

## **prävention@home** **Ein digitaler Elternabend in einfacher Sprache.**

La soirée des parents numériques prodigue des conseils aux parents et aux enfants pour les téléphones portables.

Instagram est une application. On peut y télécharger et envoyer des photos et des vidéos.

Les images peuvent être modifiées à l'aide de filtres. Un filtre fait qu'une image est différente de ce qu'elle est en réalité.

Beaucoup d'utilisateurs et d'utilisatrices utilisent des filtres amusants. D'autres utilisent des filtres pour que les images soient plus belles.

Il est possible d'écrire des commentaires sur les images et les vidéos ou de les aimer. Il y a tellement d'images sur Instagram qu'on n'en finit pas.

Je vous donne aujourd'hui des conseils pour que vous et vos enfants puissiez bien utiliser Instagram. La protection des données est importante, surtout pour les jeunes enfants. Les inconnus ne doivent pas en savoir trop sur votre enfant.

### **#1 Utiliser les informations avec parcimonie**

Sur le profil de votre enfant, faites attention à ne pas partager trop d'informations.

Posez des questions :

- le lieu de résidence doit-il être affiché ?
- faut-il montrer le prénom et le nom ?
- faut-il montrer une montre ou une voiture de luxe ?

### **#2 Configurer une authentification à deux niveaux**

Lorsque vous installez Instagram, vous pouvez saisir le numéro de téléphone et une adresse e-mail. C'est ce qu'on appelle l'authentification à deux niveaux.

C'est utile si votre enfant oublie son mot de passe. Vous pouvez alors recevoir un e-mail et refaire le mot de passe.

### **#3 Vérifier l'activité de connexion.**

Vous pouvez vérifier si quelqu'un s'est connecté avec votre mot de passe.

Allez dans l'application Instagram, sur votre propre profil, puis sur les trois traits en haut à droite.

Appuyez sur "Paramètres", puis sur "Sécurité" et ensuite sur "Activité de connexion".

Vous voyez alors la dernière fois que quelqu'un s'est connecté. Si ce n'était pas vous ou votre enfant, créez un nouveau mot de passe afin d'être à nouveau protégé.

### **#4 Compte privé**

Aidez votre enfant à mettre son profil Instagram en mode privé. Ainsi, seules les personnes que vous ou votre enfant autorisez peuvent voir les photos et les vidéos de votre enfant.

Pour ce faire, appuyez sur le profil dans Instagram, puis sur les trois barres, sur "Paramètres" et ensuite sur "Confidentialité". Tout en haut, vous pouvez ensuite régler sur privé.

### **#5 Supprimer des followers**

Parfois, des personnes nous suivent - ou suivent notre enfant - alors qu'elles ne devraient pas voir nos photos.

Montrez à votre enfant comment supprimer des followers. Ainsi, ces personnes ne pourront plus rien voir de nous.

Allez sur votre profil, appuyez sur "Followers" et vous verrez déjà le point "supprimer" à côté d'un follower.

## #6 Limiter les commentaires

Si votre enfant a pris une photo, celle-ci peut également être commentée. Parfois, des personnes écrivent des messages malveillants sous les images, qui peuvent offenser ou blesser votre enfant.

Vous pouvez y mettre fin.

Dans Instagram, appuyez sur "Profil", puis sur les trois tirets en haut à droite, puis sur "Paramètres", puis sur "Confidentialité" et enfin sur "Limiter".

## #7 Gérer les demandes douteuses.

Sur Instagram, tous les utilisateurs reçoivent des messages de sites pornographiques ou d'autres sites qui ne sont pas bons pour les enfants.

Ce n'est pas la faute de votre enfant s'il reçoit de tels messages. Il est important d'avertir votre enfant et de lui montrer comment bloquer ces demandes.

Dans Instagram, allez sur votre propre profil, appuyez sur le coeur en haut, puis dans "Demandes des followers", vous pouvez appuyer sur "supprimer" à côté de la demande. Allez dans Instagram sur vos messages.

Vous les trouverez en tapant sur l'avion en papier en haut.

Vous verrez alors tous les messages et pourrez taper sur "supprimer" à côté du message.

## #8 Le monde "parfait" sur Instagram.

Les enfants et les adolescents ont besoin de repères et de modèles.

C'est pourquoi Instagram peut être dangereux : L'orientation sur Instagram n'est pas réelle. Les vidéos et les images ne montrent pas le monde réel. Elles sont manipulées et beaucoup utilisent des filtres.

Tout a l'air particulièrement génial, nous voyons des personnes particulièrement belles, riches, sportives, qui ont réussi.

Beaucoup d'enfants voient cela et croient que c'est réel. S'ils comparent Instagram à leur vie, cela peut les rendre tristes ou malades.

Expliquez à votre enfant qu'Instagram n'est pas le monde réel, mais seulement une petite partie manipulée.

Ces conseils ne sont que des suggestions. Vous pouvez décider vous-même de ce que vous voulez et pouvez adopter dans votre vie quotidienne.

Il est important que vous sachiez ce que votre enfant fait sur son téléphone portable.

Parlez-en donc avec votre enfant, y compris sur le téléphone portable et sur Instagram.

Sur mon site web, il y a plus de vidéos sur des sujets liés au téléphone portable.

N'hésitez pas à y jeter un coup d'oeil.