

Bezpečí dětí na internetu má své **datum** **spotřeby**

Dětská zvědavost nezná hranic, ale digitální svět je plný pastí, které jsou pro děti skutečnou hrozbou. Průměrně se s nevhodným obsahem poprvé **setkají již kolem 10. roku života**, což je často mnohem dříve, než jsou na takovou situaci vůbec připraveny.

Každé Vaše potvrzení nové aplikace, nastavený časový limit nebo důsledné odložení telefonu před spaním je konkrétním krokem pro bezpečí dítěte. Právě tyto **drobnosti vytvářejí bezpečnou bariéru** mezi nimi a nástrahami, kterým se samy nedokážou ubránit.

Nečekejte, až dítě na své limity narazí samo. Buďte jeho průvodcem dříve, než se ztratí v nekonečném scrollování nebo uvidí něco, **co už z hlavy nikdy nevymaže.**



Internet pod kontrolou:

Praktický průvodce pro rodiče >>>

Nastavte rodičovskou kontrolu

Přes Google Family Link nebo Apple Screen Time lze schvalovat každou novou aplikaci, blokovat nevhodné weby, mít přehled o aktivitě dítěte a nastavit denní časové limity i přesnou večerku.

Vypněte automatická lákadla

V nastavení aplikací (YouTube, TikTok, Instagram) vypněte funkci „Automatické přehrávání“. Zabráníte tím tomu, aby telefon dítěte neustále nelákal k nekonečnému sledování.

Udržujte obrazovky ve společném prostoru

Dohlédněte na to, aby děti používaly technologie v obývacím pokoji nebo tam, kde jsou ostatní. Pokud se dítě s mobilem schovává do ústraní, berte to jako varovný signál, že pravděpodobně narazilo na obsah, který pro něj není vhodný.

Dodržujte zóny bez technologií

Zaveďte pravidlo, že telefony nepatří k jídelnímu stolu ani do postele. Zajistěte, aby hodinu před spaním všechna zařízení skončila na společné nabíječce mimo dětský pokoj, aby nic nenarušovalo spánek.

Nastavte hranice,

dokud je čas.

Národní úřad
pro kybernetickou
a informační bezpečnost

NÚKIB 