

What's my role?

PARENTS/GUARDIANS

Our online presence is constantly growing – even when we're not actually online. Being online allows us to do many things, including connecting with family and friends, learning about different issues and helping us with work. While being online can be beneficial in many ways, there can also be downsides to having an online presence. Cyberbullying and online predators are problems that touch kids every day. No one is immune.

Being online has its responsibilities, too. Everyone has the right to be safe while online. As a parent, what's your role when it comes to keeping kids safe online?

The following are some examples of commitments you can undertake to ensure your kids' safety online and offline:

- **Be informed:** I will learn more about cyberbullying so I can be aware of what my kids may be facing.
- **Raise awareness:** I will talk to others, like my friends and colleagues, about cyberbullying.
- **Start a conversation:** I will talk to my kids about cyberbullying and about how we can all be safer online. (For example: who they can go to if they ever feel unsafe and are uncomfortable talking to me.)
- **Be open:** I will talk to my kids about what they do online. I will share with them what I do online.
- **Work together:** We will talk about an online agreement for our family which we can all feel good about and live with.
- **Establish boundaries:** We will decide together what the consequences will be if any of us ever break our agreement.
- **Keep the lines of communication open:** I will not get mad if my kids come to me about what they or their friends are doing online or about something that happens to them or their friends online.

What are some other things you can commit to doing in order to keep kids safe online?

Quel est mon rôle?

PARENTS/TUTEURS

Nous sommes tous de plus en plus présents en ligne — même lorsqu'on fait physiquement autre chose. Le Web offre tant de possibilités, comme nous permettre de connecter avec nos amis et nos proches, nous informer sur divers sujets ou nous aider dans notre travail. Bien qu'être en ligne soit souvent bénéfique, cela peut aussi entraîner des conséquences négatives. La cyberintimidation et les prédateurs en ligne sont une menace constante pour les enfants et les jeunes — personne n'est à l'abri.

Être en ligne comporte donc certaines responsabilités. Tout le monde a le droit d'être en sécurité sur le Web. Mais en tant que parent, quel est votre rôle au moment d'assurer la sécurité de votre enfant en ligne?

Voici quelques exemples d'engagements que l'on peut prendre pour assurer la sécurité des enfants qui vont en ligne :

- **Informez-vous** : je vais m'informer sur la cyberintimidation afin de mieux comprendre ce qui pourrait menacer mon enfant.
- **Sensibilisez les autres** : je vais parler de cyberintimidation dans mon entourage, comme avec mes amis, mes collègues, etc.
- **Amorcez la discussion** : je vais parler de cyberintimidation et de la façon de se comporter en ligne en toute sécurité avec mon enfant (p. ex., à qui faire appel s'il se sent en danger et s'il ne se sent pas à l'aise de m'en parler).
- **Soyez ouvert** : je vais parler à mon enfant de ce qu'il fait en ligne, et lui expliquer ce que moi je fais en ligne.
- **Travaillez tous ensemble** : nous discuterons ensemble dans le but d'établir une entente familiale en matière de cyberactivités qui convient à tous.
- **Établissez des limites** : nous déciderons ensemble des conséquences du non-respect de **notre entente**.
- **Maintenez une bonne communication** : je ne me fâcherai pas si mon enfant me parle de ce que lui ou un de ses amis a fait en ligne ou de ce qui lui est arrivé (à lui ou son ami) sur le Web.

Quels autres engagements pourriez-vous prendre pour assurer la cybersécurité de votre enfant?

What's my role?

TEENS

Our online presence is constantly growing – even when we're not actually online. Being online allows us to do lots of things, including connecting with others, learning about different issues and getting help with our school work. While being online can be exciting, it can also have downsides. Cyberbullying and online predators are problems that touch people around you every day. No one is immune.

Being online has its responsibilities, too. Everyone, including you, has a right to be safe while online. As a teen, what's your role when it comes to keeping yourself and others safe online?

The following are some examples of things you can do to make sure you can stay safe both online and offline:

- **Get informed:** I will learn more about cyberbullying so I can be aware of what I and my friends can look out for and what to do about it.
- **Spread the word:** I will talk to others, like my friends, about cyberbullying.
- **Talk about it:** I will talk to my parents or another adult that I trust if I'm ever cyberbullied, feel unsafe or even if something just doesn't feel "right".
- **Be careful:** I will think before I share personal information (such as where I live or pictures of myself). The more personal information I share, the more easily predators and others can hurt me.
- **Exercise caution:** I will not respond to any type of message that makes me feel unsafe or uneasy. I will tell an adult I trust about these kinds of messages right away.
- **Don't engage:** I will not immediately respond to messages that hurt or upset me. I will walk away, calm down, talk it over with a friend or an adult and then decide whether or not to respond.
- **Don't rush:** I will review my messages before I send them to make sure they really reflect what I want to say.
- **Know when to disconnect:** I will realize that sometimes there are certain conversations that should happen face-to-face to make sure that words and emotions are interpreted correctly (for example: when my best friend tells me they're mad at me).
- **Don't be part of the problem:** I will not participate in any online activity that hurts other people. For example: I will not join a Facebook group that is about hating someone.

What are some other things that you can do in order to stay safe online?

TEENS



Quel est mon rôle?

ADOS

Nous sommes tous de plus en plus présents en ligne — même lorsqu'on fait physiquement autre chose. Le Web offre tant de possibilités, comme nous permettre de connecter avec les autres, nous informer sur divers sujets ou nous aider dans nos travaux scolaires. Bien qu'être en ligne puisse être très amusant, cela peut aussi entraîner des conséquences négatives. La cyberintimidation et les prédateurs en ligne sont une menace constante pour toi et tous ceux qui t'entourent — personne n'est à l'abri.

Être en ligne comporte donc certaines responsabilités. Tout le monde, dont toi-même, a le droit d'être en sécurité sur le Web. Mais en tant que jeune internaute, quel est ton rôle au moment d'assurer ta sécurité et celle des autres en ligne?

Voici quelques exemples de mesures à prendre pour assurer ta cybersécurité :

- **Informe-toi** : je vais m'informer sur la cyberintimidation afin de savoir de quoi mes amis et moi devons nous méfier et ce que nous devons faire s'il arrive quelque chose.
- **Passes le mot** : je vais parler de cyberintimidation dans mon entourage, avec mes amis par exemple.
- **Parle-en** : j'en parlerai à mes parents ou à un autre adulte de confiance si je deviens victime de cyberintimidation, si je me sens en danger ou même si quelque chose me rend mal à l'aise.
- **Agis avec prudence** : je vais y penser avant de fournir des renseignements personnels en ligne (comme mon adresse ou une photo de moi) — plus je diffuse d'information à mon sujet, plus les prédateurs peuvent me faire du mal.
- **Fais preuve de vigilance** : je ne répondrai à aucun message qui me donne un sentiment de crainte ou de malaise, et j'aviserai immédiatement un adulte de confiance si je reçois un tel message.
- **N'interagis pas trop rapidement** : je ne répondrai pas immédiatement aux messages qui me blessent ou me contrarient; je vais prendre du recul, me calmer, en parler avec un ami ou un adulte, puis je déciderai si je réponds ou non.
- **Prends ton temps** : je vais relire mes messages avant de les envoyer afin de m'assurer qu'ils reflètent vraiment ce que je veux dire.
- **Sache quand cesser des échanges** : je comprends que parfois, certaines conversations doivent avoir lieu en personne, afin d'assurer que les mots et les émotions sont interprétés correctement (p. ex., si mon meilleur ami me dit qu'il est fâché contre moi).
- **Ne fais pas partie du problème** : je ne participerai jamais à des cyberactivités qui blessent des gens; p. ex., je n'irai pas m'inscrire sur la page Facebook d'un groupe haineux contre une personne.

Quelles autres mesures pourrais-tu prendre pour assurer ta sécurité en ligne?

ADOS

