



REDES SOCIAIS
É BOM ESTAR SEGURO

PARA
FILHOS



A Internet é do tamanho do **MUNDo**. A Internet já faz parte das nossas vidas. Através dela podemos chegar a pessoas de todo o lado, pelo menos no mundo digital. Também os outros podem chegar a nós e assim trocamos informação, falamos, jogamos e divertirmo-nos.

Lembra-te, contudo, que a Internet é um **LOCAL PÚBLICO** – a informação que lá colocas pode ser vista por qualquer pessoa e ficar lá para sempre.


Toda a informação que envias para as Redes Sociais

(**facebook** , *Instagram* , **snapchat** , **twitter** , **Google** , ...)


é quase impossível de retirar. Mesmo que apagues o perfil onde a colocaste, ela já pode ter circulado por outros sítios da Internet ou alguém pode tê-la copiado.

Quem utiliza as Redes Sociais deve ter alguns cuidados com a sua segurança, bem como com a sua imagem. A Acreditar, juntamente com o Centro Internet Segura, deixam-te um conjunto de orientações:

Para manteres a tua Segurança “de pé”:



Não publiques toda a tua informação no teu perfil – desaconselhamos que escrevas o teu nome completo, a tua morada de casa, o teu número de telefone ou informações privadas sobre ti ou os teus familiares;



Não aceites qualquer convite. Selecciona com cuidado os contactos que queres que tenham acesso ao teu perfil – aconselhamos a que incluas apenas as pessoas que realmente conheces e não as que nunca viste;

(Provavelmente os teus pais já te disseram que, no mundo real, não debes dar informações privadas a desconhecidos. Esse conselho também vale para o mundo virtual – informação pessoal nas mãos erradas pode trazer-te problemas grandes, agora ou no futuro.)




Não publiques fotografias ou vídeos de outros sem o seu consentimento – não é legal fazê-lo, estás a violar o seu direito à privacidade.

Para defenderes a tua Privacidade e a tua Imagem:

⇒ Coloca apenas informação que possa ser tornada pública SEM riscos para ti;

⇒ Pensa bem quando publicares uma fotografia tua, uma vez que estás a permitir que outros utilizadores a vejam e guardem. Uma fotografia tua de agora pode ficar para sempre online, e isso pode condicionar a forma como as outras pessoas te vêem no futuro;



 Estado  Foto ou vídeo  Evento da vida

PENSO ANTES DE PUBLICAR!



Lisboa



Amigos ▾

Publicar

 Estado  Foto ou vídeo  Evento da vida

O QUE SE PUBLICA NA INTERNET NUNCA MAIS DESAPARECE.
NÃO PUBLICO NADA DE QUE POSSA ARREPENDER-ME MAIS TARDE!



Lisboa



Amigos ▾

Publicar

 Estado  Foto ou vídeo  Evento da vida

PENSO **MESMO BEM** ANTES DE PUBLICAR

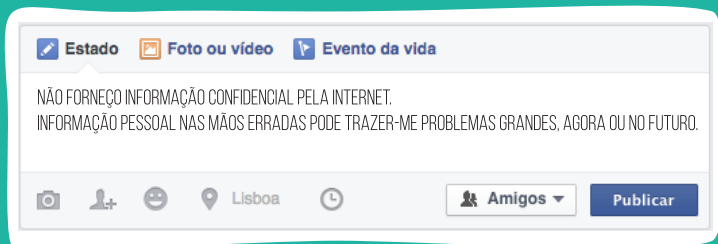
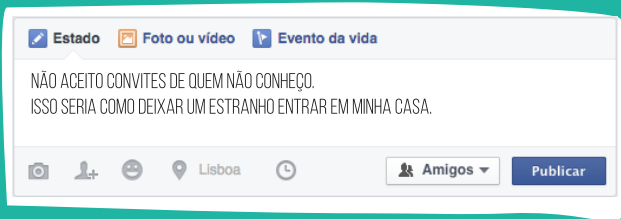


Lisboa



Amigos ▾

Publicar



⇒ Sempre que publicares alguma coisa (seja um estado de espírito, um comentário, uma fotografia ou outros), **PENSA DUAS VEZES**. Não te esqueças que muito facilmente alguém pode mal interpretar uma publicação tua e ter uma imagem menos positiva sobre ti;

⇒ Não publiques opiniões negativas (por muito sinceras que sejam) sobre ninguém. Se pretendes partilhar a tua opinião, fá-lo de forma privada e preferivelmente no contacto pessoal (não descures a partilha ao vivo). Pensa que é sempre possível a tua opinião sobre alguém mudar, por isso é melhor não deixares registos de uma opinião tua que, no futuro, pode já não corresponder à realidade.

São marcas que ficam para sempre.



Depois do que leste,
queres ver como anda o
teu perfil online?

Faz este exercício:



Verifica as informações que estão disponíveis sobre ti na Internet. Para isso, utiliza um motor de busca e faz uma pesquisa colocando o teu nome entre aspas e ainda os nicks que costumavas utilizar;



Se ficaste contente com o que apareceu e te identificas (inclusivamente numa perspectiva de futuro), então podes ficar sossegado. Se, ao contrário, apareceu informação com a qual não queres ficar identificado, então está na altura de “limpar” o que não gostas. Procura também nas tuas contas antigas. Deves encerrá-las - uma conta antiga, mesmo com informação desactualizada, irá sempre servir como uma radiografia tua.

Podes fazer este exercício regularmente. É uma ótima forma de ires cuidando da tua vida online.



Ahh... e não te esqueças de uma coisa importante:

hoje em dia já há muitos telemóveis que fazem praticamente tudo o que se faz com um computador, permitindo ainda mais facilmente tirar e enviar fotografias ou vídeos a todos os momentos. Mantém-te igualmente alerta – já sabes que depois de enviada, deixas de ter controlo sobre a fotografia, vídeo ou mensagem, e esta pode ser mostrada a qualquer pessoas sem que tu queiras.

E se precisas de ajuda...

...consulta sempre um adulto responsável quando não tens a certeza do que fazer. É natural que em muitas situações novas não saibas a melhor forma de agir.

Podes ainda contactar o Centro Internet Segura, que existe para te ajudar:

www.internetsegura.pt – Onde podes encontrar informação sobre todos os riscos e a maneira de te protegeres.

www.seguranet.pt – Onde podes, através de jogos, aprender a estar seguro na Internet. Também existem zonas dedicadas aos pais e educadores. Podes dizer-lhes e eles também aprendem contigo.

Linha Ajuda: 808 91 90 90 – Onde podes falar com um especialista sobre todos os problemas que falámos.

Linha Alerta: 21 844 01 26 – Onde podes denunciar alguma coisa que não gostaste, por exemplo, racismo, violência ou outras coisas que sejam ofensivas.



Acreditar

Associação de Pais e Amigos
de Crianças com Cancro

internet
seguraopt

www.acreditar.org.pt
www.internetsegura.pt