

DIGITÁLNÍ RODINNÁ ÚSTAVA



Kyberchvíle™ – rodinná dohoda o bezpečném používání technologií

Digitální rodinná ústava je společná dohoda členů rodiny o tom, jak používat technologie zodpovědně, bezpečně a s respektem. Jejím cílem není zakazovat, ale vést k porozumění, důvěře a rovnováze mezi on-line a off-line světem.

Kontrolní body:

☐ Naše digitální dohody

- Používáme technologie s rozumem a respektem k ostatním.
- Dodržujeme čas off-line – alespoň část dne trávíme bez obrazovek.
- Když si nejsme jistí, ptáme se a mluvíme spolu.
- Nesdílíme osobní informace bez souhlasu ostatních.
- Chováme se online stejně slušně jako v reálném světě.

☐ Naše digitální bezpečí

- Používáme silná hesla a chráníme si své účty.
- Dvou- / více- faktorové ověření je náš standard.
- Neotvíráme neznámé odkazy a přílohy.
- Ověřujeme si zdroje informací.
- Více než lajky je pro nás důležitý klid a důvěra.

☐ Naše digitální bezpečí

- Dáváme přednost společným zážitkům před obrazovkou.
- Každý člen rodiny má právo na klid od technologií.
- Respektujeme digitální prostor ostatních.

☐ Potvrzujeme naši digitální rodinnou ústavu dne:

Podpisy členů rodiny:

Rodič 1:

Rodič 2:

Dítě 1:

Dítě 2:

Dítě 3:

Dítě 4: