



Cycle d'Orientation de la Glâne
Route d'Arruffens 17
Case postale 220
CH-1680 Romont

tél. 026 651 99 33
info@co-glâne.ch

www.co-glâne.ch

Romont, juillet 2025

Cher Elève,
Chers Parents,
Madame, Monsieur,

Les outils numériques font aujourd'hui partie de notre quotidien et notre école les intègre dans son fonctionnement (classes numériques, salles informatiques, utilisation exceptionnelle de smartphones en classe, ...). De plus, la plupart des jeunes et des adultes surfent dans le monde numérique de manière régulière.

Après différentes expériences, l'école se rend compte de l'importance de communiquer autour de ces Technologies de l'Information et de la Communication (TIC).

La meilleure prévention, dans ce domaine, passe bien entendu par le dialogue et l'éducation aux médias numériques. Pour vous accompagner au mieux dans une utilisation réfléchie et positive de ces médias et afin d'ouvrir le dialogue à ce sujet, chez vous et/ou en classe, nous avons créé un « Mémento d'utilisation des TIC ». Celui-ci est pensé en deux volets : un premier, destiné aux jeunes, un second, à l'attention des adultes encadrants.

Vous en trouverez une version dans ce document et sa version pour les jeunes sera également affichée dans chaque salle de classe, dès la rentrée.

Le document que nous vous proposons est voué à évoluer. Nous vous invitons donc à nous faire part de vos remarques et réflexions, en tant que jeune ou adulte, à l'une des adresses au dos du document. Elles nous permettront d'avancer ensemble, de manière responsable et respectueuse, dans l'utilisation de ces médias.

Nous nous réjouissons de recevoir vos retours et vous souhaitons une très belle rentrée scolaire 2025-2026.

La direction, le groupe santé, les services de médiation et du travail social

Moi, en tant qu'ado...

Je fais preuve d'esprit critique

Je réfléchis aux informations personnelles que je transmets sur moi-même et j'évite d'en transmettre sur les autres

Je trouve le courage de parler à un adulte si je me sens mal à l'aise / en danger

Je fais preuve d'un esprit critique face à tout ce que je lis, vois et fais sur Internet

Je suis conscient que tout ce que je publie sur un réseau social ou une messagerie numérique pourra être vu par tout un chacun et restera pour toujours sur Internet



Je prends soin de moi

Je n'accepte dans ma liste de contacts que les personnes que je connais

Je garde en tête qu'un pseudo / profil peut cacher n'importe qui

Je transmets mon numéro uniquement à des personnes proches et/ou de confiance

Si une personne me propose un rendez-vous: je n'y vais pas ou un adulte de confiance m'y accompagne



Je me respecte et je respecte les autres

Je me comporte avec les autres sur Internet comme j'aimerais que les autres se comportent avec moi

Je privilégie la communication «in real life» pour tout ce qui a trait aux émotions ou aux sentiments

Je m'engage à respecter la loi. Je garde en tête que ce qui n'est pas permis dans la vraie vie ne l'est pas sur Internet (insultes, diffusion de contenus illégaux)

Je respecte le droit à l'image de chacun et demande l'autorisation avant de photographier ou filmer quelqu'un



Moi, en tant que parent...

J'accompagne mon enfant dans le développement de son esprit critique en ...

... l'accompagnant dans la découverte des univers numériques (réseaux sociaux, Internet, messageries instantanées) et des risques qui y sont liés



... me documentant sur les différents réseaux sociaux et les pratiques des jeunes dans le domaine des TIC

... ayant moi-même un regard critique mais bienveillant sur les pratiques des jeunes sur Internet

... l'incitant à venir me parler en cas de mauvaise expérience

... m'intéressant aux différentes activités que mon enfant a sur le net

Je protège mon enfant et lui apprends à se protéger lui-même en ...

... instaurant des limites et des règles claires, si possible communes à l'ensemble de la famille (temps, média et lieux d'utilisation)

... préservant son sommeil en limitant au maximum l'utilisation des médias dans sa chambre pendant la nuit

... le sensibilisant au fait qu'Internet est un «lieu public»



... lui apprenant à préserver sa sphère privée (risque lors de la diffusion de données et d'images personnelles)

... installant un logiciel de contrôle parental (lorsque cela est possible) pour éviter qu'il soit confronté à des contenus inadéquats ou illégaux

J'encourage mon enfant à agir et penser en citoyen en ...

... l'aidant à développer son sens critique face aux nouveaux médias (Instagram, You Tube,...)

... l'amenant à respecter le droit à l'image de chaque individu (demander la permission avant de prendre en photo, filmer,...)

... lui rappelant que ce qui n'est pas permis dans la vraie vie ne l'est pas non plus sur Internet (insultes, diffusion de contenus illégaux, ...)

... le poussant à privilégier la communication face à face

... l'invitant à faire preuve d'empathie en se mettant à la place de l'autre («Ne fais pas aux autres ce que tu ne souhaiterais pas que l'on te fasse»)

... l'incitant à réfléchir avant de cliquer



Pour vos remarques :

Adresses mail :

romain.golay@edufr.ch

claudia.morel@edufr.ch

Adresse postale :

Groupe Santé du CO de la Glâne

Mme Claudia Morel

Rte d'Arruffens 17

1680 Romont