

Le numérique, pas de panique !

Ton petit guide
de sécurité sur Internet.



Un livret réalisé en partenariat avec  , un magazine  Bayard
Jeunesse

C'est quoi, ce petit livre ?

Internet et les réseaux, c'est super, on peut obtenir des réponses à nos questions en un clin d'œil, envoyer des messages aux gens qu'on aime, jouer à des trucs rigolos... Mais pour bien en profiter, comme dans la vraie vie, il y a des règles à respecter et surtout des pièges à déjouer. Ce livret te donne plein de conseils, à partager avec tes amis et toute ta famille !



C'est quoi, la cybersécurité ?

C'est la sécurité sur Internet et celle de tes appareils. Tu sais peut-être qu'il existe des « pirates informatiques », qui peuvent **voler tes comptes et des informations sur toi**. Certains envoient même des virus dans les appareils pour les abîmer ou en prendre le contrôle ! Il peut y avoir aussi des personnes qui harcèlent les autres ou veulent embêter des enfants. Heureusement, on peut se protéger !



Comment marche ce livret ?

À travers 3 BD, tu vas rencontrer Sam et Pat, des jumeaux très rigolos : Sam fait tout n'importe comment, et Pat tout bien comme il faut ! Dans la vie comme sur Internet, on est tous un peu comme Sam et un peu comme Pat... Tu vas donc pouvoir te poser des questions sur la façon dont tu te sers de tes appareils et d'Internet, et adopter pour toujours les bons réflexes !

OÙ EN ES-TU

avec Internet ?

Coche les réponses qui te ressemblent le plus, et compte combien tu as de ★ et de ● pour découvrir ton profil d'internaute !

Un ami te demande le mot de passe d'un de tes comptes :

- ★ Tu lui fais jurer de ne le dire à personne.
- Pas question, c'est privé !

Tu es sur ton jeu vidéo préféré lorsqu'un inconnu t'envoie un message :

- Tu l'ignores et tu en parles à un adulte.
- ★ Tu lui réponds juste une fois par curiosité.

Ton cousin doit choisir un mot de passe pour son compte Amstragram, tu lui conseilles :

- ★ Un truc facile à retenir, comme 1234 ou SOLEIL.
- Un mot de passe compliqué avec des lettres, des chiffres et des signes.



Sur un site, on te demande ton adresse pour recevoir un cadeau :

- Tu demandes l'accord de tes parents.
- ★ Tu la donnes : pas le choix si tu veux ton cadeau.

On insulte ton grand frère sur TOKTOK, que doit-il faire ?

- Il doit en parler à vos parents et bloquer la personne qui l'a insulté pour qu'elle ne puisse plus lui envoyer de message ni voir son profil.
- ★ Pas question qu'il se laisse faire : tu l'aides à trouver les mots pour se défendre.

Tu as une majorité de ★ : Internet, ça te plaît, mais tu prends souvent des risques. Alors apprend les bons réflexes avec ce petit livret !

Tu as une majorité de ● : Tu connais déjà les règles de prudence, bravo. Continue comme ça et découvre encore plus d'astuces dans ton livret.

Sam et Pat naviguent sur Internet



TU ES PLUTÔT COMME SAM ?

Par ici les conseils...

Choisis toujours des **mots de passe** difficiles à deviner, avec au moins 12 caractères qui mélangent des lettres, des majuscules, des chiffres et des symboles. Et surtout, il faut qu'ils soient différents pour chacun de tes comptes.



Si tu vois des **contenus violents**, de **nudité**, ou n'importe quel contenu **qui te met mal à l'aise**, ne reste pas seul(e) avec ta gêne, parles-en à tes parents ou à un adulte à qui tu peux te confier.

Lis cette BD et demande-toi en qui tu te reconnais le plus...

FACON
PAT



TU ES
PLUTÔT
COMME
PAT ?

Par ici les astuces...

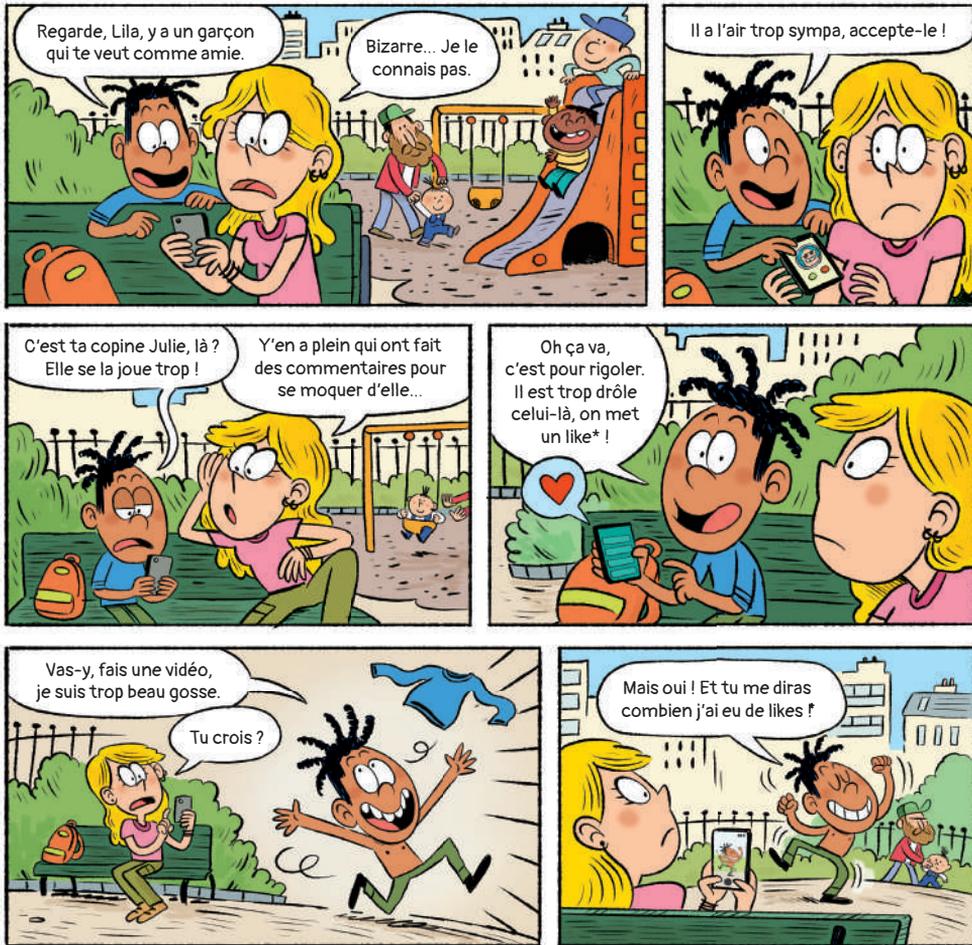
Demande à tes parents d'activer le « **contrôle parental** », un système qui protège les enfants sur Internet.

Ne clique jamais sur un lien ou un fichier qui te semblent louches : tu risques l'hameçonnage, c'est-à-dire de te faire entraîner dans une arnaque ou de te faire pirater.



5

Sam et Pat vont sur les réseaux sociaux



* Ça se prononce « laik » et ça veut dire « J'aime » en anglais.

TU ES PLUTÔT COMME SAM ?

Par ici les conseils...

Ne va jamais sur Internet ou les réseaux sociaux sans l'autorisation de tes parents.



N'accepte pas comme amis les gens que tu ne connais pas, ou pas bien. Ils pourraient avoir de mauvaises intentions.



Lis cette BD et demande-toi en qui tu te reconnais le plus...

FACON PAT



TU ES PLUTÔT COMME PAT ?

Par ici les astuces...

Participer aux moqueries en les partageant ou en les likant, c'est du **cyberharcèlement**. Respecte les autres sur les réseaux ! Et si tu es témoin ou victime, préviens un adulte ou contacte le **3018** qui te conseillera.

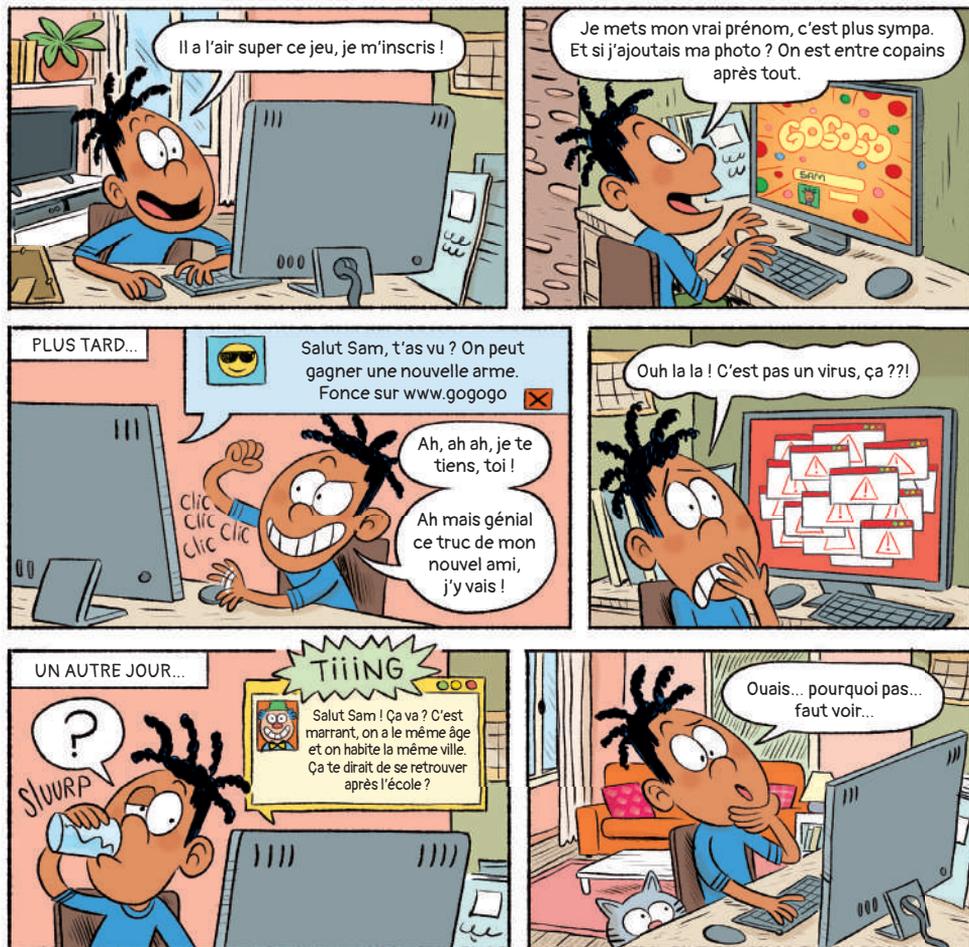
Quand on a un compte, il faut absolument le **paramétrer en « privé »** : seules les personnes que l'on a acceptées pourront voir les publications. Et **éviter de poster des photos** que l'on pourra regretter par la suite...

PRIVÉ



7

Sam et Pat jouent aux jeux vidéo

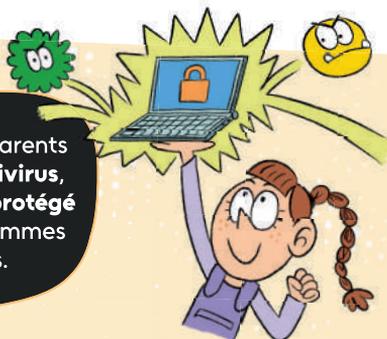


TU ES PLUTÔT COMME SAM ?

Par ici les conseils...

Pour éviter qu'un inconnu te retrouve dans la vraie vie, ne mets jamais ton vrai nom ou ta photo sur Internet. Trouve-toi un super **pseudo** (nom inventé) et un bel **avatar** (personnage inventé qui te représente).

Demande à tes parents d'installer un **antivirus**, l'ordinateur sera **protégé** contre les programmes malveillants.



Lis cette BD et demande-toi en qui tu te reconnais le plus...

**FACON
PAT**



**TU ES
PLUTÔT
COMME
PAT ?**

Par ici les astuces...

Quand tu t'inscris pour jouer, remplis seulement les « champs » (les lignes) obligatoires, et vérifie avec un adulte que c'est un site de confiance. Tu protégeras ainsi tes **données personnelles** !



Fais attention avec qui tu discutes, et **ne raconte rien de personnel aux inconnus**. Des adultes avec de mauvaises intentions peuvent te faire croire qu'ils sont des enfants.

9

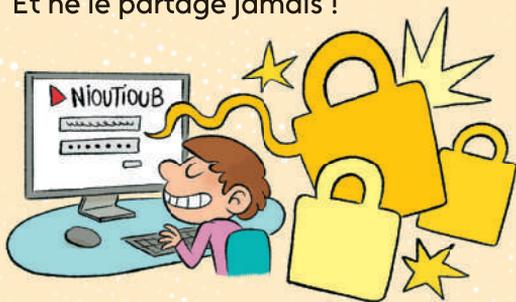
LES BONS REFLEXES

Pour profiter d'Internet sans se prendre la tête, voici quelques conseils à retenir !

Choisis de bons mots de passe



Utilise un mot de passe différent pour chaque compte, impossible à deviner (ne mets pas ta date de naissance ou d'autres informations personnelles...). Pense bien à le rendre compliqué et long avec, par exemple, une phrase que toi seul peut connaître, ou un mélange de signes. Et ne le partage jamais !



Protège tes données personnelles



Si on ne fait pas attention, nos données personnelles (prénom, mail, mots de passe, etc.) peuvent être récupérées pour se faire passer pour nous, essayer de nous arnaquer ou d'arnaquer nos contacts, ou encore pour nous imposer de la publicité. Ne dévoile pas ta vie sur Internet et prends un nom inventé pour ton pseudo.

Attention à l'hameçonnage !



Certains messages sont trop beaux ou trop stressants pour être vrais ! On appelle ça « l'hameçonnage » : le but est que tu mordes à l'hameçon. En se faisant passer pour quelqu'un de confiance, on essaie de te tromper pour que tu donnes tes informations personnelles ou tes mots de passe... Vérifie toujours l'origine des messages !

Pense aux antivirus



Si on va sur certains sites ou si on télécharge des jeux piratés, notre ordinateur peut être infecté par un virus, un petit programme qui l'abîme ou vole des informations. Contre cela, il faut installer un antivirus, faire les « mises à jour » de tes appareils, et se méfier des fausses mises à jour qui peuvent être proposées !



Lutte contre le cyberharcèlement



C'est le harcèlement sur Internet (moqueries, insultes, rumeurs, de façon répétée). On a l'impression que ce n'est pas grave. Pourtant, ça fait beaucoup de mal à ceux qui sont harcelés et c'est interdit par la loi ! Si tu es victime ou témoin, il faut tout de suite en parler à un adulte, ou appeler le numéro **3018**

Prudence sur les réseaux sociaux !



Tout ce qu'on y poste (messages, photos, vidéos) reste... longtemps.

Et si la majorité des adultes sont bienveillants, certains peuvent partager tes photos avec n'importe qui. Alors, quand tu seras en âge de t'inscrire sur les réseaux sociaux, il faudra mettre ton compte en « privé ». Et de façon générale, il faut toujours réfléchir avant de poster, et demander l'autorisation aux personnes que l'on photographie.



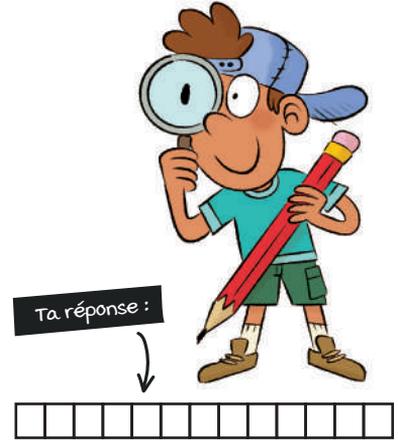


Mots mêlés

Cherche les mots de la liste dans la grille et barre-les. Ils peuvent être horizontaux, verticaux, ou en diagonale, et se lire dans n'importe quel sens. Il te restera 13 lettres non barrées. Reporte-les dans les 13 cases en dessous. Un mot apparaîtra !

- ANTIVIRUS
- AVATAR
- CODE
- INTERNET
- JEU
- LIEN
- PARAMÈTRE
- PRIVÉ
- PRUDENCE
- PSEUDO
- RÉFLEXES
- SMS

A	V	A	T	A	R	C	Y	P
N	B	E	L	I	E	N	R	A
T	E	D	J	E	U	I	S	R
I	R	O	S	E	V	C	M	A
V	U	C	R	E	I	T	S	M
I	N	T	E	R	N	E	T	E
R	E	F	L	E	X	E	S	T
U	E	P	S	E	U	D	O	R
S	P	R	U	D	E	N	C	E



Solution : internet

Les sites utiles en cas de problème

Cybermalveillance.gouv.fr

Sur ce site, toi et tes parents pouvez apprendre **plein de bonnes pratiques pour aller sur Internet en toute (cyber) sécurité** ! Par exemple, gérer tes mots de passe, protéger tes appareils et tes comptes, apprendre à reconnaître les arnaques...



E-enfance.org

Victime ou témoin de harcèlement ou de violences en ligne ? Appelle le **3018** ou utilise l'**appli 3018**. C'est gratuit, anonyme et confidentiel. Des psychologues et des juristes sont là pour t'écouter, te conseiller et t'aider de façon claire et adaptée.



17Cyber.gouv.fr

Tu as reçu un mail suspect ou un appel malveillant ? Tu penses que tu as été piraté(e) ? Sur ce site, tu réponds à un questionnaire sur ta situation, un diagnostic est établi et on te donne des conseils pour agir et des contacts pour t'aider.



Crocecran.bayard-jeunesse.com

Un programme imaginé par Bayard Jeunesse pour aider les familles à un **usage raisonné des écrans**.



Livret réalisé par Bayard Média Développement en partenariat avec Astrapi, un magazine Bayard Jeunesse pour Cybermalveillance.gouv.fr

Avec le soutien de



Directrice commerciale de Bayard Média Développement : Caroline Soret (caroline.soret@bayardmedia.fr).
Coordination : Adélaïde Jeanson. Rédactrice en chef : Marion Joseph. Textes : Jessica Jeffries-Britten.
Maquette : Laurence McCormack. Directeur artistique : Stéphane Mattern.
Illustrateur : Sess. Coloriste : Laurence Croix. Imprimé par Dady hate. Août 2025.

