

**Zasady korzystania z mediów dla nastolatka – Propozycja**

1. Smartfon, z którego korzystam, jest własnością rodziców
2. Nawet jeśli mam sprzęt cyfrowy, który kupiłem za swoje pieniądze lub dostałem, obejmują go zasady ogólne
3. Gram tylko w gry przeznaczone dla osób do lat ….
4. Korzystam z ekranów tylko w godzinach od … do …
5. Poza wyjątkowymi sytuacjami nie korzystam z więcej niż jednego ekranu na raz
6. Mój tygodniowy czas korzystania z mediów (wszystkie urządzenia z ekranem) do celów rozrywkowych (w tym co najmniej jeden dzień bez ekranu):
	1. w dni robocze … h
	2. w weekendy i dni wolne … h
7. Nie korzystam z ekranów na pół godziny przed snem, w nocy ani bezpośrednio po przebudzeniu (przed toaletą i śniadaniem)
8. Nigdy nie podaję fałszywych danych o sobie w sieci
9. Nigdy nie korzystam z urządzeń należących do innych osób bez ich wyraźnej zgody
10. Informuję rodziców o wszystkich niepokojących rzeczach, na jakie natknąłem się w sieci
11. Jeśli chcę coś kupić w sieci, pytam o zgodę/informuję o tym rodziców
12. Mam prawo do prywatności w sieci, chyba że istnieje uzasadnione podejrzenie, że nie przestrzegam ustalonych zasad lub łamię prawo
13. Rodzice mają prawo widzieć to, co publikuję w sieci, szczególnie w mediach społecznościowych, z wyjątkiem zamkniętych grup, jednak rodzice mają prawo wiedzieć, do jakich grup należę
14. Zgadzam się na nałożone przez rodziców konsekwencje związane z nieprzestrzeganiem przeze mnie powyższych zasad, w szczególności na ograniczenie dostępu do sprzętu i mediów cyfrowych