

Gardiens et gardiennes du numérique TOUS EN MISSION !



Une création inédite



GRUPE
vyv
Pour une santé
accessible à tous

CNIL
COMMISSION NATIONALE
INFORMATIQUE & LIBERTÉS

Soutenu par

LE
MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE

mgen
GRUPE vyv

Ant@e
EQUATEUR

cité
sciences
et industrie

Les créateurs

Nous œuvrons pour le droit à la santé dans tous ses domaines. 1^{er} acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France (assurance, soins et accompagnement, logement), le Groupe VYV s'engage pour un numérique responsable et accessible à tous. Comprendre pourquoi on transmet ses données personnelles et prendre conscience qu'il faut protéger sa vie privée nous semble indispensable pour que tout citoyen devienne un citoyen numérique responsable.

Nous avons pour mission de protéger vos données personnelles et de faire respecter votre vie privée. Nous aidons également les personnes à connaître et comprendre leurs droits pour mieux maîtriser leurs données personnelles.

GRUPE
vyv



CNIL
COMMISSION NATIONALE
INFORMATIQUE & LIBERTÉS

Soutenu par


MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE
Liberté
Égalité
Fraternité

Nous avons pour objectif de donner à tous les élèves une éducation au numérique qui leur permette d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires à leur insertion sociale et professionnelle, au développement de leur personnalité et à la poursuite de leurs études.

Deviens le gardien et la gardienne de ta vie numérique !

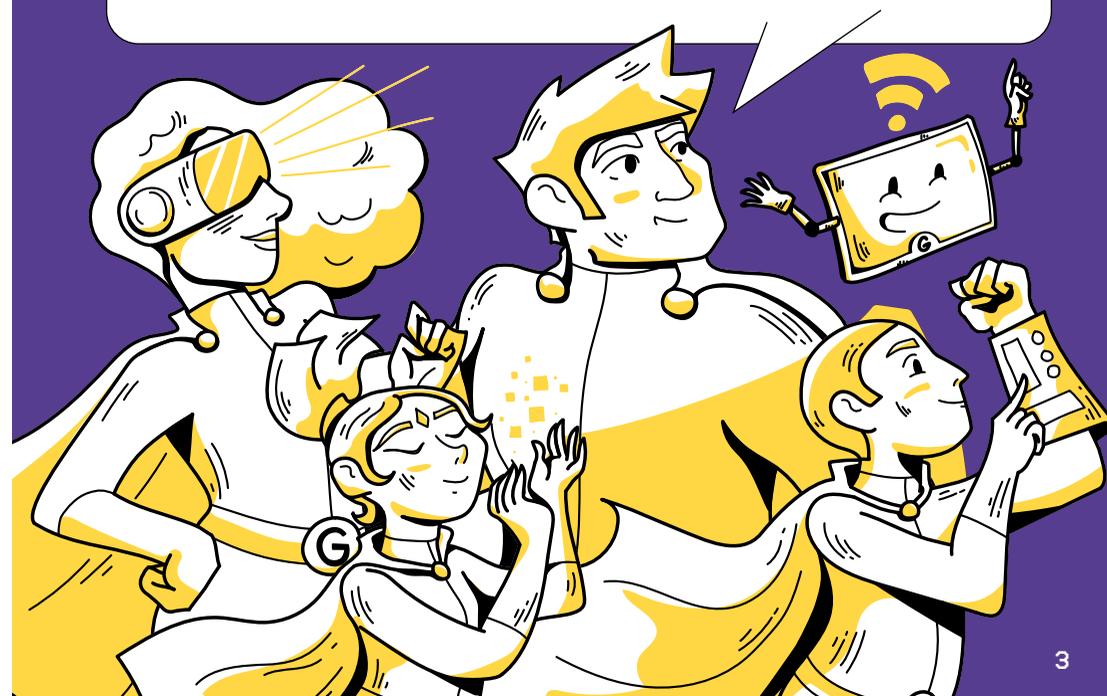
Cher enfant,

Nous sommes les gardiens de la vie numérique et **aujourd'hui nous avons besoin de toi !**

Nous avons pour mission de **défendre les droits et les libertés liés au numérique**. Chaque jour, nous luttons pour faire de cet univers **un lieu de paix, respect, bienveillance et sécurité** pour que tous les enfants du monde puissent profiter joyeusement des monts et **merveilles que réserve Internet**.

Mais pour y parvenir, nous avons besoin que tu deviennes toi aussi **un gardien et une gardienne de ta vie numérique**, en accomplissant toutes les missions de ce livret.

Prêt ? Allez, c'est parti pour l'aventure !



Tes données personnelles, tu protégeras !

Gardienne, Gardien,

Sais-tu que sans t'en rendre compte, **tu laisses des données** sur Internet ? Il est alors facile de connaître tes goûts, tes centres d'intérêt. Or certains **esprits malintentionnés peuvent en profiter** pour te faire acheter ou croire n'importe quoi. Ils peuvent aussi **partager tes données!**

Si tu ne fais pas attention ils peuvent connaître ton nom, ton prénom, ton adresse, tes notes... **Fais attention à certaines données, comme ta religion, ta santé : elles sont sensibles** et peuvent te causer du tort si tu les dévoiles... Celles-ci, pas touche! Personne n'a le droit de les collecter !

Alors pour défendre **le respect de ta vie privée**, revêt ton bouclier protecteur grâce à ces actions :

- **supprime toujours les cookies**
- **crée des mots de passe invincibles**
- **efface régulièrement ton historique**
- **utilise la navigation privée**
- **sers-toi de pseudos pour tes comptes sociaux**

Bonne chance, je compte sur toi pour devenir un vaillant gardien ou gardienne de tes données personnelles !

Le labyrinthe enchanté sans données

Trouve le chemin qui te permettra de protéger tes données personnelles, en menant plusieurs actions pour naviguer sur Internet sans laisser de traces et remporter ton bouclier magique !

JEUX



 Bien vu, tu es en navigation privée.

 Bravo, tu as refusé des cookies !

 Oui, tu as créé un code invincible que personne ne peut trouver.

 Bien joué, tu as utilisé un pseudo pour ton réseau social préféré.

 Malin, tu as effacé ton historique.

voir réponses p.23

* Quand tu navigues en privé, l'historique n'est pas généré et les éventuels cookies sont supprimés à la fermeture du navigateur.



Les infox, tu décoderas !

Gardienne, Gardien,
Pas toujours facile de faire la différence entre une vraie et une fausse information ? Pourtant, c'est important de **ne pas croire tout ce que tu lis sur Internet !** D'autant plus qu'avec les réseaux sociaux, les infox (ces fausses informations) sont de plus en plus nombreuses. Tu te demandes comment les repérer ? Grâce à ton esprit critique et ta curiosité pardi !

Pour œuvrer à **la recherche de la vérité**, suis mes précieux conseils :

- **ne crois pas tout ce que tu lis** : questionne-toi toujours sur les contenus que tu trouves
- **cherche des indices** : regarde l'auteur, le ton, la date et le site qui publie l'information. Cela t'aidera à savoir si l'information est vraie
- **trouve des preuves** : cherche d'autres informations sur des sites fiables (sites experts, institutions, ONG...)
- **inspecte les images** : regarde avec attention les images pour voir si elles sont vraies car des logiciels de retouche d'images peuvent altérer la réalité
- **prends ton temps** : ne partage jamais une information tout de suite. Les fausses informations circulent très vite sur Internet et peuvent toucher de nombreuses personnes. Consulte de sages conseillers, comme des adultes en qui tu as confiance
- **reste calme et serein** : ne te fais pas emporter par la peur ou la colère car les infox jouent sur les émotions pour te faire réagir sans réfléchir

Et tu verras, tu auras la fierté d'avoir trouvé la vérité et de la partager avec tes copains.



Les 8 différences de l'infox

Cherche les 8 différences pour trouver lequel de ces deux articles est une infox.

JEUX

La Planète



Ham devient le premier singe cosmonaute

Sciences · Astronomie

Par Louise Clément

31 janvier 1962

L'an dernier, le 31 janvier 1961, Ham a été lancé à bord de la capsule spatiale Mercury-Redstone 2 (ou MR-2) depuis la base de l'Air Force de Cape Canaveral, en Floride. Le vol de Ham était une mission suborbitale, ce qui signifie qu'il a atteint l'espace, mais il n'a pas complété une orbite complète autour de la Terre. Le vol a duré environ 16 minutes et 39 secondes, atteignant une altitude maximale d'environ 254 kilomètres. Ham a été soumis à des forces élevées et a dû effectuer des tâches simples pour tester sa capacité à fonctionner dans l'espace.

voir réponses p.23

Le Mars



ALERTE Le singe cosmonaute en route pour Mars !

Opinion · Astrologie

Par E. T. Surmars

31 janvier 2021

L'an dernier, le 31 janvier 1961, Ham a été lancé à bord de la capsule spatiale Mercury-Redstone 2 (ou MR-2) depuis la base de l'Air Force de Cape Canaveral, en Floride. Le vol de Ham était une mission suborbitale, ce qui signifie qu'il a atteint l'espace, mais il n'a pas complété une orbite complète autour de la Terre. Le vol a duré environ 16 minutes et 39 secondes, atteignant une altitude maximale d'environ 254 kilomètres. Ham a été soumis à des forces élevées et a dû effectuer des tâches simples pour tester sa capacité à fonctionner sur Mars.

PARTAGEZ



MISSION 1

MISSION 2

MISSION 3

MISSION 4

MISSION 5



Le cyberharcèlement, tu combattras !

Gardienne, Gardien,

Un terrible fléau menace le monde numérique : le cyberharcèlement ! Il peut s'abattre sur n'importe qui. Il prend la forme de sombres messages, d'images malveillantes partagées sans consentement, de commentaires cruels, répétés sans cesse.

Sache le reconnaître et contrer ses attaques car **les mots et les images ont un immense pouvoir**, s'ils peuvent guérir, ils peuvent aussi blesser et tuer.

C'est tous ensemble que nous pourrons lutter et **bâtir un cyberspace plus sûr et respectueux de tous !**

Crois-moi, nous pouvons construire un monde virtuel **respectueux et paisible** si tu suis ces actions :

- **ne reste jamais silencieux**, tu n'es pas seul !
- **si tu es victime ou si tu vois du cyberharcèlement**, parles-en à des adultes responsables (parents, enseignants...)
- **contacte le numéro ou l'appli 3018** si tu es victime ou témoin de cyberharcèlement
- **fais des captures d'écran** de tous les messages malveillants pour garder des preuves

Et pour stopper le harcèlement en ligne :

- **diffuse toujours des messages dans le respect et la bienveillance**
- **ne réponds pas aux commentaires malveillants**
- **ne propage pas les photos et vidéos malveillantes des autres. Mais si celles-ci te concernent, conserve-les bien !**
- **tends la main et l'oreille aux autres gardiens en difficulté**

Bonne chance, que ta quête pour un Internet bienveillant et sécurisé soit couronnée de succès !



Le cyberquiz

Trouve les bonnes réponses à ce quiz pour voir si tu sais comment vaincre le harcèlement en ligne. Plusieurs réponses possibles.

1
Qu'est-ce que le cyberharcèlement ?

- A Un jeu vidéo
- B Utiliser Internet pour harceler ou faire du mal à quelqu'un
- C Envoyer des messages drôles à ses amis

2
Quels types de comportements sont considérés comme du cyberharcèlement ?

- A Partager une photo embarrassante sans le consentement de la personne concernée
- B Envoyer des messages méchants ou blessants en ligne
- C « Liker » un contenu malveillant envers une personne

3
Que devrais-tu faire en premier lieu si tu es victime ou témoin de cyberharcèlement ?

- A Ignorer tout simplement et ne rien faire
- B En parler à un adulte de confiance, comme tes parents ou un enseignant
- C Essayer de répondre aux messages méchants pour te défendre

4
Qui est responsable devant la loi ?

- A Les auteurs des faits (mineurs ou majeurs)
- B Les parents lorsque les auteurs des faits sont mineurs
- C Les auteurs majeurs uniquement

5
Comment peux-tu aider à prévenir le cyberharcèlement ?

- A En signalant des cas de cyberharcèlement
- B En étant gentil et respectueux en ligne, comme dans la vie réelle
- C En en parlant autour de toi

voir réponses p.24



MISSION 1 MISSION 2 MISSION 3 MISSION 4 MISSION 5



L'influence cachée, tu connaîtras !

Gardienne, Gardien,

Il faut que tu saches qu'il existe des **techniques d'influence cachées** qui guident tes choix comme des forces invisibles, **sans même que tu t'en rendes compte**. Ces mécanismes **jouent avec tes pensées et influent sur tes actions**. Ils peuvent parfois te pousser à faire des choses que tu n'avais pas imaginées. Parmi eux, il y a les algorithmes des plateformes, les tendances ou la pression sociale qui t'incitent à faire certaines choses pour faire comme les autres.

Sur les réseaux sociaux, ces mécanismes sont très forts. Les j'aime et les partages par exemple peuvent te donner la sensation d'être accepté ou d'avoir raison... même si tu as tort !

Alors pour garder **ton esprit critique**, reste toujours le héros et l'héroïne de ton propre récit :

- **en apprenant sur les mécanismes de l'influence** : plus tu sauras comment fonctionnent les mécanismes de l'influence, plus tu sauras y échapper
- **en te posant des questions** : lorsque tu vois quelque chose de nouveau ou de populaire, demande-toi pourquoi cela t'attire
- **en apprenant à dire non** : n'aie pas peur de dire non si tu ne veux pas faire quelque chose
- **en prenant des pauses numériques** : éteins les notifications et déconnecte-toi des réseaux pour ne pas te sentir poussé à agir rapidement sans réfléchir

Maintenant que tu connais ces forces invisibles, je souhaite que ton esprit reste fort et que ton cœur soit une étoile brillante qui guide tes décisions, même si cela signifie parfois explorer des terres inconnues, loin des sentiers battus par la foule.



Les mécanismes cachés de l'influence

Trouve les mots cachés et apprends sur les différents mécanismes invisibles qui nous influencent.

J	I	E	M	T	C	A	M	C	D	W	H	H	Q
Z	D	T	R	S	A	L	O	S	A	S	B	R	E
J	E	H	M	G	P	G	C	G	C	X	M	Z	T
I	N	I	N	C	P	O	X	U	D	V	W	F	Y
Z	T	I	Y	R	A	R	P	Q	I	O	P	N	R
W	I	D	U	O	R	I	R	V	C	D	N	S	I
T	F	C	F	Y	T	T	E	N	O	R	M	E	S
E	I	F	U	A	E	H	S	J	S	W	W	W	D
N	C	J	U	N	N	M	S	N	R	J	B	O	Z
D	A	W	A	C	A	E	I	C	R	R	N	L	R
A	T	I	O	E	N	B	O	W	C	M	S	B	L
N	I	P	U	S	C	Q	N	V	M	F	M	J	U
C	O	I	U	E	E	D	Y	X	W	A	C	J	D
E	N	B	V	O	E	M	O	T	I	O	N	V	W



Identification : c'est quand tu te retrouves un peu dans la personnalité ou la vie d'une personne ou d'un groupe que tu suis sur les réseaux sociaux.

Normes : ce sont des règles invisibles d'un groupe qui guident les comportements des personnes pour se sentir acceptées par les autres.

Appartenance : c'est quand tu te sens appartenir à un groupe.

Algorithme : c'est une série d'instructions précises et logiques que l'on donne à un programme pour qu'il accomplisse une tâche spécifique. Imagine que tu es en train de suivre une recette automatisée pour préparer tes biscuits préférés. Une recette est un ensemble d'étapes que tu suis dans un certain ordre pour

obtenir un résultat délicieux. Un algorithme, c'est un peu comme une recette pour les ordinateurs !

Émotion : ce sont les sentiments que tu peux ressentir en regardant un contenu en particulier (une photo, une vidéo, etc.).

Croyances : ce sont les opinions que tu peux avoir concernant un sujet sur lequel tu as été influencé.

Tendance : ce sont les sujets qui attirent l'attention des utilisateurs et qui nous incitent à les regarder et les partager rapidement.

Pression : c'est la force d'un groupe qui te pousse à te conformer aux normes, aux opinions ou aux comportements des autres.

voir réponses p.25



MISSION 1



MISSION 2



MISSION 3



MISSION 4



MISSION 5

Ton temps sur les jeux vidéo, tu maîtriseras !

Gardienne, Gardien,

Si le monde des jeux vidéo est **un univers fantastique** qui te permet de vivre des aventures extraordinaires, **il joue aussi avec tes points faibles**. Tout comme les contes qui nous emportent vers des royaumes fantastiques, les jeux vidéo sont des parchemins enchantés qui nous permettent de vivre des aventures extraordinaires avec la particularité d'être le héros de l'histoire.

Mais attention car les concepteurs de ces mondes ont un art secret pour **t'inciter à jouer le plus longtemps possible**. Car plus ils te font rester dans le jeu, plus ils gagnent de l'argent. Ils saupoudrent une pincée de frustration pour te défier, te pousser à chercher de l'aide ou à débloquer de nouvelles compétences en échange d'argent. **Ne les laisse pas devenir les maîtres de ton jeu !**

Pour trouver **l'équilibre** et rester le maître du jeu, voici 3 stratagèmes infaillibles :

- **surveille ton temps d'écran pour dominer le temps que tu y consacres**
- **adonne-toi à d'autres activités fabuleuses hors écran**
- **crée un équilibre entre les activités : du temps pour les devoirs, les loisirs, le sport, les écrans...**

Et n'oublie jamais, savante gardienne, savant gardien, que les mondes virtuels peuvent t'ensorceler de leurs charmes ludiques mais que le monde réel est tout aussi envoûtant !



Le test du maître du jeu

Complète ce test pour savoir si tu maîtrises ton usage des jeux vidéo.

JEUX

Combien de jours par semaine joues-tu aux jeux vidéo ?

- A Moins d'un jour par semaine
- B 2 à 3 jours par semaine
- C 4 à 5 jours par semaine
- D Tous les jours

As-tu déjà essayé de réduire le temps que tu passes sur les écrans, et as-tu trouvé cela difficile ?

- A Non, je n'ai jamais essayé
- B Oui, mais j'ai réussi sans problème
- C Oui, mais c'était difficile de m'y tenir
- D Oui, et je n'ai pas réussi à réduire mon temps d'écran

Combien de temps passes-tu en moyenne devant les écrans (télévision, tablette, ordinateur, téléphone) chaque jour, y compris les jeux vidéo ?

- A Moins d'une heure
- B 1 à 2 heures
- C 2 à 3 heures
- D Plus de 3 heures

Comment te sens-tu lorsque tu ne peux pas jouer aux jeux vidéo pendant une journée ?

- A Ça ne me dérange pas du tout
- B Un peu frustré et je m'occupe autrement
- C Assez contrarié, je préfère jouer
- D Très frustré et ennuyé

As-tu déjà annulé ou repoussé des activités importantes pour jouer davantage aux jeux vidéo ?

- A Jamais
- B Parfois
- C Souvent
- D Très souvent

voir réponses page suivante



MISSION 1 MISSION 2 MISSION 3 MISSION 4 MISSION 5



Solutions du test du maître du jeu

Si tu as majoritairement des **A** et des **B** tu es un vrai maître du jeu ! Bravo, continue et garde un œil ouvert.

Si tu as obtenu principalement des réponses **C** ou **D**, c'est que c'est le moment de prendre des mesures pour mieux gérer ton temps d'écran.



Ton semainier parfait

Colorie ton emploi du temps pour faire une répartition des activités par jour pour trouver un bon équilibre de ton temps chaque semaine.

- Temps école : colorie en bleu clair
- Temps jeux vidéo : colorie en bleu
- Temps en famille : colorie en rouge
- Temps devoirs : colorie en violet
- Temps dehors : colorie en vert
- Temps avec des amis : colorie en orange
- Temps activités préférées : colorie en jaune

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H							
8H							
9H							
10H							
11H							
12H							
13H							
14H							
15H							
16H							
17H							
18H							
19H							
20H							
21H							

MES BADGES

Découpe les badges et colle-les sur chaque mission complétée.



MES MISSIONS

*Les
infx, je
décoderai !*

*Mes données
personnelles, je
protègerai !*

*L'influence
cachée,
je connaîtrai !*

*Mon temps sur
les jeux vidéo,
je maîtriserai !*

colle ta
photo ici

*Le cyberharcèlement,
je combattrai !*



NOTRE PACTE FAMILLE

Complétez en famille, de façon égalitaire, votre pacte pour garantir et favoriser l'implication de chacun. Vive l'utilisation positive, responsable et sécurisée du numérique !

Sécurité

Protéger nos vies numériques

Ensemble, nous nous engageons à fournir un environnement en ligne sûr à l'aide de filtres et de contrôles parentaux.

Les « enfants gardiens » s'engagent à ne jamais dévoiler leur nom, adresse et autres précieuses informations personnelles, à moins que les « parents gardiens » ne donnent leur feu vert, et à ne pas s'inscrire sur les sites qui ne sont pas de leur âge.

Les « parents gardiens » aideront à choisir des contenus en ligne appropriés à l'âge des enfants.

COCHEZ

Respect

Agir en sagesse

Les « parents gardiens » s'engagent à créer un espace de dialogue non jugeant et bienveillant sur l'usage du numérique avec leurs enfants.

Les « enfants gardiens » s'engagent à toujours utiliser des commentaires et actions respectueuses, bienveillantes, positives et à demander l'avis de leurs parents avant de s'inscrire sur les plateformes en ligne.

COCHEZ

Équilibre

Équilibrer les mondes réel et virtuel

Chaque membre de la famille s'engage à limiter son temps d'écran

L'ensemble des membres de la famille s'engage à déconnecter les écrans pendant les moments de repas.

Les « enfants gardiens » s'engagent à répondre à l'appel des « parents gardiens » pour les rejoindre à faire une activité hors écran.

COCHEZ

Dialogue

Parler et écouter

Les « enfants gardiens » s'engagent à ne jamais garder le silence s'ils rencontrent des difficultés et à partager leurs expériences numériques.

Les « parents gardiens » s'engagent à écouter dans le respect, sans jugement, et à apporter leur aide et soutien en cas de besoin.

Ensemble, nous nous engageons à discuter pour faire évoluer les règles s'il en est nécessaire.

COCHEZ

Nos règles bonus

.....

.....

.....

.....

.....

.....

COCHEZ

Engagements

Nos engagements

TEMPS D'ÉCRAN PAR JOUR LA SEMAINE

..... heures/jour maximum

LE WEEK-END

..... heures/jour maximum

TEMPS ÉCRAN / HORS ÉCRAN

pas avanth

pas aprèsh

MOMENTS SANS ÉCRAN

coloriez les moments sans écran



A table



en vacances



avec des amis

JOURS SANS ÉCRAN

coloriez les jours sans écran

L M Me J V S D

Signatures

« PARENTS GARDIENS » :

« ENFANTS GARDIENS » :

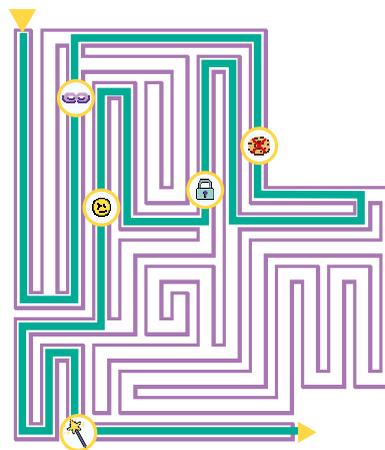
Date :

Détache le poster pour l'accrocher chez toi.



Pages réponses

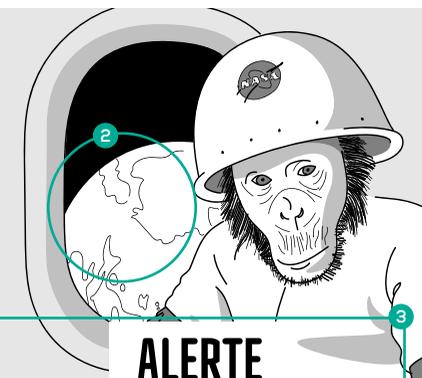
MISSION 1



MISSION 2

- 1** **5** **Vérifie toujours la source** : il faut privilégier les sources fiables et reconnues. Évite de te fier directement à ce que tu vois sur le web en général (sites, réseaux sociaux, vidéos, etc.).
- 2** **Vérifie les images et les vidéos** : les médias visuels peuvent être facilement manipulés, par exemple des logiciels peuvent être utilisés pour transformer les images ou encore faire du montage et du collage.
- 3** **Attention aux titres choc** : les infox ont souvent recours aux émotions pour manipuler les lecteurs. Sois prudent lorsque tu lis un titre qui peut susciter chez toi une forte réaction émotionnelle.
- 4** **Fais bien la différence entre opinion et information** : une information est objective alors qu'une opinion est subjective, elle relève de l'avis d'une personne et non de faits avérés. L'information a un intérêt public et elle est appuyée sur un fait.
- 6** **Consulte bien la date de ta source** : souvent, les infox utilisent des événements passés pour les présenter comme récents et en tirer profit, comme c'est le cas ici.

Le Mars ¹



ALERTE Le singe cosmonaute en route pour Mars !

Opinion · Astrologie ⁴

⁵ Par E. T. Surmars

⁶ 31 janvier 2021

L'an dernier, le 31 janvier 1961, Ham a été lancé à bord de la capsule spatiale Mercury-Redstone 2 (ou MR-2) depuis la base de l'Air Force de Cape Canaveral, en Floride. Le vol de Ham était une mission suborbitale, ce qui signifie qu'il a atteint l'espace, mais il n'a pas complété une orbite complète autour de la Terre. Le vol a duré environ 16 minutes et 39 secondes, atteignant une altitude maximale d'environ 254 kilomètres. Ham a été soumis à des forces élevées et a dû effectuer des tâches simples pour tester sa capacité à fonctionner sur Mars. ⁷

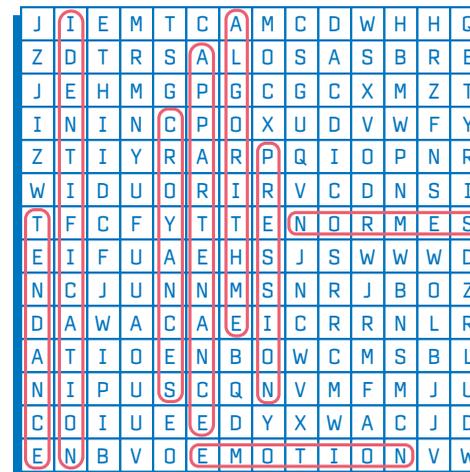
PARTAGEZ ⁸

- 7** **Observe bien ce qui est écrit dans le texte** : dans les infox, il y a parfois des fautes d'orthographe et la vérité est transformée, ce qui en fait un mensonge.
- 8** **Évite la précipitation** : ne partage pas d'informations immédiatement sans les avoir vérifiées. Prends le temps de confirmer les faits avant de les diffuser.

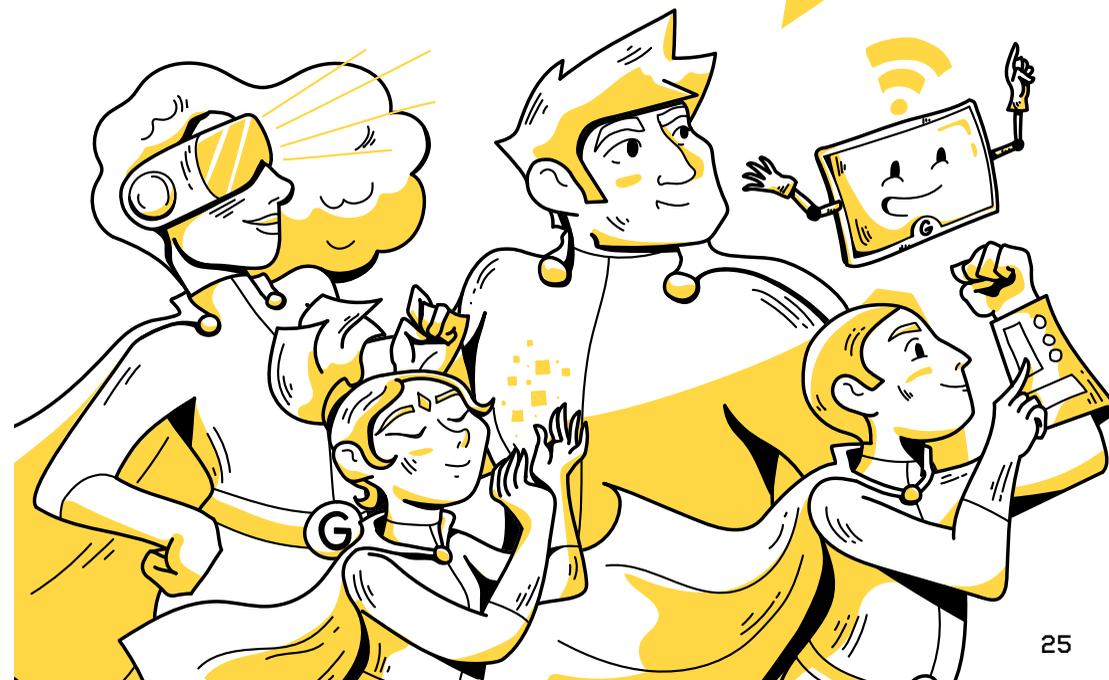
MISSION 3

- 1 **B** Utiliser Internet pour harceler ou faire du mal à quelqu'un
- 2 **A B C** Les trois sont considérés comme du cyberharcèlement
- 3 **B** En parler à un adulte de confiance, comme tes parents ou un enseignant. Tu peux aussi contacter un le centre d'aide e-Enfance par téléphone, tchat et via l'application 3018, c'est gratuit et anonyme.
- 4 **B** Le cyberharcèlement est un délit sanctionné par des peines pouvant atteindre un an d'emprisonnement et 15 000 € d'amende (Article 222-33-2-2 du Code Pénal). Les sanctions varient suivant que l'auteur a plus ou moins de 13 ans, et que la victime a plus ou moins de 15 ans. Mais dans tous les cas, ce sont les parents des auteurs mineurs, quel que soit leur âge, qui seront responsables civilement. Ce sont eux qui devront indemniser les parents de la victime.
- 5 **A B C** Les trois
N'oublie pas que c'est important d'être bon envers les autres, en ligne comme hors ligne, et de toujours demander de l'aide si tu rencontres des situations difficiles en ligne.

MISSION 4



Bravo pour avoir accompli toutes les missions !



Gardiens et
gardiennes du numérique

TOUS EN MISSION !



Fais passer aux parents

Faites passer aux enfants

RÉSEAUX
SOCIAUX

JEUX VIDÉO

CYBERHARCÈLEMENT

POUR
LES
GARS
N