Regoli tad-deheb

- **Kunu Pożittivi!** – L-internet joħloq ħafna opportunitajiet għat-tfal u għaż-żgħażagħ. Agħmlu użu mit-teknoloġija li qegħdin jużaw uliedkom.
- **Il-Komunikazzjoni Kollox!** – Tkellmu ma' uliedkom dwar l-esperjenzi tagħhom onlajn u dwar x'riskji jistgħu jiltaqgħu magħhom.
- **Infurmaw Ruħkom!** – Skopru x'ikunu qegħdin jagħmlu uliedkom meta jkunu onlajn, ippruvaw ilagħbu l-logħob li jilagħbu huma, użaw l-apps u idħlu fil-websajts li jiffrekwentaw. Jekk ma tafux kif, STAQSU! jew fittxu kif onlajn.
- **Agħmlu r-Regoli!**
  - **Fasslu r-regoli flimkien ma' uliedkom**. Permezz ta' hekk ikun hemm qbil bejnietkom u tkunu ċerti li t-tfal qed jifhmu b'mod ċar x'inhu mistenni minnhom;
  - **Speċifikaw l-ammont** ta' ħin u l-postijiet fejn uliedkom jistgħu jagħmlu użu mit-teknoloġija;
  - **Ħeġġu lit-tfal biex joħolqu bilanċ** bejn il-ħin li jqattgħu onlajn u offlajn. Ħeġġuhom biex jinvolvu ruħhom f'attivitajiet fiżiċi. Araw li t-tfal ma jkollhomx ħafna ħin fejn ma jkunux jafu x'ser jagħmlu. Għalhekk agħtuhom ideat ta' x'jistgħu jagħmlu speċjalment matul tmiem il-ġimgħa u fil-vaganzi;
  - **Ir-regoli għandhom ivarjaw** skont l-età tat-tfal.
- **Intom il-mudell ta' uliedkom!** – Huma jiddependu minnkom għall-gwida u s-sapport, għalhekk mexxu bl-eżempju. Għaldaqstant, jekk qbiltu ma' uliedkom biex ma jużawx il-mezzi teknoloġiċi waqt il-ħin dedikat għall-familja jew waqt l-ikel, eċċ., evitaw li tużawhom intom stess.
- **Ftakru li dak kollu li huwa tajjeb jew ħażin fid-dinja reali daqstant ieħor huwa tajjeb jew ħażin meta tintuża t-teknoloġija.**

Użaw dawn ir-regoli biex tilħqu ftehim bejnietkom billi tużaw il-kuntratt li hawn fuq wara

Tfal Żgħar

- Ħeġġu lil uliedkom biex jinfurmawkom meta jiltaqgħu ma' **kontenut** li mhux addattat.
  Il-kontenut tal-internet mhux kollu huwa addattat għat-tfal.
- Ħeġġu lil uliedkom biex jinfurmaw lilkom u/jew lil xi għalliem jekk jiġu **bbuljati onlajn**.
  *Żommu l-evidenza u għal aktar għajnuna ċemplu l-***Helpline 179**.
- Ħeġġu lil uliedkom li m'għandhomx jagħtu **informazzjoni personali** onlajn.
  Dan huwa importanti ħafna speċjalment meta t-tfal ikunu qegħdin jilagħbu l-logħob onlajn u jiċċettjaw ma' nies mid-dinja kollha li ma jafux min huma.
- Ħeġġu lil uliedkom biex jagħżlu **password** li diffiċli taqtagħha.
  Din m'għandhomx jixxerjawha ma' ħadd ħlief magħkom.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **jagħżlu websajts** li huma serji.
  Mhux l-informazzjoni kollha li hemm onlajn hija eżatta u ta' min joqgħod fuqha.

Tfal Kbar

- Ħeġġu lil uliedkom biex jagħmlu **użu għaqli** mill-midja soċjali.
  Meta jixxerjaw xi ħaġa onlajn, din tibqa' hemm għal dejjem peress li ħaddieħor jista' jissejvjaha u jixxerjaha ma' nies oħra.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **joqogħdu attenti** xi jtellgħu onlajn.
  Il-footprint diġitali ta' uliedkom hija magħmula mill-informazzjoni li teżisti dwarhom onlajn.
  In-nies jistgħu jibbażaw l-opinjoni tagħhom dwar uliedkom skont din il-footprint diġitali.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **jirrispettaw** kemm lilhom infushom kif ukoll lil ħaddieħor.
  Is-cyber bullying huwa reat.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **ma jċedux** għall-pressjoni minn sħabhom.
  Ma fiha xejn ħażin li jkunu differenti minn ħaddieħor.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **joqogħdu attenti** meta jiġu f'kuntatt ma' nies ġodda li ma jafux min huma.
  Meta jkunu onlajn jistgħu jsibu nies li jaħbu min huma fil-verità. Avżawhom dwar ir-riskji kollha.
- Ħeġġu lil uliedkom biex **jevitaw** li jiltaqgħu wiċċ imb wiċċ ma' nies li saru jafuhom onlajn.
  Jekk laqgħa bħal din ma tistax tiġi evitata, ħeġġu lil uliedkom biex jinfurmawkom u biex ma jmorrux waħedhom jiltaqħu ma' din il-persuna.

It-tfal tiegħek jagħmlu użu mit-teknoloġija?

be SMART ONLINE!

Għal aktar informazzjoni jew sapport rigward is-sigurtà onlajn tista' tagħmel kuntatt:

- **Helpline 179**
- **kellimni.com**
- **179.appogg@gov.mt**
- **besmartonline.org.mt**

Kummissarju għat-Tfal
Commissioner for Children

MALTA COMMUNICATIONS AUTHORITY

APPOĠĠ

Kuntratt

bejn it-tfal u min jieħu ħsiebhom

Aħna hawn taħt iffirmati qed:

1. *Naqblu li ma nużawx it-teknoloġija waqt il-ħin tal-ikel*
2. *Naqblu li* ______________________
3. *Naqblu li* ______________________
4. ______________________
5. ______________________
6. ______________________
7. ______________________

____
Firma

____
Firma

____
Data