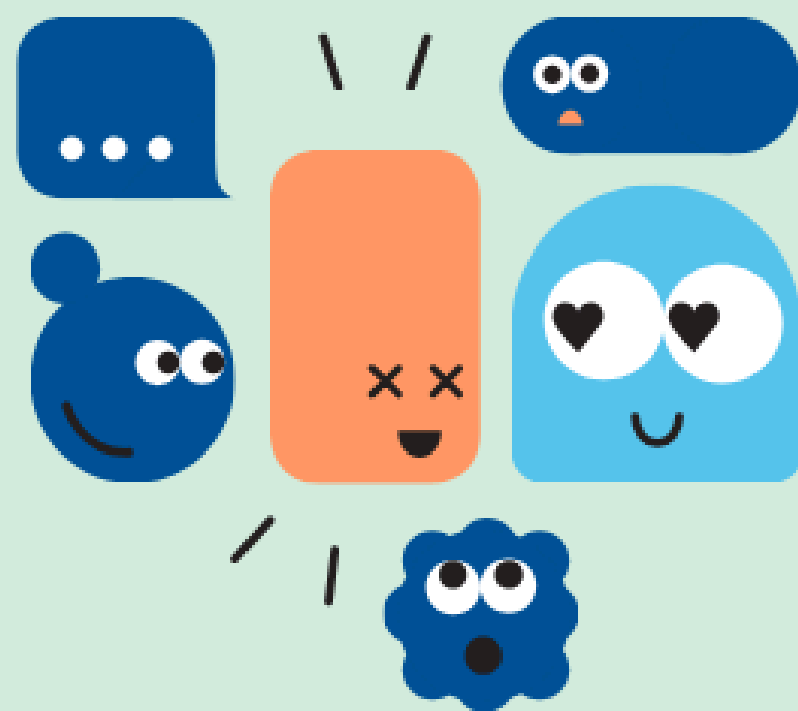




#THINK
BEFORE
YOU SCROLL



10 TIPS VOOR OUDERS



1. Toon **interesse** voor de online leefwereld van je kind en **praat** met elkaar.
2. Leer je kind de **5 vaardigheden** aan:
 - Onbekende? Check - Check - Double check
 - Bij gamen: In het spel- Over het spel
 - Kritisch denken en je buikgevoel volgen
 - Spreek met je MAX
 - Rapporteren en blokkeren
3. **Hack je algoritme** en dat van je puber!
4. Haal je nieuws uit **echte, betrouwbare bronnen**.
5. **Bescherm jouw privacy** (en die van je kind) zoveel mogelijk.
6. Wees je bewust van de **positivity bias** - en leer je kinderen **copingstrategieën** toepassen.
7. Kijk naar **jouw kind** en maak samen afspraken.
8. Geef zelf het **goede voorbeeld**.
9. **Relativeer** wanneer kan: denk aan het tienerbrein.
10. Zoek **hulp** wanneer nodig. Bij andere ouders, school, Child Focus (116 000) of politie. Je verhaal kan je ook kwijt bij Tele-Onthaal (ouders) en Awel (jongeren).

VEILIG ONLINE



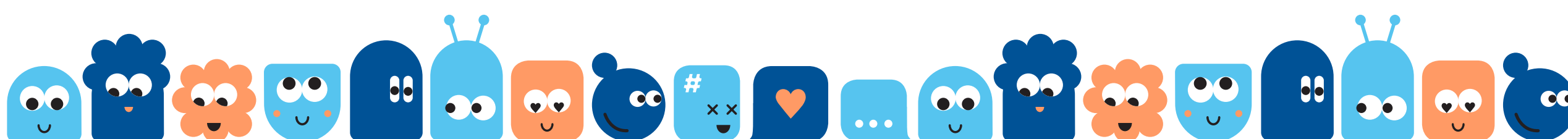
van
Gezinsbond
& Child Focus



Vlaanderen
verbeelding werkt

Bekijk online tools, handige tips en
veelgestelde vragen op

WWW.VEILIGONLINE.BE



NOTITIES

