

# MES CARTES MENTALES



## LES DANGERS DU NUMÉRIQUE

### MAITRISER SON TEMPS D'ÉCRAN

Faire attention au temps d'écran

Écouter les conseils des adultes

Varié ses activités

### NE PAS CROIRE N'IMPORTE QUOI

Tout n'est pas vrai sur Internet !

Ne pas répéter une info incertaine

Toujours vérifier une info

### LUTTER CONTRE LE CYBER HARCÈLEMENT

Se mettre à la place de l'autre

Ne pas participer

Protéger les victimes

faire une capture d'écran

signaler / bloquer

### MAITRISER LA DIFFUSION DE SON IMAGE

Réfléchir avant de publier ou partager un contenu

Ne pas envoyer ses photos à n'importe qui

Ne pas parler à des inconnus

### SE PROTÉGER DES CONTENUS INAPPROPRIÉS

**-10 -12 -16 -18 -P**

Reconnaître les contenus adaptés à son âge

Signaler / bloquer

### SE PROTÉGER DES ESCROQUERIES

Si c'est gratuit, c'est suspect !

Toujours être vigilant

vérifier l'adresse du site

orthographe douteuse

**GAGNÉ DES CADEAU**

Tout n'est pas vrai sur Internet !

Rumeurs

Toujours vérifier une info