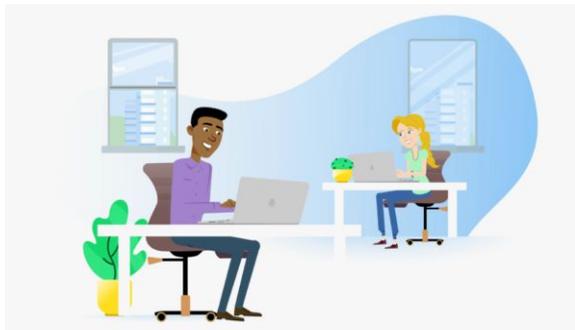


# L'ABC de la cyberhygiène : petit guide des parents

Pour réussir dans l'univers numériquement connecté, les gouvernements, les grandes entreprises et les particuliers doivent toujours appliquer les règles élémentaires de la cyberhygiène.

Ce petit guide vous aidera à discuter de la cybersécurité avec vos enfants.



## **Les enfants de cinq à neuf ans**

Il est plus facile de protéger les enfants de cinq à neuf ans contre les dangers qui les guettent en ligne. Ils sont moins indépendants en ligne que leurs aînés. Il existe aussi énormément de

bonnes applications qui permettent aux parents de protéger leurs enfants. Or, aucune application n'est efficace à 100 %. Comme l'ont réalisé bien des gens, le contenu malsain peut surgir à l'écran sans qu'on s'y attende, même si les parents ont mis en place les meilleurs contrôles.

Le meilleur moyen de défense consiste à armer vos enfants de connaissances. Voici les règles de la cyberhygiène à appliquer à ce groupe d'âge :

- limitez leur temps à l'écran et encouragez-les à jouer sans ordinateur;
- donnez-leur un premier cours sur les fausses nouvelles, en leur apprenant que ce qu'ils voient en ligne n'est pas toujours vrai;
- demandez-leur de vous dire quand ils vivent en ligne une expérience négative, qu'il s'agisse d'une image ou de quelqu'un qui essaie de les joindre;
- expliquez-leur qu'à la différence de certaines émissions télévisées ou de certains films, des sites Internet sont nocifs non seulement pour les enfants, mais aussi pour les adultes;
- apprenez-leur à se méfier de tous ceux et celles qu'ils rencontrent en ligne et dites-leur que ceux dont ils font la connaissance en ligne ne sont pas toujours des amis.



### **Les enfants de 10 à 12 ans**

Ce groupe d'âge comprend généralement des enfants à qui l'on vient d'offrir leur premier téléphone intelligent. En raison de l'indépendance et de l'autonomie que leur apporte un téléphone intelligent, il est difficile de surveiller leurs activités en ligne. Pourtant, c'est aussi une excellente occasion de leur inculquer le sens des responsabilités à l'ère du numérique.

Voici les règles de la cyberhygiène dont il faut discuter avec eux :

- l'intimidation est inadmissible, en personne ou en ligne;
- s'ils sont victimes de cyberintimidation, ils doivent vous le dire tout de suite;
- ils doivent se méfier de tous ceux qu'ils rencontrent en ligne et savoir que ceux dont ils font la connaissance sur Internet ne sont pas toujours vraiment des amis;
- si un étranger communique avec eux en ligne, ils doivent vous le dire tout de suite;
- vous devez insister sur l'importance d'équilibrer le temps passé à l'écran et l'activité physique;
- les cybercriminels recherchent non seulement de l'argent, mais aussi des renseignements confidentiels comme l'adresse ou le nom de l'école des enfants.



### **Les adolescents de 13 à 18 ans**

Il s'agit du groupe d'âge le plus complexe pour les parents à l'ère du numérique, et les enjeux sont parfois beaucoup plus importants qu'ils le sont pour les plus jeunes.

Plus les enfants vieillissent, plus ils tiennent à leur liberté. Il faut alors savoir doser l'indépendance qu'on leur donne, physiquement et numériquement, en tâchant de veiller sur leur sécurité.

Les règles de l'univers numérique pour ce groupe d'âge sont plus compliquées quand les inquiétudes grandissent. Voici de quoi vous devriez leur parler :

- ce qu'ils publient en ligne y restera pour toujours;
- le sextage peut avoir des conséquences absolument bouleversantes;
- l'intimidation est inadmissible, en personne ou en ligne;
- s'ils sont victimes de cyberintimidation, ils doivent vous le dire tout de suite;
- parlez-leur de la cybercriminalité et donnez-leur des exemples de la réalité et de la fréquence de ces crimes, qui sont commis non seulement contre les gouvernements ou les grandes entreprises, mais aussi contre les particuliers, quels que soient leur âge et leur situation financière;
- expliquez-leur que les cybercriminels sont des voleurs;
- parlez-leur des méthodes qu'emploient les cybercriminels pour voler leurs victimes;
- dites-leur que nous sommes très vulnérables à la cybercriminalité;
- dites-leur ce qu'il faut faire après une cyberinfraction.

Par Danny Pehar