

CYBERSÉCURITÉ

Conseils pour les contrôles parentaux



■ des outils précieux

les contrôles parentaux permettent de gérer le temps d'écran, filtrer le contenu, bloquer des applications/sites et suivre l'activité en ligne

■ objectif

l'idée n'est pas de surveiller, mais de créer un environnement numérique plus sûr pour protéger et accompagner votre enfant

■ dialogue

discutez avec votre adolescent(e) des règles établies et de leur importance pour sa sécurité et son bien-être

Configuration :

■ sur le smartphone de votre enfant

cherchez dans les "Réglages" ou "Paramètres" du téléphone, souvent sous des rubriques comme "Temps d'écran" (iOS), "Bien-être numérique et contrôles parentaux" (Android), "Contrôles parentaux" ou "Restrictions de contenu et de confidentialité"

■ définir les profils d'utilisateur

si le système le permet (ou via des applications tierces), créez des profils distincts pour chaque enfant, car les besoins et les âges varient





Personnaliser les restrictions :

■ **filtrage de contenu web**

bloquer l'accès à des sites web spécifiques ou à des catégories de contenu inapproprié via le navigateur du smartphone

■ **restrictions d'applications et de jeux**

empêcher le téléchargement ou l'utilisation d'applications et de jeux basés sur leur classification d'âge ou bloquer des applications spécifiques (réseaux sociaux, jeux addictifs)

■ **achats intégrés et transactions**

définissez un mot de passe ou une autorisation pour tout achat effectué via les applications du smartphone

■ **confidentialité et partage de données**

gérer les autorisations des applications à accéder à la localisation, aux photos, aux contacts, etc., et limiter le partage d'informations personnelles

■ **communication**

restreindre les contacts avec qui l'enfant peut communiquer via des applications de messagerie ou des réseaux sociaux sur le smartphone

■ **mots de passe et sécurité**

protégez les paramètres des contrôles parentaux avec un mot de passe fort que seul un adulte connaît, afin que les enfants ne puissent pas les modifier

