

REDES SOCIAIS: PENSE ANTES DE POSTAR

Escolhas inteligentes on-line ajudam a manter você e os outros seguros.

As redes sociais podem ser uma ótima maneira de se conectar, criar e compartilhar. Mas o que acontece on-line pode rapidamente se tornar muito real na escola, em casa e na sua comunidade.

ANTES DE POSTAR, PAUSE

Pergunte a si mesmo:

É VERDADE?

Não compartilhe boatos ou informações que você não tenha verificado.

É UTIL?

Suas palavras podem ter um impacto real em outra pessoa.

É NECESSÁRIO?

Nem tudo precisa ser postado, compartilhado ou encaminhado.

Eu ficaria bem se TODO MUNDO visse isso?

Capturas de tela podem perdurar muito depois que uma publicação ou mensagem desaparece.

O QUE FAZER

- **Seja gentil e respeitoso.** Discorde sem atacar ninguém.
- **Proteja a sua privacidade.** Pense bem antes de compartilhar sua localização, sua programação ou suas informações pessoais.
- **Proteja também a privacidade de outras pessoas.** Pergunte antes de publicar ou marcar alguém.
- **Pare e verifique antes de compartilhar.** Certifique-se de que as informações sejam precisas e provenham de uma fonte confiável.
- **Denuncie ameaças, bullying, assédio ou intimidação.** Se algo on-line fizer você se sentir inseguro ou desconfortável, relate isso a um administrador da escola. Não presuma que outra pessoa fará isso.

O QUE NÃO FAZER

- **Não espalhe boatos.** Uma repostagem pode causar tanto dano quanto a postagem original.
- **Não publique algo quando estiver com raiva.** Dê a si mesmo um tempo antes de responder.
- **Não entre na onda de ataques em grupo.** Curtidas, comentários e compartilhamentos podem amplificar conteúdo prejudicial.
- **Não compartilhe** fotos, vídeos ou conversas privadas constrangedoras.
- **Não presuma que algo seja privado ou temporário.** Mensagens e publicações que desaparecem podem ser salvas, copiadas e compartilhadas.
- **Não brigue on-line.** Bloqueie, denuncie, salve as provas e busque ajuda quando necessário.

CONCLUSÃO

- **Famílias: Continue a conversa.** Pergunte ao seu filho o que ele está vendo e vivenciando on-line, se algo o deixou desconfortável e o que ele faria caso visse algo preocupante. O objetivo não é apenas monitorar as redes sociais — é ajudar os jovens a navegar por elas de forma segura e responsável.
- **Faça uma pausa antes de publicar.** Proteja sua privacidade. Não espalhe boatos. Seja gentil. E, quando algo não parecer certo, conte a alguém.