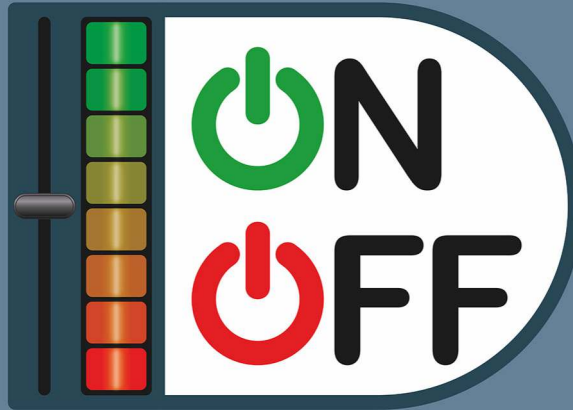
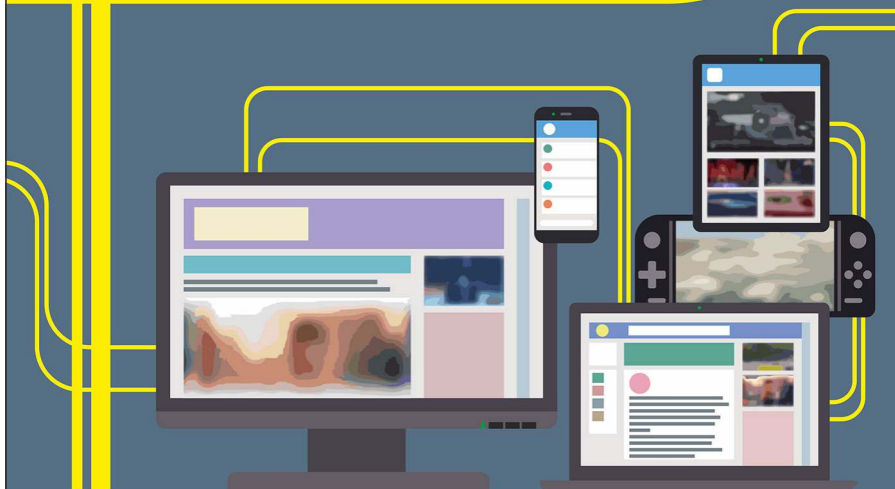


1

#pantallasrespONSables



Una invitación a la reflexión sobre las pantallas y sus aspectos positivos y negativos



Un programa de:



Financiado por:



Con la participación de:



¿Para qué sirven las redes sociales?

Las aplicaciones nos ayudan a estar conectados con los amigos y amigas, compartir fotos, hablar después de clase, mirar videos, escuchar música...

Cuando colgamos fotos, videos o comentarios creamos una identidad digital. Antes de publicar en las redes deberíamos reflexionar sobre cómo somos y como nos verán los demás.

¿La imagen que ofrezco en las redes, me representa?

Si no es así ¿por qué mostrarme de ese modo?

2



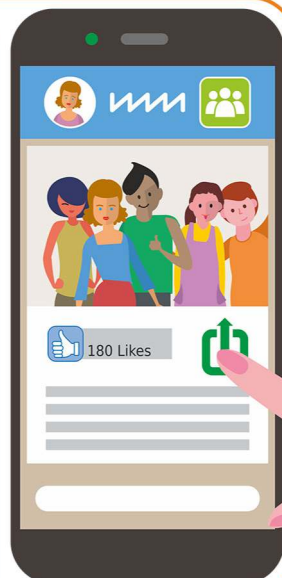
Nuevo Perfil: **Lorena_5**

Lorena_5: #myfriends FRIENDS 4EVER ❤️

Markos13: Por fin te has abierto el perfil ¡Cómo mola la foto! 😎

Raquii__bla: ¡Qué guap@! 😍

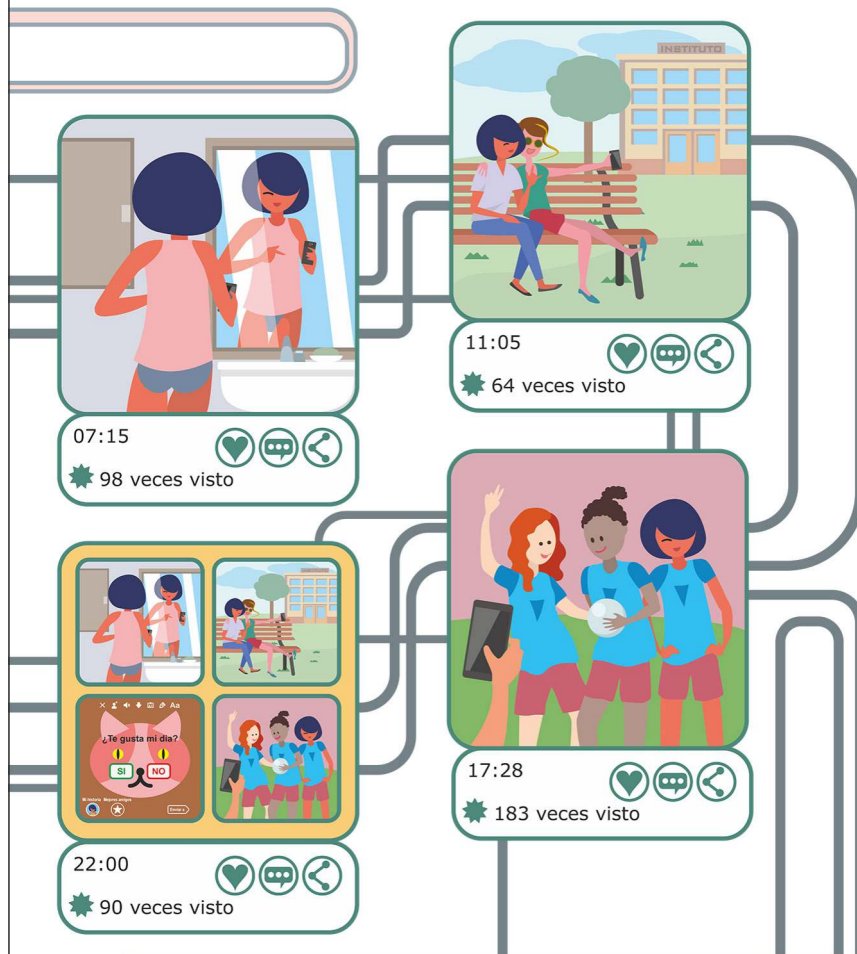
#pantallasrespONSables



¿Lo colgamos todo?

Nos gusta compartir nuestro día a día con nuestra gente y saber qué hacen. Colgar una fotografía implica una decisión sobre lo que queremos compartir.

3



Antes de compartir una imagen, un vídeo o un comentario deberíamos preguntarnos:

- ¿Por qué quiero subir este contenido?
- En caliente es fácil arrepentirse después. Si estás enfadada o alterado, tranquilízate antes.
- ¿Alguien con malas intenciones podría utilizarlo?
- ¿Mantiene protegida mi intimidad? ¿Y la de las otras personas?
- ¿Es real lo que voy a publicar?
- ¿El contenido es respetuoso?

Ahora ya podemos decidir si publicar o no, y de qué manera.

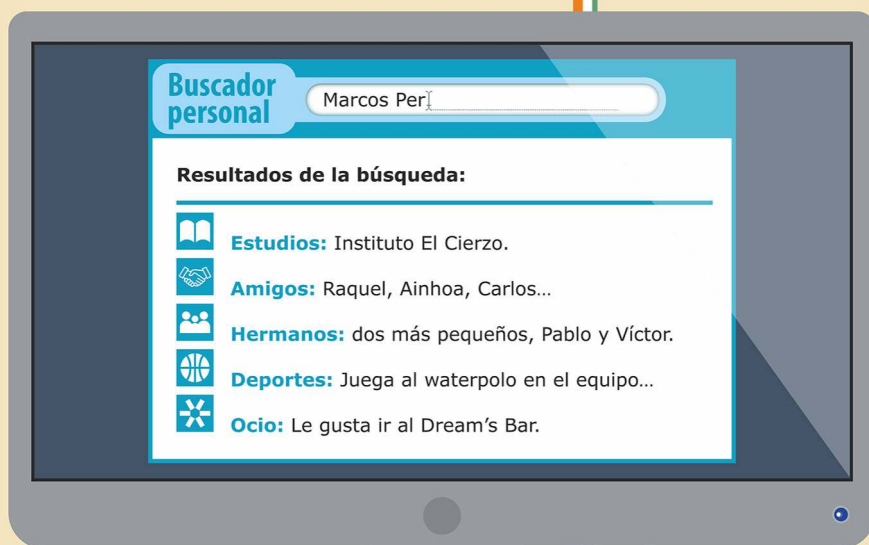
#pantallasrespONSables

¿Dejar una huella... digital?

Cuando jugamos, cuando compramos algo, cuando compartimos o alguien comparte imágenes nuestras o comentarios, al suscribirnos a un portal, etc., podemos estar dejando nuestro rastro en internet.

¡Depende de como tengamos configurada la privacidad, algunos datos nuestros pueden encontrarse solo poniendo nuestro nombre en un buscador!

4

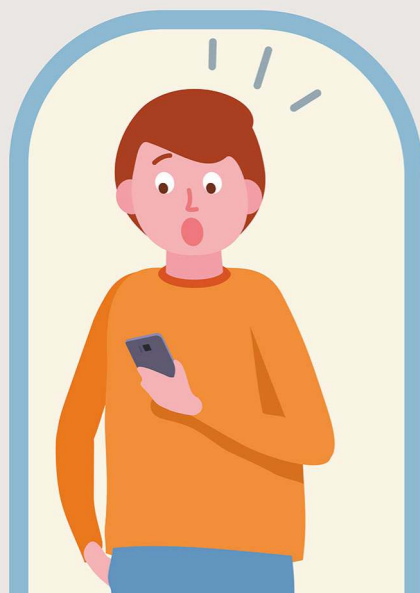


#pantallasrespONSables

Para evitar dejar huella:

- ✓ Revisa que tu configuración sea segura.
- ✓ Si cuelgas información de otras personas, asegúrate de tener su consentimiento, y hazlo con respeto.

Recuerda que la huella que se deja en internet es prácticamente imborrable.

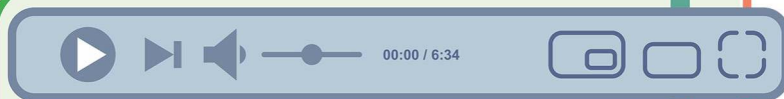


¿Verdad o mentira?



Una gran parte de lo que se publica en internet o no es cierto, o es información sesgada.

Antes de compartir información, tenemos que asegurarnos de que sea cierta.



Para que no nos cuelen mentiras (fake news):

- ✓ No te creas todo lo que sale en internet.
- ✓ Adopta una actitud crítica: investiga si es cierto o no.
- ✓ Contrasta la información, asegúrate de que la fuente sea fiable.
- ✓ Consulta páginas que ayudan a desmentir informaciones falsas.



#pantallasrespONSables

¿Jugamos?

Ocupar el tiempo libre en cosas que nos gusten es importante, y los videojuegos pueden ser un buen recurso para pasarlo bien y divertirse.

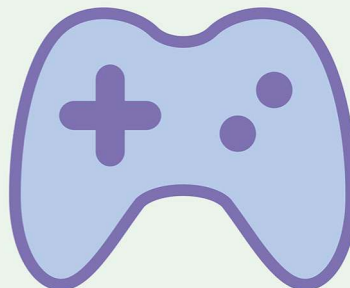
6



¿Pero, cómo saber si alguien se está pasando?

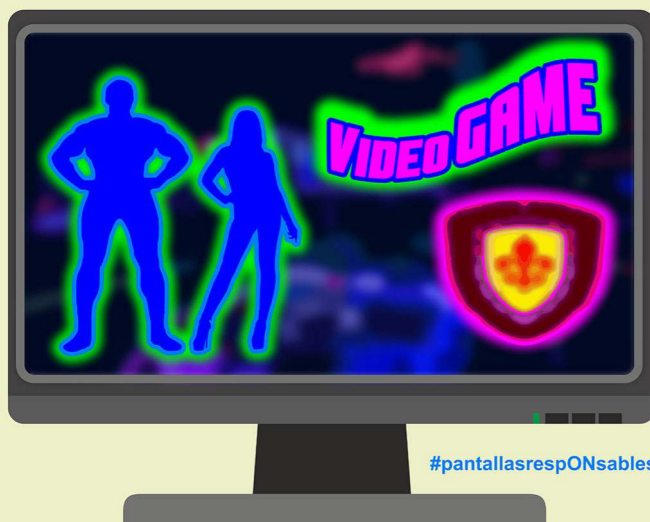
Jugar muchas horas en el día, bajar el rendimiento en los estudios, relacionarse menos cara a cara, pasarse el día pensando en jugar... son señales de estar haciendo un uso problemático.

#pantallasrespONSables



¡Igualdad de género también en internet!

7



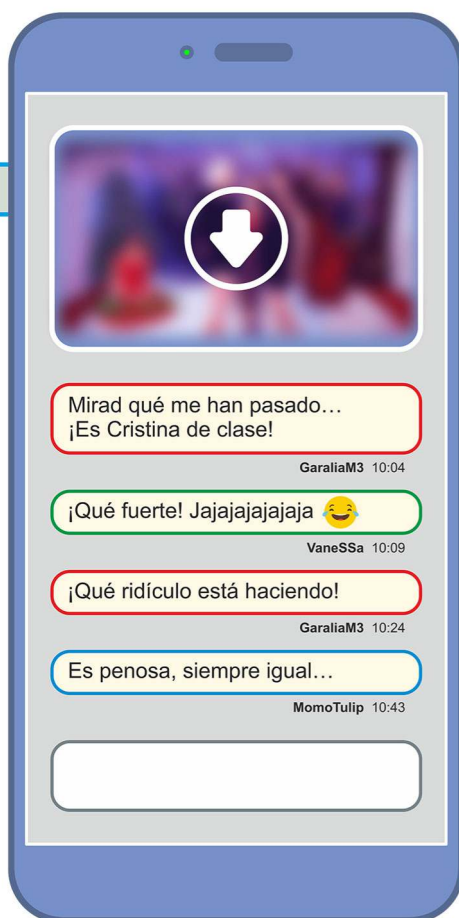
Si más de la mitad de la población son mujeres, ¿por qué hay tan pocas chicas protagonistas en los juegos?

En la mayor parte de los juegos los chicos son valientes, fuertes y seguros de si mismos. Por otro lado, ellas son guapas y seductoras.

¿Nos parece bien?
¿Cómo nos gustaría que fuera?



Ciberacoso



#pantallasrespONSables



Ciberacoso es todo aquello que se haga a través de dispositivos electrónicos con el fin de dañar o agredir a una persona o a un colectivo.

Enviar imágenes, videos, mensajes o comentarios ofensivos a través de e-redes sociales puede hacer mucho daño. Las personas afectadas se pueden sentir muy solas y tristes.

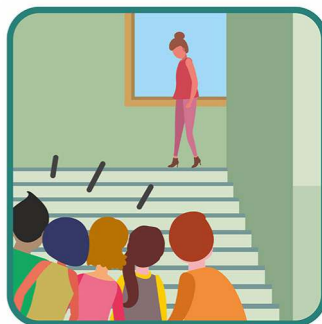
¿Quién lo hace no es consciente, o justamente es lo que quiere?

¿Qué problema tiene quien necesita hacer daño?



Está en nuestras manos

¿HABÉIS VISTO LA FOTO, VERDAD?



¿OS PARECE BIEN LO QUE ESTÁIS HACIENDO?
SI FUERAIS VOSOTROS, ¿QUÉ?



9

¿Qué hacer cuando una persona está siendo acosada?










Podemos hacer muchas cosas para detener el ciberacoso: evita darle "me gusta", no compartas las imágenes y comentarios, expresa tu desacuerdo a quien participa en la agresión o no hace nada, y apoya a la víctima.

¡Toma partido! No finjas que no lo has visto o que no pasa nada.

#pantallasrespONsables

¿Cómo usar bien las pantallas?

Aportan buenas experiencias y también generan problemas (a nosotros o a otras personas); todo depende del uso que se hace:

- ✓ Subir **imágenes, videos y contenidos** de manera responsable. Tomar una postura crítica con la información que encontramos a app e internet. 
- ✓ Tratar con **respeto** a las otras personas en las e-redes sociales (actuar con ellas como queremos que actúen con nosotros). 
- ✓ Compartir información, imágenes y videos solo si tenemos el **consentimiento** para hacerlo. Publicar sin él puede ser un delito. 
- ✓ Usar un **lenguaje** respetuoso, también cuando nos comunicamos *online*. 
- ✓ **Planificar** en qué momentos es adecuado usarlas, evitando que interfieran en nuestras responsabilidades académicas, nuestras relaciones o nuestras aficiones *offline*. 
- ✓ Evitar que su uso nos quite horas de **sueño** y de descanso. 
- ✓ **Alternar** los tiempos de conexión con tiempos de no conexión. 
- ✓ Establecer niveles altos de **seguridad** y prudencia en apps e internet cuando la información es sensible y se puede hacer un mal uso (movimiento de dinero, datos personales...). 
- ✓ Actuar de manera responsable ante situaciones de abuso, acoso o burla y, si hace falta, **pedir ayuda** e **informar** de los hechos. 

¡Disfruta de su buen uso!

10

#pantallasrespONSables