



# GUIDE-CONSEIL PRATIQUE POUR L'UTILISATION DES MÉDIAS SOCIAUX



## INTRODUCTION

Ce **guide-conseil** a été réalisé dans le but d'informer le plus efficacement possible les étudiants-athlètes de l'Université Laval au sujet de leur utilisation des **médias sociaux**.

Rares sont ceux qui de nos jours n'utilisent pas l'une ou l'autre des plateformes suivantes: Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, YouTube, LinkedIn, Pinterest, ou encore qui ne participent pas activement à des blogs de discussion sur différents sites Web.

Ces canaux de communications sont très attrayants, faciles à apprivoiser et offrent de nombreux bénéfices. Toutefois, l'utilisation de ces outils peut parfois mener à des conséquences insoupçonnées et surtout non-désirées. **Les conseils qui suivent visent donc à aider les étudiants-athlètes du Rouge et Or à prendre conscience de certains dangers pour éviter les situations problématiques qui pourraient nuire à leur vie privée, leur réputation, celle de leur entourage ainsi que celle de l'Université Laval.**

### CONSEIL No 1

**« Avec de grands pouvoirs viennent de grandes responsabilités »**

*Vous faites partie du Rouge et Or, l'un des meilleurs programmes de sport universitaire au pays. Pas seulement lorsque vous vous entraînez ou bien lorsque vous êtes en compétition. Vous représentez le Rouge et Or 24 heures sur 24. Même après votre stage universitaire, tout au long de votre vie, vous y demeurerez associé. En tant qu'ambassadeur, vous devez donc faire honneur à votre organisation en tout temps. **C'est aussi ça, être de gloire et d'excellence!***

### CONSEIL No 2

**« La transparence est de mise »**

*Ne vous cachez pas uniquement derrière un pseudonyme lorsque vous communiquez sur les réseaux sociaux. Dites clairement qui vous êtes et ce que vous faites, question d'éviter tout imbroglio. N'hésitez pas à partager vos expériences positives en tant qu'athlètes. Les gens aiment sentir qu'ils ont un accès privilégié à ce qu'ils ne peuvent vivre. **Soyez vous-même!***

### CONSEIL No 3

**« Il n'y a rien de privé sur les médias sociaux »**

*Bien que vous puissiez croire que de restreindre l'accès par exemple à votre page Facebook vous protège, tout ce que vous écrivez sur les médias sociaux est public. Certains moteurs de recherche peuvent garder en archive des messages / photos / vidéos plusieurs années après leur publication initiale, et ce même si vous les effacez. En termes clairs, dès que vous cliquez sur « envoyer », vous perdez le contrôle de la diffusion. Vous ne savez jamais combien de personnes peuvent avoir transféré ou fait une copie de vos envois, ou bien l'avoir diffusé à leur tour de la façon dont ils désirent, dans un ton différent ou bien hors contexte. De plus, souvenez-vous que les journalistes peuvent et ne se gênent pas pour utiliser vos commentaires sur les médias sociaux en tant que déclaration officielle, et que l'interprétation qui en est faite n'est pas toujours celle que vous auriez souhaité. Tout ce que vous écrivez peut potentiellement servir dans une histoire et être utilisé négativement contre vous. **Les paroles s'envolent mais les écrits et les images restent!***

### CONSEIL No 4

**« Ce qui se passe à Vegas reste... sur vos photos Facebook »**

*Il va sans dire que des photos de vous « sur le party » avec un survêtement du Rouge et Or ne sont pas appropriées. Mais au-delà de cet exemple, êtes-vous à l'aise à 100 % avec ce que vous affichez et écrivez sur les médias sociaux? Posez-vous la question: Dans dix ans, lorsqu'un moteur de recherche trouvera ces messages ou ces photos de vous quand on tapera votre nom, en serez-vous fier? Sachez que les employeurs sont de plus en plus nombreux à jeter un coup d'œil sur le profil Facebook d'un candidat à un emploi pour se forger une opinion. Certaines portes peuvent malheureusement se refermer bêtement de cette façon. **Soyez certains que ce que vous publiez sur les médias sociaux ne reviendra pas vous hanter plus tard!***

### CONSEIL No 5

#### « La meilleure solution face à une erreur est de l'admettre et de la corriger »

Soyez certains d'avoir la bonne information avant de la transmettre. Si vous réalisez malgré tout que vous avez écrit des choses que vous regrettez ou bien que vous avez transmis des informations erronées, corrigez les faits rapidement. Si vous décidez de modifier un message antérieur inscrit sur un blogue, indiquez clairement que vous l'avez fait. **Soyez honnête!**

### CONSEIL No 6

#### « Pensez à l'équipe »

Ne partagez jamais d'information qui pourrait compromettre votre équipe. Par exemple, des stratégies, des blessures que vous ou des coéquipiers ont subies, des incidents dommages qui se passent à l'entraînement ou dans le vestiaire, etc. Ne parlez pas non plus négativement à propos d'un adversaire, d'un pays, d'une organisation ou d'une marque. Ne donnez pas la chance aux compétiteurs d'utiliser contre vous ce que vous avez inscrit sur les médias sociaux. **Sachez garder des secrets!**

### CONSEIL No 7

#### « Attention à votre langage »

Soignez votre français en portant attention aux fautes d'orthographe et de grammaire. Quant au contenu, dites-vous que si ce message n'est pas acceptable dans une discussion face-à-face, il ne l'est pas plus sur Internet. Sacrer ou émettre des commentaires disgracieux ne vous fera jamais bien paraître. Évitez également de vous engager dans une dispute et de répondre négativement à certains messages désobligeants qui vous touchent personnellement ou qui touchent votre organisation. La tentation est souvent forte d'alimenter la polémique, mais ce genre de dérapage ne peut que finir par nuire à vous ou à votre équipe. **Règle de base : dans le doute on s'abstient!**

### CONSEIL No 8

#### « Différencier les messages privés des messages publics »

Ça peut sembler absurde, mais il est important de savoir faire la différence entre un message privé et un message public sur les médias sociaux. Tant sur Facebook que sur Twitter, on peut interpeller un autre membre par son nom, ce qui peut faire penser qu'il s'agit alors d'une discussion privée. Il pourrait être fâché de réaliser après coup que vous en avez trop dit à la face du monde entier, alors que vous croyiez que seul votre interlocuteur allait recevoir ce message. Si ces explications vous semblent floues, n'hésitez pas à consulter la section « aide » de votre média social préféré. **Mieux vaut prévenir que guérir!**

**En outre, rappelez-vous qu'une activité en ligne peut sembler anodine pour quelqu'un, mais avoir des conséquences graves pour d'autres. Réfléchissez avant d'écrire!**

## PARAMÈTRES DE CONFIDENTIALITÉ

Question de sécurité, il est utile de consulter la rubrique « Confidentialité » des médias sociaux sur lesquels vous êtes actifs. Vous en saurez plus sur la façon dont on utilise vos informations, et serez alors en mesure de juger si cette situation vous convient, ou bien si des changements dans la section « paramètres de confidentialité » s'imposent. Posez-vous simplement la question : Quelle information suis-je à l'aise de dévoiler à des étrangers? Rappelons que même si tout ce que vous diffusez est public, il est à tout le moins possible d'en limiter l'accès à vos amis et contacts seulement.

## LE ROUGE ET OR SUR LES MÉDIAS SOCIAUX

En terminant, nous vous invitons, si ce n'est déjà fait, à devenir membre de la page Facebook du Rouge et Or et de vous abonner aux comptes Twitter, Instagram, YouTube et Flickr du Rouge et Or. Ensuite, faites-en la promotion! Il s'agit d'une forme de publicité pour vous les athlètes, puisque c'est souvent de vous dont nous allons parler sur les comptes de médias sociaux du Rouge et Or. N'hésitez pas à en partager le contenu à vos amis et à les inviter à joindre à leur tour les comptes du Rouge et Or. Remerciez ceux qui contribuent à toute sorte de publication pour encourager leur participation. Vous êtes les meilleurs ambassadeurs possibles puisque vous êtes au cœur même du produit. Vous êtes donc les personnes les plus crédibles pour relayer ou créer les informations concernant le programme Rouge et Or sur les médias sociaux. Plus cette communauté grandit, plus il y a de gens au courant de ce que vous faites et plus il y a de gens qui risquent d'assister à vos compétitions parce qu'ils l'auront appris sur les médias sociaux. Donc en bout de ligne, c'est vous qui allez en bénéficier!

**FACEBOOK.COM/ROUGEETOR**  
**FLICKR.COM/ROUGEETOR**

**TWITTER.COM/ROUGEETOR**  
**YOUTUBE.COM/ROUGEETOR**

**INSTAGRAM/ROUGEETOR**

### COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

Mathieu Tanguay  
Chargé de communication du Rouge et Or  
mathieu.tanguay@sas.ulaval.ca  
twitter.com/Mathieu\_Tanguay

Frédéric Bherer  
Chargé de communication du Rouge et Or  
frederic.bherer@sas.ulaval.ca  
twitter.com/FredBherer Instagram.com/fredbherer