

Segurança em linha

DICAS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES



Conhece os teus direitos – lembra-te de que tens direito a sentir-te seguro(a) e a ser tratado(a) com respeito na Internet.



Pensa antes de publicar – as fotografias, os vídeos e os comentários podem permanecer na Internet para sempre. Não partilhes nada que te possa deixar desconfortável no futuro.



Lembra-te de que a IA é uma ferramenta e não uma pessoa real – a IA pode cometer erros e criar informações, imagens, vídeos, vozes e mensagens falsas.



Reconhece o perigo – se receberes pedidos estranhos de «amigos de amigos», ofertas «demasiado boas para serem verdadeiras» ou mensagens que te pressionem a tomar uma decisão, pensa antes de agir.



Utiliza parâmetros de privacidade e segurança – mantém as tuas contas privadas, utiliza palavras-passe fortes e, sempre que possível, ativa elementos de segurança adicionais.



Bloqueia, denuncia e guarda provas – se alguém te intimidar, burlar, ameaçar ou fizer sentir desconfortável na Internet, denuncia e bloqueia essa pessoa e guarda capturas de ecrã ou mensagens.



Ajuda a tornar a Internet mais segura – aprende como funcionam as aplicações, os jogos, os sítios Web, os algoritmos e a IA e ajuda os outros a manterem-se seguros.



Sê amável para com os outros na Internet – as redes sociais e os jogos devem ser uma experiência positiva para todos. Trata os outros com o respeito com que gostarias de ser tratado(a).



Protege os teus dados pessoais – não partilhes dados privados, como o teu nome completo, endereço, escola, número de telefone, palavras-passe ou localização em direto em linha.



Verifica antes de confiar ou partilhar – nem tudo o que está na Internet é verdadeiro. Desconfia sempre de informações, especialmente histórias, vídeos ou mensagens surpreendentes, e verifica fontes fiáveis antes de as partilhar.



Não aceites fotografias ou pedidos de conversa de desconhecidos – se tiveres dúvidas sobre a idade ou a identidade de alguém, pede a um adulto para verificar (ou diz que «o meu pai/mãe está ao meu lado» e vê qual é a reação).



Não partilhes imagens privadas – nunca partilhes fotografias ou vídeos íntimos, mesmo que alguém te pressione (especialmente se tiveres menos de 18 anos). Assim que forem partilhados, ficarão fora do teu controlo.



Se algo te parecer errado, fala com um adulto em quem confias – não tens de sentir vergonha e não serás castigado(a) por pedir ajuda.



Faz ouvir a tua voz – participa e molda o futuro do mundo digital.

