



CONSELLS DE SEGURETAT INTERNET SEGURA

Consells per navegar de forma segura a les xarxes socials:

- Desconfiar de persones que no es conequin.
- Mantenir en secret la informació personal en completar el perfil o xat en línia.
- No descarregar arxius adjunts enviats per persones desconegudes; poden infectar l'equip i prendre'n el control.
- Sempre es pot sortir del xat per evitar situacions no desitjades.
- Bloquejar les persones amb qui no es vulguis xatejar.
- No utilitzar el nom real; és millor utilitzar un alies.
- Guardar una còpia de la conversa en el xat; pot ser útil si cal denunciar alguna situació.
- Cal ser educat en els xats. Unes paraules no mesurades poden enfilat a situacions no desitjades. Alerta amb les bromes i els comentaris despectius/irònics.
- Actuar si es creu que els amics es troben en perill.
- Utilitzar els canals de denúncia disponibles quan algú viola les regles del proveïdor de xat.
- Anar en compte de quedar amb persones que només es coneixen en línia. En cas d'una trobada demanar a un familiar o amic que us acompanyi, quedar en un lloc públic i portar sempre un telèfon mòbil connectat.

Informe als vostres fills de:

- **Persones excessivament amables.** Casualment tenen els mateixos gustos per la música, les pel·lícules, actors... Els assetjadors són amables al principi i canvien sobtadament a desagradables.
- **Aturar en sec la comunicació** quan es sospiti que hi ha contradiccions i inconsistències amb les històries d'un nou amic (de sobte resulta ser més gran del que deia al principi).
- **Si sospiten alguna cosa estranya**, que segueixin la seva intuïció i ho comentin a algú de confiança.
- Es diu que els adolescents que parlen de sexe amb estranys a la xarxa tenen més probabilitats d'entrar en contacte amb els assetjadors sexuals. **Quan per qualsevol excusa surti el contingut sexual haurien d'avisar-ho a algun adult de confiança i aturar en sec la conversa.**
- **Compteu amb adults de confiança** (pare, mare o educadors) si us sentiu amenaçats per algú que us contacta per la xarxa. Els mossos sempre us ajudaran i els interessa saber el lloc web en qüestió on això passa per evitar altres casos.

A Internet no tothom és amic

Com protegir la informació que tenim al mòbil:

Als nostres *smartphones*, la quantitat d'informació i el nivell de confidencialitat s'equipara cada vegada més a la d'un ordinador. Així doncs, cal aplicar principis de seguretat i mesures per protegir-los: antivirus, connexions segures, aplicacions oficials...

- Explorar les possibilitats de configuració dels dispositius i desactivar les funcions que no es necessitin.
- Tenir actualitzada la última versió disponible del sistema i les aplicacions. Activar notificacions automàtiques d'aparició de noves versions per aplicar-les immediatament.



- Conèixer els permisos de les aplicacions o navegacions per evitar que:
 1. es pugui accedir de forma remota a la vostra informació.
 2. es pugui usar sense ser-ne conscients.
 3. es facturin serveis aparentment no sol·licitats.
- Desconfiar de trucades desconegudes, SMS/MMS que es desconeix d'on provenen i què volen.
- Evitar aparellaments a través de *bluetooth* amb dispositius desconeguts.
- En connexions a llocs sensibles (per exemple bancs en línia) assegurar que es disposa de connexió 3G ja que els formularis demanen fer-ho de forma segura, fins i tot amb l'ús de certificats.
- Evitar la connexió amb xarxes wi-fi desconegudes o controlades per tercers desconeguts.
- No activar l'opció de connexió wi-fi automàtica.
- Activar l'opció de bloqueig automàtic perquè després d'un cert temps d'inactivitat s'hagi de desbloquejar de nou usant una clau, el propi pin, etc.
- La connexió permanent a Internet permet un accés continuat a les xarxes socials. Valorar l'efecte positiu i negatiu d'aquest nou hàbit que pot arribar a ser addicte.

Com protegir la privacitat a Facebook:

Comprovació inicials: *Configuració de privacitat / Privadesa / Eines i configuració de privacitat.*

Com veuen el meu perfil els altres usuaris? Qui pot trobar-me al Facebook o contactar amb mi? Com controlem la difusió del que publiquem? Comproveu-ho!

Etiquetat o "tagging": *Configuració de privacitat / Cronologia i etiquetatge*

Ajuda els teus fills a que prenguin control i configurin aquesta opció.

Hem de decidir a qui permetem veure el nostre perfil: *Configuració de privacitat / Bloquejos*

Els vostres fills hauran de decidir a qui permeten veure el seu perfil. Animeu-los a que només acceptin com amics a persones que coneixen.

Poden posar a la llista de restringits les amistats dubtoses on només podran veure la informació i les publicacions que es facin públiques.

Si es troben amb un contacte que no desitgen poden deixar de tenir-lo com amic i, a més, podran bloquejar l'accés d'aquesta persona al seu compte.

Configurar l'ús de les nostres dades en anuncis: *Configuració de privacitat / Anuncis*

Les fotos i el nom d'usuari del perfil dels vostres fills es poden utilitzar per fer anuncis dels serveis que han dit que els agraden. Animeu-los a configurar que **ningú** pugui veure aquestes dades en l'apartat d'anuncis.

Control d'ús de targeta de crèdit per pagaments: *Configuració de privacitat / Aplicacions*

És important rebre avisos si s'accedeix a determinades aplicacions, per si algú les aprofita per prendre'ns dades del compte. Si ens canssem del joc/aplicació és important eliminar-lo.

Cal dedicar una mica de temps en assegurar tenir activats els ajustaments de seguretat: *Configuració del compte /Seguretat*

Navegació segura (https), avisos per SMS o correu electrònic a l'iniciar sessions, la recollida de dispositius reconeguts per entrar al compte (ordinador de casa, portàtil, mòbil, altres dispositius...), la recollida de les sessions actives (ubicacions –casa, wi-fi oberts, escola...- i tipus de dispositiu).



QÜESTIONARI D'AUTOAVALUACIÓ PER A MARES I PARES

Objectiu

Que les mares i pares reflexionin sobre el seu paper amb els seus fills davant Internet, adoptin una postura dialogant i es preocupin de l'ús adequat que en fan.

Qüestionari: Marqueu les afirmacions que conegueu.

01. Crec que Internet és molt útil per estudiar, entretenir-se i comunicar-se.
02. Sé el nom d'usuari del meu fill/a.
03. Sé les contrasenyes principals del meu fill/a o on trobar-les.
04. Sé des de quins llocs es connecta el meu fill/a a Internet.
05. Sé quanta estona passa el meu fill/a connectat.
06. Sé amb qui parla a les xarxa socials, per correu electrònic i telèfon mòbil.
07. Sé quines pàgines webs educatives visita el meu fill/a.
08. Sé quines pàgines webs recreatives visita el meu fill/a.
09. El meu fill/a m'ha agregat com a contacte a les xarxes socials.
10. Conec quins problemes o conflictes ha tingut amb altres usuaris.
11. He mantingut converses amb el meu fill/a sobre el ciberassetjament.
12. Parlo amb el meu fill/a perquè no doni dades personals per Internet.
13. Quan el meu fill/a navega per Internet en faig la supervisió.
14. Requereixo al meu fill/a que em consulti abans de fer compres per Internet.
15. Sé que Internet té alguns perills i per això converso amb ell/a sovint.
16. Adverteixo al meu fill/a sobre webs amb continguts il·legals i/o nocius
17. Parlo al meu fill/a sobre els impostors i els assetjadors d'Internet.
18. Utilitzem en tots els dispositius un sistema de control parental, tallafocs i antivirus.
19. Regulo l'ús d'Internet (regles i horaris).
20. Dono exemple al meu fill/a sobre com fer un ús responsable d'Internet.



Resultats:

✔ **Si coneixeu més de 15 respostes: Enhorabona!**

En sabeu d'Internet i dels perills per els menors. Us agrada conversar amb ells i us preocupa l'adequat ús que fan d'aquesta eina.

✔ **Si coneixeu de 10 a 15 respostes: Compte, us esteu dormint sobre els llorers.**

Esteu oblidant que els menors necessiten la vostra orientació per utilitzar Internet adequadament.

✘ **Si coneixeu menys de 10 respostes: S'ha exclòs d'Internet.**

No obstant això, heu de saber que és important pels joves i adolescents de la nostra època, i que requereixen la vostra orientació per utilitzar-lo de forma adequada.

**Parleu amb el vostre fill i descobriu les
respostes que no sabíeu**