

Acuerdo dieta tecnológica/ Uso de pantallas

Yo (hija/o) _____ seré responsable al usar mi teléfono celular, Tablet, computador o televisor y cumpliré con lo siguiente:

- 1.- Acudiré primero a mis padres cuando me sienta atacada o insegura por alguna interacción en internet o cuando sienta que algo no esta bien con lo que me escriben o me postean
- 2.- Cuidaré mi huella digital en internet porque entiendo que es imborrable y que representa una herramienta de empleabilidad futura.
- 3.- Voy a respetar los acuerdos de uso y horario sin enojarme y apagaré o entregaré los aparatos según este acuerdo.
- 4.- Con las horas de sueño diaria recomendadas porque entiendo lo relevante que es para mi desarrollo y aprendizaje.
- 5.- Cuidaré mi lenguaje y trato hacia otras personas en internet.

Yo (mamá o papá, o mamá y papá) _____ nos comprometemos como padres a lo siguiente:

- 1.- Explicarle a mi hija(o) y recordarle constantemente que este contrato es para protegerla(o) de los peligros que pueden involucrar internet.
- 2.- Explicarle, además, que las horas de dormir los ayudan a aprender mejor y que por lo tanto cumplir con las horas de sueño necesarias es una tarea familiar que los padres debemos supervisar.
- 3.- Conversar en familia acerca de los peligros en la web y las noticias que aparezcan relacionadas en familia para evitar que tales situaciones sucedan.
- 4.- Respetar tu privacidad porque confiamos en ti y en que puedas manejar lo que haces día a día en internet
- 5.- Ser conscientes que nuestro comportamiento en la web es el modelo que te estamos entregando para que tú te comportes, por lo que seremos siempre respetuosos y cuidadosos respecto de los comentarios que compartimos en RRSS
- 6.- A proteger la imagen de nuestra familia en internet, privatizando todas nuestras RRSS para que sólo las personas que son cercanas a nosotros tengan posibilidad de ver nuestras fotos e información personal y familiar.
- 7.- Brindar espacios como familia libre de pantallas donde podamos jugar y compartir sin el uso de la tecnología.

Fecha: _____



@protegetuhuella

www.protegetuhuella.cl