



Contrat d'utilisation du premier smartphone

Le smartphone appartient à mais son usage se fait sous la supervision de

CE QUE L'ENFANT S'ENGAGE À FAIRE :

- Je respecte le temps d'écran fixé ensemble.
- Je respecte les âges recommandés.
- Je mets mon téléphone de côté quand un parent ou un adulte me le demande.
- Pas d'écrans (sauf exception) :
 - Au réveil
 - Avant de se coucher
 - Dans la chambre
 - Pendant les repas
 - Pendant les devoirs
 - Pendant une activité ou une sortie en famille
 - Pendant une discussion avec une autre personne
- Je demande avant de télécharger une nouvelle application.
- Je demande avant de prendre ou de partager des photos d'autres personnes ou de la maison.
- J'ai autant de respect en ligne que hors ligne.
- Je ne crée pas et je ne rejoins pas des groupes qui critiquent, harcèlent, mentent ou blessent les autres. Et j'en parle si je suis témoin ou victime.
- Je ne partage pas de contenu privé (informations, adresses, photos intimes, mot de passe, ...).
- Si je ne me sens pas bien par rapport à quelque chose que j'ai vu en ligne, j'en parle.
- En ligne, je ne parle pas avec des personnes que je ne connais pas.
- Je mets mes comptes de réseaux sociaux en mode privé.
- Je réfléchis avant de poster et je vérifie les informations avant de les partager.
- Autres :





CE QUE LE PARENT S'ENGAGE À FAIRE :

- Je crée un lien de confiance pour que tu puisses parler de ce que tu vis en ligne.
- Je fixe un cadre clair pour t'aider à comprendre tes responsabilités et les conséquences de tes actions.
- Je veille à ton bien-être et à ta santé en posant des règles pour l'utilisation de ton téléphone et en intervenant si elles ne sont pas respectées.
- On parle et on explore ensemble ce que tu fais avec ton smartphone.
- Je m'intéresse à ce que tu fais en ligne.
- Je donne l'exemple en respectant les règles familiales.
- Autres :
.....
.....
.....

SIGNATURES :

Je m'engage à respecter ce contrat.

Signature Enfant :

Je m'engage / nous nous engageons à faire appliquer le contrat et à montrer l'exemple.

Signature(s) Parent(s) :



Ensemble, nous sommes une équipe pour bien utiliser les écrans, avec chacun·e un rôle à jouer !