

BUĎME ONLINE SPOLU



Digitální pravidla rodiny

Na těchto pravidlech se domluvili:

(Jména všech členů rodiny)



Základní desatero kybernetické bezpečnosti

1. Aktualizuji zařízení i hry a aplikace, když mě k tomu vyzvou.
2. Používám antivir, který zůstává neustále zapnutý.
3. Neklikám na reklamy na internetu, v e-mailu, hrách ani na sociálních sítích.
4. Stahuji hry a aplikace jen z oficiálních zdrojů a po dohodě s rodiči.
5. Používám silná hesla. Nejlépe fráze tvořené z několika slov.
6. Hesla nikdy neukládám do prohlížeče, ani nepíšu na papírek. Pokud si je nepamatuji, rodiče mi nainstalují správce hesel.
7. Své soukromí a tajemství si chráním – sdílím jen naprosté minimum a jen s přáteli, které znám osobně.
8. Nikdy nemluvím online s cizími lidmi.
9. Ne vše, co se píše na internetu, je pravda – proto si fakta ověřuji.
10. Lidem na internetu říkám pouze to, co bych jim řekl i osobně do očí. Chovám se slušně.



Ze zábavy se snadno stane zlovyk, protože internet je i pro dospělé příliš lákavý! Proto budeme všichni u počítače, telefonu nebo her trávit jen tolik času, abychom stíhali i kroužky, kamarády a koníčky.



- Během školního nebo pracovního dne: ____ minut denně pro zábavu.
- O víkendu a prázdninách: ____ minut denně pro zábavu.
- Elektronická zařízení vypínáme nejpozději ____ hodiny před spaním.

Telefony, počítače a tablety nikdy nepoužíváme:



Sociální sítě

Sociální sítě jsou určeny zpravidla dospívajícím od 13 let. Z dobrého důvodu: bez legrace jsou návykové a můžete se na nich setkat s nenávisťí, jaké by děti čelit neměly.

Pokud chci profil na nové sociální síti, poradím se _____.
Profil si nastavím jako soukromý, přátele a sledující si pečlivě vybírám.

_____ bude mít přístup na můj profil a může nahlédnout do zpráv. _____ slibuje, že bude ctít mé soukromí.

Pokud se setkám na sociální síti se šikanou, lhaním nebo obsahem, který mi vadí, řeknu to _____. Takový obsah mohu také skrýt a nahlásit adminům stránky.

Co nikdy veřejně nesdílím:

- Celé jméno.
- Adresu domů, školy, své telefonní číslo.
- Fotky dokumentů, kde takové údaje jsou, například vysvědčení, osobních dokladů, platebních karet.
- Fotky a videa, na kterých jsem já nebo kamarád či kamarádka v trapné či směšné situaci, pokud by to mě nebo mému kamarádovi či kamarádce mohlo být nepříjemné.
- Fotky a videa, na kterých jsem v příliš vyzývavé póze, v plavkách či prádle nebo zcela bez oblečení. Ani v soukromých zprávách



Když si nevím rady nebo vidím něco divného?

Internet je podivuhodné místo, plné zábavy i zlých věcí, přátel i zločinců. Každý se někdy setká s příspěvkem, který ho zmate.

Pokud mě na internetu osloví cizí člověk, někdo na mě bude zlý, setkám se s zvláštním příspěvkem nebo něčím, co se mi nelíbí, řeknu to rodičům nebo _____.

Rodiče mohou používat tyto aplikace rodičovské kontroly:

PODPISY



Jak se pohybovat na internetu bezpečně? PUG ví, jak na to a tebe to naučí taky.