



RENTRÉE 2025

Sur les
réseaux sociaux,
un profil **en privé**
pour échanger 
en sécurité !

Avant de publier ta première story ou
d'accepter une demande d'ami,
adopte les bons réflexes pour assurer **ta sécurité !**

Tu viens de t'inscrire sur un réseau social ou tu t'apprêtes à le faire ?
Avant de publier ta première story ou d'accepter une demande, il est important
de connaître les risques et de les identifier :

Contenus inappropriés :

Violents ou sexuels,
haineux ou extrémistes,
ou encore trompeurs
(fake news)



Violences en ligne :

Cyberharcèlement (*moqueries, menaces, humiliations répétées*),
chantage, manipulation et
prédation envers les mineurs.



Arnaques et usurpations :

Piratage, faux profils,
escroqueries,
achats frauduleux,
phishing.



Risques pour la santé mentale :

Dépendance aux écrans,
isolement, anxiété, dépression
et perte de confiance en soi.

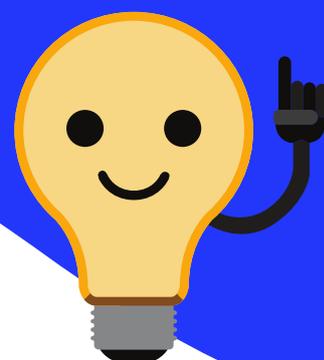


Pourquoi protéger ton profil ?

- ➡ Pour **éviter que n'importe qui puisse voir** ce que tu postes
- ➡ Pour **choisir qui peut te parler ou suivre ton profil**
- ➡ Pour **éviter les messages bizarres** ou les moqueries
- ➡ Pour **garder ta vie perso... perso !**



Protéger ton compte, c'est **rester maître**
de ce que tu partages, éviter les mauvaises surprises
et **profiter** de ton réseau en toute **sécurité !**



Les bons réglages à faire :

- Passes ton compte en privé :** comme ça, seuls tes amis peuvent voir ce que tu publies.
- Vérifie qui peut commenter ou t'envoyer un message :** tu peux bloquer les inconnus ou limiter certains mots.
- Utilise un pseudo :** pas besoin d'écrire ton prénom + ton nom. Et évite de dire dans ta bio où tu habites ou où tu vas à l'école !
- Désactive la géolocalisation :** pas besoin que les applis ou tout ton entourage sachent où tu es en temps réel.



Rappelle-toi qu'il est interdit de s'inscrire sur des réseaux sociaux avant 13 ans, et qu'avant tes 15 ans, tu dois le faire obligatoirement accompagné(e) de tes parents !

Et si quelque chose te mets mal à l'aise ?

Le 3018 est là pour toi si tu es **harcelé(e)**, victime de **cyberviolences**, si tu vois quelque chose de **choquant** ou pour toutes questions liées au **numérique**.

Des **professionnels** formés t'écoutent et te conseillent **7j/7 de 9h à 23h** par téléphone, tchat sur l'App 3018 et sur 3018.fr.



LA PETITE ASTUCE EN + :

Fais ces réglages avec un parent ou un adulte de confiance. C'est plus rapide, et ça vous permet d'en parler ensemble. **Tu restes aux commandes, mais bien accompagné(e).**

