



PACTO PARA EL BUEN USO DE MIS REDES SOCIALES



En _____, a _____ de _____ de _____.

INTERVENIMOS:

(padres/madres) como **administradores del perfil** de la red social.

(hijo/a), como **usuario/a del perfil** de la red social



¡NOS COMPROMETEMOS A UTILIZAR LAS REDES SOCIALES DE MANERA SEGURA Y RESPONSABLE DE ACUERDO A LAS SIGUIENTES CONDICIONES!



Crearemos juntos un perfil para la red social _____



1 | Estableceremos **una contraseña segura**, que solo nosotros, padres e hijos, debemos conocer. **Esta contraseña tendrá:**

☐ Letras minúsculas ☐ Mayúsculas ☐ Números ☐ Símbolos

2 | **Configuraremos las opciones de privacidad** que consideremos más convenientes:

☐ Perfil privado o modo restringido.

☐ Permitir comentarios de: ☐ Todos ☐ Solo de la lista de amigos ☐ Nadie

☐ Permitir mensajes privados de: ☐ Todos ☐ Solo de la lista de amigos ☐ Nadie

☐ Control del tiempo.

☐ Otros ajustes: _____

3 | Entiendo que **los administradores** de mi perfil **son mis padres**, por lo que pueden supervisar mi actividad, saber con quién me relaciono y ver qué publico.

HORARIOS Y ESPACIOS DE USO

4 | El **tiempo máximo** de utilización es de _____ minutos cada ☐ día ☐ semana y dentro de este horario _____, siempre después de haber cumplido con las responsabilidades diarias, estudio y tareas domésticas.

5 | Puedo **utilizar** las redes sociales en los **siguientes espacios** _____ (recomendado evitar espacios privados como el dormitorio, el baño o la zona de estudio).

6 | Si se plantea **una excepción**, lo hablamos juntos y decidimos.



PRIVACIDAD, RESPETO Y RESPONSABILIDAD EN LAS REDES SOCIALES.



- 7 | **Escogeremos un nombre** para nuestro perfil, evitando que sea nuestro nombre real.
- 8 | Decidiremos juntos qué clase de **imagen de perfil** puedo mostrar.
- 9 | Sobre las publicaciones, **me comprometo a:**
 - ☐ **Pensar antes de publicar** porque lo que se comparte en Internet pasa a ser público, lo puede ver cualquiera y una vez publicado, **no se puede rectificar**.
 - ☐ **No compartir imágenes íntimas**, o que muestren demasiada información sobre mí o mi familia (por ejemplo, mi calle, mi centro educativo o mi rutina diaria).
 - ☐ **Pedir permiso** a los demás **antes de compartir** una imagen en la que aparezcan.
 - ☐ **No utilizar** una publicación, comentario o mensaje **para hacer daño** a otra persona, burlarme o humillarla.
- 10 | En mi lista de amigos/as **solo debo añadir a quien conozco** en persona y es de mi confianza, como mis amigos o familiares, y siempre con el permiso de mis padres.
- 11 | **NUNCA doy datos personales:** ni nombre, dirección, lugares donde solemos estar (como el centro educativo o las extraescolares), número de teléfono, etc.
- 12 | **Si alguien me molesta** con una publicación, un comentario o un mensaje, **lo comentamos en familia**.
- 13 | Dedicaremos un tiempo a **conocer las opciones de bloqueo y denuncia** para utilizarlas siempre que consideremos que una publicación o un usuario es inapropiado o peligroso.

REPARTIMOS BIEN NUESTRO TIEMPO

- 14 | **Cuando esté con otras personas**, les prestaré atención y **mantendré mi móvil en silencio**, y fuera de mi vista para que no nos moleste.
- 15 | **Las redes sociales no son el centro de mis relaciones sociales**, solo es un espacio más donde puedo hablar con mis amigos/as o entretenerme en mis ratos libres.
- 16 | **Hay tiempo para todo:** los estudios, mis aficiones y mis tiempos de ocio, ya que la clave está en concentrarme y aprovechar el tiempo.
- 17 | **Si no cumplo** con alguna de estas condiciones, las consecuencias serán:

- 18 | **Y si tenemos dudas o problemas** podemos llamar a la **Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE 017** o visitar su página web: **www.is4k.es/ayuda**.



FIRMADO: