

CONTRAT PARENT-ADO d'utilisation du cellulaire



Un cellulaire est un super appareil techno et, bien utilisé, il peut apporter plein de choses positives. Mais lorsqu'il est utilisé trop souvent, par habitude ou à des moments inappropriés, il peut nuire à l'équilibre numérique et prendre la place d'activités importantes telles que les échanges en personne avec d'autres, les moments en famille, le sommeil, les études, le sport, etc.

De plus, avoir un cellulaire vient avec des responsabilités. C'est pour cette raison que **PAUSE** vous invite à employer le contrat qui suit pour bien définir les règles d'utilisation, mais aussi vos engagements respectifs. Objectif? Que tout se passe bien!

Engagement de l'ado

En acceptant mon cellulaire, je m'engage à :

- 1 Communiquer à mon ou mes parents les mots de passe de mon cell et de mes applications, et aussi à lui ou leur permettre de consulter mon cell (textos, applis, vidéos);
- 2 Répondre aux appels et aux textos de mes parents;
- 3 Utiliser mon cellulaire en respectant les règlements de mon école;
- 4 Éviter de consulter mon téléphone pendant que je parle à quelqu'un;
- 5 Éviter de texter à vélo et en marchant, surtout lorsque je traverse la rue; évidemment, ne jamais regarder mon cell en conduisant;
- 6 Éviter d'écrire à quelqu'un ou au sujet de quelqu'un des propos qui ne pourraient pas être dits en sa présence ou en présence de son ou ses parents;
- 7 Éviter de regarder ou de partager des images et des vidéos qui ne pourraient pas être partagées avec ma famille;
- 8 Parler à quelqu'un de confiance si je découvre ou lis quelque chose de dérangeant ou d'inquiétant;
- 9 Demander la permission avant de prendre et de partager des photos ou des vidéos d'une personne;
- 10 Faire de mon mieux pour avoir une utilisation équilibrée et pour contrôler mes notifications (désactiver celles qui ne sont pas essentielles), puis savoir quand ranger l'appareil (repas en famille, nuit, etc.).

11

12





Engagement du parent

En tant que parent, je m'engage à :

- ① Respecter l'intimité de mon enfant lorsque qu'il ou elle fait un appel ou écrit un texto, à moins d'une situation particulière qui m'inquiète;
- ② L'aviser lorsque je décide de regarder le contenu de son cell et à le faire en sa présence;
- ③ Être un bon exemple pour ce qui est de l'utilisation équilibrée du cellulaire et à respecter les moments sans écran définis en famille (ex.: pas pendant les repas);
- ④ Texter à mon enfant et l'appeler avec modération, sans chercher à le ou la surveiller ni à contrôler ses activités;
- ⑤ Choisir avec lui ou elle un code secret _____ à inclure dans nos messages quand mon ado veut vraiment que l'on se parle.
- ⑥ _____
- ⑦ _____

NON-RESPECT DU CONTRAT

Avoir un cellulaire est un privilège et non un droit. C'est pour cette raison que le non-respect des clauses du contrat entraînera les conséquences suivantes :

NOUS CONFIRMONS AVOIR BIEN LU CETTE ENTENTE ET EN ACCEPTER LES CLAUSES.

Signez ou prenez un *selfie* pour rendre ça officiel!

Parent: _____ Ado: _____

Date de signature: _____

RAPPEL : En ligne un jour, en ligne toujours

Il se peut que la tentation de partager ou d'écrire certaines choses interdites soit forte, par exemple sur les réseaux sociaux. Il est important de rappeler à votre ado que ce qui est partagé sur Internet devient éternel et peut être diffusé à répétition, et que ce qu'il ou elle fait en ligne peut avoir des répercussions importantes sur sa vie, celle d'une autre personne et celle de ses proches. **Conseil précieux** : encouragez votre enfant à prendre du temps pour réfléchir avant de poser des gestes sur Internet.

