

Útmutató

Ez a 32 lapos pakli egy gyakorlatias, közvetlen eszköz fiataloknak és iskolásoknak. Nem tiltásokkal vagy száraz elmélettel oktat, hanem azonnal alkalmazható szokásokat és elveket ad a kezükbe az online térben való biztonságos navigáláshoz.

A lapok négy kulcsterületet fednek le:

- **Digitális lábnyom és adatvédelem:** A személyes szféra védelme és a megosztások hosszú távú következményei.
- **Netikett és tiszteletteljes kommunikáció:** A félreértések megelőzése, a határok tisztelete és a cyberbullying kiszűrése.
- **Fiókvédelem és átverések (Scam/Phishing):** A jelszóbiztonság, a kétlépcsős azonosítás (2FA) és a gyanús helyzetek azonnali felismerése.
- **Digitális jóllét:** A végtelen görgetés megszakítása, a képernyőidő tudatos korlátozása és a mentális egyensúly megőrzése.

Hogyan használd a paklit?

- **Napi mikroszokás:** Húzz egy lapot reggel, és teszteld le a rajta lévő elvet vagy beállítást a nap folyamán (pl. értesítések kikapcsolása vagy jelszóerősítés).
- **Iskolai és csoportos foglalkozásokon:** Kiváló vitaindító osztályfőnöki vagy digitális kultúra órákra. Húzzatok egy kártyát, és vitassátok meg közösen, kinek milyen valós tapasztalata vagy dilemmája volt már az adott témában.
- **Családi beszélgetésekhez:** Segít konfliktusmentes, közös szabályokat kialakítani a képernyőhasználatról és az online jelenlétről anélkül, hogy az oktatásnak hatna.

A cél nem az internettől való elzárkózás, hanem az, hogy te irányítsd az eszközeidet, és ne azok irányítsanak téged.

