

Ο Δεκάλογος της Σωστής Χρήσης της Νέας Τεχνολογίας ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

1

Μη δημοσιεύετε και μην αποκαλύπτετε ποτέ προσωπικά σας στοιχεία, όπως κωδικούς, το πραγματικό σας όνομα, τη διεύθυνσή σας, τον αριθμό τηλεφώνου, το όνομα του σχολείου (αν είστε ανήλικος), ή στοιχεία που αφορούν φίλους και οικογένεια.

2

Μην ανεβάζετε και μη διακινείτε φωτογραφίες με κινητά τηλέφωνα ή μέσω διαδικτύου διότι είναι αδύνατο να ελέγξετε που μπορεί να καταλήξουν.

3

Μην επιχειρείτε ποτέ χωρίς τη βοήθεια των γονιών σας, συναλλαγές μέσω του Διαδικτύου για την αγορά προϊόντων και μη δίνετε ποτέ στοιχεία που αφορούν πιστωτικές κάρτες που τυχόν γνωρίζετε κατά την επίσκεψή σας στους διάφορους δικτυακούς τόπους.

4

Να συζητάτε με τους δασκάλους σας, τους γονείς σας και με πρόσωπα που έχετε εμπιστοσύνη για τις δραστηριότητές σας στο Διαδίκτυο, ιδιαίτερα αν αντιμετωπίσετε οτιδήποτε περίεργο ή ασυνήθιστο.

5

Να είστε επιφυλακτικοί να αποδεχτείτε ότι διαβάζετε στο Διαδίκτυο ή ότι σας λένε οι άλλοι χρήστες του, πριν το υποβάλετε στην κρίση σας.

6

Να έχετε υπόψη σας ότι τα προϊόντα της πνευματικής δημιουργίας (Μουσική, Λογοτεχνία, Κινηματογράφος, Video κλπ) προστατεύονται από τους νόμους και η διανομή τους μέσω του Διαδικτύου είναι παράνομη πράξη. Το ίδιο παράνομη πράξη θεωρείται και η διακίνηση προγραμμάτων υπολογιστών (Software) εκτός αν ανήκουν στην κατηγορία του Ελεύθερου Λογισμικού.

7

Μην ξεπερνάτε καθημερινά τη μία με δύο ώρες συνολικά μπροστά σε οποιαδήποτε οθόνη: τηλεόρασης, υπολογιστή, κινητού ή κονσόλας ηλεκτρονικού παιχνιδιού.

8

Να κάθεστε σωστά μπροστά στον υπολογιστή και να κάνετε συχνά διαλείμματα όταν τον χρησιμοποιείτε.

9

Μην χρησιμοποιείτε κινητά τηλέφωνα. Αν έχετε κινητό, περιορίστε τη χρήση του και χρησιμοποιείτε πάντα hands free. Μην ξεχνάτε ότι ασφαλής χρήση του κινητού είναι μόνο 3 λεπτά το μήνα!!!

10

Να εφοδιαστείτε με κατάλληλα αντιϊικά (antivirus) προγράμματα. Μην ανοίγετε e-mail αγνώστων και μην κατεβάζετε ούτε να χρησιμοποιείτε άκριτα οποιοδήποτε πρόγραμμα βρίσκετε στο Διαδίκτυο. Δεν είναι όλα τα προγράμματα ασφαλή ακόμα και αν εμφανίζονται ως παιχνίδια (ίσως περιέχουν προγράμματα Δούρειους Ίππους που μπορεί να βλάψουν τον υπολογιστή σας)

Ο Δεκάλογος της Σωστής Χρήσης της Νέας Τεχνολογίας ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

1

Οι γονείς θα πρέπει να επιβλέπουν τα παιδιά τους κατά την χρήση του Διαδικτύου. Θα πρέπει να είναι ενημερωμένοι για το Διαδίκτυο, τις πολλές νέες δυνατότητες που παρέχει αλλά και τους κινδύνους που υπάρχουν. Να είναι ενημερωμένοι τι κάνουν τα παιδιά τους στο Διαδίκτυο και με τι σκοπό το χρησιμοποιούν.

2

Να διδάξουν τα παιδιά τους να μην δίνουν ποτέ προσωπικά στοιχεία και πληροφορίες στο Διαδίκτυο.

3

Να τοποθετούν τον υπολογιστή με σύνδεση στο Διαδίκτυο σε ένα χώρο του σπιτιού με άμεση πρόσβαση από όλα τα μέλη της οικογένειας.

4

Οι γονείς έχουν δικαίωμα να επιβλέπουν και να φιλτράρουν το περιεχόμενο του Διαδικτύου ώστε να ελέγχουν ότι τα παιδιά τους δεν έχουν πρόσβαση σε περιεχόμενο που μπορεί να είναι επιβλαβές για την ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους.

5

Δεν πρέπει να αγοράζουν κινητό σε παιδιά κάτω των δεκατριών ετών. Σε περίπτωση που τους αγοράσουν, πρέπει αυτό να χρησιμοποιείται μόνο σε περιπτώσεις ανάγκης και πάντα με hands free.

6

Πρέπει να είναι σε επαγρύπνηση για ενδείξεις ότι το παιδί τους είναι θύμα παρενόχλησης (π.χ. συναισθηματική ανησυχία, αποφυγή φίλων, σχολείου, δραστηριοτήτων, επιδείνωση βαθμών, σχόλια που μαρτυρούν διαταραγμένες σχέσεις ηλεκτρονικές ή μη).

7

Δεν πρέπει να αφήνουν τα παιδιά τους να βρίσκονται πάνω από δύο ώρες καθημερινά μπροστά από οποιαδήποτε οθόνη: τηλεόρασης, υπολογιστή, κινητού ή κονσόλας ηλεκτρονικού παιχνιδιού.

8

Είναι απαραίτητο να ενημερωθούν περισσότερο και οι ίδιοι για τα ηλεκτρονικά παιχνίδια έτσι ώστε να έχουν έγκυρη γνώμη και σωστή επίβλεψη στην επιλογή του είδους των παιχνιδιών από τα παιδιά τους.

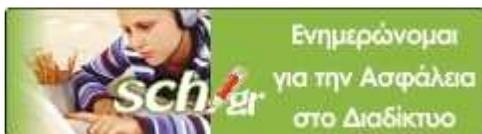
9

Να διαλέγουν και να βλέπουν μαζί με τα παιδιά τους τις εκπομπές που αυτά παρακολουθούν στην τηλεόραση.

10

Να μην διστάζουν να κάνουν καταγγελίες και να απευθύνονται σε γραμμές όπως:
* **Η SafeLine:** Μπορείτε να κάνετε καταγγελία ηλεκτρονικά στο <http://www.safeline.gr/report/>, με e-mail στη διεύθυνση report@safeline.gr ή τηλεφωνικά στον αριθμό 2811-391615 τις εργάσιμες ημέρες από τις 9:00 έως τις 16:00.
* **Η Γραμμή Βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΖΩ 8001180015**

Πηγές – Χρήσιμες Ιστοσελίδες:



<http://internet-safety.sch.gr/>



www.sch.gr



Γραμμή Βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΞΗ
800 11 800
15 / help@saferinternet.gr



<http://www.safeline.gr/>



<http://gym-peram.reth.sch.gr/>

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2013-14

ΤΑΞΗ Γ'

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΜΕ ΤΙΤΛΟ:

«ΠΟΤΕ Η ΝΕΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΒΛΑΠΤΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ»

ΣΟΒΑΡΑ ΚΙΝΗΤΟ ΔΕΛΟΜΕΝΟΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΚΙΝΗΤΟ ΔΕΛΟΜΕΝΟΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΥΓΕΙΑ ΠΟΤΕ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΠΟΤΕ Η ΝΕΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΒΛΑΠΤΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ



ΠΡΟΣΟΧΗ!! Η ΝΕΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΛΑΨΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ!!

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:

ΜΑΡΙΑ ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΠΕ19