

Ta valeur ne se mesure pas en mentions « J'aime »

**Les médias
sociaux montrent
souvent les
meilleurs
moments, pas
toute la réalité.**

Ne te compare pas à ce
que tu vois en ligne.
N'oublie pas que toute
personne vit aussi des
défis, même si ceux-ci ne
sont pas apparents.

**Pour en apprendre davantage,
obtenir de l'aide et accéder à
des ressources :**



www.CyberSensibilisationM12ON.ca

Financé par :

FAMILLES dans le numérique Des habitudes
numériques
saines

ECNO
L'autorité en technologie des
conseils scolaires de l'Ontario

Ontario 