



PACTO PARA O BO USO DAS MIÑAS REDES SOCIAIS



En _____, a _____ de _____ de _____.

INTERVIMOS:

(pais/nais) como **administradores do perfil** da rede social.

(fillo/a), como **usuario/a do perfil** da rede social



COMPROMETÉMONOS A UTILIZAR AS REDES SOCIAIS DE XEITO SEGURO E RESPONSABLE DE ACORDO COAS SEGUINTE CONDICIÓNS!



Crearemos xuntos un perfil para a rede social _____

1 | Estableceremos un **contrasinal seguro**, que só nós, pais e fillos, debemos coñecer. **Este contrasinal terá:**

- Letras minúsculas
- Maiúsculas
- Números
- Símbolos

2 | **Configuraremos as opcións de privacidade** que consideremos máis convenientes:

- Perfil privado ou modo restrinxido.
- Permitir comentarios de: Todos Só da listaxe de amigos Ninguén
- Permitir mensaxes privadas de: Todos Só da listaxe de amigos Ninguén
- Control do tempo.
- Outros axustes: _____

3 | Entendo que **os administradores** do meu perfil **son meus pais**, polo que poden supervisar a miña actividade, saber con quen me relaciono e ver que publico.

HORARIOS E ESPAZOS DE USO

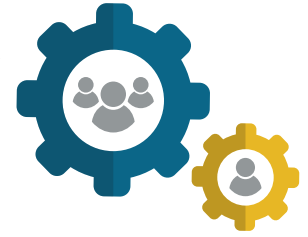
4 | O **tempo máximo** de utilización é de _____ minutos cada día semana e dentro deste horario _____, sempre despois de ter rematado as responsabilidades diarias, estudo e tarefas domésticas.

5 | Podo **utilizar** as redes sociais nos **seguintes espazos** _____ (recomendado evitar espazos privados coma o dormitorio, o baño ou a zona de estudo).

6 | Se se necesita **unha excepción**, falámolo xuntos e decidimos.



PRIVACIDADE, RESPECTO E RESPONSABILIDADE NAS REDES SOCIAIS.

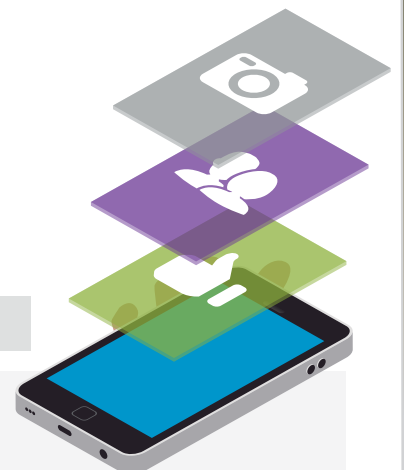


- 7 | **Elixiremos un nome** para o noso perfil, evitando que sexa o noso nome real
- 8 | Decidiremos xuntos que clase de **imaxe de perfil** podo mostrar.
- 9 | Sobre as publicacións, **comprométome a:**
 - Pensar antes de publicar** porque o que se comparte en Internet pasa a ser público, pódeolo ver calquera e unha vez publicado, **non se pode rectificar**.
 - Non compartir imaxes íntimas**, ou que mostren demasiada información sobre min ou a miña familia (por exemplo, a miña rúa, o meu centro educativo ou a miña rutina diaria).
 - Pedir permiso** ós demais **antes de compartir** unha imaxe na que aparezan.
 - Non utilizar** unha publicación, comentario ou mensaxe **para facer dano** a outra persoa, burlarme ou humillala.
- 10 | Na miña listaxe de amigos/as **só debo engadir a quen coñezo** en persoa e é da miña confianza, coma os meus amigos ou familiares, e sempre co permiso dos meus pais.
- 11 | **NUNCA dou datos pessoais:** nin nome, enderezo, lugares onde adoitamos estar (como o centro educativo ou as extraescolares), número de teléfono...
- 12 | **Se alguén me molesta** cunha publicación, un comentario ou unha mensaxe, **comentámolo en familia**.
- 13 | Dedicaremos un tempo a **coñecer as opcións de bloqueo e denuncia** para utilizalas sempre que consideremos que unha publicación ou un usuario é inapropiado ou perigoso.

REPARTIMOS BEN O NOSO TEMPO

- 14 | **Cando estea con outras persoas**, prestareilles atención e **mantereirei o meu móbil en silencio**, e fóra da miña vista para que non nos moleste.
- 15 | **As redes sociais non son o centro das miñas relacións sociais**, só é un espazo máis onde podo falar cos meus amigos/as ou entreterme no meu tempo libre.
- 16 | **Hai tempo para todo:** os estudos, as miñas afeccións e os meus tempos de ocio, xa que a clave está en concentrarme e aproveitar o tempo.
- 17 | **Se non cumpro** con algunha destas condicións, as consecuencias serán:

- 18 | **E se temos dúbidas ou problemas** podemos chamar á **Liña de Axuda en Ciberseguridade de INCIBE 017** ou visitar a súa páxina web: www.is4k.es/ayuda.



ASINADO: