

Per a què serveixen les xarxes socials?

Les xarxes socials ens ajuden a estar connectats amb els amics i les amigues, compartint fotos, parlant després de classe, mirant vídeos, escoltant música...

Quan pengem fotos i comentaris creem una identitat digital. Abans de publicar a les xarxes hauríem de reflexionar sobre com volem que ens vegin els altres.

La imatge que ofereixo a les xarxes, em representa?

Si no és així, per què mostrar-me d'aquesta manera?

2



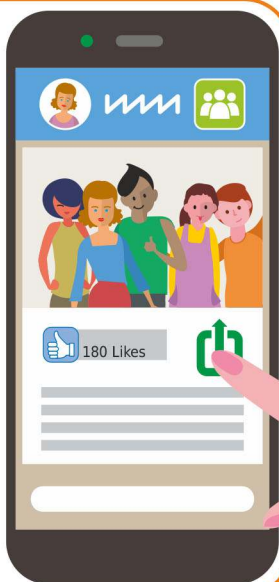
Nou Perfil: Lorena_5

Lorena_5: #myfriends FRIENDS 4EVER ❤️

Markos13: Per fi t'has obert el perfil. Com mola la foto! 😎

Raquii__bla: ¡Qué guap@s! 😍

#pantallesrespONsables



Ho pengem tot?

Ens agrada compartir el nostre dia a dia amb els altres i saber què fan els amics i les amigues. Publicar una fotografia implica prendre una decisió sobre el que volem compartir.

3



07:15

98 vegades vist



11:05

64 vegades vist



22:00

90 vegades vist



17:28

183 vegades vist

Abans de compartir una imatge, un vídeo o un comentari hauríem de preguntar-nos:

- Per què vull publicar aquest contingut?
- Passades unes hores... també el publicaria?
- Algú amb mala intenció en podria fer un mal ús?
- Manté fora de perill la meua intimitat? I la d'altres persones?
- És real el que publicaré?
- El contingut és adequat i respectuós?

Ara ja podem publicar, si encara volem fer-ho...

#pantallesrespONSables

Deixar una petjada... digital?

Quan juguem, quan comprem alguna cosa, quan compartim o algú comparteix imatges nostres o comentaris, en subscriure'ns a un portal, etc., estem deixant el nostre rastre a internet.

Algunes de les nostres dades poden trobar-se amb només posar el nostre nom en un cercador.

4

Buscador personal

Marc Per

Resultats de la cerca:



Estudis: Institut Mistral.



Amigos: Raquel, Ainhoa, Carles...



Germans: dos més petits, Pau i Victor.



Esports: Joga al waterpolo amb l'equip...



Oci: Li agrada anar al Dream's Bar.

#pantallesrespONsables

Per a evitar deixar petjada:

- ✓ Revisa que la teva configuració sigui segura.
- ✓ Sigues respectuós o respectuosa amb el que publiques.
- ✓ Assegura't de tenir el consentiment de les persones implicades.

Recorda que la petjada que es deixa a internet és pràcticament inesborrable.



Veritat o mentida?



5

No tot el que es publica a internet és cert. Abans de compartir informació, també és responsabilitat nostra assegurar-nos que sigui certa.



00:00 / 6:34



Per a no ser víctima de mentides (*fake news*):

- ✓ No et cregui tot el que surt a internet.
- ✓ Adopta una actitud crítica: investiga si és cert o no.
- ✓ Contrasta la informació, assegura't que la font sigui fiable.
- ✓ Consulta pàgines que ajuden a desmentir informacions falses.

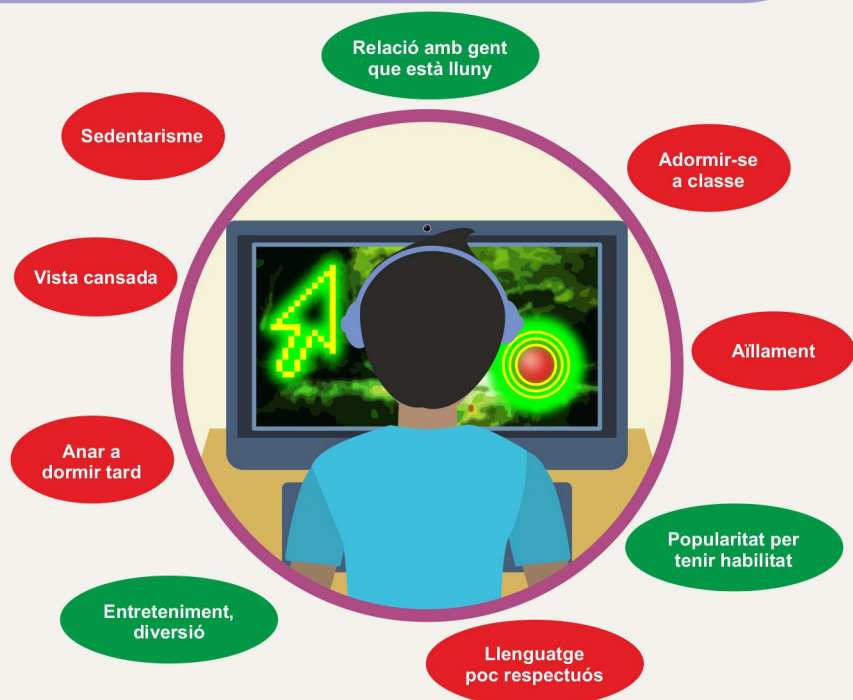
#pantallesrespONSables



Què té de dolent jugar?

Ocupar l'oci en coses que ens agradin és important, i els videojocs poden ser un bon recurs per a passar-s'ho bé i divertir-se, si es combina el seu ús amb altres activitats: esportives, culturals, formatives...

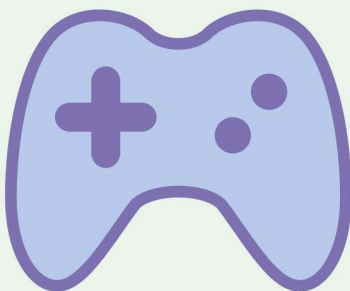
6



Però, com saber si algú s'està passant?

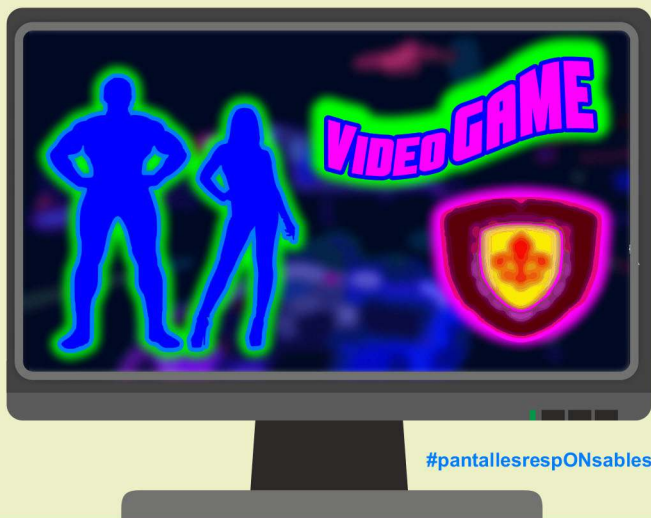
Jugar moltes hores al dia, anar-se'n a dormir tard, tenir son a classe, deixar de costat els amics o altres activitats per jugar... són senyals d'estar-ne fent un mal ús.

#pantallesrespONSables



Igualtat de gènere També a internet!

7

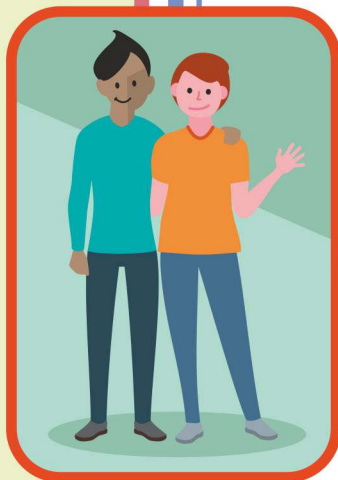


Aproximadament la meitat de la població mundial són dones. Llavors, per què hi ha tan poques noies protagonistes als videojocs més populars?

A la major part dels videojocs els nois són valents, forts, segurs d'ells mateixos; i les noies, guapes i seductores.

Ens sembla bé?

Com ens agradaria que fos?



Ciberassetjament:



#pantallesrespONsables



Ciberassetjament:

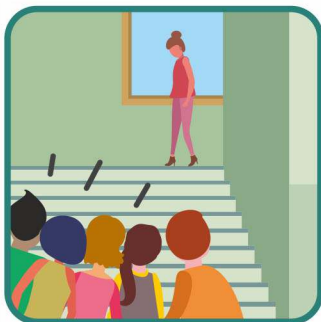
Tot allò que es faci a través de dispositius electrònics de comunicació amb la finalitat de danyar o agredir una persona o un grup.

Enviar imatges, missatges o comentaris ofensius cap a una persona de manera reiterada a través de les xarxes socials és ciberassetjament. Això pot ser molt feridor per a la persona afectada i fer-la sentir molt sola i trista. Llavors, per què hi ha gent que ho fa?



Està a les nostres mans

HEU VIST LA FOTO, OÍ?



US SEMBLA BÉ EL QUE FEU?
COM US SENTIRÍEU VOSALTRES?



9

Què fer en aquestes situacions?

Evitar donar-li m'agrada, no compartir aquestes imatges i comentaris, mostrar el nostre desacord i rebuig als agressors, donar suport a les víctimes, són coses que podem fer per contribuir a parar el ciberassetjament.

Pren partit! No fingeixis que no ho has vist o que no passa res.

#pantallesrespONsables

Com fer un bon ús de les pantalles?

Les TIC (hi ha qui en diu "pantalles") poden aportar bones experiències o poden generar problemes, segons en fem un bon o un mal ús d'elles. Fer-ne un bon ús implica:

- ✓ Actuar de manera responsable i crítica amb els **continguts** que publiquem i accedim a través de les pantalles. 📱
- ✓ Tractar amb **respecte** a les persones amb les quals ens relacionem a les xarxes socials; de la mateixa manera que ens agrada que ens tractin a nosaltres. 🙏
- ✓ Compartir només informació, imatges i vídeos de persones que tinguem el seu **consentiment**. Fer-ho sense tenir-lo és delictes. 🤝
- ✓ Usar un **llenguatge** respectuós, també quan ens comuniquem *online*. 👤 € 😊
- ✓ **Planificar** en quins moments és adequat usar-les, evitant que interfereixin en els nostres estudis, les nostres relacions o les nostres aficions *offline*. 🏀 📚
- ✓ Evitar que el seu ús ens resti hores de **dormir** i de descans. 🛌 😴
- ✓ **Alternar** els temps de connexió amb temps de no connexió. ⌚
- ✓ Establir nivells de **seguretat** en la nostra navegació i els nostres comptes, evitant facilitar dades personals, familiars o bancàries a persones que puguin fer-ne un ús perjudicial. ⚠️ 👁️ 🚫
- ✓ Actuar de manera **responsable** davant situacions d'abús, assetjament o burla, demanar **ajuda** i **informar** dels fets al nostre entorn. 🙅 📞

Gaudeix del seu bon ús!

10