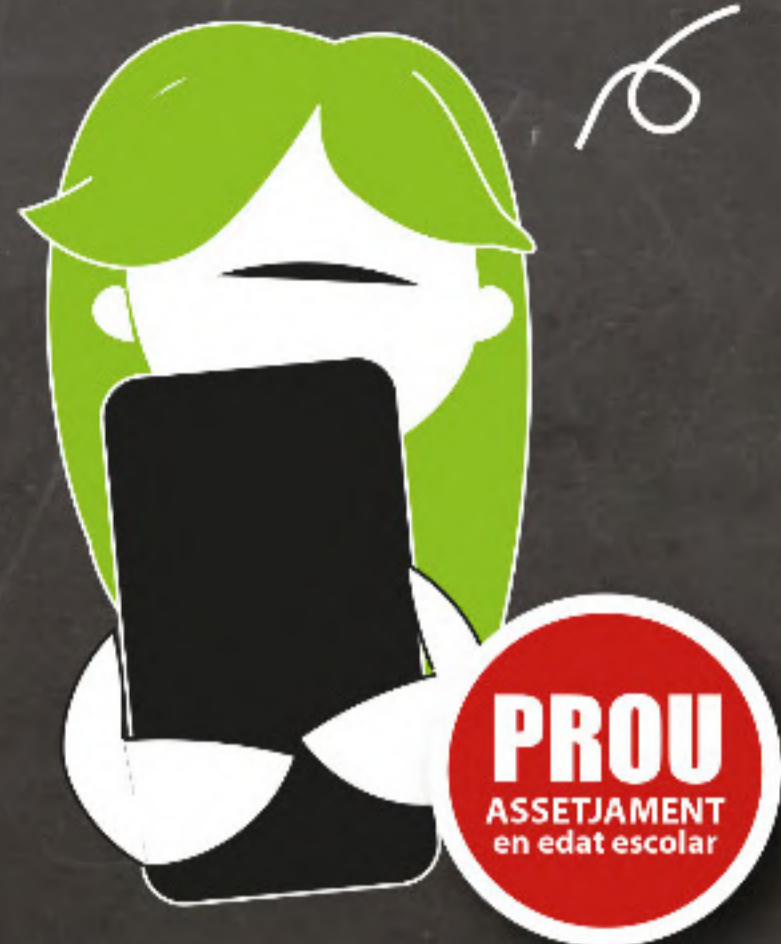


PLA
COMARCAL

CONTRA L'ASSETJAMENT EN EDAT ESCOLAR

Alt Urgell



COM PODEM PREVENIR EL CIBERASSETJAMENT O CIBERBULLYING?

FAMÍLIES

- ✓ Acompanyar en les tasques amb tecnologies.
- ✓ Seguir les recomanacions d'edat dels experts en infància i adolescència.
- ✓ Supervisar els espais on les utilitzen, o en els casos d'infants més petits, usar-les en espais comuns o conjuntament.
- ✓ Parlar, comunicar-nos, educar en les emocions, en la responsabilitat...



INTIMITAT I DADES

- ✓ Parlar de la protecció de les dades personals, de la intimitat i de la imatge.
- ✓ Parlar del perill d'enviar fotos o vídeos, o material sensible.
- ✓ No mantenir contactes anònims ni amb desconeguts, i alertar els adults si ens contacten o rebem aspectes negatius, no adients o que ens ataquen.



LÍMITS

- ✓ Regular l'ús de les tauletes o dispositius mòbils.
- ✓ Pactar dies i hores segons edat i necessitats, i posar els límits clars.
- ✓ Conèixer i supervisar les aplicacions que utilitzen, explorar-les conjuntament, valorar les indicacions PEGI i ESRB sobre indicacions i edat d'ús de videojocs i aplicacions.



COSES QUE NO PERMETREM

- ✓ Parlar de les coses que no podem acceptar dels altres, les males formes de relacionar-nos com: amenaces, insults, publicacions de mems, que difonguin rumors falsos...
- ✓ Parlar també de les coses que no podem fer nosaltres a la resta, i les conseqüències que ens pot portar.



BONS USOS

- ✓ Quan sigui l'eina escolar, deixar clares les normes d'ús i ja parlades amb els centres: serveix per fer la feina de l'escola i per comunicar-se amb els professors.
- ✓ Quan sigui per comunicar-se amb els amics i amigues, cal regular clarament el bon ús, el temps i l'acompanyament que farem.
- ✓ Trobar, en família, altres usos als dispositius mòbils.



SUPORT I ACOMPANYAMENT

- ✓ Mostrar-nos sempre presents per ajudar en aquests casos.
- ✓ Apel·lar a la confiança i al fet que, els adults, som les persones que podem ajudar-los a resoldre el tema.
- ✓ Promoure que us expliquin si saben de companys que puguin estar rebent ciberassetjament o altres formes de violència.
- ✓ Els podem ajudar. No siguis còmplice!

