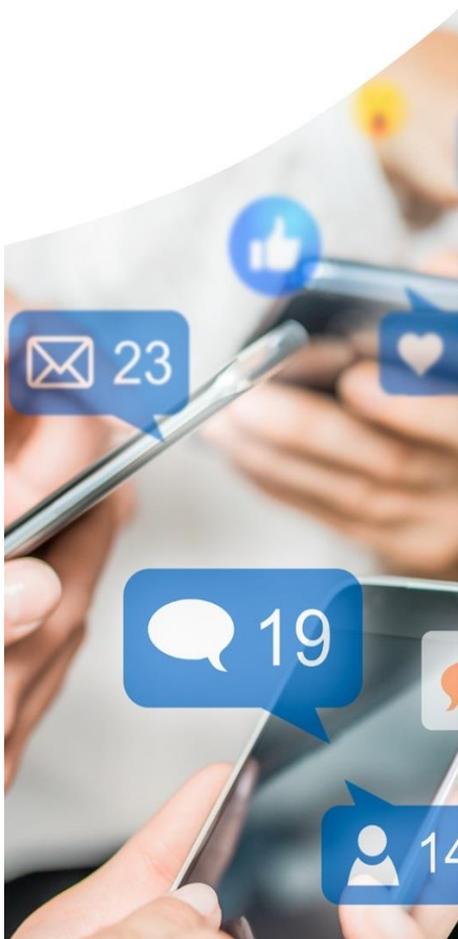


**PAYS DES  
HERBIERS**

**GUIDE**

**RESEAUX SOCIAUX**



**Par les  
Promeneurs  
du net**

du Pays des Herbiers



**FACEBOOK**



**INSTAGRAM**



**SNAPCHAT**





# FACEBOOK



## Comment fonctionne Facebook ?

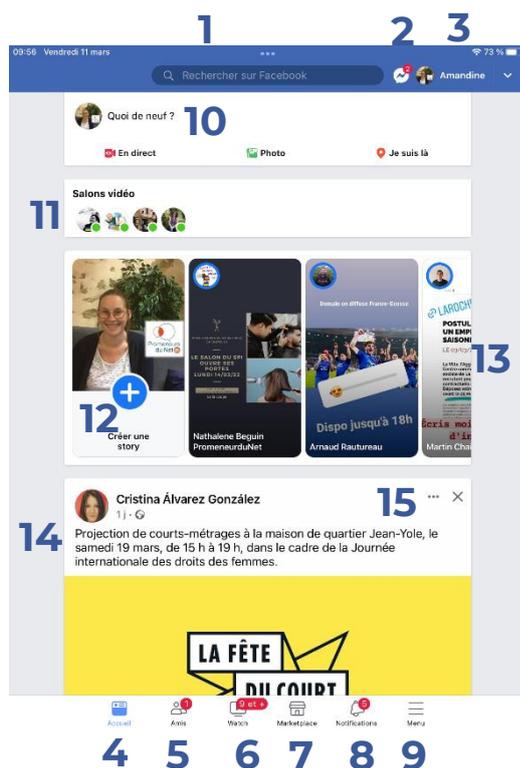
Facebook est un réseau social qui permet de créer des publications avec du texte, des photos, des vidéos et propose également des filtres. L'application est disponible sur smartphones iOS et Android. C'est l'un des rares réseaux sociaux à conserver toutes ses fonctionnalités si on se connecte depuis un ordinateur. Il existe aussi le principe de story sur Facebook et la messagerie associée est « Messenger ». De plus en plus de jeunes désertent Facebook, estimant que c'est plus pour les adultes que pour les jeunes.

### Lexique

La « **Story** » est une photo ou une vidéo que l'on partage et qui a une durée de visibilité limitée.

Le « **fil d'actualité** » permet de visualiser toutes les publications et activité (like, partage, commentaire) de vos amis et des pages que vous suivez.

Lors de l'ouverture de l'application, on se retrouve directement dans la partie «fil d'actualité».



- 1- Rechercher des personnes ou des pages
- 2- Accéder à la messagerie
- 3- Accéder à son profil
- 4- Accéder au fil d'actualité
- 5- Liste de vos amis
- 6- Service de vidéo à la demande de Facebook : mélange de contenu d'utilisateurs et de contenu produit par des professionnels que Facebook paie pour avoir produit.
- 7- Faire des achats en ligne
- 8- Notifications : informe sur les dernières activités (demande d'amis, like...)
- 9- Ouvre le menu de Facebook
- 10- Créer une publication
- 11- Créer un salon (permet de lancer des discussions sur des sujets particuliers)
- 12- Créer un story
- 13- Voir les stories de ses amis
- 14- Voir les actualités (publications de ses amis ou des pages que l'on suit)
- 15- Ouvre le menu de la publication (enregistrer, signaler, masquer, copier le lien...)



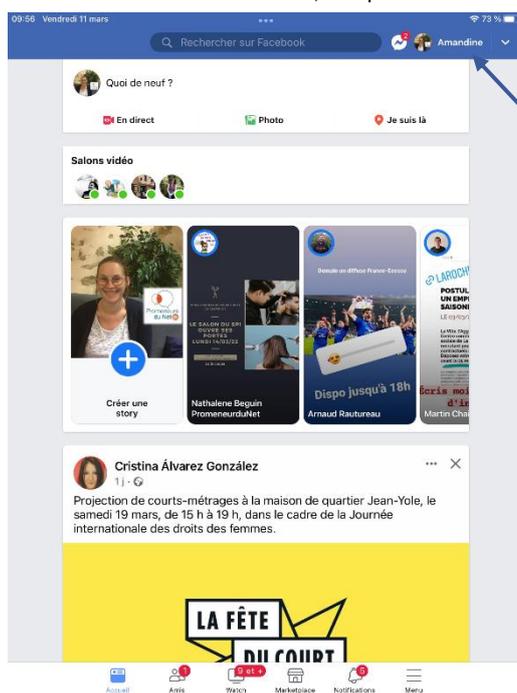
## Comment paramétrer son compte Facebook

### Comment contrôler les informations publiques sur Facebook ?

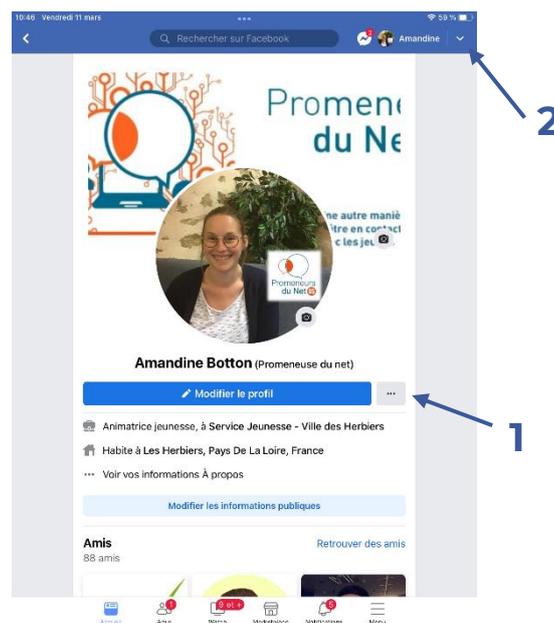
Avant toute chose, vérifiez et ajustez les informations visibles par tous via votre profil. Puis, régler le visionnage de votre profil et de vos stories...

#### ➔ Vérifier les informations visibles sur le profil

- Tout d'abord, lorsque vous ouvrez l'application vous êtes sur cette page.
- Depuis cette page d'accueil de Facebook, cliquez en haut à droite sur votre prénom.



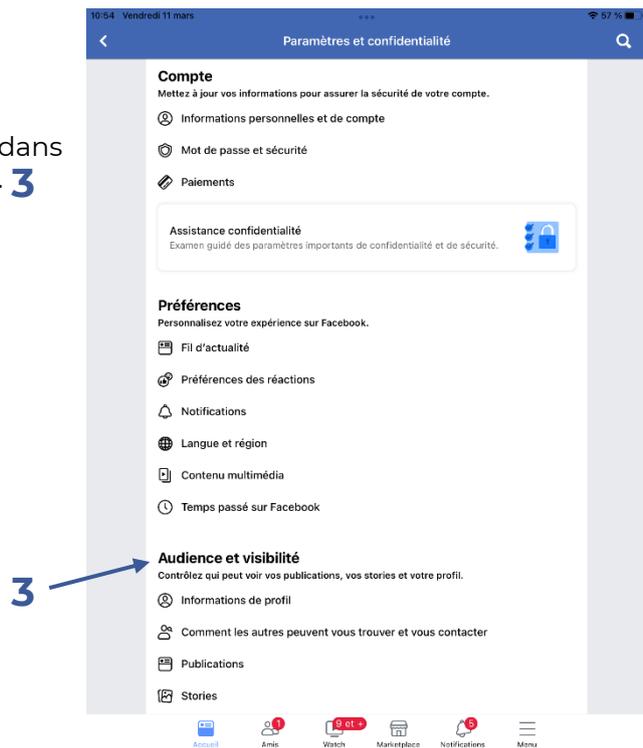
- Votre page profil apparaît, avec votre mur de publications.
- Cliquez sur l'onglet . 1
- Puis, cliquez sur « voir en tant que » et votre profil s'affichera telle que les autres le voit. Les informations visibles sont celles qui peuvent être vu par un autre membre qui consulterait votre profil : votre ville, votre emploi, votre relation, etc. Par défaut, elles sont toutes en mode public, symbolisé par une icône de globe terrestre. Si vous souhaitez que certaines informations ne soient plus visibles par tous, retournez à la page précédant (cf. photo).



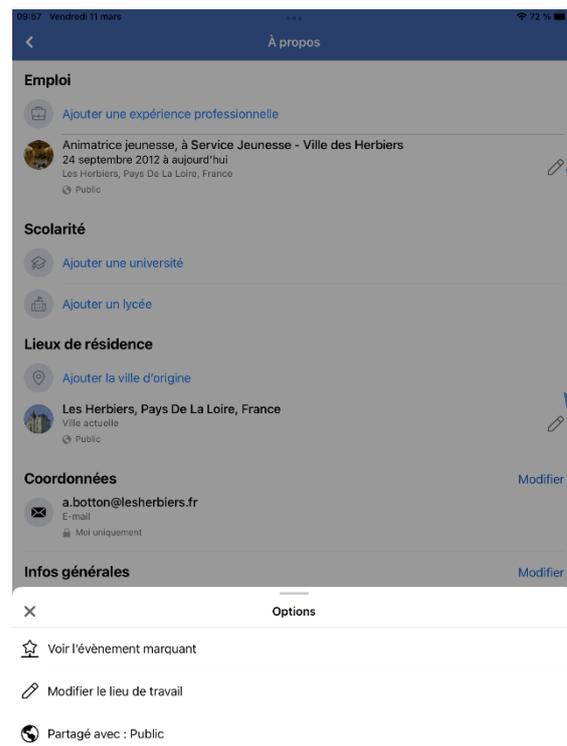
- Cliquer sur  en haut à droite et sur « Paramètres ». 2



1. Voici la page qui va apparaître.
2. Cliquer sur « Information de profil » dans la rubrique « Audience et visibilité ». **3**



- Ici, en arrière-plan, vous avez toutes les rubriques d'informations personnelles possibles. La partie « **Options** » qui s'affiche est accessible par tous les crayons  . **4**
- Pour les parties où il n'y a pas de crayon cliquer sur « **Modifier** » comme pour « **Coordonnées** » où il faut ensuite cliquer sur « Gérer les coordonnées », la page ci-dessous apparaît.

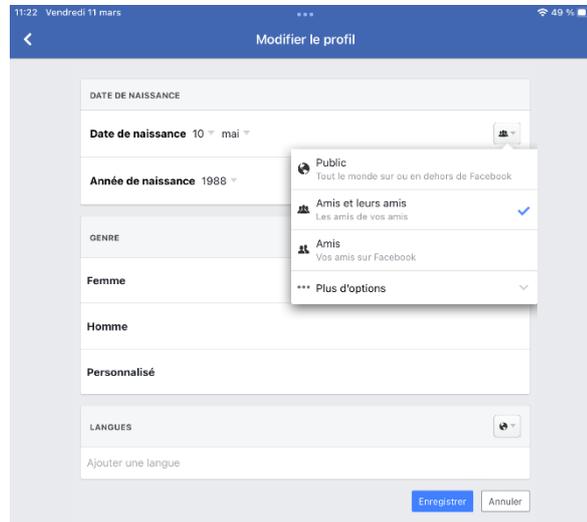


- Vérifier si vous avez bien  **Moi uniquement** ou  **Amis**

Sinon cliquer sur  et sélectionner « **Moi uniquement** » ou « **Amis** » sous « **Qui peut voir cette adresse mail au lieu de Public** ».



Pour les « **Infos générales** » c'est les icônes comme ci-dessous qu'il faudra vérifier et penser à **Enregistrer**.

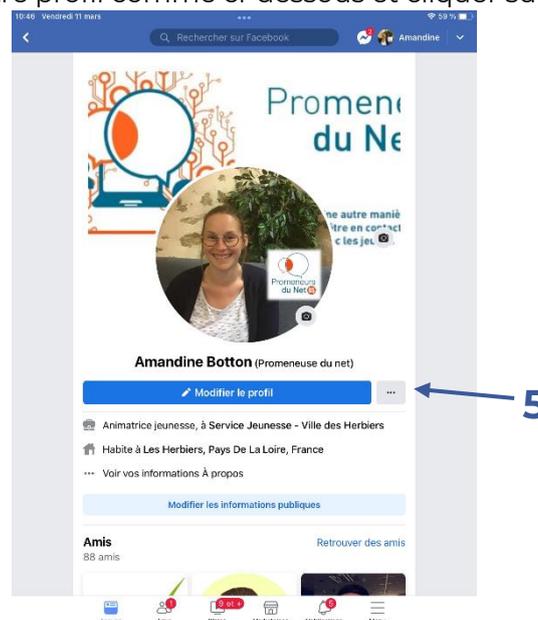


Vous avez à présent toutes les manipulations essentielles pour que toutes vos informations ne soient pas publiques sur votre profil Facebook.

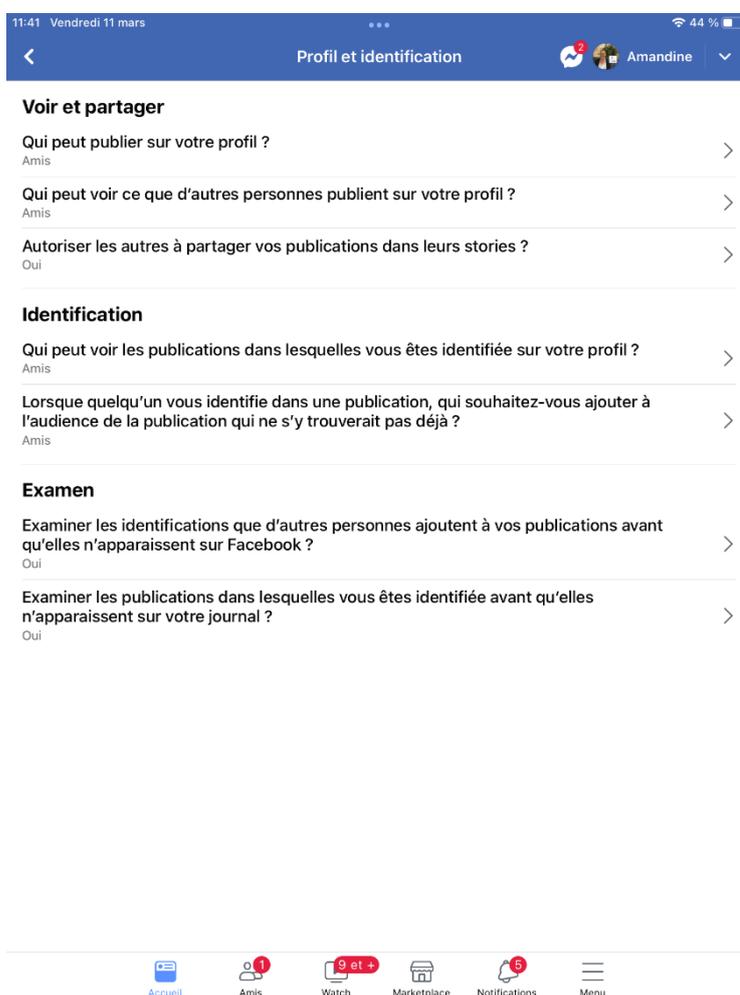
## ➔ Vérifier le visionnage de vos contenus

Nous allons à présent faire le réglage de visionnage et de partage c'est-à-dire qui peut voir votre profil, vos story et qui peut les envoyer à d'autres personnes.

Pour cela, revenez à votre profil comme ci-dessous et cliquer sur **...** **5**



- Vous pouvez ensuite cliquer sur « Paramètre de profil et d'identification ».
- A chaque rubrique vous pouvez cliquer sur > pour modifier si besoin les paramètres de visibilité.



## ➔ Géolocalisation

Vous pouvez également vérifier les paramètres de géolocalisation si vous ne souhaitez pas que Facebook accède à votre emplacement.

- Pour cela il vous suffit de cliquer sur  en haut à droite de votre profil, puis « Paramètres ».
- Dans la rubrique « **Autorisation** », cliquez sur « Localisation » puis choisissez l'option qui vous convient le mieux.





# INSTAGRAM



## Comment fonctionne Instagram

Instagram est un réseau social qui permet d'éditer et de partager ses photos et vidéos depuis son smartphone. Chaque utilisateur possède un « mur » dans lequel il va pouvoir afficher les diverses photos et vidéos prises avec l'application. Les autres utilisateurs peuvent « liker » la photo, la commenter, l'envoyer sur sa story ou à un ami. Il est possible d'utiliser les # (hashtag) pour rechercher des mots-clés mais également en intégrer dans ses publications pour qu'elles puissent être visibles par un plus grand nombre de personnes. L'application Instagram est disponible sur smartphones iOS et Android.

### Lexique :

**« Story » :** une photo ou une vidéo que l'on partage et qui a une durée de visibilité limitée (24 heures).

**Abonné(e) :** pour suivre un ami, il faut s'abonner à son profil. Après, les partages de photos et vidéos de votre ami sera visible dans votre fil d'actualité.

**Fil d'actualité :** affiche les éléments publiés par ses amis ou structures auxquels on est abonné.

Lors de l'ouverture de l'application, on se retrouve directement dans la partie « fil d'actualité » d'Instagram. 

Légende :

- 1- Faire une photo, une publication, un réel ou un direct
- 2- Ouvre le menu des activités (nouveaux abonnés, activités des amis...)
- 3- Accéder à la messagerie
- 4- Accéder à votre story / Ajouter un contenu à la story
- 5- Contenus publiés par vos amis
- 6- Boutons pour aimer, commenter ou partager dans sa story + enregistrer la publication
- 7- Bouton pour accéder au fil d'actualité
- 8- Ouvre la page de recherche pour trouver des amis, des hashtags, des lieux // ouvre la page des propositions de vidéos
- 9- Permet de regarder les réels publics une photo ou vidéo de la galerie du téléphone
- 10- Achat
- 11- Aperçu du compte, de votre profil
- 12- Stories de vos amis



## Comment paramétrer son compte Instagram

Vous pouvez avoir envie de partager quelques photos de votre quotidien à votre entourage sans que ça ne veuille dire avoir le compte Instagram le plus ouvert du monde.

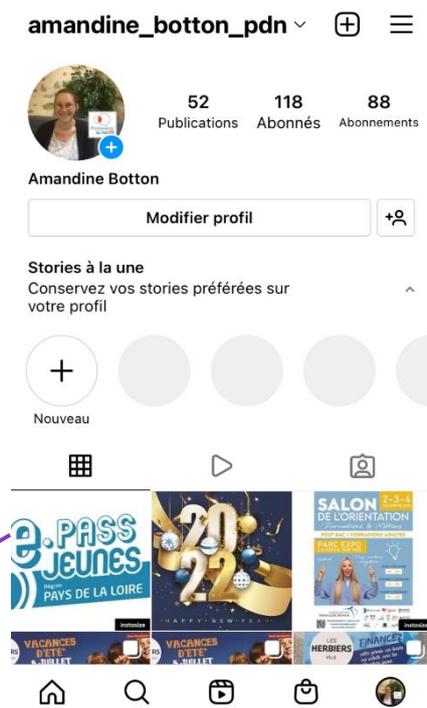
### ➔ Cacher les données de géolocalisation

Appuyer sur les trois petits points situés en haute à droite de votre écran lorsque vous ouvrez une de vos photos. 1

Cliquez ensuite sur "Modifier", puis sur votre géolocalisation, située en haut en dessous de votre pseudonyme. Vous pourrez alors "Supprimer le lieu".

Pour éviter d'avoir à faire la manipulation à chaque fois et interdire à Instagram de vous géolocaliser, rendez-vous dans les paramètres de votre téléphone. Dans "Réglages", cliquez sur "Confidentialité", puis "Services de localisation" et enfin "Instagram".

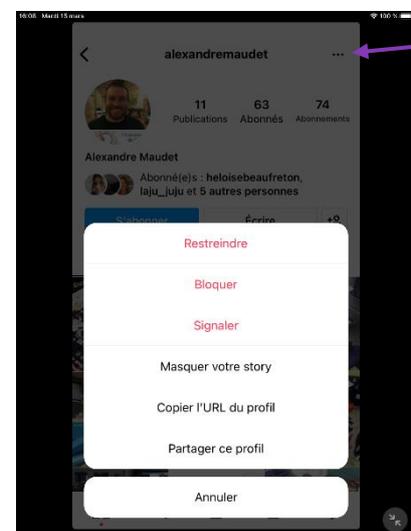
Sélectionnez alors "Jamais" à l'option "Autoriser l'accès à votre position".



### ➔ Bloquer les utilisateurs qui vous déplaisent

Vous pouvez choisir d'interdire l'accès à votre compte à certaines personnes. Pour cela, il suffit de vous rendre sur leur profil afin de cliquer sur les « ... » 2 situés en haute à droite de leur profil, puis sur "Bloquer l'utilisateur".

Les abonnés qui figurent sur cette liste restrictive peuvent encore voir vos photos et vidéos et laisser des commentaires, mais ils seront visibles que par vous et la personne qui les a laissés.

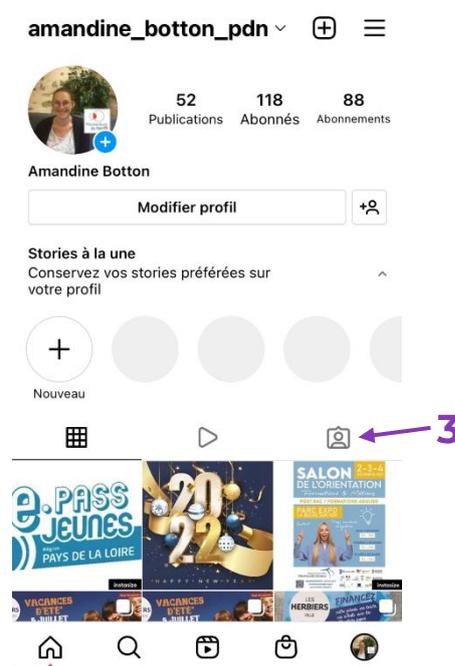


### ➔ Approuver manuellement les posts dans lesquels vous êtes tagués

Par défaut, lorsque que vous êtes tagué sur Instagram, vos photos se retrouvent immédiatement ajoutées à votre profil.

Afin de rester discret sur le réseau social, vous pouvez modifier les paramètres de votre application et ainsi reprendre le contrôle sur cette fonctionnalité. Pour cela, cliquez sur l'icône à droite de votre écran (celle qui ressemble à un petit encart avec un bonhomme dedans).**3**

Ensuite, vous accéderez aux "photos de vous". Il ne vous restera plus qu'à cliquer sur les trois petits points, aller dans "Options d'identifications" puis sélectionner "Ajouter manuellement".



### ➔ Limiter l'utilisation des hashtags

Certains utilisateurs d'Instagram usent et abusent de hashtags pour être très présents sur le réseau social. En limitant votre utilisation de ceux-ci, vous évitez à vos photos de se retrouver en résultats de recherche. Vous limitez ainsi le nombre de personnes pouvant tomber sur votre profil.

### ➔ Basculer votre profil en "privé"

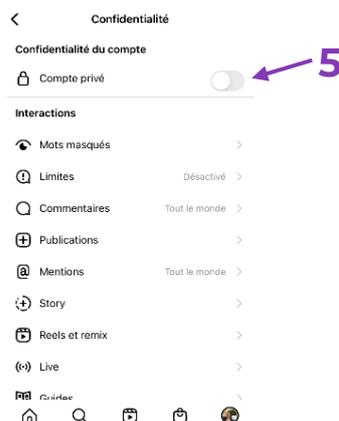
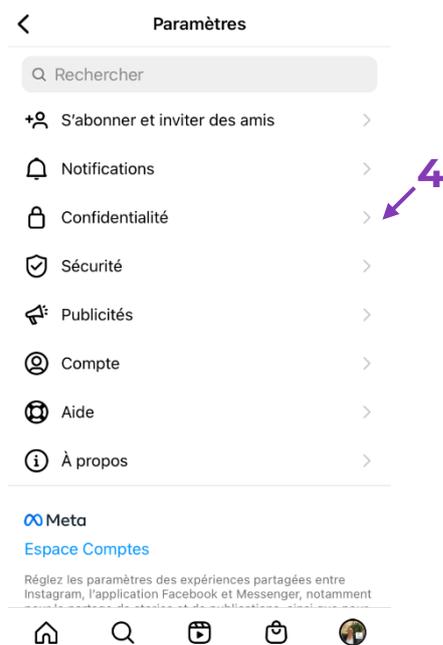
Enfin, l'étape ultime pour ne montrer vos photos qu'à votre entourage reste encore de basculer votre profil en mode "privé". Ainsi, toute personne voulant vous suivre sur Instagram sera obligée de vous en demander l'autorisation.

Pour cela, il vous suffit de vous rendre dans les paramètres de votre profil en cliquant sur en haut à droite .

Cliquer ensuite sur paramètres. Vous allez alors arriver sur cette page.

Allez dans la Rubrique « confidentialité ».**4**

Ensuite, activer « compte privé ».**5**

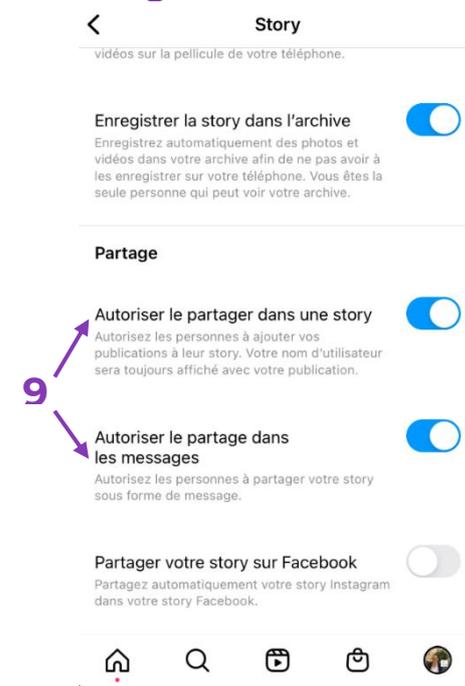
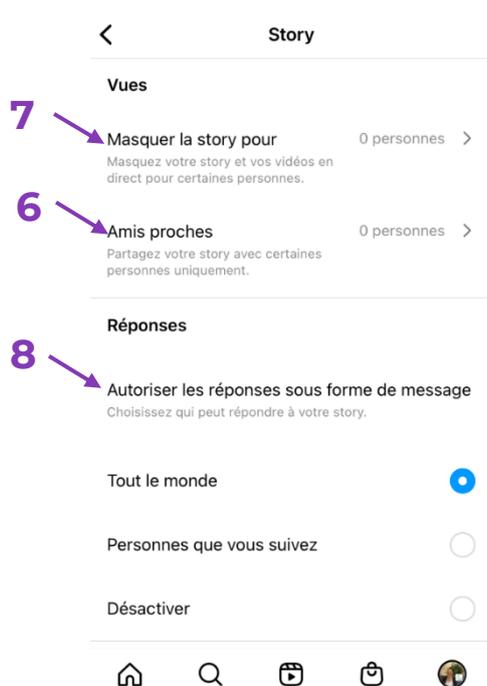


## ➔ Comment déterminer qui peut voir vos stories Instagram

Vous trouvez tous ces paramètres dans la section « Confidentialité » (la même que pour activer le compte privé puis  Story

Instagram vous permet :

- D'empêcher certains utilisateurs de voir vos stories. **6**
- De ne partager certaines stories qu'avec une liste d'amis proches. **7**
- de restreindre (voire de désactiver) l'option permettant de réagir à vos stories. **8**
- Une option vous permettant d'empêcher les abonnés d'envoyer vos stories par message ou de partager vos publications en stories. **9**

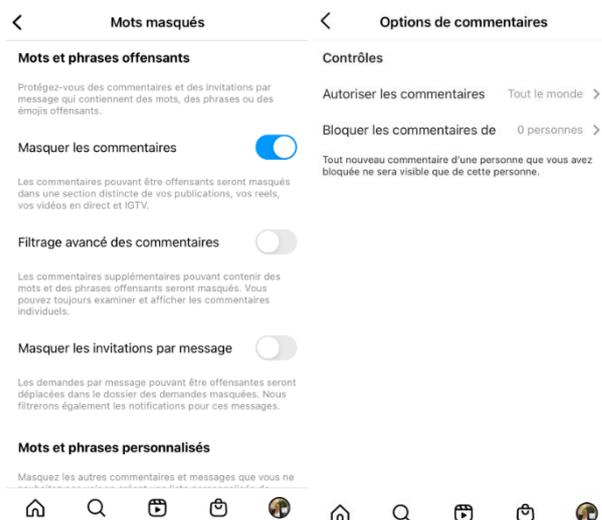


## ➔ Comment se débarrasser des commentaires qui sont des spams sur Instagram

A partir du menu « Confidentialité » :

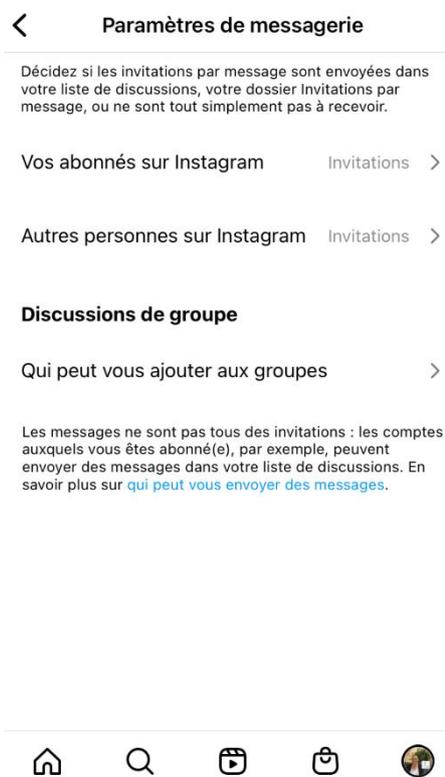
Pour protéger vos abonnés et vous-même des messages insultants et des spams, vous pouvez automatiquement cacher les commentaires indésirables grâce aux filtres intégrés d'Instagram, ou en créant votre propre filtre. Configurez les paramètres qui s'appliquent aux commentaires dans la section Confidentialité puis « Mot masqué ».

Vous pouvez alors bloquer les personnes qui laissent des messages insultants, les spammeurs, et toute autre personne hostile qui commente vos photos et vos vidéos en allant dans la rubrique « Contrôles ».



## ➔ Comment éviter de recevoir des spams par message privé sur Instagram

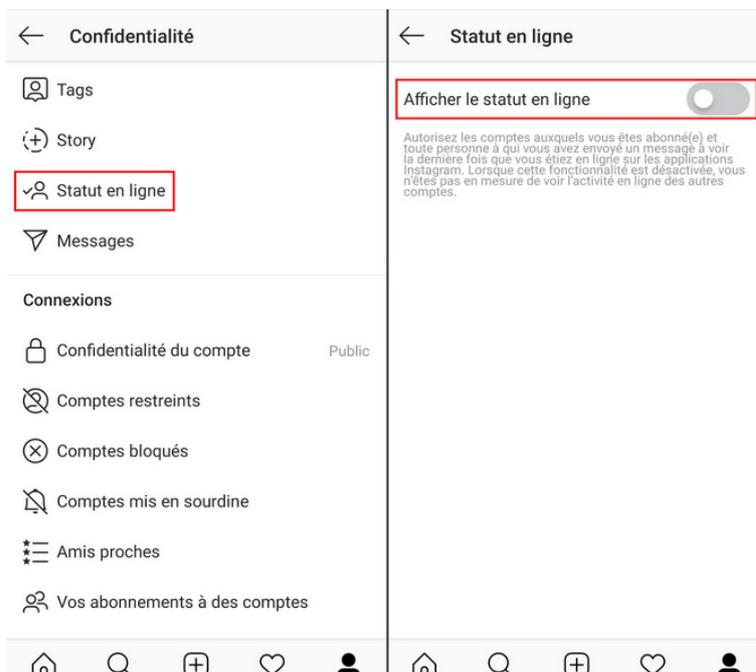
Si vous n'arrêtez pas de recevoir des messages de spammeurs, que vous souffrez d'harcèlement, ou que des personnes inconnues vous ajoutent constamment à des groupes au hasard, alors sachez que vous pouvez les en empêcher. Ouvrez l'application Instagram et les paramètres « Confidentialité », choisissez  Messages et sélectionnez « Ne pas recevoir d'invitation » pour les deux options qui s'affichent.



## ➔ Comment cacher votre statut en ligne sur Instagram

Si vous ne voulez pas que vos abonnés puissent savoir si vous êtes en ligne, alors vous pouvez cacher votre statut.

Pour ce faire, entrez dans « Confidentialité », sélectionnez et glissez le bouton pour désactiver la fonction. Il convient de souligner que vous ne pourrez pas non plus voir le statut en ligne des autres utilisateurs.





# SNAPCHAT



## Comment fonctionne Snapchat

Snapchat est l'un des réseaux sociaux les plus utilisés par les jeunes. Sa particularité est dans le fait que les messages (Snap) qu'on s'envoie sont éphémères et donc nous ne gardons pas la trace de nos conversations.

### ➔ Les fonctionnalités clés

L'application se décompose en 5 onglets (de gauche à droite) : Carte Snap, Chat, Appareil photo, Stories et Découvrir. 

 **La Carte Snap** permet de voir où sont ces amis. Par défaut, le partage de la localisation est désactivé pour tous les utilisateurs. Lorsqu'un Snapchatter ouvre la Carte Snap pour la première fois, il est invité à choisir avec qui il souhaite partager sa localisation : avec l'ensemble de ses amis, avec quelques-uns d'entre eux ou aucun (mode Fantôme). Le mode fantôme peut être activé à tout moment (cf. paramétrer son compte snapchat). La Carte Snap permet aussi aux Snapchatters de consulter les horaires d'ouverture et les avis concernant les lieux qui y sont répertoriés, et d'y passer commande.

 **Le chat** permet de partager des vidéos, des photos, des enregistrements audio et des messages texte, mais aussi de passer des appels téléphoniques et vidéo. C'est cet onglet qui vous permettra de voir toutes vos conversations. Les messages sont supprimés par défaut. Pour remédier à cela, on peut prendre le soin d'enregistrer chaque message en restant appuyer sur le message et en sélectionnant « enregistrer dans le chat ».

 Snapchat s'ouvre automatiquement sur **l'appareil photo**. Vous pouvez y capturer des Snaps sous la forme de photos ou de vidéos. Une fois vos Snaps créés, il est possible d'y superposer des éléments comme des Filtres, du texte, des stickers, des pièces jointes et plus encore via les outils créatifs. Les Snaps peuvent être :

- envoyés,
- enregistrés dans les Memories,
- ajoutés à Ma Story, à une Story privée ou personnalisée,
- supprimés.

 Dans cet onglet **Stories**, les Snapchatters peuvent voir les Stories de leurs amis, des créateurs et plus largement de la communauté Snapchat. C'est également à cet endroit que vous pouvez consulter et visionner le contenu auquel vous êtes abonné dans Découvrir.

 **Découvrir**, Il s'agit d'un espace où visionnez les toutes dernières actualités et les derniers divertissements créés par des éditeurs allant des organes de presse nationaux (The Wall Street Journal, National Geographic) aux professionnels du divertissement, du sport et plus encore.



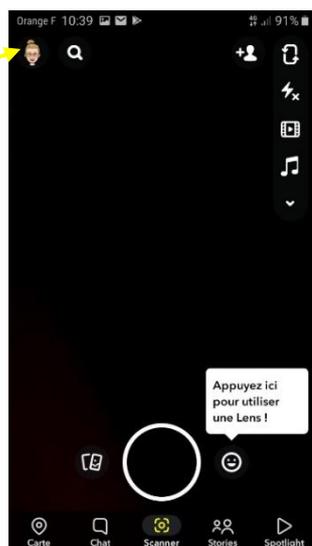
## Comment paramétrer son compte Snapchat

- Utiliser plutôt un pseudo que son vrai prénom.
- N'autoriser que vos amis à vous contacter, voir votre stories et votre emplacement.
- Masquer votre numéro de téléphone

A savoir, il existe actuellement 6 options des réglages de confidentialité sur cette application (Qui peut me contacter, Qui peut m'envoyer des notifications, Qui peut voir ma Story, Qui peut voir ma localisation, Qui peut utiliser mon selfie de Caméo, Qui peut me trouver dans Ajout rapide) à configurer selon vos préférences !

Pour accéder aux réglages :

- Lorsque vous ouvrez l'application vous tombez sur cette page :
- Pour accéder à l'onglet de votre profil, cliquez sur votre bitmoji en haut à gauche. **1**



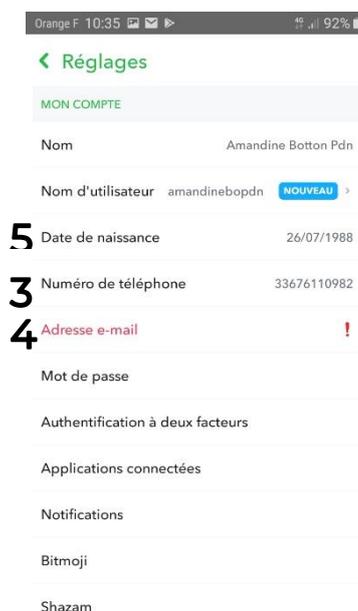
- Appuyez sur le bouton en forme d'engrenage sur l'écran de profil pour ouvrir les réglages. **2**



### ➤ Vérifier si vos informations personnelles sont liées à votre compte snapchat

Dans la rubrique « **MON COMPTE** »

- Pour vérifier si votre numéro est associé à votre compte aller sur « Numéro de téléphone » et décocher « permettre aux autres de me trouver grâce à mon numéro de téléphone ». **3**
- Pour vérifier si votre adresse est associée à votre compte aller sur « adresse e-mail » et décocher « permettre aux autres de me trouver avec mon adresse e-mail ». **4**
- Si vous ne voulez pas que votre date de naissance soit visible il faut décocher « Placer un gâteau à côté de votre nom, affiche un badge spécial anniversaire, permet à vos amis de savoir que c'est votre anniversaire ... » **5**



### ➤ Vérifier l'accès à vos contenus



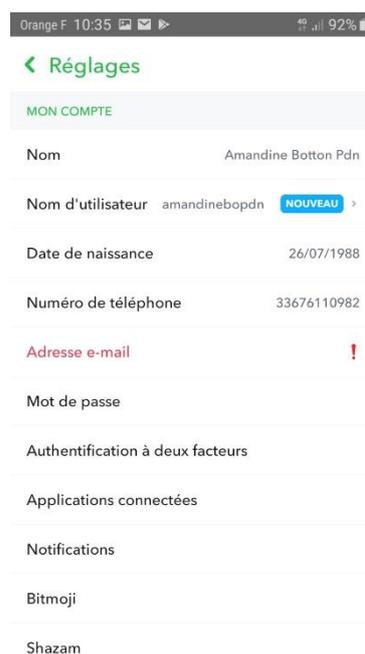
Faites défiler l'écran vers le bas jusqu'à l'option "QUI PEUT." et sélectionnez une des options, puis appuyez sur le bouton retour pour enregistrer votre choix. Ci-dessous en détails toutes les options :

- « Qui peut me contacter » : sélectionner « Mes amis » pour plus de sécurité ». **6**
- « Qui peut utiliser mon selfie Caméo » : permet aux autres utilisateurs d'utiliser votre visage si vous en avez enregistré un dans selfie Caméo. Il est donc préférable de cocher « Seulement moi » ou « Mes amis ». **7**
- "Qui peut voir Ma Story": vous avez la possibilité de personnalisé la liste de vos amis qui peuvent voir votre story, les personnes sélectionner ne pourront pas voir votre story. Cette manipulation est à faire AVANT de mettre une story, si elle est faite après, la personne pourra tout de même voir votre story. **8**
- "Apparaître dans un ajout rapide": appuyez sur "Me voir dans un ajout rapide" pour apparaître dans la rubrique Ajout rapide d'autres utilisateurs, notamment les amis de vos amis et toute personne ayant participé avec vous à un Chat à plusieurs, sinon décocher cette case. **9**



## ➔ Renforcement sécurité

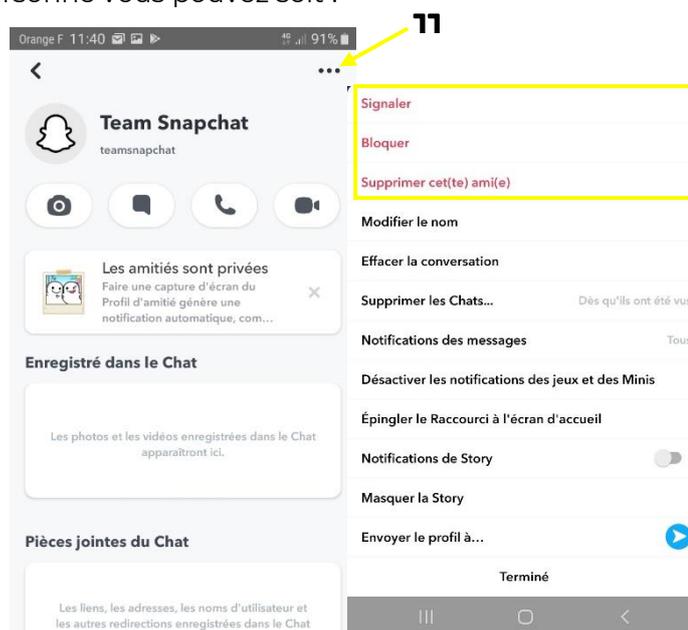
Vous retrouverez L'authentification à deux facteurs permet de mieux sécuriser votre compte. Lorsque l'authentification à deux facteurs est activée, vous aurez besoin d'un mot de passe et d'un code de vérification envoyé sur votre smartphone pour vous connecter sur un nouvel appareil. **10**



Si vous avez un conflit avec une personne vous pouvez soit :

- Signaler cette personne
- Soit bloquer
- Soit supprimer cet ami

Vous avez accès à ces fonctionnalités en cliquant sur son bitmoji puis sur les « ... » en haut à droite, elles sont toutes les 3 en rouges. **11**



Différence entre supprimer et bloquer des amis : lorsque vous supprimez une personne de votre liste d'amis, celle-ci ne pourra plus voir vos Stories privées, mais elle pourra toujours visionner tout contenu que vous avez paramétré comme public. En fonction de vos paramètres de confidentialité, il est toutefois possible qu'elle puisse toujours vous envoyer des Chats ou Snaps.

Lorsque vous bloquez un ami, celui-ci ne pourra plus ni voir votre Story ni vous envoyer de Snaps ou de Chats.

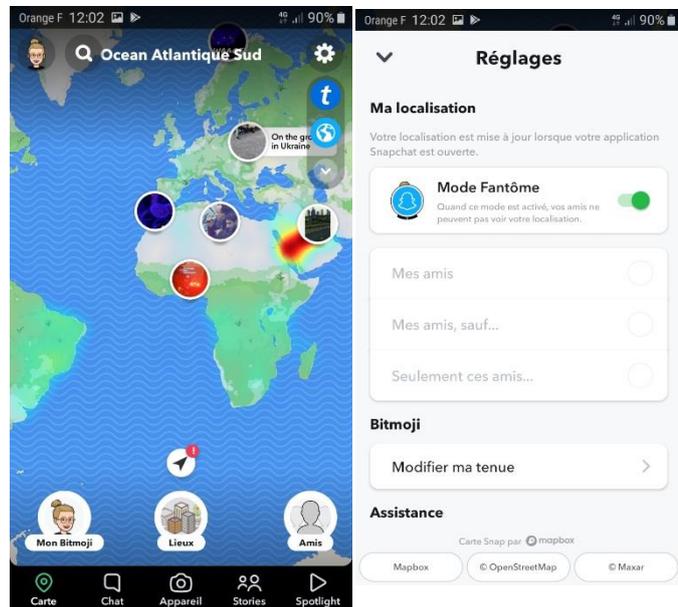


## ➔ Géolocalisation

Si vous ne voulez pas que vos amis voient où vous êtes, vous pouvez activer le mode fantôme.

- Pour cela, aller sur  en bas de votre écran d'accueil.
- Une fois sur la carte snap,
- Aller sur l'engrenage en haut à droite de votre écran.**12**
- A vous de cocher l'option qui vous correspond entre « mes amis », « Mes amis, sauf... », « Seulement ces amis » ou rester en mode fantôme comme ci-dessus.

12



# LIENS UTILES

[www.nonaharcelement.education.gouv.fr](http://www.nonaharcelement.education.gouv.fr) ou 3020

Site d'information sur le harcèlement

**NON AU HARCÈLEMENT**

ÉLÈVES, PARENTS, PROFESSIONNELS :  
APPELEZ LE **3020** Service gratuit  
du lundi au vendredi de 9h à 20h  
samedi de 9h à 18h



[www.netecoute.fr](http://www.netecoute.fr) ou 0800 200 000

Gratuit, anonyme et confidentiel Net Écoute est le numéro vert national spécialisé dans les problématiques que rencontrent les enfants et les ados dans leurs pratiques numériques, et notamment le cyberharcèlement.

[www.boussole.jeunes.gouv.fr](http://www.boussole.jeunes.gouv.fr)

Rubrique Santé, je suis victime de cyberharcèlement et je souhaite être contacté par un professionnel.



[www.cnil.fr](http://www.cnil.fr)

- Maîtriser vos données
- Comprendre vos droits
- Découvrir vos moyens d'actions

[www.stoplaviolence.net](http://www.stoplaviolence.net)

Stop la violence ! est un jeu de sensibilisation au harcèlement au collège



[www.webmii.com](http://www.webmii.com)

Permet de consulter les informations stocker sur le net, sur vous.

[www.myactivity.google.com](http://www.myactivity.google.com)

Permet de voir son activité Google. Vous avez la possibilité de désactiver l'enregistrement de ces données.

Google Mon activité



[www.security.org](http://www.security.org)

Permet de vérifier la sécurité de vos mots de passe. En combien de temps un Hacker peut-il obtenir mon mot de passe ?

[www.geekjunior.fr](http://www.geekjunior.fr)

Geek Junior est un site d'information high-tech et de sensibilisation aux technologies du numérique à destination des adolescents.

**Geek  
Junior**



[www.hoaxbuster.com](http://www.hoaxbuster.com)

Créé en 2000, HoaxBuster.com poursuit un objectif : mettre un terme à la propagation des hoax et des rumeurs en circulation sur le web francophone!

[HugoDécrypte](#)

Chaîne Youtube où Hugo décrypte rapidement et simplement les actualités

**HUGO  
DÉCRYPTE**





## 10 CONSEILS POUR VOTRE SÉCURITÉ SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

mémo

- 1 Protégez l'accès à vos comptes 
- 2 Vérifiez vos paramètres de confidentialité 
- 3 Maîtrisez vos publications 
- 4 Faites attention à qui vous parlez 
- 5 Contrôlez les applications tierces 
- 6 Évitez les ordinateurs et les réseaux Wi-Fi publics 
- 7 Vérifiez régulièrement les connexions à votre compte 
- 8 Faites preuve de discernement avec les informations publiées 
- 9 Utilisez en conscience l'authentification avec votre compte de réseau social sur d'autres sites 
- 10 Supprimez votre compte si vous ne l'utilisez plus 



Pour en savoir plus ou vous faire assister, rendez-vous sur [Cybermalveillance.gouv.fr](https://cybermalveillance.gouv.fr)

ADOPTER LES BONNES PRATIQUES



Promeneurs  
du Net

**Amandine**



**Julien**



**Alexandre**



## Les Promeneurs du net ? Qui sont-ils ?

Au Pays des Herbiers, des Promeneurs du net sont à votre écoute et à la disposition de vos ados.

**Leur mission est d'informer, d'accompagner, de conseiller et de prévenir toutes les dérives liées à Internet et aux réseaux sociaux.**

C'est en 2018 que la CAF de la Vendée a déployé sur le département ce dispositif importé de Suède, avec le concours de la Maison des adolescents.

Les Promeneurs du net sont des **professionnels, animateurs ou éducateurs**, qui assurent une présence éducative sur le net, en ouvrant un espace de dialogue virtuel sur les réseaux sociaux.

Les jeunes de 12 à 25 ans ou les parents peuvent devenir « amis » avec eux ou les solliciter pour une question, un conseil.

En savoir plus et retrouver toutes les coordonnées :  
[www.paysdesherbiers.fr/prevention-ados](http://www.paysdesherbiers.fr/prevention-ados)

Flashez-moi !



En partenariat avec

