



Guide Pratique de Sécurité et de Caractère pour les Parents

Premiers repères pour aider les enfants à grandir en sécurité, avec force, sagesse et respect.

UNE RESSOURCE GRATUITE HOISTPOINT

« Les enfants ont besoin de plus que des règles. Ils ont besoin de sagesse. Ils ont besoin de plus que de la supervision. Ils ont besoin de jugement. Ils ont besoin de plus que de la protection. Ils ont besoin de caractère. »
— Diane Hagopian, Fondatrice, HoistPoint

Une lettre aux parents

Merci d'être ici. Que vous élevez un tout-petit, un adolescent, ou quelqu'un entre les deux, une chose est certaine : il n'a jamais été aussi important d'être intentionnel dans le développement de nos enfants. Nous vivons dans un monde rempli d'opportunités extraordinaires, mais aussi de défis sans précédent. Les enfants d'aujourd'hui grandissent dans un environnement façonné par la technologie, les réseaux sociaux, l'information constante, des pressions sociales croissantes et une culture en rapide mutation.

En tant que parents, il est naturel de vouloir protéger nos enfants de chaque danger, déception et difficulté qu'ils pourraient rencontrer. Pourtant, la vraie protection ne consiste pas simplement à mettre les enfants à l'abri du monde — il s'agit de **les préparer à y naviguer**.

Notre objectif en tant que parents n'est pas simplement de garder les enfants en sécurité aujourd'hui. C'est de les aider à devenir des adultes capables demain — des adultes qui peuvent penser de manière critique, reconnaître des situations malsaines, prendre des décisions sages, rester fermes dans leurs valeurs, et posséder la confiance nécessaire pour se diriger eux-mêmes et le caractère pour influencer positivement les autres.

Ce que ce guide couvre

- **Partie 1 :** Fondations — Sécurité, Consentement, Caractère
- **Partie 2 :** Sensibilisation, Discernement et Prise de décision sage
- **Partie 3 :** Fondements technologiques
- **Partie 4 :** Créer une culture familiale sûre
- **Partie 5 :** Préparer les enfants à la vie

Partie 1 : Fondations

Chaque parent veut que son enfant soit en sécurité. Mais la sécurité seule ne suffit pas. Les enfants doivent aussi apprendre à penser, à prendre des décisions, à surmonter les défis, à construire des relations saines et à contribuer positivement au monde qui les entoure. Ce guide est conçu pour aider les parents à construire à la fois la sécurité et le caractère — ensemble, ces qualités créent le fondement d'un adulte confiant, capable et résilient.

La sécurité sans caractère est incomplète

Un enfant peut comprendre le danger et pourtant prendre de mauvaises décisions s'il manque d'intégrité, d'autocontrôle ou de responsabilité. La sécurité ne consiste pas seulement à éviter les dangers — c'est développer le caractère nécessaire pour prendre des décisions sages.

Le caractère sans conscience est vulnérable

Les enfants devraient être gentils — mais la gentillesse seule ne suffit pas. La confiance doit être équilibrée avec le discernement. Le respect doit être associé à une compréhension des limites. La conscience aide les enfants à protéger leur gentillesse plutôt qu'à la perdre.

Élever les adultes de demain

Nous n'élevons pas simplement des enfants. Nous élevons les adultes de demain. Les habitudes, croyances, attitudes et schémas de prise de décision que les enfants développent aujourd'hui les suivent souvent à l'âge adulte. Chaque leçon contribue à la personne qu'ils deviendront.

Les adultes de confiance, le consentement et les limites

Qu'est-ce qu'un adulte de confiance ?

Un adulte de confiance est une personne fiable qui démontre constamment soin, responsabilité, honnêteté et respect envers les enfants. La confiance doit être basée sur le **comportement, et non sur les titres**.

Les adultes de confiance écoutent attentivement, respectent les limites, disent la vérité, gardent les enfants en sécurité, encouragent la communication, ne demandent pas aux enfants de garder des secrets, et agissent de manière cohérente au fil du temps.

- Chaque famille devrait identifier plusieurs adultes de confiance qu'un enfant peut contacter s'il a besoin d'aide — y compris les noms, numéros de téléphone et comment les joindre.



Consentement et autonomie corporelle

Le consentement signifie donner sa permission librement et volontairement. Les enfants doivent comprendre : « **Mon corps m'appartient**. » Ce principe aide à établir la confiance en soi et des limites saines.

Les limites saines comprennent les limites physiques, émotionnelles, l'espace personnel et la vie privée. Les enfants doivent apprendre que l'inconfort est une information importante — et que le respect est une voie à double sens.

- Demander avant de toucher les autres
- Respecter l'espace personnel
- Accepter un « non » avec grâce
- Éviter de faire pression sur les autres

Trois traits de caractère essentiels

1

Le Respect

Reconnaître la valeur et la dignité de soi-même et des autres — par le soin de soi, des limites saines, la gentillesse, la courtoisie et l'empathie. Le caractère se démontre par le comportement.

2

L'Intégrité

Faire ce qui est juste même quand personne ne regarde. L'honnêteté, la responsabilité, tenir sa parole, et comprendre que la confiance doit être gagnée par des actions cohérentes au fil du temps.

3

Le Courage

Agir malgré la peur. Défendre ce qui est juste, s'exprimer quand quelque chose semble anormal, se protéger soi-même et les autres. Le courage et la sagesse travaillent toujours ensemble.

Comprendre les comportements nuisibles et la conscience situationnelle

Reconnaître les signaux d'alarme

Les enfants doivent apprendre à reconnaître les signes avant-coureurs tôt. Les signaux d'alarme courants comprennent :

- Les demandes de secret
- Les flatteries excessives ou les violations de limites
- La pression pour agir rapidement
- L'isolement par rapport aux adultes de confiance
- La malhonnêteté ou le comportement contrôlant

L'exploitation, la coercition et la manipulation reposent toutes sur le secret et la pression. Reconnaître ces schémas tôt peut prévenir des problèmes plus importants par la suite.

Que faire quand quelque chose semble anormal

01

Rester calme

02

Partir si possible

03

Se diriger vers un endroit sûr

04

Contacteur un adulte de confiance

05

Continuer à alerter des adultes de confiance jusqu'à ce que quelqu'un aide

- La règle d'or : **Traite les autres comme tu voudrais être traité**. Applique-la à la maison, à l'école et en ligne. Les familles qui discutent et modèlent régulièrement le respect créent des bases solides pour le développement du caractère.

Ne jamais devenir le danger

Les enfants doivent apprendre que la sécurité ne consiste pas seulement à éviter les comportements nuisibles des autres — il s'agit aussi de s'assurer que nous ne devenons pas nous-mêmes une source de danger. Un caractère fort protège à la fois soi-même et les autres.

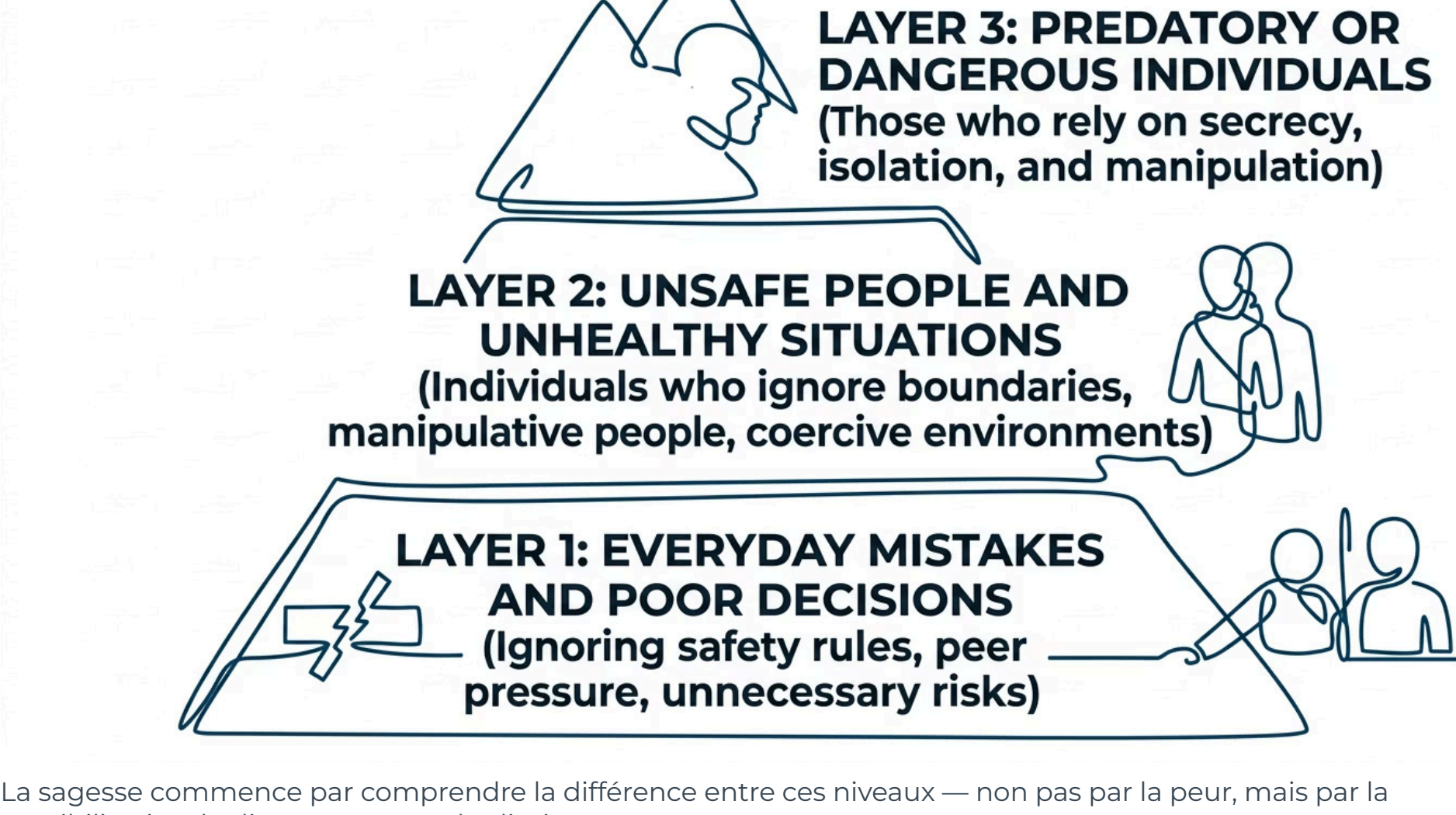
Gentillesse- Être attentionné et serviable envers les autres	Autocontrôle- Gérer ses actions, ses mots et ses émotions
Intégrité- Faire ce qui est juste, même quand personne ne regarde	Respect- Traiter les personnes, les choses et soi-même avec soin et considération
Responsabilité- Prendre soin de ses obligations et faire ce qu'on doit faire	Imputabilité- Assumer ses choix et ses actions, et réparer ses erreurs si nécessaire

Partie 2 : Sensibilisation, Discernement, Règles de Sécurité Familiale & Créer un Foyer Sûr

Parties 2 à 4 — Comprendre les Risques, Développer le Jugement, la Technologie et Créer une Culture de Sécurité à la Maison

Comprendre le Risque et le Danger

L'une des leçons les plus importantes que nous puissions enseigner aux enfants est que la sécurité ne consiste pas à avoir peur du monde — il s'agit de le comprendre. La plupart des gens sont bons. La plupart des interactions sont sûres. La plupart des communautés sont remplies d'individus qui se soucient des autres. En même temps, les enfants bénéficient d'apprendre que toutes les situations ne présentent pas le même niveau de risque.



La sagesse commence par comprendre la différence entre ces niveaux — non pas par la peur, mais par la sensibilisation, le discernement et les limites.

La Sensibilisation Sans la Peur

Sensibilisation vs. Peur

De nombreux parents craignent que les discussions sur la sécurité puissent créer de l'anxiété. Lorsqu'elles sont bien menées, les discussions sur la sécurité et l'établissement de **Règles de Sécurité Familiale** produisent souvent l'effet inverse. La connaissance tend à accroître la confiance. La préparation tend à réduire la peur.

- La sensibilisation demande : « Que se passe-t-il autour de moi ? » La peur demande : « Et si quelque chose de mauvais arrive ? » La sensibilisation et les limites sont toutes deux ancrées dans l'observation.

Les Règles de Sécurité Familiale peuvent inclure : ne pas laisser les jeunes enfants répondre à la porte, ne pas porter d'écouteurs en regardant son téléphone dans les transports en commun ou en marchant dans la rue, rentrer à la maison en groupe plutôt que seul, ne pas nager dans les piscines sans surveillance parentale, pas de soirées pyjama, appeler ses parents si on rentre tard, garder le GPS activé, mémoriser les numéros d'urgence comme la police ou les pompiers ainsi que les numéros et adresses des contacts d'urgence, etc.

Pourquoi la Confiance est une Compétence de Sécurité

Les enfants confiants sont souvent mieux capables de fixer des limites, de s'exprimer, de poser des questions, de quitter des situations inconfortables et de chercher de l'aide en cas de besoin. La confiance n'est pas simplement un trait de personnalité — c'est un facteur de protection.

Les enfants qui savent quoi faire dans des situations difficiles se sentent souvent plus capables et en sécurité. Les enfants préparés ont souvent moins peur parce qu'ils disposent d'outils et d'options.

Lorsque les enfants connaissent leurs propres limites de sécurité, bénéficient de l'affirmation de leur sécurité émotionnelle et physique grâce à des Règles de Sécurité Familiale claires, et cultivent la sensibilisation nécessaire pour identifier et comprendre les signaux d'alarme, ils deviennent plus confiants pour défendre leur propre sécurité.

Parmi les autres éléments qui renforcent la confiance, on trouve **les cours d'autodéfense, la formation aux arts martiaux/combat, les cours de natation, et les formations aux premiers secours et à la RCP.**

Développer le Discernement

Le discernement est la capacité de distinguer ce qui est vrai de ce qui est faux, ce qui est sain de ce qui est malsain, et ce qui est sage de ce qui ne l'est pas. C'est l'une des compétences de vie les plus précieuses qu'un enfant puisse développer.

Que Voyez-Vous ?

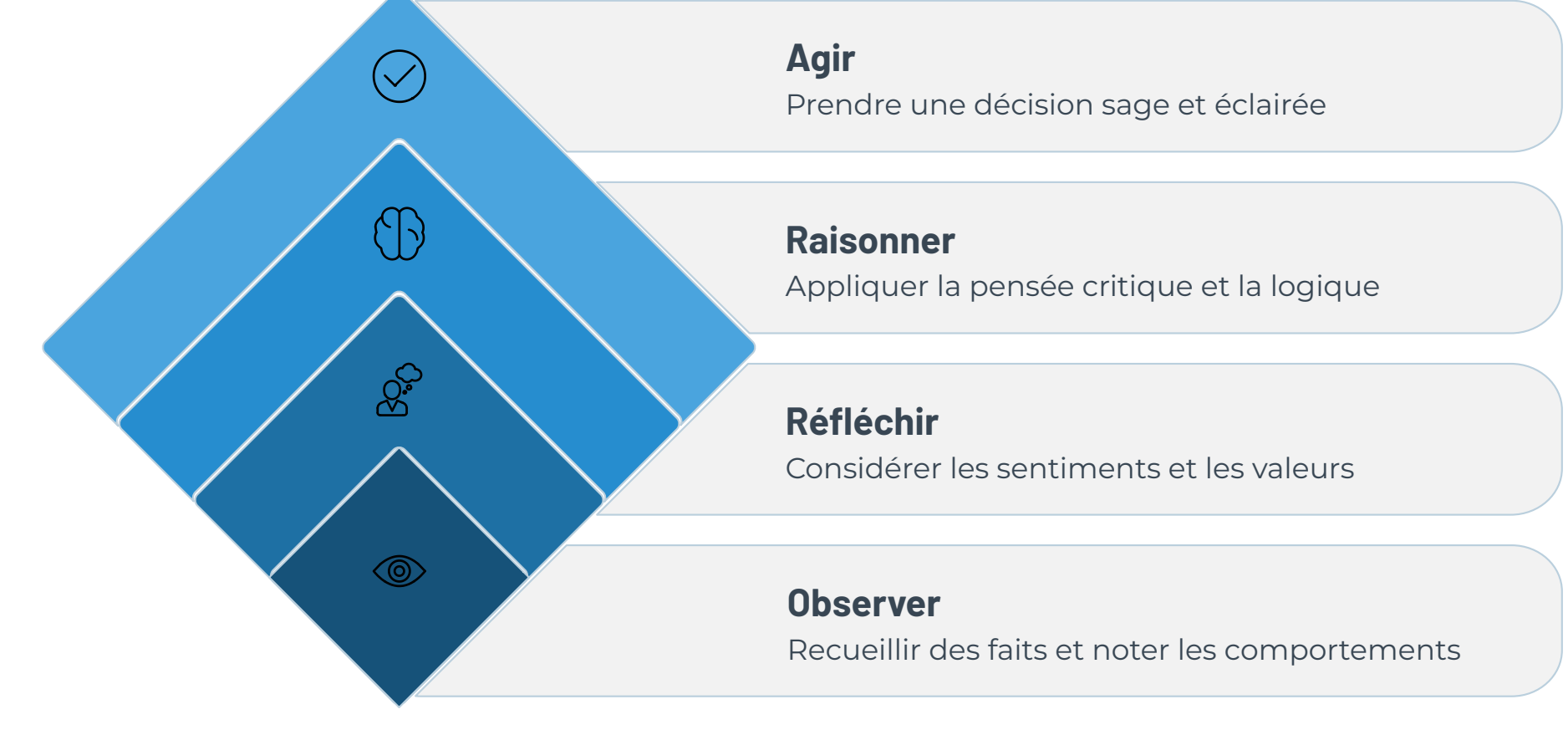
Observez les faits. Prêtez attention à la cohérence, l'honnêteté, le respect, la fiabilité et la responsabilité. Les actes nous en disent souvent plus que les mots. Les schémas comptent — un événement isolé peut signifier peu de choses, mais un comportement répété révèle des informations importantes.

Que Ressentez-Vous ?

Les émotions fournissent des informations. Prêtez attention à l'inconfort, la confusion, la pression ou le malaise. Les sentiments inconfortables méritent attention. Bien que les sentiments ne soient pas toujours corrects, ils ne doivent jamais être ignorés.

Que Vous Dit Votre Esprit ?

Combinez l'observation et l'intuition. Réfléchissez soigneusement avant d'agir. Les décisions sages impliquent des faits, des sentiments, des valeurs et des conséquences. Ni les sentiments ni les faits ne devraient fonctionner seuls — les meilleures décisions impliquent les deux.



La pensée critique protège les enfants de la manipulation et des mauvaises décisions. Les enfants devraient être encouragés à se demander : Qui me dit cela ? Pourquoi le disent-ils ? Est-ce logique ? Quelles preuves le soutiennent ?

Créer un Environnement Familial Sûr

Sécurité Physique et Émotionnelle

La première expérience d'un enfant en matière de sécurité devrait commencer à la maison. Les foyers sûrs établissent des routines, des limites et des attentes qui soutiennent le bien-être. Les enfants devraient se sentir à l'aise de connaître ces limites, de poser des questions, d'admettre leurs erreurs, de partager leurs préoccupations et de chercher de l'aide. La peur de la punition ne devrait jamais empêcher un enfant de chercher du soutien.

Communication Familiale Respectueuse

Les enfants apprennent à communiquer en l'observant. Modélisez le respect, l'écoute, la patience et la maîtrise de soi. Apprenez aux enfants à utiliser un langage qui reflète l'empathie et la gentillesse. La façon dont les membres de la famille se parlent établit le ton émotionnel du foyer.

Partie 3 : Fondements Technologiques

La technologie est l'un des outils les plus puissants jamais créés. Elle permet aux enfants d'apprendre, de communiquer, de créer et d'explorer. En même temps, elle introduit des défis que les générations précédentes n'ont jamais eu à surmonter. L'objectif n'est pas d'élever des enfants qui craignent la technologie — l'objectif est d'élever des enfants qui l'utilisent avec sagesse.

La Technologie comme Responsabilité

De nombreuses familles traitent la technologie comme un droit. Une approche plus saine consiste à la considérer comme une responsabilité. Au fur et à mesure que les enfants font preuve de maturité, de responsabilité, d'honnêteté et de bon jugement, des libertés supplémentaires peuvent être accordées. Les privilèges et les responsabilités devraient croître ensemble.

Retarder l'Utilisation des Réseaux Sociaux

Les plateformes de réseaux sociaux sont intentionnellement conçues pour capter l'attention. Les enfants peuvent être exposés à des comparaisons sociales, au cyberharcèlement, à des contenus inappropriés, à des comportements de recherche de validation et à des prédateurs en ligne. Les parents devraient réfléchir soigneusement à la préparation émotionnelle d'un enfant avant de lui accorder l'accès, et si des alternatives comme les Bark Phones ou les téléphones non intelligents sont plus appropriées jusqu'à l'âge de 16 ou 17 ans. Un accès progressif à la technologie est recommandé.

Sécurité avec les Inconnus en Ligne

Les personnes en ligne ne sont pas toujours celles qu'elles prétendent être. Les identités, photos et histoires en ligne peuvent être fausses, non seulement sur les réseaux sociaux mais aussi sur les plateformes de jeux et les applications. Même la voix de votre enfant peut être copiée et manipulée pour vous envoyer des appels et des vidéos coercitifs. Les enfants ne devraient jamais partager des informations personnelles avec des inconnus, envoyer des photos privées, accepter de rencontrer quelqu'un sans implication parentale, ni garder des relations en ligne secrètes des adultes de confiance. De même, il n'est pas recommandé que les parents partagent des photos de leurs enfants, notamment de leurs visages, voix, et de leurs écoles ou uniformes scolaires, sur des plateformes en ligne. De vrais enfants ont été ciblés en personne à cause de photos en ligne. Du contenu criminel deepfake peut également être créé à partir de photos sur les réseaux sociaux.

Empreintes Numériques

Internet se souvient. Même le contenu supprimé peut être sauvegardé, partagé, capturé d'écran ou archivé. Les métadonnées et le partage de localisation en temps réel peuvent être utilisés pour suivre leur emplacement exact ; il est donc dangereux de publier des localisations depuis l'endroit où l'on se trouve, tout comme de publier des photos de l'extérieur de votre domicile ou à proximité. Avant de publier, encouragez les enfants à se demander : Serais-je à l'aise de montrer cela à mes parents ? Serais-je à l'aise de revoir cela dans dix ans ? Les choix numériques peuvent avoir des conséquences à long terme.

Recherche de Validation en Ligne : Les likes, abonnements, commentaires et vues ne déterminent pas la valeur d'une personne. Les enfants doivent apprendre que la confiance vient du **caractère, de la compétence, des relations, de la contribution et de l'intégrité** — pas de la popularité sur internet.

Attentes Familiales en Matière de Technologie

Les règles technologiques varient d'une famille à l'autre. Ce qui compte le plus, c'est la cohérence. Les enfants bénéficient d'attentes claires discutées avant que les problèmes ne surviennent.

Domaines à Aborder en Famille

- Attentes en matière de temps d'écran
- Temps en famille sans appareils
- Règles technologiques au coucher
- Comportement en ligne approprié
- Utilisation des réseaux sociaux et calendrier
- Attentes en matière de confidentialité
- Conséquences en cas d'abus

La Technologie Doit Soutenir la Vie, Non la Remplacer

La technologie ne devrait jamais remplacer les relations familiales, la communication en face à face, les activités de plein air, la créativité, la lecture, l'activité physique ou les expériences du monde réel. L'objectif est l'équilibre.

Utilisée avec sagesse, la technologie peut améliorer l'apprentissage, les liens et les opportunités. Utilisée avec négligence, elle peut distraire des expériences mêmes qui aident les enfants à devenir des adultes capables, confiants et responsables.

Partie 4 : Créer une Culture de Sécurité à la Maison

Sécurité Émotionnelle

Avant que les enfants n'apprennent la sécurité avec les inconnus, la technologie ou les relations, ils apprennent si leur foyer est un endroit où ils se sentent en sécurité, valorisés, respectés et entendus. La sécurité émotionnelle aide les enfants à développer la confiance, la résilience et la confiance en soi. Un enfant qui se sent émotionnellement en sécurité est plus susceptible de venir vers un parent quand quelque chose lui semble anormal.

Communication Ouverte

Les enfants devraient savoir qu'ils peuvent parler à leurs parents de leurs erreurs, amitiés, pression des pairs, préoccupations de sécurité, technologie et relations. Écoutez attentivement, posez des questions, cherchez à comprendre et évitez de réagir de manière excessive.

Responsabilité et Imputabilité

La responsabilité enseigne l'imputabilité, la compétence, l'indépendance et le respect de soi. Tout le monde fait des erreurs — l'imputabilité enseigne aux enfants comment réagir. Dites la vérité, acceptez la responsabilité, apportez des corrections et apprenez de vos erreurs.

Culture Familiale

Chaque famille a une culture créée par des habitudes, des valeurs, des attentes, des règles et des comportements pratiqués répétitivement à la maison. Les valeurs, comportements et **Règles de Sécurité Familiale** démontrés et pratiqués à la maison deviennent souvent les valeurs, comportements et pratiques d'autosoins que les enfants portent à l'âge adulte. Montrez l'exemple — toujours.

Partie 5 : Préparer les enfants à la vie et poursuivre le voyage

Encouragements finaux, une lettre aux jeunes leaders et comment continuer avec HoistPoint

Encouragements finaux aux parents

« La parentalité est l'une des responsabilités les plus importantes que nous ayons jamais à assumer. Aucun parent ne fera tout parfaitement. L'objectif n'est pas la perfection — l'objectif est le progrès. Les enfants n'ont pas besoin de parents parfaits. Ils ont besoin de parents présents, intentionnels et engagés à les aider à grandir. »
— Diane Hagopian, Fondatrice, HoistPoint

Alors que vous travaillez à bâtir la sécurité, le caractère, la responsabilité, la confiance et la sagesse au sein de votre famille, rappelez-vous que les petites choses comptent — les conversations que vous avez, les valeurs que vous incarnez, les limites que vous établissez, l'amour que vous démontrez. Ces moments apparemment ordinaires deviennent souvent le fondement sur lequel l'avenir d'un enfant est construit.

→ **Protégez vos enfants**

Préparez-les à la vie. Guidez-les avec sagesse. Enseignez-leur le respect, la responsabilité, le courage, la gentillesse et le caractère. Créez vos **Règles de sécurité familiales** aujourd'hui et partagez-les lors du dîner. Revoyez-les ensemble au moins une fois par mois.

→ **Aidez-les à développer la conscience sans la peur**

Et la confiance sans arrogance. Créez un espace de sécurité, de chaleur et d'amour à la maison afin qu'ils puissent facilement ressentir le contraste avec les personnes et les environnements dangereux. Le travail que vous accomplissez compte plus que vous ne le saurez jamais.

→ **Aidez-les à devenir des personnes de contribution**

Surtout, aidez-les à devenir le genre de personnes qui contribuent positivement à la vie des autres.

Une lettre aux jeunes leaders

« Vous comptez. Pas à cause de vos notes. Pas à cause de vos réalisations. Pas à cause du nombre d'amis, d'abonnés, de récompenses ou d'accomplissements que vous avez. Vous comptez parce que vous êtes un être humain unique avec des dons, des talents, des idées et un potentiel que personne d'autre ne possède tout à fait de la même manière. »
— Diane Hagopian

Le monde dit souvent aux jeunes de se concentrer sur le fait d'être populaires, de réussir, d'être divertis ou acceptés. Mais voici un défi différent : **Concentrez-vous sur le fait de devenir le genre de personne que vous admirez.**

Soyez digne de confiance

Tenez votre parole. Traitez les autres avec gentillesse et respect. Ayez le courage de défendre ce qui est juste, même lorsque c'est difficile.

Dirigez-vous vous-même d'abord

Le vrai leadership commence par la façon dont vous vous dirigez vous-même. Chaque jour, vous faites des choix qui façonnent la personne que vous devenez — les livres que vous lisez, les amis que vous choisissez, les habitudes que vous pratiquez.

Pensez par vous-même

Ne suivez pas aveuglément la foule. Posez des questions. Cherchez la vérité. Lisez beaucoup. Écoutez attentivement. Apprenez à penser, pas seulement quoi penser.

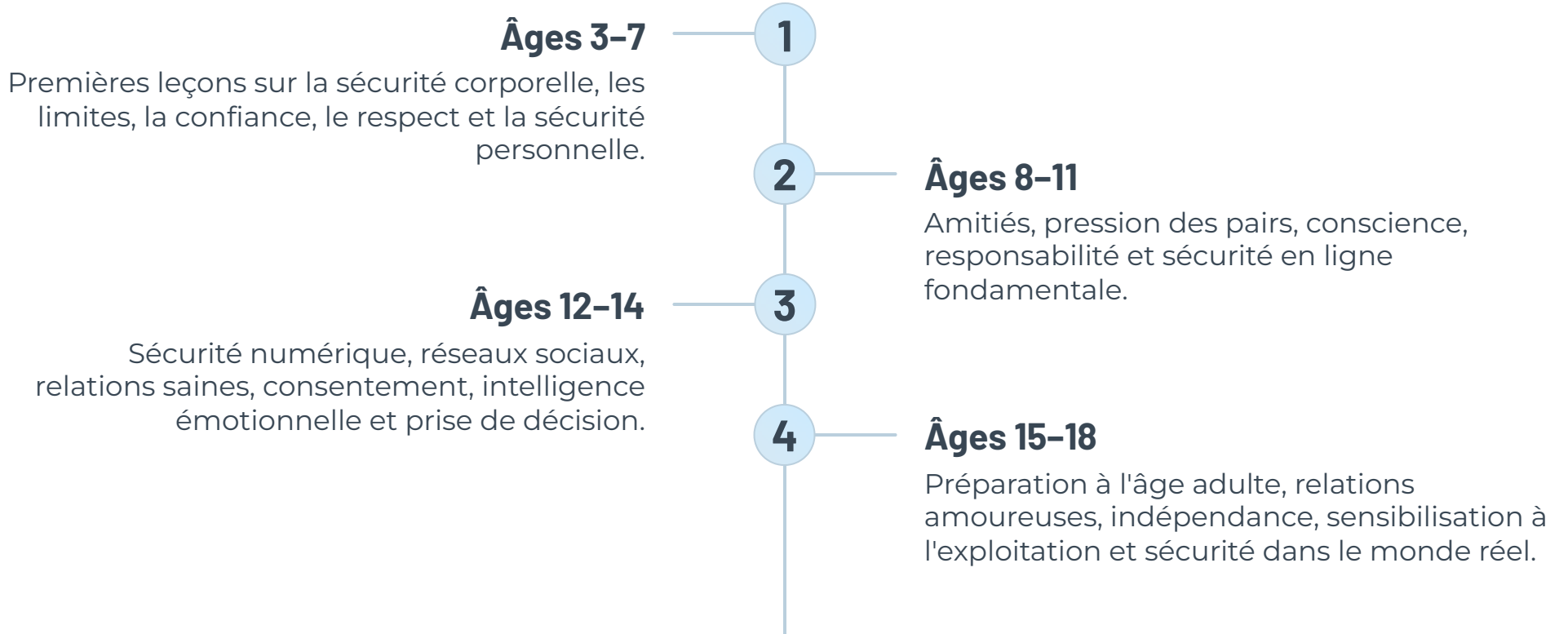
Adoptez l'échec comme un enseignant

Lorsque vous faites des erreurs — et vous en ferez — apprenez-en et continuez d'avancer. La grandeur est généralement construite à travers des milliers de petites décisions prises régulièrement au fil du temps.

☐ Votre vie a un but. Vous pouvez faire une différence dans votre famille, vos amitiés, votre école et votre communauté. De petits actes d'intégrité, de courage, de gentillesse et de leadership créent souvent des effets d'entraînement bien au-delà de ce que nous pouvons voir. **Le monde a besoin de plus de leaders de caractère — et je crois que vous pouvez en être un.**

Poursuivre le voyage

Les principes de ce Guide sont destinés à aider les familles à bâtir une solide base de sécurité, de caractère, de confiance, de responsabilité et de sagesse. Pour les parents qui souhaitent des conseils supplémentaires, le **Manuel complet de sécurité parentale et de caractère** développe ces idées avec des recommandations spécifiques à chaque âge et des stratégies de mise en œuvre pratiques.



Sujets supplémentaires dans le Manuel complet

- Normes technologiques et réseaux sociaux
- Sécurité publique et préparation aux urgences
- Planification de la sécurité familiale
- Sécurité à domicile
- Accords familiaux sur la technologie
- Outils de préparation aux urgences
- Suggestions de conversation
- Développement du coaching et du leadership
- Et bien plus encore

À propos de HoistPoint

Chez **HoistPoint**, nous croyons que les jeunes sont capables de bien plus que ce que la société attend souvent d'eux. Notre mission est d'aider à cultiver la sagesse, le caractère, la confiance, le leadership et le sens dans la prochaine génération. Grâce à des ressources éducatives, au développement du leadership, au coaching et à notre programme **Leaders to Legends**, nous cherchons à équiper les jeunes non seulement pour réussir, mais pour mener des vies significatives et influencer positivement le monde qui les entoure.

5

Parties principales

Fondations, Conscience, Technologie, Culture familiale et Préparation à la vie

4

Groupes d'âge

Conseils adaptés de 3 à 18 ans dans le Manuel complet

3

Traits essentiels

Respect, Intégrité et Courage — la base du caractère

☑ Pour en savoir plus sur HoistPoint et les ressources futures, visitez : www.hoistpoint.com

« L'avenir est façonné non seulement par les institutions, les politiques ou la technologie. Il est façonné par les familles. Il est façonné par des parents qui choisissent d'investir du temps, de l'énergie et de l'intention dans l'éducation de la prochaine génération. » — Diane Hagopian, Fondatrice, **HoistPoint**



Scannez ou cliquez sur le QR code ci-dessus pour en savoir plus sur le programme de leadership de HoistPoint.

Supplément aux Règles de Sécurité Familiale

HoistPoint

Un mot aux parents

« Aucun guide ne peut éliminer tous les risques. L'objectif de ces suggestions n'est pas de créer de la peur, mais d'aider les familles à réfléchir de manière proactive à la sécurité dans un monde en rapide évolution. Le but n'est pas la peur — le but est la sagesse. »
— Diane Hagopian, HoistPoint

Bon nombre des menaces actuelles sont différentes de celles d'il y a une génération. Si le danger des inconnus reste important, de nombreux risques concernent désormais la technologie, le grooming en ligne, les réseaux sociaux, la pression des pairs et des individus qui ont gagné la confiance d'un enfant. Considérez ces suggestions comme un point de départ pour la discussion. Passez en revue ces règles de sécurité une fois par mois avec votre enfant et affichez-les quelque part dans votre maison.

Directives de sécurité pour les parents

Créer un plan de sécurité familial

Assurez-vous que les enfants connaissent leur nom complet, adresse, numéros de téléphone des parents, contacts d'urgence, que faire en cas de perte et où aller en cas d'urgence. Révisez le plan régulièrement.

Sécuriser votre domicile

Envisagez des caméras extérieures, des systèmes d'alarme, un éclairage extérieur et des portes et fenêtres verrouillées. Apprenez aux enfants à ne jamais ouvrir la porte d'entrée sans la permission d'un parent.

Surveiller la technologie des enfants

Les enfants ne doivent pas avoir accès à Internet sans restriction. Sachez quels appareils ils utilisent, quelles applications sont installées, avec qui ils communiquent et quel contenu ils consomment. Limitez le temps d'écran récréatif à moins de deux heures par jour lorsque c'est possible.

Sécurité des smartphones et en ligne

Retarder les smartphones le plus longtemps possible

Les smartphones offrent un accès sans restriction aux réseaux sociaux, à la pornographie, aux prédateurs en ligne, à la cyberintimidation et aux algorithmes addictifs. De nombreuses familles retardent l'acquisition d'un smartphone jusqu'à 17 ou 18 ans, choisissant des appareils adaptés aux enfants avec surveillance et contrôles de sécurité pendant l'adolescence.

Comprendre les risques du contenu en ligne

- Moteurs de recherche et réseaux sociaux
- Plateformes vidéo et jeux en ligne
- Applications de messagerie et publicités
- Appareils d'amis et de membres de la famille

De nombreux enfants rencontrent du contenu explicite à l'école primaire — souvent accidentellement. Ne supposez pas que le contrôle parental est suffisant. Aucun filtre n'est parfait.

Parler à votre enfant de la sécurité en ligne



Une amorce de conversation sur la pornographie

« Un jour, vous pourrez voir en ligne des images ou des vidéos d'activités pour adultes. Ces vidéos peuvent vous être extrêmement nuisibles et nuire à votre santé. Elles modifieront votre cerveau de manière néfaste. Ces images et vidéos peuvent également être nuisibles aux personnes qui y figurent, car elles se dévalorisent ou n'ont pas donné leur consentement. Si cela arrive, vous n'avez pas d'ennuis. Venez m'en parler. »



Apprendre aux enfants ce qu'est le grooming

La plupart des prédateurs commencent par une attention particulière, des cadeaux, des compliments et un soutien émotionnel — pas des menaces. Les enfants doivent comprendre que la manipulation semble souvent amicale au début. Toute personne qui aime vraiment l'enfant ou qui se soucie de lui ne le ferait pas souffrir.



Connaître les enseignants, entraîneurs, médecins, amis de votre enfant et les familles de leurs amis

De nombreuses préoccupations de sécurité proviennent des pairs, pas des étrangers. Connaissez, mais faites confiance avec parcimonie, les personnes avec qui votre enfant passe du temps, où, et quelles règles existent dans ces espaces. De nombreux parents choisissent d'interdire les nuitées ou d'empêcher leurs enfants d'être seuls dans une pièce avec un médecin, une infirmière ou un entraîneur, car ces situations présentent des risques inutiles pour le bien-être d'un enfant.

Les 15 Règles de Sécurité Familiales pour les Enfants

Réviser le Plan de Sécurité Familiale et ces règles une fois par mois avec vos enfants, et affichez-les quelque part dans votre maison.

1. **Faites Confiance à Votre Intuition** — Si quelque chose vous semble mauvais, inconfortable ou dangereux, dites-le immédiatement à un adulte de confiance. Vos sentiments ou ce doux murmure dans votre esprit sont importants.
2. **Pas de Secrets Envers les Parents** — Les adultes ne devraient jamais demander aux enfants de garder des secrets de leurs parents. Si quelqu'un vous dit de ne pas en parler à vos parents, dites-le-leur immédiatement.
3. **Ne Partez Jamais Sans Permission** — Demandez toujours à votre parent avant de partir avec un autre adulte ou un enfant plus âgé, même si vous le connaissez ou s'ils disent qu'il y a une urgence ou un colis pour vous. Même à la maison, vous ne devez pas répondre à la porte d'entrée sans un adulte.
4. **Demandez Avant d'Accepter des Cadeaux, de la Nourriture, de l'Argent ou des Trajets** — Vérifiez toujours d'abord avec votre parent. Les adultes de confiance comprendront et respecteront cette règle. Ne montez jamais dans une voiture avec un inconnu, même s'il dit qu'il connaît vos parents.
5. **Restez Avec des Amis ou de la Famille** — Dans la mesure du possible, restez avec votre groupe. Être avec d'autres est souvent plus sûr qu'être seul. Utilisez le système de binôme pour aller dans des endroits comme les vestiaires, les toilettes, ou même pour marcher jusqu'à l'école.
6. **Soyez Prudent en Ligne** — Ne partagez jamais votre adresse, le nom de votre école, votre numéro de téléphone, vos mots de passe, vos photos, vos routines quotidiennes ou votre localisation. Internet se souvient de plus que vous ne le pensez.
7. **La Sécurité Est Plus Importante que la Politesse** — Vous avez le droit de dire « Non », de vous éloigner, de demander de l'aide, de faire du bruit ou de quitter une situation. Vous protéger est plus important qu'être poli.
8. **Connaissez Vos Adultes de Confiance** — Chaque enfant devrait connaître plusieurs adultes de confiance qu'il peut contacter s'il a besoin d'aide. Faites une liste avec vos parents et révisiez-la souvent.
9. **Dites à un Parent si Quelqu'un Vous Met Mal à l'Aise** — Même si vous connaissez la personne. Même si elle semble gentille. Vous n'aurez pas d'ennuis pour avoir parlé.
10. **Soyez Conscient de Votre Environnement** — Évitez de marcher en regardant votre téléphone. Retirez vos écouteurs en marchant près des voitures ou dans des endroits inconnus, et regardez toujours deux fois avant de traverser la rue.
11. **Soyez Conscient des Espaces Publics** — Évitez les zones isolées, les bâtiments abandonnés et les toilettes publiques seul lorsque vous êtes jeune. Restez là où des personnes de confiance sont présentes.
12. **Les Armes à Feu Ne Sont Pas des Jouets** — Si jamais vous trouvez une arme à feu : ne la touchez pas, quittez la zone et dites-le immédiatement à un adulte de confiance.
13. **Vous N'Aurez Jamais d'Ennuis Pour Avoir Demandé de l'Aide** — Votre sécurité est plus importante qu'éviter l'embarras. Si vous avez peur, si vous êtes confus ou incertain, demandez de l'aide.
14. **La Violence Est un Dernier Recours** — Ne maltraitez pas les autres. Si quelqu'un vous maltraite, dites-le à un adulte de confiance. Utilisez les mots, les limites et les adultes de confiance chaque fois que c'est possible.
15. **Aidez à Créer Votre Liste d'Adultes de Confiance** — Votre opinion compte. Si quelqu'un vous met mal à l'aise, dites-le à vos parents. Cela devrait être une conversation familiale.



Maintenez une Communication Ouverte — Les enfants doivent savoir qu'ils peuvent venir vous voir avec des erreurs, des questions, des situations embarrassantes, des expériences en ligne et des préoccupations concernant des adultes. La protection la plus forte est souvent une relation de confiance entre parent et enfant.

Discussion familiale & Ressources

Questions de discussion en famille

Que ferais-tu si quelqu'un te demandait de garder un secret ?

Que ferais-tu si quelqu'un t'offrait une balade en voiture ?

Que ferais-tu si tu te perdais dans un magasin ?

Que ferais-tu si quelqu'un en ligne te demandait une photo ?

Que ferais-tu si un adulte te demandait de ne rien dire à tes parents ?

Qui sont les adultes de confiance que tu peux contacter si tu as besoin d'aide ?

Pratiquez vos réponses ensemble en famille.

Ressources que les parents peuvent souhaiter explorer

- Bark Phones — communication et surveillance axées sur les enfants
- Routeurs ASUS — filtrage familial et contrôles réseau
- Noonlight — services de sécurité personnelle
- Logiciels de filtrage de contenu et de contrôle parental
- Filtrage Internet au niveau du routeur
- Outils de surveillance des appareils

 La technologie peut soutenir la sécurité, mais aucun outil ne remplace la parentalité active, la supervision et la communication.

Pensée finale

« Les enfants ne peuvent pas être protégés de chaque défi qu'ils peuvent rencontrer. Cependant, ils peuvent être équipés d'une prise de conscience, d'un bon jugement, d'un caractère fort et de la confiance nécessaire pour demander de l'aide quand ils en ont besoin. La sécurité n'est pas une seule conversation. C'est un processus continu de préparation, de communication, de sagesse et de confiance. »

 Pour en savoir plus sur HoistPoint et les ressources futures, visitez : www.hoistpoint.com