

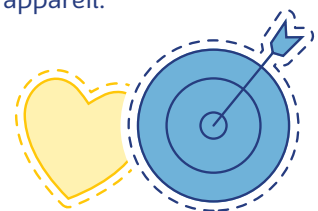
# Contrat cellulaire Parent-Ado



Un cellulaire est un appareil vraiment pratique ! En même temps, son utilisation peut comporter certains risques que ton parent et toi souhaitez assurément prévenir pour ta santé, ton bien-être et ta sécurité. Voici un exemple de contrat entre ton parent et toi afin de vous entendre sur la façon de bien utiliser ton téléphone intelligent.

## ADO :

1. Je fournis mes noms de compte et mes mots de passe à mon parent pour qu'il puisse accéder au contenu de mon téléphone et les applications que j'utilise.
2. Je m'engage à respecter les règles de l'école sur l'utilisation du cellulaire.
3. Je réponds lorsque mon parent m'appelle ou m'envoie un texto.
4. Je suis un citoyen numérique respectueux c'est-à-dire que je fais attention à ce que j'écris par texto et à ce que je partage en ligne et sur les réseaux sociaux. Sur mon cellulaire, je me comporte comme si les personnes étaient en face de moi.
5. Je suis prudent dans mes échanges avec les autres. Certaines personnes utilisent toutes sortes de stratégies pour frauder ou prendre l'identité d'autres personnes. Je ne transmets jamais mes informations personnelles et je verrouille mon téléphone.
6. Je ne partage jamais de contenu (photos, vidéos) intime que ce soit de mon propre corps ou celui d'une autre personne.
7. Je mets mon téléphone de côté au moins une heure avant d'aller dormir. Je le mets en dehors de ma chambre ou je le place face contre table et en mode silencieux pour ne pas qu'il dérange mon sommeil.
8. Je mets mon cellulaire de côté lors des repas, lorsque je suis en conversation avec quelqu'un et lors des sorties avec mes proches.
9. Pour ma sécurité, j'évite que mon cellulaire soit une distraction pendant que je me déplace à pied, à vélo ou en conduisant.
10. Je fais attention à ce que l'utilisation de mon cellulaire ne prenne pas tout mon temps ! Je sais que j'ai besoin de prendre le temps de bien manger, de bouger et d'avoir des contacts avec les personnes qui m'entourent.
11. Je surveille mon utilisation afin de ne pas dépasser les coûts mensuels. S'il y a dépassement de coûts ou si je brise mon cellulaire, je m'engage à participer au paiement des réparations ou de remplacement de l'appareil.



## PARENT :

1. Je m'engage à payer les frais mensuels du cellulaire.
2. De manière générale je respecte l'intimité de mon ado. Si quelque chose m'inquiète, je lui demande avant de regarder dans son téléphone et je le fais en sa présence.
3. Je suis un bon exemple pour mon ado c'est-à-dire que je limite l'utilisation de mon cellulaire pendant les repas, les sorties familiales ou pendant la conduite automobile par exemple.
4. Je ne cherche pas à surveiller mon ado mais plutôt à m'assurer qu'il utilise son cellulaire de manière responsable afin de diminuer le plus possible les risques pour sa santé et son bien-être.

## DÉTAILS ET COÛT DU FORFAIT

Coût mensuel (\_\_\_\_\$/mois)

Forfait de données (\_\_\_\_G/mois)

## MOTS DE PASSE

Mot de passe – cellulaire: \_\_\_\_\_

Mot de passe Instagram: \_\_\_\_\_

Mot de passe de Snapchat: \_\_\_\_\_

Mot de passe de TikTok: \_\_\_\_\_

Mot de passe de... \_\_\_\_\_

Mot de passe de... \_\_\_\_\_

Mot de passe de... \_\_\_\_\_

## EN CAS DE NON-RESPECT DE L'ENTENTE

Le non-respect de l'entente entraînera les conséquences suivantes (à déterminer entre vous):

---

---



**ADO**

Signe ici \_\_\_\_\_

**PARENT**

Signe ici \_\_\_\_\_



## Source :

Régie intermunicipale de police Thérèse-De Blainville

Adapté par la direction de santé publique du CISSS des Laurentides.