

# CNIL. Pour préparer le Safer Internet day - mardi 10 février 2026

publié le 14/01/2026

## Descriptif :

Présentation brève de deux ressources pédagogiques, à destination des adolescents, de la CNIL, utiles pour protéger et mieux comprendre les données personnelles. Et de deux livres sur la thématique des écrans et des réseaux sociaux.

## Sommaire :

- Un podcast gratuit disponible en ligne : [Un océan de données](#)
- Application Fantomapp
- Deux livres pour approfondir la thématique des écrans et des réseaux sociaux

### ● Un podcast gratuit disponible en ligne : [Un océan de données](#)

Un partenariat de la CNIL ( Commission nationale informatique et libertés ) et de la revue papier **Chut Jexplore**  
<https://chut.media/chut-explore-a-p...>



Ce podcast est accompagné d'un [poster](#) pour apprendre à naviguer sur Internet sans crainte.

Dans un contexte où la vie numérique influence de plus en plus notre quotidien, la compréhension et la protection des données personnelles apparaissent comme des enjeux majeurs. La CNIL, consciente de ces défis, propose un ensemble de ressources pédagogiques , **de 5 fiches pédagogiques**, destinées principalement aux adolescents de 11 à 15 ans, afin de leur permettre de mieux appréhender leur environnement numérique et de développer des réflexes de protection.

Le livret « [Un océan de données](#) » se présente sous plusieurs formats complémentaires. Au cœur de cette offre, la carte XXL « Un océan de données » offre une représentation visuelle de l'expérience numérique. Cette carte permet d'illustrer les différents aspects de la vie en ligne : le divertissement, les interactions avec autrui, les droits et les réflexes de protection. En suivant l'itinéraire proposé, l'utilisateur peut découvrir comment chaque geste en ligne contribue à alimenter un véritable « océan » d'informations.

### ● Application Fantomapp

C'est une application gratuite, développée par la CNIL pour accompagner les 10-15 ans, une application pour aider les adolescents à se protéger sur les réseaux sociaux.

Une [fiche de présentation complète](#) est publiée sur le site de la CNIL et accompagne l'application . FantomApp ne se contente pas de conseils généraux. L'application propose des tutos dédiés aux principaux réseaux utilisés par les adolescents : Instagram, TikTok, Snapchat, X, WhatsApp, etc.



Le site "les outils Tice" <https://outilstice.com/> propose un **tutoriel avancé** avec tous les paramètres pour bien utiliser l'application et en mesurer les enjeux .

L'application Fantom App a été également présentée sur [France inter](#) par la journaliste Marion Mariani .

● **Deux livres pour approfondir la thématique des écrans et des réseaux sociaux**

- A paraître : "**Faire la paix avec nos écrans**" de François Saltiel et Virginie Sassoon aux éditions Flammarion.

Pour découvrir le livre :Un podcast "Apprendre à mieux contrôler notre utilisation des écrans" par Rémi Bostsarron  
Dimanche 21 septembre 2025 , disponible en ligne sur la plateforme de Radio France .

- **Faut-il interdire les réseaux sociaux aux jeunes ?** Un essai aux éditions Robert-Lafont sous la direction de Serge Tisseron avec Grégoire Borst, Anne Cordier, Nadia Daam.

Pour en savoir davantage : Un podcast sur la plateforme de radio France est disponible en ligne en date du 9 octobre 2025 sur France Culture.



**Académie  
de Poitiers**

*Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.*

*Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.*