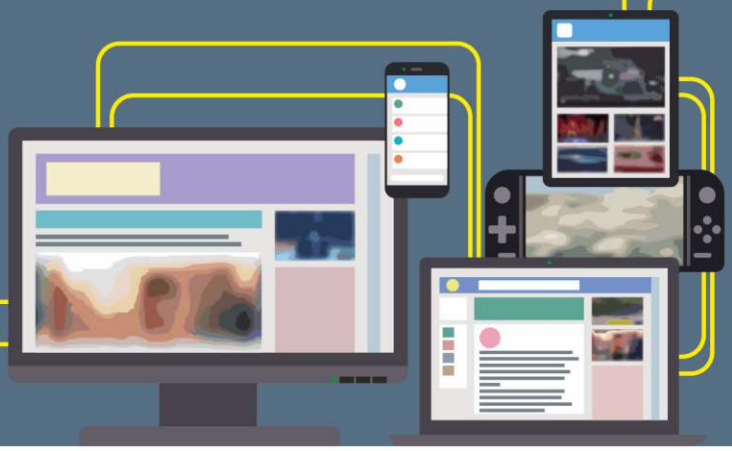
1

#pantallasrespONsables

ON OFF

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



Un programa de:

PDS
PROMOCIÓN Y DESARROLLO SOCIAL

Financiado por:

Con la participación de:

Alborada

Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

ajuntament d'eivissa

PMD
Pla Municipal sobre Drogues

Plan sobre drogas para adultos

DIPUTACIÓN DE HUELVA

IREFREA

¿Para qué sirven las redes sociales?

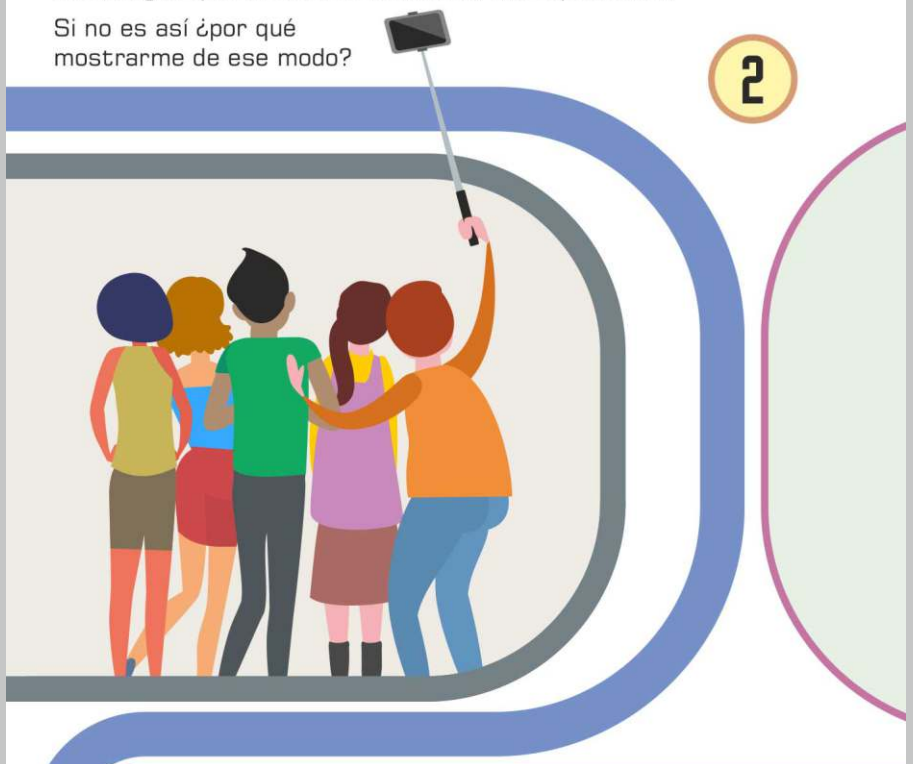
Las redes sociales nos ayudan a estar conectados con los amigos y amigas, compartiendo fotos, hablando después de clase, mirando vídeos, escuchando música...

Cuando colgamos fotos y comentarios creamos una identidad digital. Antes de publicar en las redes deberíamos reflexionar sobre cómo queremos que nos vean los demás.

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

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

2



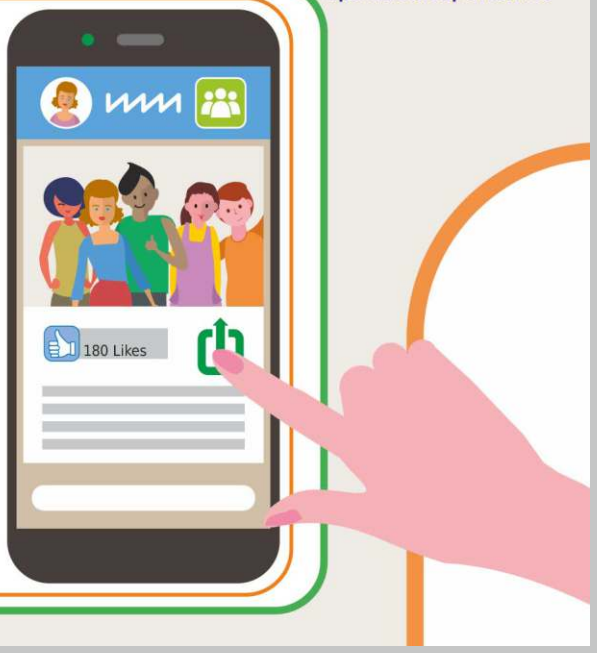
Nuevo Perfil: Lorena_5

Lorena_5: #myfriends FRIENDS 4EVER ❤️

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

Raquii__bla: ¡Qué guap@s! 😍

#pantallasrespONsables



¿Lo colgamos todo?

Nos gusta compartir nuestro día a día con los demás y saber qué hacen los amigos y las amigas. Publicar una fotografía implica tomar una decisión sobre lo que queremos compartir.

3

07:15
98 veces visto

11:05
64 veces visto

22:00
90 veces visto

17:28
183 veces visto

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

- ¿Por qué voy a publicar este contenido?
- Pasadas unas horas... ¿también lo publicaría?
- ¿Alguien con malas intenciones podría hacer un mal uso?
- ¿Mantiene a salvo mi intimidad? ¿Y la de otras personas?
- ¿Es real lo que voy a publicar?
- ¿El contenido es adecuado y respetuoso?

Ahora ya podemos publicar, si aún queremos hacerlo...

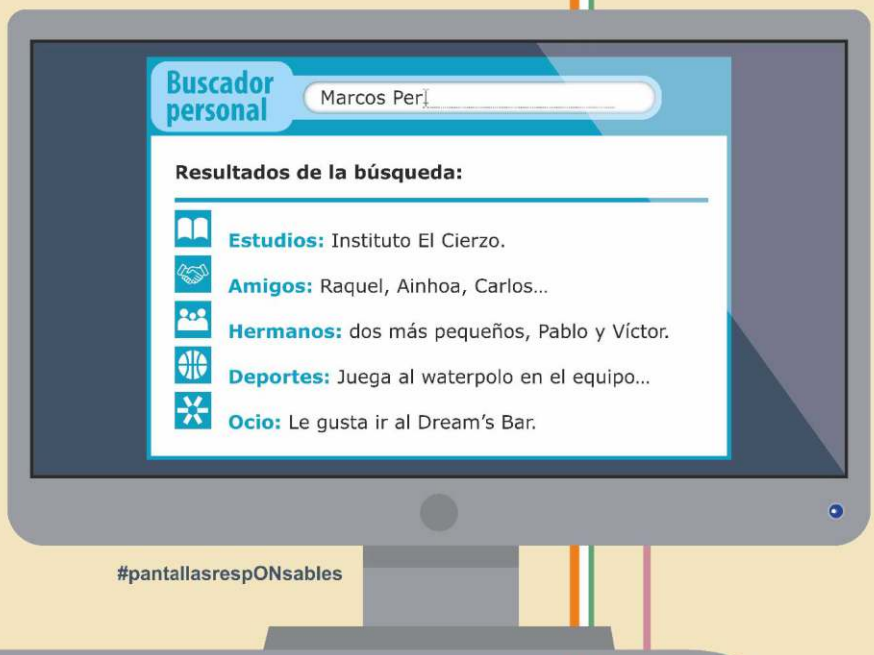
#pantallasrespONsables

¿Dejar una huella... digital?

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

Algunos de nuestros datos pueden encontrarse con sólo poner nuestro nombre en un buscador.

4

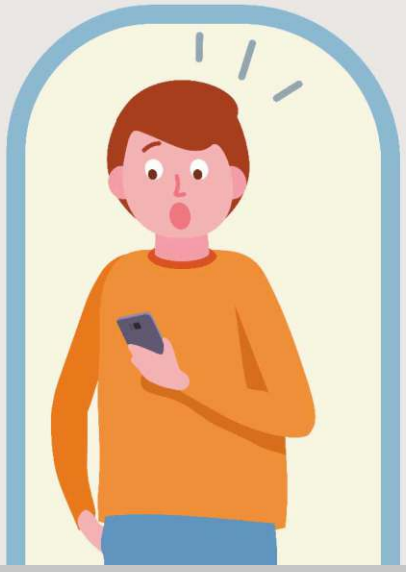


#pantallasrespONsables

Para evitar dejar huella:

- ✓ Revisa que tu configuración sea segura.
- ✓ Se respetuoso o respetuosa con lo que publicas.
- ✓ Asegúrate de tener el consentimiento de las personas implicadas.

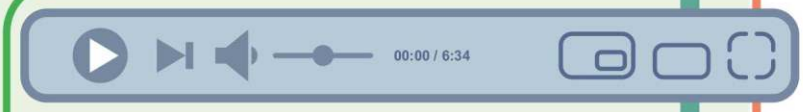
Recuerda que la huella que se deja en internet es prácticamente imborrable.



¿Verdad o mentira?

5

No todo lo que se publica en internet es cierto. Antes de compartir información, también es responsabilidad nuestra asegurarnos que sea cierta.



Para no ser víctima de mentiras (*fake news*):

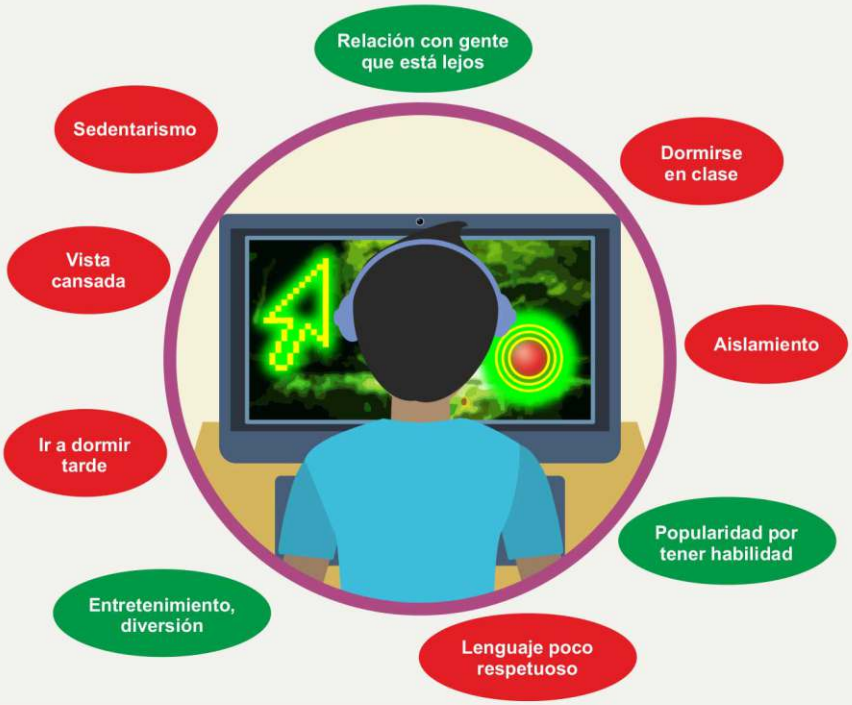
- ✓ No te creas todo lo que sale en internet.
- ✓ Adopta una actitud crítica: investiga si es cierto o no.
- ✓ Contrasta la información, asegúrate que la fuente sea fiable.
- ✓ Consulta páginas que ayudan a desmentir informaciones falsas.

#pantallasrespONsables

¿Qué hay de malo en jugar?

Ocupar el ocio en cosas que nos gusten es importante, y los videojuegos pueden ser un buen recurso para pasarlo bien y divertirse, si se combina su uso con otras actividades: deportivas, culturales, formativas...

6



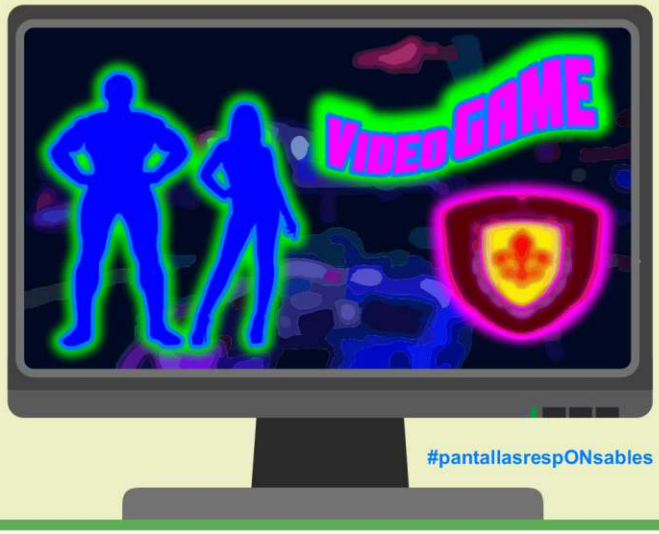
¿Pero, cómo saber si alguien se está pasando?

Jugar muchas horas al día, irse a dormir tarde, tener sueño en clase, dejar de lado a los amigos u otras actividades para jugar... son señales de que se está haciendo un mal uso.

#pantallasrespONsables

Igualdad de género
¡También en internet!

7



#pantallasrespONsables

Aproximadamente la mitad de la población mundial son mujeres. Entonces, ¿por qué hay tan pocas chicas protagonistas en los videojuegos más populares?

En la mayoría de los videojuegos los chicos son valientes, fuertes, seguros de sí mismos, y las chicas, bellas y seductoras.

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

Ciberacoso

8

#pantallasrespONsables

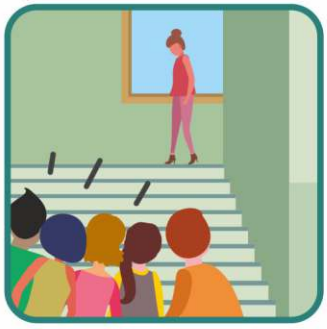
Ciberacoso:

Todo aquello que se realice a través de dispositivos electrónicos de comunicación con el fin de dañar o agredir a una persona o un grupo.

Enviar imágenes, mensajes o comentarios ofensivos hacia una persona de manera reiterada a través de las redes sociales es ciberacoso. Esto puede ser muy hiriente para la persona afectada y hacerla sentir muy sola y triste.

Entonces, ¿por qué hay gente que lo hace?

Está en nuestras manos



¿Qué hacer en estas situaciones?

Evitar darle me gusta, no compartir estas imágenes y comentarios, mostrar nuestro desacuerdo y rechazo a los agresores, apoyar a las víctimas, son cosas que podemos hacer para contribuir a parar el ciberacoso.

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

#pantallasrespONsables

¿Cómo usar bien las pantallas?

Las TIC (hay quien las llama "pantallas") pueden aportar buenas experiencias o pueden generar problemas, según hagamos un buen o un mal uso de ellas. Hacer un buen uso implica:

- ✓ Actuar de manera responsable y crítica con los **contenidos** que publicamos y accedemos a través de las pantallas.
- ✓ Tratar con **respeto** a las personas con las que nos relacionamos en las redes sociales; de la misma manera en que nos gusta que nos traten.
- ✓ Compartir solo información, imágenes y vídeos de personas que tengamos su **consentimiento**. Hacerlo sin tenerlo es 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 de **seguridad** en nuestra navegación y nuestras cuentas, evitando facilitar datos personales, familiares o bancarios a personas que puedan hacer un uso perjudicial de ellos.
- ✓ Actuar de manera **responsable** ante situaciones de abuso, acoso o burla, pedir **ayuda** e **informar** de los hechos a nuestro entorno.

¡Disfruta de su buen uso!

#pantallasrespONsables