


RECOMANACIONS

Escolliu i jugueu amb els vostres fills a jocs i altres aplicacions, així veureu si s'adeqüen a la seva edat i **maduresa**.

Acompanyeu als vostres fills quan miren la televisió per poder comentar el programa i ensenyar-los a analitzar els continguts.



Tenir en compte la maduresa dels infants abans de comprar un telèfon mòbil o tablet.

TICS & TACS



ESPAIS COMUNS

Procureu utilitzar els dispositius en **espais comuns** de la casa. **Evitar** utilitzar-los durant els àpats.

SIGUEU CRÍTICS

Sigueu contundents amb els **continguts "tòxics"**, per exemple, la violència i parleu obertament sobre com actuar davant dels continguts inapropiat s.

PACTA LES NORMES D'ÚS

Planificar i limitar les horas d'ús, on i quan se poden fer servir o ús compartit entre tota la família.

CONTROL PARENTAL

Utilitzeu contrasenyes, antivirus o sistemes de control parental com a mesures de seguretat per bloquejar-los l'accés a continguts inadequats.

