



RENTRÉE 2025



**Le plus smart
c'est pas toujours
le smartphone !**

Un **smartphone**, ce n'est pas juste un cadeau.
C'est aussi une **grande responsabilité** !
Découvre **quelques conseils**
pour assurer ta **sécurité**.

PREMIER TÉLÉPHONE, PREMIERS RÉFLEXES

Tu vas bientôt avoir **ton premier téléphone** ? C'est une super étape !
Mais un **smartphone**, ce n'est pas juste un cadeau.
C'est aussi une **grande responsabilité**.
Il te connecte à plein de choses... et à plein de gens.
Alors autant être prêt(e)!

Ce qu'il faut savoir

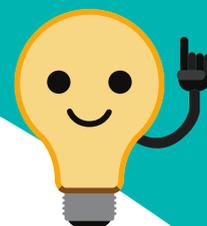
-  Ton téléphone te relie au **monde entier** : tu peux regarder, poster, discuter... mais aussi être confronté à des risques, comme voir des contenus **choquants**, recevoir des messages **malintentionnés**, être victime de **cyberharcèlement**.
-  Tout ce que tu fais avec ton tel laisse des traces. **Même les messages privés**.

Avant de te lancer

- Demande à un **adulte de confiance** de t'expliquer les réglages importants : temps d'écran, filtres, applis autorisées...
- Réfléchis à ce que tu veux faire** avec ton téléphone : tu en as besoin pour quoi ? Qui va t'écrire ? À qui veux-tu répondre ?
- Mets-toi d'accord avec tes parents sur **les règles** : téléphone éteint la nuit ? À table ?

LE CONSEIL EN + : CRÉE TES RÈGLES AVEC TES PARENTS !

- À quels moments tu peux utiliser ton téléphone ?
- Que faire si quelque chose t'inquiète ou te dérange en ligne ?
- Quand le téléphone doit-il dormir (nuit, repas, devoirs) ?



Quelques bons réflexes

- Ne **partage jamais** de photos de toi (ou des autres) si tu n'es pas sûr(e) que tout le monde est OK.
- Si tu reçois des messages bizarres ou méchants, **bloque** ces personnes, fais des captures d'écran et parles-en à une personne de confiance.
- Ne **réponds pas** aux numéros inconnus et ne clique pas sur des liens, même s'ils ont l'air intéressants ou si quelqu'un te dit que c'est important.
- Demande de l'aide** si quelque chose te met mal à l'aise.
- En cas de doute ou de problème, **parles-en** à un adulte en qui tu as confiance... **toujours**.
- Télécharge l'app 3018 !**

Un souci en ligne ?

Parles-en à un adulte de confiance et/ou contacte le 3018 :

Gratuit, anonyme et confidentiel,

des professionnels sont disponibles **7j/7 de 9h à 23h** par téléphone ou tchat sur l'App 3018 ou sur [3018.fr](https://www.3018.fr) pour t'écouter et te conseiller.

Tu peux aussi juste poser une question, on est là pour toi !



Disponible sur
App Store

DISPONIBLE SUR
Google play



N'OUBLIE PAS QUE...

Recevoir son premier téléphone, c'est un grand pas.

Le + smart, c'est de garder le contrôle !

