



## UTILIZA AS TECNOLOXÍAS DE FORMA RESPONSABLE!

### SEGUE ESTES CONSELLOS PARA FACER UN USO RESPONSABLE:



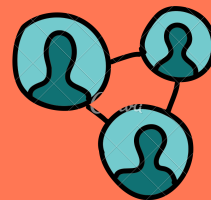
#### ACORDA NORMAS DE USO E ESTABLECE UN HORARIO

Débese fixar un horario para o uso de aparellos electrónicos, non é recomendable facelo de noite. É mellor establecer unha zona común como lugar de uso, ben iluminada e manter unha postura adecuada.



#### NAVEGA DE FORMA SEGURA

Non facilitar información de carácter personal e ter coidado cos datos que se comparten nos chats, redes sociais, email...(nº de teléfono, datos privados, imaxes...). As familias poden utilizar filtros de control de acceso nos dispositivos e programas de control parental. É importante usar un bo antivirus e tentar non abrir documentos descoñecidos.



#### RELACIÓNATE SEGURO

Utilizar internet para comunicarte cos teus amigos/amigas, familiares e coñecidos, está xenial. Pero débese ter coidado coas relacións que se establecen con persoas descoñecidas, xa que poderían non ser quen din. Non se deben aceptar peticións de amizade de descoñecidos. Hai que respectar ao resto de usuarios e si se ten unha experiencia negativa, compartilo cunha persoa adulta.



#### MANTÉN ACTIVADO O SENTIDO CRÍTICO

Non toda a información que atopamos na web é correcta e adecuada. A través da rede circulan moitos bulos, crenzas, noticias ou contidos falsos... é preciso filtrar a información que vemos e avaliar a súa calidade e veracidade.



#### ACCEDE A CONTIDOS AXEITADOS

Os contidos, xogos, aplicacións, chats... deben estar adaptados á idade e características de cada persoa. É importante poñer especial atención aos xogos online e as redes sociais. Recordar que non é legal o uso de redes sociais como Instagram ou Facebook para menores de 14 anos.

Para saber máis...

[www.internetsinriesgos.es](http://www.internetsinriesgos.es)

[www.protegeles.com](http://www.protegeles.com)

[www.pantallasamigas.es](http://www.pantallasamigas.es)

[www.ciberfamilia.es](http://www.ciberfamilia.es)

[www.pegi.info](http://www.pegi.info)

[www.navegaconrumbo.es](http://www.navegaconrumbo.es)