



BOAS PRÁTICAS NA INTERNET



TRABALHO REALIZADO POR:

DIOGO CUNHA Nº10

JOANA MAMEDE Nº17



QUAIS AS BOAS PRÁTICAS NA INTERNET?

- **AO TERMOS CUIDADO COM A AQUILLO QUE POMOS E DIVULGAMOS NA INTERNET ESTAMOS A PRESERVAR E A PROTEGER A NOSSA IDENTIDADE E SEGURANÇA. CASO CONTRÁRIO PODEMOS VIR A TER GRAVES PROBLEMAS COMO POR EXEMPLO O CYBERBULLYING.**

EXEMPLOS DE BOAS PRÁTICAS NA INTERNET

- **NUNCA COMPARTILHAR INFORMAÇÕES PESSOAIS;**
- **DESCONECTAR-SE DA INTERNET QUANDO NÃO A USAMOS;**
- **USAR PALAVRAS-PASSE DIFÍCEIS**
- **NÃO DESCARREGAR FICHEIROS DESCONHECIDOS**
- **NÃO CLICAR EM PROPAGANDAS**
- **MANTENHA O SISTEMA OPERATIVO ATUALIZADO**
- **TENHA UM ANTIVÍRUS INSTALADO, LIGADO E FIÁVEL**

Bullying é não aceitar que os outros sejam diferentes de
você...

Pensa antes de falar

CYBERBULLYING

Não faça aos outros o que não queres que te façam a ti

As pessoas que criticam
defeitos físicos têm
defeitos mentais

EXCLUIR

Humilhar



O QUE É O CYBERBULLYING?

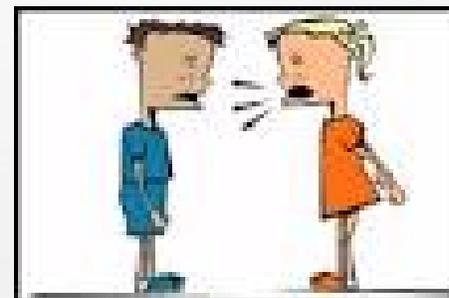
- **O CYBERBULLYING OU ASSÉDIO VIRTUAL É UMA PRÁTICA QUE ENVOLVE O USO DE TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO PARA DAR APOIO A COMPORTAMENTOS DELIBERADOS.**



TIPOS DE BULLYING

- EXISTEM SETE TIPOS DE BULLYING

- 1) FÍSICO
- 2) VERBAL
- 3) MORAL
- 4) MATERIAL
- 5) PSICOLÓGICO
- 6) SEXUAL
- 7) VIRTUAL



COMO IDENTIFICAR UMA VITIMA (SINTOMAS)?

CONSEGUIMOS IDENTIFICAR UMA VITIMA ATRAVÉS DOS SINTOMAS SEGUINTE:

- ***ficar isolado socialmente;***
- ***ficar depressivo;***
- ***ter distúrbios no sono (insónias);***
- ***dores e marcas de ferimentos;***
- ***tentativas de suicídio;***
- ***irritabilidade ou agressividade;***
- ***Relatos de medo regulares;***
- ***Transtornos de ansiedade;***
- ***Evitar ir à escola;***
- ***Mau rendimento escolar;***
- ***Atos deliberados de autoagressão;***
- ***Demonstrações constantes de tristeza;***
- ***Transtornos alimentares.***

COMO EVITAR O CYBERBULLYING?

PODEMOS EVITAR O CYBERBULLYING DE VÁRIAS FORMAS:

- ***EVITAR COLOCAR FOTOS E\OU DADOS PESSOAIS EM SITES QUE NÃO TENHAMOS ACESSO OU SITES DESCONHECIDOS;***
- ***NÃO ACEITAR PEDIDOS DE AMIZADE DE PESSOAS QUE NÃO CONHECEMOS NAS REDES SOCIAIS FACEBOOK, TWITER E OUTROS SITES;***
- ***NÃO DAR A CONHECER ÀS OUTRAS PESSOAS COISAS PESSOAIS COMO POR EXEMPLO BLOGS...;***
- ***Não entrar em sites ou chats que não conhecemos;***
- ***Deixar sempre os pais informados das redes sociais a que pertencemos;***
- ***Pedir ajuda aos pais se alguém estranho vier falar conosco;***
- ***E no “cargo” de pais educar sempre os filhos de como se deve navegar na internet e\ou nas redes sociais.***

UM PEQUENO VÍDEO.

<https://www.youtube.com/watch?v=48Qr7pABgWA>