l'enfant

- J'accepte d'utiliser Internet ou d'autres appareils mobiles selon les règles établies avec l'adulte qui s'occupe de moi. Nous définirons ensemble les moments de la journée, la durée de mon utilisation et les sites appropriés.
- J'accepte qu'un adulte se tienne près de moi lorsque je suis en ligne et/ou utilise un appareil mobile.
- Des informations personnelles, ça reste personnel! Donc, j'évite de mettre des informations personnelles sur Internet à propos de moi ou des membres de ma famille : noms, photos, adresses, numéros de téléphone, courriels, nom ou lieu de mon école, nom ou lieu du travail de mes parents, mots de passe, etc.
- Si quelqu'un sur Internet sur une application ou dans un jeu en ligne m'envoie des messages ou des photos qui me rendent mal à l'aise, j'en parle, dès que possible, à un adulte de confiance. C'est la même chose si l'individu fait des menaces ou insiste pour que je fasse un défi qui me rend mal à l'aise ou qui pourrait me mettre en danger.
- Si je me fais des amies ou amis sur Internet et que je veux les rencontrer en personne en toute sécurité, je me fais accompagner par mes parents ou par un adulte de confiance et on se rencontre dans un endroit public.
- En ligne, je fais preuve de prudence et de respect.

Pour l'adulte

- J'établis des règles raisonnables avec mon enfant au sujet de l'utilisation, du temps d'écran et des lieux (il est recommandé que les enfants utilisent les écrans dans les pièces communes de la maison).
- Je m'intéresse et me familiarise avec les sites, jeux, applications que mon enfant utilise.
- J'aide mon enfant à choisir son pseudonyme, son adresse courriel, etc. Je m'assure qu'ils ne révèlent pas d'informations personnelles ou qu'ils ne sont pas à caractère sexuel.
- J'apprends à connaître les amies et amis en ligne de mon enfant au même titre que ses autres amies et amis.
- Je fais preuve de compréhension envers mon enfant lorsqu'elle ou il rencontre des problèmes en ligne sans réagir négativement et je l'encourage à trouver des solutions.
- J'explore le cyberspace avec mon enfant et lui exprime clairement mes attentes quant aux endroits et à la manière qu'il peut utiliser son temps d'écran.

Signature de l'enfant

Signature de l'adulte



EXERCICES

Prenez un moment avec votre jeune pour mieux connaître ses habitudes en ligne et pour la ou le guider vers un comportement sécuritaire et responsable.

IDÉES DE PSEUDONYMES OU DE SURNOMS

- Trouvez ensemble un pseudonyme ou un surnom qu'elle ou il pourrait utiliser afin de garder un certain anonymat sur Internet ou dans les jeux vidéo. Cela peut être fait sous forme de jeu ou de remue-méninges.
-
-

QUI VOIT MES PUBLICATIONS ?

- Allez ensemble sur son profil (TikTok, Snapchat, Instagram ou autre réseau social).
- Regardez ensemble sa dernière publication ou photo.
- Ensuite, parcourez la liste de ses contacts pour vérifier si votre jeune se sent à l'aise que toutes ces personnes puissent lire ou voir cette publication. Le but n'est pas de faire la morale, mais plutôt de sensibiliser au fait que ses publications sont visibles pour toutes ces personnes.

Nos commentaires:

LES PARAMÈTRES DE SÉCURITÉ

Pour être en sécurité à la maison, nous barrons les portes. Sur Internet, c'est la même chose!

- Vérifiez ensemble la qualité de ses mots de passe. Allez voir si les paramètres de sécurité sont activés de façon sécuritaire (ex: compte privé, localisation, confidentialités, etc.). Habituellement, chaque site, jeu ou application possède une section à ce sujet.

CRÉER DES AMITIÉS DANS LE CYBERESPACE

Les amitiés sur Internet et sur des jeux en ligne de façon sécuritaire, c'est possible...

- Demandez à votre jeune : que ferais-tu si ton amie ou ton ami d'Internet voulait te donner un rendez-vous.
- Demandez à votre jeune d'énumérer les dangers possibles et les façons sécuritaires de se faire des amies ou amis.

RESSOURCES INTERNET

Éducaloi

www.educaloi.qc.ca

Information sur l'intimidation/cyberintimidation et la loi. il y a également une section «Comment protéger sa vie privée sur Internet».

Pensez cybersécurité

www.pensezcybersecurite.gc.ca

Pensez cybersécurité est une campagne nationale de sensibilisation publique conçue pour sensibiliser les Canadiennes et les Canadiens à la sécurité en ligne et les informer des étapes à suivre pour se protéger en ligne.

Habilo Médias

www.habilomedias.ca

Informations et ressources aux adultes pour qu'elles ou ils puissent aider les jeunes à développer le sens critique dont elles ou ils ont besoin pour interagir avec les médias qui leur plaisent.

SPVM : 911

<https://spvm.qc.ca/fr/Fiches/Details/Cyberintimidation>

On y retrouve plusieurs informations sur la cyberintimidation.

Ligne parents

www.ligneparents.com

La ligne parents est un service d'intervention accessible jour et nuit, gratuit, confidentiel et offert par des intervenantes et intervenants à tous les parents d'enfants âgés de 0 à 20 ans du Québec.

Cyberaide

www.cyberaide.ca

Centrale canadienne de signalement des cas d'exploitation sexuelle d'enfants sur Internet.

Abonnez-vous à leurs alertes!

RESSOURCES INTERNET (suite)

Aidez moi SVP

www.aidezmoisvp.ca

Si un enfant a besoin d'information ou si elle ou il a des ennuis à cause d'une photo ou d'une vidéo à caractère sexuel diffusée sur Internet. Cette ressource peut aider à faire effacer la photo ou la vidéo et dénoncer un cyberprédateur.

Pas obligé de tout partager

pasobligedetoutpartager.info

Projet sur le sextage. Beaucoup d'informations pour les jeunes, les parents et les intervenantes et intervenants.

Tel-jeunes et Jeunesse, j'écoute

www.teljeunes.com
www.jeunessejecoute.ca

Ces services offerts aux enfants et aux ados, sont bilingues, gratuits et confidentiels.

Les jeunes peuvent appeler, écrire ou texter pour poser leurs questions ou parler d'un problème.

RESSOURCES TÉLÉPHONIQUES

Jeunesse, j'écoute	1-800-668-6868	Infos, écoute, soutien
Tel-jeunes	1-800-263-2266	Infos, écoute, soutien
Ligne parent	1-800-361-5058	Infos, écoute, soutien
Police	911	Urgence
Info-Social	811	Infos, références
SOS suicide jeunesse	1-800-595-5580	Écoute, soutien, références
Le tournant	450-371-4090	Écoute, soutien, références

Merci à nos
partenaires



ENSEMBLE CONTRE

l'intimidation!

Avec la participation financière de :

Québec 

POULE 



CLUB RICHELIEU
SALABERRY-DE-
VALLEYFIELD



Version : Février 2025