



General | | Actualitzat el 07/02/2023 a les 08:00

# Guia ràpida d'educació i seguretat digital per casa (i l'escola)

*Consells bàsics de protecció de dades, prevenció d'assetjament, etc. perquè el teu fill o filla navegui de forma segura*

[inicentrareport]La **pantalles** són inherents a la nostra vida i en conseqüència, també, a la dels nostres fills. De fet, avui en dia els infants entren en contacte amb els dispositius i la xarxa en edats molt més primerenques que no pas ho vam fer nosaltres.

I, en aquest nou paradigma, resulta imprescindible tenir nocions bàsiques d'**educació digital** per poder acompanyar-los i garantir que ho fan amb seguretat. Perquè més enllà de les possibilitats que brinden les **tecnologies**, que en són moltes, també hi ha **riscos** sobre els quals hem de ser capaços de conscienciar els infants: protecció de dades, suplantació d'identitat, ciberassetjament...

L'**Agència de Ciberseguretat de Catalunya** ja fa temps que treballa per donar eines i recursos a la comunitat educativa, famílies, infants i adolescents perquè puguin navegar de forma segura a través del Programa Internet Segura. Si us interessa tenir accés a materials pedagògics, podeu consultar aquesta col·lecció de contes adreçada a infants d'entre 6 i 12 anys sobre ciberseguretat.

Us hem preparat una **guia ràpida** perquè tingueu unes nocions bàsiques de seguretat digital a casa i també a l'escola:

## [GotaVerdaPle] **Com hem d'acompanyar les pantalles a casa?**

[GotaVerdaBuit] Educa els teus fills a comportar-se amb **respecte, responsabilitat i seny** a Internet. **Informa't** sobre els perills que es trobaran els menors a la xarxa i **familiaritza't amb les eines i serveis** que els menors empren (xarxes socials, apps, jocs, xats, etc.).

[GotaVerdaBuit] Procura estar al corrent de les novetats a Internet i comparteix-les amb els vostres fills. Si no coneixeu les eines que utilitzen, difícilment podreu ajudar-los a augmentar-ne la seguretat o guiar-los en la seva navegació.

## [GotaVerdaPle] **Com hem de protegir els ordinadors o dispositius?**

Cal instal·lar i mantenir actualitzats **antivirus, antimalware i tallafocs**. És important també establir mesures de **supervisió parental** en funció de l'edat (Control Parental, consentiment parental, comprovació d'edat i bloqueig de continguts -codis PEGI-).

En aquest sentit, cal conèixer els sistemes proporcionats per l'operador d'Internet i pel proveïdor del sistema operatiu que ens donen servei.

## [GotaVerdaPle] **Consells perquè naveguin de forma segura:**

És fonamental que usin dispositius en un **lloc comú** de la casa, per facilitar la supervisió de tant en tant el comportament del menor a Internet.

És molt important **acompanyar el menor en la navegació**, per orientar-lo als llocs on pot anar i trobar el que busca, per estar al seu costat davant les pàgines que pugui trobar i ajudar-lo a comprendre què està fent i quines repercussions poden tenir determinades conductes a Internet.

Pacta uns **límits** davant l'ús d'Internet, i que els dispositius, les càmeres web i els mòbils s'hagin



---

d'utilitzar en un horari determinat i en un lloc no privat de la casa

[GotaVerdaPle] **4 consells bàsics de protecció de dades:**

[GotaVerdaBuit] **1.** S'ha d'educar els menors perquè mai revelin les dades personals ni les claus de serveis online (xat, xarxes socials, correu electrònic, banca electrònica, etc...) a ningú, tampoc a "coneguts" d'Internet.

[GotaVerdaBuit] **2.** Cal ensenyar al menor què és la privacitat i conscienciar-lo sobre bones pràctiques a l'hora de fer servir contrasenyes: no s'han de difondre, s'han de guardar a llocs segurs, no s'han de reutilitzar.

[GotaVerdaBuit] **3.** Hem de dir-los que no han d'utilitzar el seu nom complet, ni donar informació personal (número de mòbil, escola,...) ni compartir contrasenyes, i que el millor és que creïn un àlies que només els seus amics coneguin.

[GotaVerdaBuit] **4.** Cal ensenyar-los a crear contrasenyes segures per tal de garantir, al màxim possible, la integritat i seguretat dels serveis que utilitzen.

[GotaVerdaPle] **Què passa quan compartim imatges a les xarxes?**

Hem de conscienciar els menors del que significa **compartir imatges** a la xarxa. Hem d'ensenyar-los els perills que implica pujar fotografies o altres tipus de continguts a la web.

Ensenyeu-los a **no acceptar amicitat ni arxius de desconeguts** i consciencieu-los que no han de penjar ni intercanviar a la xarxa cap imatge pròpia ni d'un tercer que pugui comportar-los problemes posteriors, i mai imatges sense roba o en actituds sexuals explícites que puguin utilitzar-se en contra seva, ni tan sols com a joc entre amics.

Igualment, cal que els fem entendre que han d'evitar els videoxats en fòrums poc fiables i l'ús indiscriminat de la webcam.

[GotaVerdaPle] **Com prevenir el ciberassetjament i què fer:**

Convé ensenyar-los que **no han d'establir relacions a Internet amb ningú que no coneguin en el medi físic**. Han d'entendre que no tothom és "amic o amiga" a Internet, que no haurien d'establir relacions a la xarxa amb desconeguts, ni quedar amb gent que hagin conegut primer per Internet.

**Conèixer amb qui parlen, qui són els seus amics i amigues a la xarxa**, amb qui s'envien fotografies, pot ajudar a valorar la situació i protegir els menors davant situacions d'abús.

En cas d'assetjaments de certa intensitat és recomanable **posar-ho en coneixement** dels organismes competents, com ara Mossos d'Esquadra, i/o prendre les accions legals que correspongui.

En cas d'haver descarregat per error qualsevol tipus de **material il·legal** (programari, pornografia infantil...), és recomanable realitzar una còpia dels fitxers en un dispositiu extraïble, per posar-ho en coneixement de la Unitat Central de Delictes Informàtics dels Mossos d'Esquadra, o del CESICAT a través del telèfon 902 112 444.

[ficentrareport]