

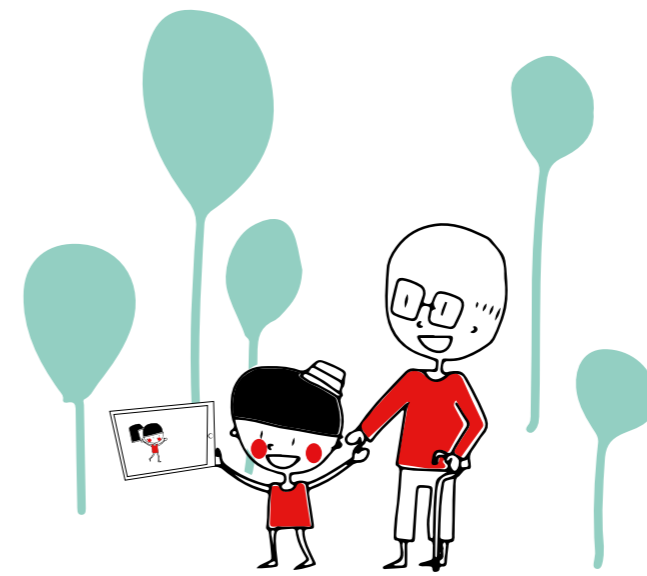
Recomendaciones para centros educativos

- » Que se trate el *ciberacoso*, que nos pregunten y no la típica respuesta de “ni caso.” Que nos apoyen a denunciar los casos que conozcamos.
- » Modernizar los centros, que los profesores aprendan a usar las TIC y aprovechen que nosotros las usamos para que nos pidan hacer algún trabajo.
- » Comunicarse con los padres para el buen uso de las TIC.
- » Educar desde pequeños a tener una mirada crítica, no creerse todo lo que vean o se les cuente.
- » Usar más los libros, balones, combas para saltar, bicicletas, patines...
- » Mejorar la integración social de todos los alumnos desde su centro educativo.
- » Hacer talleres informativos y para fomentar la autoestima y que gente que haya vivido ciberacoso, venga a contarnos su experiencia personal.
- » Hacer una asignatura que no sea informática, sino que trate sobre el buen uso de la tecnología de forma responsable.
- » Tener una persona de apoyo en los centros educativos para situaciones de ciberacoso.

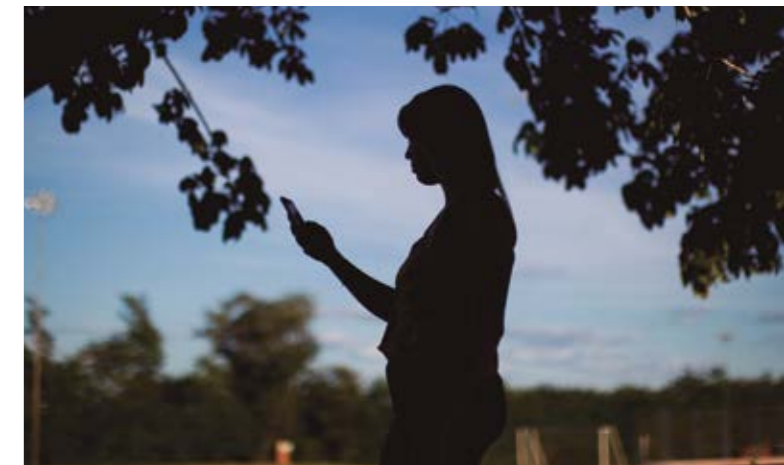


Recomendaciones para ámbito político:

- » Que hagan llegar más información real de los riesgos y que se hagan campañas para que las redes sociales tengan buenos usos.
- » Más control en la red y que se pongan límites de edad al uso de las tecnologías.
- » Usar más el papel y menos el ordenador, tantas cosas informatizadas dan mal rollo, porque las pueden hackear.
- » Páginas y lugares de búsqueda seguros donde se prohíba y se controle el *ciberacoso*.
- » Que se trabaje a favor de nuestra seguridad.
- » Invertir más dinero en educación para que haya más profesores y así menos niños y niñas en cada clase, y poder tener una atención más personalizada.
- » Que se organicen más charlas en colegios, para concienciar a los niños de lo que es seguro y lo que no.
- » Los gobernantes tendrían que regular la publicidad destinada a los niños y niñas.



Recomendaciones de niños,
niñas y adolescentes para
hacer un buen uso de las TIC





El programa Ciudades Amigas de la Infancia de UNICEF Comité Español, en colaboración con la Asociación Los Glayus, ha impulsado un proceso con 34 consejos municipales de participación infantil y adolescente, con el objetivo de conocer las recomendaciones de niños y niñas sobre el mundo digital y el uso adecuado de las TIC (Tecnologías de Información y Comunicación).

Muchas gracias a los consejos de participación infantil y adolescente de:

Avilés, Cabranes, Candamo, Castrillón, Coaña, Illas, Langreo, Llanera, Mieres, Nava, Navia, Parres, Vegadeo Villaviciosa del Principado de Asturias.

Figueres, Girona, Igualada, Lleida, Mollerussa, Palafrugell, Rubí, Tarragona, Tiana, Vilassar de Dalt, Sant Cugat del Vallès de Cataluña.

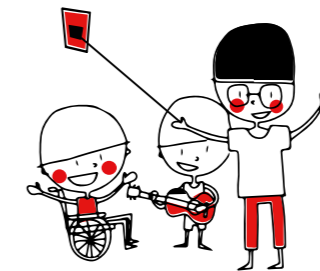
Alovera, El Casar, Guadalajara, Sigüenza, Villanueva de la Torre de Castilla-La Mancha.

Ávila, Carbajosa de la Sagrada, León, San Cristóbal de Segovia y Valladolid de Castilla y León.

Recomendaciones para niños, niñas y adolescentes

- » Tener mayor consciencia y tener en cuenta los riesgos que conlleva el uso de las TIC.
- » No compartir información innecesaria por la red, ya que podrían llegar a manos de personas inadecuadas. No confiar tanto en gente que no conocemos, ni tampoco agregarles.
- » Tener los perfiles de las redes sociales privados y no dar información importante en ellos: dirección, nombres y apellidos, fecha de nacimiento, etc.
- » Frenar la difusión de mensajes, fotos o contenido ofensivo hacia otros cuando llegan a tu móvil. No hacer nada que no queramos o que no quisiéramos que nos hicieran.
- » A los niños y niñas que sufren *ciberacoso* que no les dé miedo pedir ayuda para que se solucione antes de que llegue a más y sea peor. Hablar siempre con familiares y amigos de los problemas y defender a la gente que está sufriendo acoso, maltrato o burla. En caso de necesidad, pedir ayuda de profesionales.
- » No pasarse, todo el día frente a una pantalla porque perderemos muchos buenos momentos, como salir a la calle más a menudo y estar con amigos.
- » Apagar el móvil cuando estés haciendo cosas importantes para no tener la tentación de mirarlo, o controlar el tiempo que pasas jugando.

- » En vez de solo utilizar las redes sociales, buscar información y entretenerme de otra manera.
- » Poner claves de encriptado a las fotos, no subir fotos propias, controlar quién ve tus fotos, tener cuidado con lo que subes. Se consecuente y consciente de que es muy difícil quitar algo de internet.
- » Descargar aplicaciones desde Play Store y App Store para que sean más seguras, no aceptar cosas de las que desconfiamos (como fotos en las que sales junto con un enlace desconocido). También cambiar la contraseña de la cuenta.
- » No creerse todo lo que sale por internet, porque muchas veces además son virus que lo que hacen es beneficiarse de tus datos.
- » Cuando estén empezando a usarlas ir poco a poco y siempre en sitios que se conozcan y que sean seguros.



Recomendaciones para familias:

- » No permitir uso de tecnologías a hijos/as en edades muy tempranas.
- » Cuando se inicien que sea con la supervisión de adultos.
- » Mandar a los niños y niñas a talleres para hacer un buen uso de las TIC.
- » Que nos enseñen cómo utilizarlas bien, y no solo cómo no hay que usarlas.
- » Controlar un poco a los hijos, pero un poco, respetando su privacidad y libertad: informar, no prohibir.
- » No dejar jugar a videojuegos violentos ya que el comportamiento se modificará.
- » Poner horarios (máximo 1 hora al día) y normas claras en casa sobre uso de las TIC.
- » Poner filtros infantiles.
- » Educar desde pequeños a no creerse todo lo que vean o se les cuente.
- » No crear la necesidad de tener varios dispositivos en casa, ni el último modelo de móvil ni nada de eso.

www.ciudadesamigas.org

Aliados:

