

› Decálogo TIC

Tecnologías de la Información y la Comunicación



Presta atención a sus videojuegos

Selecciona los videojuegos de tus hijas/os, supervísalos y vigila que los **CONTENIDOS** sean adecuados a su edad. Procura jugar con ellas/os.



Limita el tiempo

Hazles **RESPONSABLES** del tiempo de consumo del móvil. Contrólalo y límitalo si es necesario.



Estate a la última

Mantén-te al corriente de los **AVANCES** de las tecnologías, no te quedes atrás en la labor de proteger a tus hijas/os.



Enséñales a navegar por Internet

Oriéntales sobre las páginas más fiables y explícales que **NUNCA** deben proporcionar datos personales en la red.



Cómo, cuando y dónde

Establece **NORMAS** claras que regulen el buen uso de Internet, móvil, videojuegos y redes sociales.



Control parental online

Haz uso de los programas de control para evitar que encuentren contenidos **INADECUADOS**. Tú eres responsable de ellas/os.



Ocio y tiempo libre

Fomenta estilos de vida **SANA**, edúcales en la gestión inteligente del ocio y tiempo libre.



Comunicación positiva

Dialoga, negocia, pacta y **ESTABLECE** siempre una comunicación positiva con tus hijas/os.



Apóyales

Esfuézate para que sientan tu apoyo y **CONFIANZA** para contarte cualquier problema. Dile: "¡Tú puedes!"



Da ejemplo

Tu correcta interacción con las TIC es fundamental.

TÚ eres el mejor modelo para tus hijas/os.



Descubre mucho más en la **Escuela de Madres y Padres**



› Prevenció Familiar.
PMD - UPCCA
València



AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA
SANITAT, SALUT I ESPORTS



GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

➤ Decàleg TIC

Tecnologies de la Informació i la Comunicació



Para atenció als seus videojocs

Selecciona els videojocs de les teues filles/fills, supervisa'ls i vigila que els **CONTINGUTS** siguin adequats a la seua edat. Procura jugar amb elles/ells.



Estigues a l'última

Mantín-te al corrent dels **AVANÇOS** de les tecnologies, no et quedes arrere en la labor de protegir a les teues filles/fills.



Com, quan i on

Estableix **NORMES** clares que regulen el bon ús d'Internet, mòbil, videojocs i xarxes socials.



Oci i temps lliure

Fomenta estils de vida **SANA**, educa'ls en la gestió intel·ligent de l'oci i temps lliure.



Dóna'ls suport

Esforça't perquè senten el teu suport i **CONFIANÇA** per a explicar-te qualsevol problema. Dis-li: "Tu pots!"



Dóna exemple

La teua correcta interacció amb les TIC és fonamental.

TU eres el millor model per a les teues filles/fills.



Limita el temps

Fes-los responsables del temps de consum del mòbil. Controla-ho i limita-ho si és necessari.



Ensenya'ls a navegar per Internet

Orienta'ls sobre les pàgines més fiables i explica'ls que **MAI** han de proporcionar dades personals en la xarxa.



Control parental online

Fes ús dels programes de control per a evitar que troben continguts **INADEQUATS**. Tu eres responsable d'elles/ells.



Comunicació positiva

Dialoga, negocia, pacta i **ESTABLEIX** sempre una comunicació positiva amb les teues filles/fills.

