

Informations relatives à la Sécurité sur Meta Quest à l'attention des parents et des préados

La première étape pour profiter de Meta Quest est de s'assurer que vous utilisez le bon compte

Pour vos premiers pas dans la VR, assurez-vous de créer le bon compte Meta pour vous-même ou les membres de votre famille. Les personnes d'au moins 13 ans (l'âge peut varier en fonction du pays) peuvent utiliser Meta Quest par l'intermédiaire de nos comptes Meta. Nous faisons désormais en sorte que les jeunes membres de votre famille puissent faire l'expérience de la VR de manière plus sûre grâce à des comptes gérés par les parents qui proposent des options de contrôle parental et des mesures de protection supplémentaires pour les préados de 10 à 12 ans (l'âge peut varier selon le pays) qui utilisent nos casques Quest 2 et 3. Consultez le blog intitulé « Présentation des nouveaux comptes Meta gérés par un parent pour les familles » sur le site de Meta Quest qui fournit des détails sur ces nouveaux comptes gérés par les parents. Si vous configurez un compte pour votre préado, assurez-vous de lire l'article intitulé « Créer un compte Meta pour votre enfant » sur le site web de Meta Quest qui vous guidera tout au long de la création du compte.

Il est important de noter qu'un·e préado doit demander de l'aide à un parent ou à un·e représentant·e légal·e pour créer son compte Meta. Un parent ou un·e représentant·e légal·e doit créer et gérer un compte Meta pour un·e préado. Les parents ne peuvent pas créer de compte pour un·e enfant de moins de 10 ans et les enfants de moins de 10 ans ne peuvent pas utiliser Meta Quest 2 et 3. Sachez également que les comptes gérés par les parents ne sont disponibles que pour Meta Quest 2 et 3. Cela signifie que les enfants de moins de 13 ans ne peuvent pas utiliser les autres casques VR de Meta, qui ne sont pas compatibles avec les comptes gérés par les parents.

Santé et sécurité sur Meta Quest

Les informations et les avertissements en matière de santé et de sécurité pour chaque casque Meta Quest expliquent à l'ensemble des utilisateurs et des utilisatrices comment configurer et utiliser leurs casques de manière sécurisée. Pour en savoir plus, consultez le Centre de Sécurité de Meta Quest et consultez la version la plus récente des avertissements pour votre casque sur la Page des avertissements de santé et de sécurité sur Meta Quest sur le site web de Meta Quest. Ces pages fournissent des informations dont vous aurez besoin pour utiliser le casque et détailleront la manière dont vous pouvez bénéficier d'une excellente expérience de VR en toute sécurité. Nous souhaitons vous donner quelques informations de sécurité supplémentaires que nous estimons pertinentes pour les préados. Ces informations importantes vous aideront à déterminer si votre préado est prêt·e à découvrir Meta Quest et, s'il ou elle l'est, à déterminer la meilleure manière de l'introduire à la VR ainsi que de vous préparer à l'accompagner.

Meta Quest est-il pertinent pour mon enfant ?

Les parents doivent sérieusement peser le pour et le contre afin de déterminer si leur enfant est prêt·e à utiliser Meta Quest, car certain·es enfants peuvent ne pas l'être, en particulier les plus jeunes ou ceux ou celles de taille plus petite. Votre enfant est prêt·e s'il ou elle a l'âge minimal

requis pour avoir un compte géré par un parent et est à même de faire les choses suivantes :

- Lire, comprendre et suivre des avertissements et des instructions ;
- Ajuster le casque et la vue pour avoir une vision claire ;
- Configurer des limites virtuelles dans un espace dégagé qui convient à l'utilisation de Meta Quest (par exemple, un salon ou un coin télé) et y rester ;
- Sélectionner avec vous du contenu adapté à son âge et à son degré de maturité ;
- Interrompre son expérience de VR s'il ou elle se sent mal ;
- Dire si sa vision est floue ou s'il ou elle ressent des courbatures, de l'inconfort ou d'autres symptômes ;
- Comprendre que le contenu virtuel n'est pas réel ; et
- Faire des pauses à intervalles opportuns.

Vous trouverez plus d'informations à ces sujets dans les sections ci-dessous.

Si un·e enfant est prêt·e pour Meta Quest, ses parents doivent quand même l'aider à utiliser le casque en toute sécurité en le ou la supervisant pour réduire les risques de blessures ou de dommages matériels et doivent discuter avec lui ou elle de son expérience de VR. Les informations relatives à la santé et à la sécurité contenues sur la page Avertissements relatifs à la santé et à la sécurité du site web de Meta Quest fournissent plus d'informations sur la manière de déterminer si votre enfant est prêt·e, en particulier les sections *Tous les enfants ne sont pas prêts pour Meta Quest* et *Conseils et limites de l'utilisation par les enfants*. Vous devez lire les avertissements avant d'autoriser votre enfant à utiliser Meta Quest.

Pourquoi dois-je m'assurer que mon enfant est prêt·e avant qu'il ou elle n'utilise Meta Quest ?

Meta Quest n'est pas un jouet, et les enfants plus jeunes ou de taille plus petite risquent de ne pas être prêts à l'utiliser. Le corps des enfants est généralement moins développé, ce qui signifie que leurs yeux, leur cou, leur dos et leur manque de force risquent de nuire à leur confort ou à leur sécurité s'ils utilisent Meta Quest. Ils peuvent ne pas avoir suffisamment de force ou la taille du casque peut ne pas leur convenir. C'est notamment le cas chez les plus jeunes et les enfants de plus petite taille. Ils peuvent également éprouver des réactions plus intenses par rapport au contenu virtuel et avoir plus de difficultés à faire la distinction entre le contenu virtuel et le monde réel, même après avoir cessé d'utiliser Meta Quest. Il est possible qu'ils ne puissent pas lire ou comprendre les avertissements et les instructions, ou qu'ils ne mentionnent pas ou arrêtent l'utilisation s'ils ont une vision floue, des douleurs ou d'autres symptômes ou gênes. Aussi est-il extrêmement important de vous assurer que votre enfant est prêt·e pour le Meta Quest en

prenant en considération les informations reprises sur cette page et en discutant avec lui ou elle de ses attentes avant de l'autoriser à en faire usage.

Ajustement

La première chose à faire est d'ajuster le casque à la tête de votre enfant. Réglez les sangles, puis ajustez le casque vers le haut ou le bas, et ajustez les lentilles jusqu'à ce que le port du casque soit confortable et que le texte qui s'affiche à l'écran soit clair. Si vous ne parvenez pas à ajuster facilement le casque à la tête de votre enfant ou si la vision de votre enfant est floue lorsqu'il ou elle porte le casque, *il ou elle n'est peut-être pas prêt·e à l'utiliser*. Avant d'autoriser votre enfant à utiliser le casque, attendez jusqu'à ce que le casque ne le ou la gêne plus et que le texte à l'écran s'affiche nettement.

Zone de jeu sécurisée

Le dispositif Meta Quest vous permet de délimiter une zone de jeu sécurisée en utilisant une limite virtuelle pour une majorité des expériences (voir l'article des Pages d'aide « Configurer votre frontière pour Meta Quest » sur le site de Meta Quest pour plus d'informations). Cette fonctionnalité vous permet de définir une zone sécurisée pour que vous receviez des messages d'alerte lorsque vous atteignez les limites afin que vous évitiez les objets du monde réel lorsque vous vous immergez dans une expérience. Il est particulièrement important de définir ces limites lorsque le casque est utilisé par un·e enfant. Votre enfant risque malgré tout d'éprouver des difficultés à rester conscient·e de ce qui l'entoure lorsqu'il ou elle porte le casque. Vous pouvez l'aider en vous assurant qu'il ou elle reste dans sa zone de jeu et que celle-ci ne comporte pas de meubles, d'animaux de compagnie ou d'autres personnes.

Immersion et pauses

La VR peut faire vivre des expériences immersives et excitantes à votre enfant. Cela étant, il est très important de le ou la guider ou de surveiller l'expérience pour que celle-ci n'ait pas lieu au détriment du bien-être de votre enfant. L'immersion dans une expérience peut être ressentie de façon intense et susciter une réaction émotionnelle. Nous recommandons aux parents de discuter des expériences de VR avec leur enfant, en particulier des émotions qu'elles peuvent provoquer.

. Les spécialistes conseillent de définir une limite de 2 heures de temps d'écran par jour, et nous permettons aux parents de configurer une limite journalière pour leur enfant (le réglage par défaut est de 2 heures, consultez les Pages d'aide sur le site web de Meta Quest pour obtenir plus d'informations). Quelle que soit la durée totale de la session, veillez à ce qu'il ou elle fasse des pauses régulièrement. Les enfants plus jeunes doivent faire des pauses plus longues plus souvent.

En outre, soyez à l'affût des signes qui peuvent indiquer que votre enfant éprouve de l'inconfort.

Par exemple, si votre enfant commence à voir flou, à se toucher la nuque ou à changer de position ou de mouvement fréquemment, ou s'il ou elle se plaint de douleurs, de maux de tête ou de nausée, il ou elle peut avoir utilisé le casque trop longtemps ou celui-ci peut ne pas être correctement ajusté. Proposez de faire une pause jusqu'à ce qu'il ou elle se sente mieux et vérifiez le réglage de son casque avant sa prochaine partie.

Supervision parentale et sécurité en ligne

Veillez à lire les articles de nos Pages d'aide et accordez une attention toute particulière à la manière de configurer un compte pour votre enfant, au contrôle parental et aux autres informations de sécurité. Vous pouvez également en savoir plus sur la manière d'assurer la sécurité de votre enfant en ligne dans le Centre d'éducation parentale sur le site web de Meta Quest. À l'instar des comptes Meta pour les ados, les nouveaux comptes gérés par les parents pour préados de 10 à 12 ans disposeront d'options de contrôle parental supplémentaires et d'outils de supervision pour aider votre préado à bénéficier d'une expérience de VR sécurisée, contrôlée et adaptée à son âge.

Allez sur le site de Meta Quest pour voir les vidéos et les informations liées à cette page. Un code QR sur l'emballage permet d'accéder au site web de Meta Quest où vous trouverez des informations pour les parents.