



COMMENT ÊTRE SYMPA ET POLI EN LIGNE

L'Internet c'est extraordinaire! Tu peux l'utiliser pour faire de la recherche pour l'école, rester en contact avec tes amis ou même regarder des vidéos!

Mais il faut être sûr que tout le monde peut profiter de l'internet sans se sentir blessé ou exclu.



CONSEILS!

UTILISE TOUJOURS DES MOTS GENTILS ET ENCOURAGEANTS

T TROP COOL! 😎

MERCI!

La prochaine fois que tu joues un jeu en ligne entre amis, félicite-les sur leurs talents!

SOIS UN TÉMOIN ACTIF

Si tu es témoin d'intimidation, parles-en ou offre du soutien à la victime pour rendre l'internet un endroit plus sympa et sécuritaire.



LA RÈGLE DES 24 HEURES

Si tu vois quelque chose qui te blesse, ne réponds pas tout de suite. Prends un jour pour réfléchir avant de réagir en ligne.



EXPRIME-TOI AVEC « JE »

Commence par « je » quand tu parles de ce que tu ressens! Au lieu de dire, « t'es méchant. », essaie de dire « j'ai été blessé. » Ça aide les gens à mieux te comprendre.



Être en ligne n'est pas toujours facile, mais nous pouvons tous faire notre part pour rendre ça un endroit positif pour tous, et inspirer les autres à suivre ton exemple.

