

Onlineveiligheid

TIPS VOOR OUDERS EN VERZORGERS



Help uw kind bij een gezond schermgebruik – beperk de schermtijd, van helemaal geen schermtijd voor kinderen van 0 tot 2 jaar tot een schermtijd die past bij de leeftijd voor kinderen tot 10 of 12 jaar, onder uw toezicht. Ook met adolescenten van 13 tot 18 jaar moet u het hebben over een beperkte schermtijd, zodat ze voldoende tijd hebben om te studeren en offline af te spreken met vrienden.



Controleer of apps en games aansluiten bij de leeftijd van uw kind.



Jongere kinderen (tot 12 jaar) **mogen alleen consoles en apparaten gebruiken met een volwassene erbij.**



Sta niet toe dat er apparaten worden gebruikt in de badkamer, in de slaapkamer of tijdens de maaltijd.



Let op de toon van de gesprekken van uw kinderen online en tijdens het gamen en wees op uw hoede bij "rode vlaggen".



Breng samen tijd online door – vraag uw kind om zijn of haar favoriete content met u te bekijken.



Lever geen kritiek op wat uw kind leuk vindt – help uw kind om een eigen oordeel te vormen (zo krijgt u ook een idee van wat het algoritme aan uw kind voorstelt).



Moedig uw kind aan om met u te praten als het zich zorgen maakt over iets online – verzeker uw kind dat je hem of haar zal helpen, niets zal verwijten, niet zal straffen en het apparaat niet zal afpakken.



Blijf praten over onlineveiligheid als uw kind ouder wordt, ook tussen de 16 en 18 jaar en daarna.



Vermijd sharenting – denk zorgvuldig na voordat u foto's of video's van uw kinderen of tieners online deelt. Onbekenden en AI kunnen die informatie op veel manieren gebruiken.



Stel een voorbeeld – blijf niet vastgelijmd zitten aan uw apparaat wanneer uw kinderen in de buurt zijn. Geef hun de aandacht die ze verdienen en mis geen belangrijke momenten en gesprekken met uw kind.

