

Ασφάλεια στο Διαδίκτυο

ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

Δημιουργούμε ένα ασφαλές διαδίκτυο για εμάς και τα παιδιά μας.



- *Συζητήστε με το παιδί σας:*
 - α) για τους τρόπους με τους οποίους χρησιμοποιεί την τεχνολογία
 - β) για το τι του αρέσει να κάνει στο διαδίκτυο και
 - γ) για τους κινδύνους που μπορεί να αντιμετωπίσει.
- Χρησιμοποιείτε εργαλεία για να διαχειριστείτε τις συσκευές που χρησιμοποιούν τα παιδιά σας. Ενεργοποιείτε τις ρυθμίσεις γονικού ελέγχου ώστε να προστατευτεί το παιδί σας από την εμφάνιση ακατάλληλου περιεχομένου στο διαδίκτυο.
- *Θέστε κανόνες:* Συμφωνήστε μαζί του για τις ώρες που επιτρέπεται να ασχολείται σε καθημερινή βάση και ορίστε ώρες όπου να απαγορεύεται η χρήση συσκευών όπως π.χ. η ώρα του φαγητού.
- *Δώστε το καλό παράδειγμα:* Θα πρέπει τα όσα με λόγια συμβουλευέτε το παιδί σας να τα τηρείτε πρώτα εσείς, δίνοντας το καλό παράδειγμα καθώς ως γονείς αποτελούμε από τα πιο σημαντικά πρότυπα προς μίμηση.
- *Βοηθήστε το να βρει άλλα ενδιαφέροντα που δεν περιλαμβάνουν τον υπολογιστή.* Ενθαρρύνετε τις κοινωνικές του αλληλεπιδράσεις.
- *Συμβουλέψτε το:*
 - α) να χρησιμοποιεί πάντα ιστοσελίδες και ιστοχώρους που είναι κατάλληλα για την ηλικία του.
 - β) να μη δίνει ποτέ προσωπικά στοιχεία στο διαδίκτυο και να μην αναρτά προκλητικές φωτογραφίες.

γ) να μη δεχτεί σε καμία περίπτωση να συναντήσει κάποιον που γνώρισε στο διαδίκτυο ανεξάρτητα με το πόσο χρονικό διάστημα συνομιλεί μαζί του.

- **Ζητήστε βοήθεια:** Εάν αισθάνεστε ότι το παιδί σας αντιμετωπίζει σημαντική εξάρτηση από την τεχνολογία, μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια από επαγγελματίες. Μια λύση είναι η **Γραμμή Βοήθειας help-line 210- 6007686** όπου ψυχολόγοι με μεγάλη εμπειρία σε προβληματικές συμπεριφορές στο διαδίκτυο μπορούν να σας παρέχουν συμβουλές και υποστήριξη.

Αν εσείς ή το παιδί σας συναντήσετε ακατάλληλο-παράνομο περιεχόμενο στο διαδίκτυο αναφέρετε:

α) στο **Τμήμα Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος**

Διεύθυνση: Λεωφ. Αλεξάνδρας 173

11522, Αθήνα

Τηλέφωνο: 11188

Fax: 2131527471

E-mail: ccu@cybercrimeunit.gov.gr

Υποδιεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος Βορείου Ελλάδος:

Διεύθυνση: Μοναστηρίου 326, Τ.Κ. 54 121, Θεσσαλονίκη

Τηλέφωνο: 11188

Fax: 2131527666

Email: ydheve@cybercrimeunit.gov.gr

β) στην **Ανοικτή Γραμμή Καταγγελιών για το Παράνομο Περιεχόμενο στο Διαδίκτυο safeLine.gr.**



Γραμμή Βοηθείας 210 6007686 για υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών



Ανοικτή Γραμμή Καταγγελιών
για το παράνομο περιεχόμενο στο Διαδίκτυο

Ελένη Κώστογλου

Ψυχολόγος