

# 7 TRUCS POUR LE PARENT

## BRANCHÉ ET PRUDENT



### 1 Ouvrir la discussion

- S'informer, s'intéresser, être à l'écoute.
- Viser le bon équilibre entre confiance et sens des responsabilités.
- Rester informé : [cssrs.gouv.qc.ca/prudentlegal](https://cssrs.gouv.qc.ca/prudentlegal)



### 2 Faire grandir le citoyen numérique responsable

- Superviser le contenu : expliquer quels sont les contenus inappropriés.
- Discuter des droits et devoirs de chacun en lien avec les publications.
- Sensibiliser à la protection des informations personnelles.



### 3 Apprendre à faire des choix éclairés

- Accompagner l'enfant à savoir reconnaître ses émotions et à ne pas répondre à quelqu'un quand il ressent ces émotions.
- Favoriser le dialogue en personne.
- Demander la permission avant d'écrire de l'information personnelle en ligne.



### 4 Être un modèle

- Verbaliser certaines actions exemplaires.  
Ex : - « J'aimerais partager cette photo de toi, es-tu d'accord que je l'envoie? »  
- « Je range mon téléphone et on se met à table pour souper. »



### 5 Viser un équilibre

- Réserver du temps pour l'activité physique.
- Distinguer le temps d'écran à des fins éducatives et celui pour le divertissement.



### 6 Protéger et limiter

- Découvrir les paramètres de sécurité avec votre enfant.
- Configurer la limite quotidienne de temps d'écran.
- Favoriser l'utilisation des appareils dans un lieu commun et visible.
- Utiliser un cache-caméra. Avec la caméra cachée, on s'assure de n'avoir aucune « Surprise sur prise ».



### 7 Signer une entente familiale

- Faire un contrat d'engagement avec son enfant en établissant ensemble des conditions d'utilisation.



### Le CSSRS favorise le dialogue en personne

Si, comme parent, vous rencontrez une difficulté dans vos relations avec l'école que fréquente votre enfant, nous vous recommandons de vous adresser directement à la personne concernée pour en discuter. Il est toujours préférable d'en parler en personne plutôt que sur les médias sociaux. De cette façon, les détails sur la vie de votre enfant restent privés et l'école peut travailler avec vous pour trouver des solutions aux difficultés rencontrées.

Traitement d'une plainte | Établir un dialogue, mieux comprendre la situation, trouver des solutions :

[cssrs.gouv.qc.ca/plainte](https://cssrs.gouv.qc.ca/plainte)

Centre de services  
scolaire de la  
Région-de-Sherbrooke

Québec

