

## إرشادات استخدام الأجهزة الذكية

معرفة ما هو مسموح وغير مسموح:

اطلب من والديك تعليمك كيفية استخدام هاتفك الذكي وتأكد منهم أن برامج الحماية والأمان موجودة في الجهاز:

معا في عالم الأجهزة الذكية

قم بتحميل البرامج والألعاب جنبا إلى جنب مع والديك

معرفة التكلفة

اطلب من والديك أن يشرح لك وظائف الهاتف والبرامج الغير مجانية وتكلفتها

تحديد وقت استخدام الهاتف

اعقد اتفاق مع والديك عن الأوقات المناسبة لاستخدام الهاتف والأوقات الغير مناسبة كوقت تناول وجبات الطعام مع العائبة أو وقت أداء الواجبات المنزلية.

التعامل مع التنمر في الهاتف

إذا تعرضت للتنمر أو كنت تعرف شخصا يتعرض للتنمر فقم بإبلاغ والديك أو أي شخص تثق به ، حاول أن لا تؤذي مشاعر الآخرين أو ممارسة التنمر بأي شكل من الأشكال.

احترم الآخرين

قبل نشر صورة أي شخص اطلب منه الموافقة على النشر ، أيضا لا تنشر صور لا تريد الآخرين أن يطلعوا عليها.

تحدث عما يقلقك:

إذا تلقيت مكالمة تخيفك أو رسائل تقلقك فتحدث عن هذا الأمور مع والديك أو شخصا تثق به .



## Knowing what's allowed!

Let your parents show you exactly how to use your mobile and check with them to make sure all the important security and youth protection features are activated

## Together in the mobile world!

Install and try out new apps, games or online offers for the first time together with your parents

## Know the costs

Let your parents explain to you which phone functions cost money to use and how much

## Agree to phone use times

Make an agreement with your parents when you are allowed to use your phone and when it's not OK (like during family dinners or while doing your homework)

## Dealing with bullying

If you experience bullying or see someone else getting bullied, get an adult's help. And pay special attention not to hurt others' feelings or bully them in any way.

## Respect others

Make sure to ask someone before taking his or her picture and posting or sharing it. Only click if they agree. And the same goes for you. No pictures if you don't want

## Talk about weird stuff

If you see an image or video or get a message that scares you or that you don't understand, show your parents and talk to them about it

