

Por un buen uso de internet:

NAVEGA CON CABEZA

Privacidad/Pribazitatea

Internet ongi erabiltzeko:

BURUZ NABIGATU

**Información
Informazioa**

Riesgos/Arriskuak

www.onlinegazteak.net
onlinezurekin@gmail.com
945140468



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



Ayuntamiento
de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala



OnlineZurekin
Asesoramiento en Ludopatía
y Nuevas Tecnologías

Respeto/Errespetua

EL RESPETO HACIA UNO/A

MISMO/A

Logra una **IDENTIDAD DIGITAL POSITIVA**. Ello dependerá, en buena parte de los contenidos (fotos, comentarios,...) que uno/a vaya subiendo a la red. También será importante comentar a los amigos y amigas lo que se les permite y no se les permite en relación a los contenidos propios.

PIENSA ANTES DE SUBIR FOTOS, CONTENIDOS A LA RED. Y ten claro que es importante porque una vez en la red va a ser muy difícil hacer desaparecer ese contenido.

NO DIFUNDAS INFORMACIÓN ÍNTIMA NI CEDAS A LA SOLICITUD DE LA MISMA. Si vives una situación de presión, chantaje, no lo dejes pasar y háblalo con una persona adulta.

NO TOLERES QUE UNA PERSONA (AMIGO/A, PAREJA) TE CONTROLE EN LA RED Y/O A TRAVÉS DE LA RED: a quién aceptas, qué imágenes subes, si estás conectado/a o no, si le tienes que responder en cuanto se ponga en contacto contigo,...



RESPETO

Utiliza el **SENTIDO COMÚN:** No hagas en la red aquello que no harías en la vida real.

EL RESPETO HACIA LAS DEMÁS

PERSONAS

CIBERACOSO. Si ves, si conoces que le están haciendo daño a una persona a través de la red, no formes parte de ello. No lo toleres. No te quedes en silencio y actúa pidiendo ayuda.

SEXTING. Si ves, recibes imágenes íntimas de una persona, no las difundas, no las comentes. Si conoces a la persona que aparece en las mismas, acércate y dile lo que está ocurriendo. Las imágenes pueden ser utilizadas para la extorsión y el chantaje. Y hay que tener claro que: Del sexting al acoso y al ciberacoso hay un paso muy pequeño.

NO utilices la red para **difundir información privada de una persona sin su consentimiento.**

www.onlinegazteak.net
onlinezurekin@gmail.com
945140468

PRIVACIDAD DIGITAL



IDENTIDAD DIGITAL

Todos los datos, contenidos, imágenes, pensamientos, opiniones, aficiones,... que publicas y se publican en internet. sobre ti. Van conformando una imagen sobre un@ mism@.

HUELLA DIGITAL

El rastro que tu actividad va dejando en la red: búsquedas, páginas visitadas, publicaciones, consultas, perfiles abiertos en aplicaciones, redes sociales,...

REPUTACIÓN DIGITAL

La información que figura sobre ti en la red va a ir configurando una imagen que puede ser positiva o negativa para las otras personas. También hay que tener en cuenta lo que se dice sobre ti en la red.

RIESGOS PARA LA PRIVACIDAD

- **Dar exceso** de información.
- **Publicar** imágenes, contenidos, **sin pensar**.
- Hacer un **mal uso de la información privada** de otra persona.
- **Suplantación de identidad**: que una persona se haga pasar por otra.

QUÉ PROTEGER

- **Datos personales**: nombres y apellidos, domicilio, email, teléfono, fotografías, aficiones, perfil en redes sociales, historial de búsquedas,... Informan sobre quiénes somos, la familia, localización, qué hacemos, pensamos, nuestros amig@s,...
- **Cuidado con el exceso de información**. Mal uso de la misma.
- **Redes sociales, aplicaciones utilizadas**: PRIVACIDAD.
- **Imágenes** propias y de otras personas.

RECOMENDACIONES

- **Configurar la privacidad** de los dispositivos, servicios que utilizamos en al red.
- **Cuidar la información propia** que se difunde.
- **Pensar antes de publicar** una imagen, datos,...
- **No aceptar solicitudes** de amistad **de personas desconocidas**.
- **No compartir información de otra persona sin permiso**.
- **Tener pensamiento crítico** ante lo que se ve y se lee en internet.
- **Desactivar la geolocalización**.
- **Cuidar el comportamiento digital**. La imagen es importante y se debe cuidar igual que en la vida offline.

POR UNA BUENA INFORMACIÓN A TRAVÉS DE LA RED

!CUIDADO!



Te puedes encontrar, te pueden pasar, **contenidos y/o noticias que son falsos (FAKE).**

Acceso a **contenidos no adecuados:** pornografía, violencia,... Ver contenidos que te provocan malestar.

¿Tienes claro de dónde estás recogiendo información?
¿QUIÉN TE ESTÁ INFORMANDO?

La **sobrecarga informativa** puede **dificultar** la toma de decisiones

¡BIEN HECHO!



- Confía sólo en **fuentes fiables.**
- **Contrasta** la información.
- Antes de navegar, piensa **qué información buscas y en dónde te vas a conectar.**
- **Márcate un tiempo y un objetivo** para evitar la sobrecarga de información.

Si se sospecha de que la información, el contenido es falso,
NO DIFUNDIRLO

Ante el acceso a un contenido inadecuado:
**BLOQUEAR
DENUNCIAR**

Si hay algún contenido que no te gusta, te provoca malestar, no tengas miedo a decirlo.
Intenta no dejarte llevar por la PRESIÓN SOCIAL.

Ante dudas y dificultades:
**APOYATE EN TU FAMILIA
Y/O EN OTRAS PERSONAS
ADULTAS**

RIESGOS EN LA RED

SEXTING

Realizar fotografías o vídeos de uno/a mismo/a con alto contenido sexual y remitirlo por medios telemáticos (móvil, ordenador,...) a otra persona, con el riesgo de que esa persona pueda compartir esas imágenes/vídeos.

Pensar antes de hacerse una imagen con contenido sexual y pasársela a otra persona.

RECIBIR AMENAZAS PARA DAR INFORMACIÓN PRIVADA

Si se reciben amenazas, hablarlo con una persona adulta. No dejarlo pasar.

SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD

Una persona se hace pasar por otra con el fin de hacer daño. Puede utilizar sus datos personales para abrir perfiles, puede "robar" o hackear cuentas,...

- para causar algún perjuicio. •

Si se conoce que se ha suplantado la identidad a una persona o a uno/a mismo/a, decirlo. La suplantación de identidad es un delito.

GROOMING

Una persona adulta crea un perfil falso con el objetivo de entrar en contacto con personas niños/as, adolescentes, ganar su confianza y hacerles daño sexualmente.

Tener claro a quien aceptar en las redes, con quien contactar y hablar en las redes y a quien mostrar la información privada.

CIBERBULLYING

Acoso entre iguales. Se utilizan medios telemáticos para hacer daño pudiendo difundirse: fotos trucadas, bulos, insultos, vídeos ofensivos,...

Cuando una persona recibe contenido ofensivo o ese contenido es difundido, es importante no callar. Es fundamental pararlo. Puedes acudir donde una persona adulta y contarle lo que está ocurriendo.

COMUNIDADES PELIGROSAS EN LA RED

En ellas se puede encontrar contenido no adecuado para personas menores, adolescentes y que pueden incitar a conductas dañinas: Anorexia/bulimia, suicidio, autolesiones, odio racial, homofobia, consumo de sustancias,...

No hay que dejarse llevar por la presión social, porque lo hacen personas que se conocen, y entrar en estas páginas. Informar a una persona adulta si se tiene conocimiento de ellas.

ABUSO/ADICCIÓN

El uso de las tecnologías, el acceso a redes sociales y aplicaciones, empieza a ocupar un tiempo excesivo dejando de lado las actividades cotidianas, las de tiempo libre, los estudios, las relaciones sociales,...

Organizar el tiempo para realizar las actividades diarias y después poder dedicar un tiempo, no superior a 2 horas seguidas, a internet y las redes sociales.