



XERRADA

"XARXES SOCIALS I
VIDEOJOCs: CONTROL,
PROBLEMÀTIQUES
DERIVADES DEL SEU ÚS"



UNITAT DE PREVENCIÓ COMUNITÀRIA EN CONDUCTES ADDICTIVES (UPCCA)

Servei de Benestar Social. Av. Rei Jaume I, 22

 **upcca@catarroja.es**

 **@upccacatarroja**



**629 629 326
678 625 244**

QUÈ FEM?



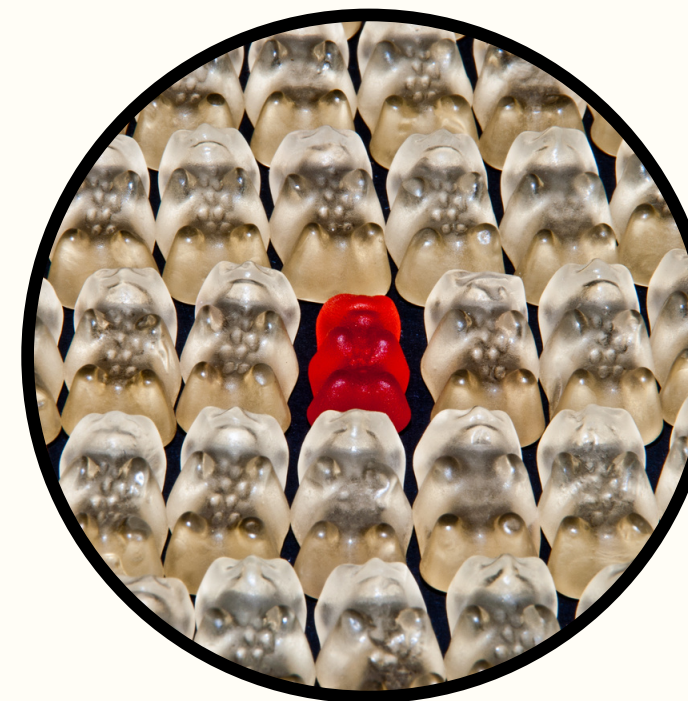
**PREVENCIÓ
ESCOLAR**



**PREVENCIÓ
COMUNITÀRIA**

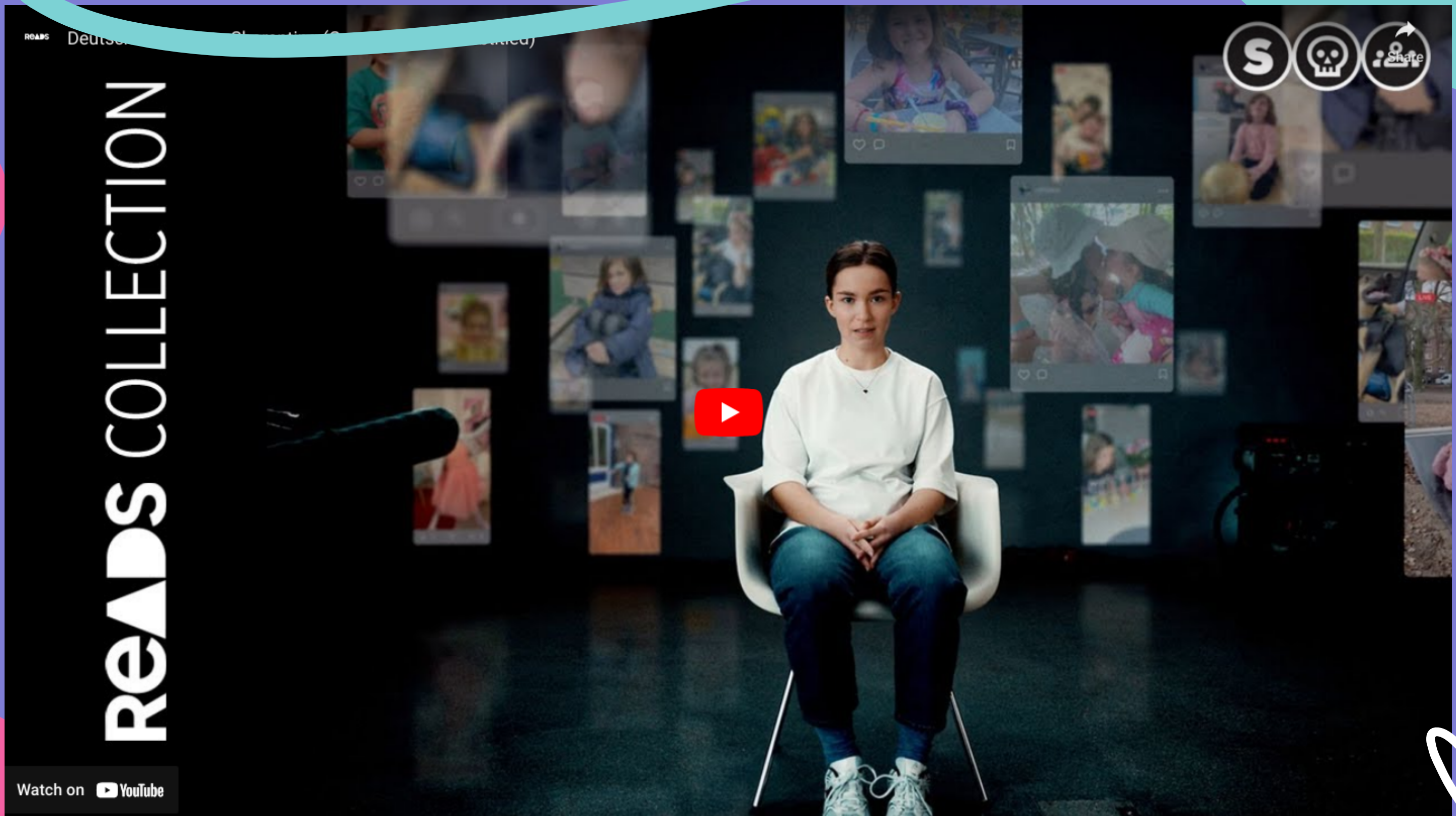


**PREVENCIÓ
FAMILIAR**



**PREVENCIÓ
INDIVIDUAL**

COMENCEM

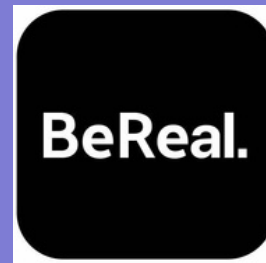


LES XARXES MÉS CONEGUDES



TELEGRAM

+14



BeReal

+13



TWITCH

+13



TWITTER

+13



TIKTOK

+13. De 13 a 18 amb autorizació



INSTAGRAM

+14



FACEBOOK

+14



SNAPCHAT

+13



ONLYFANS

+18



WHATSAPP

+16



YOUTUBE

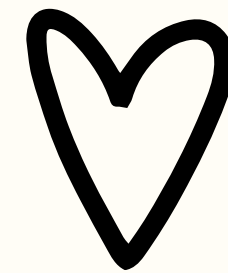
+14. Menys=YouTube Kids



HANGOUTS

+14

LA CULTURA DEL



LIKE

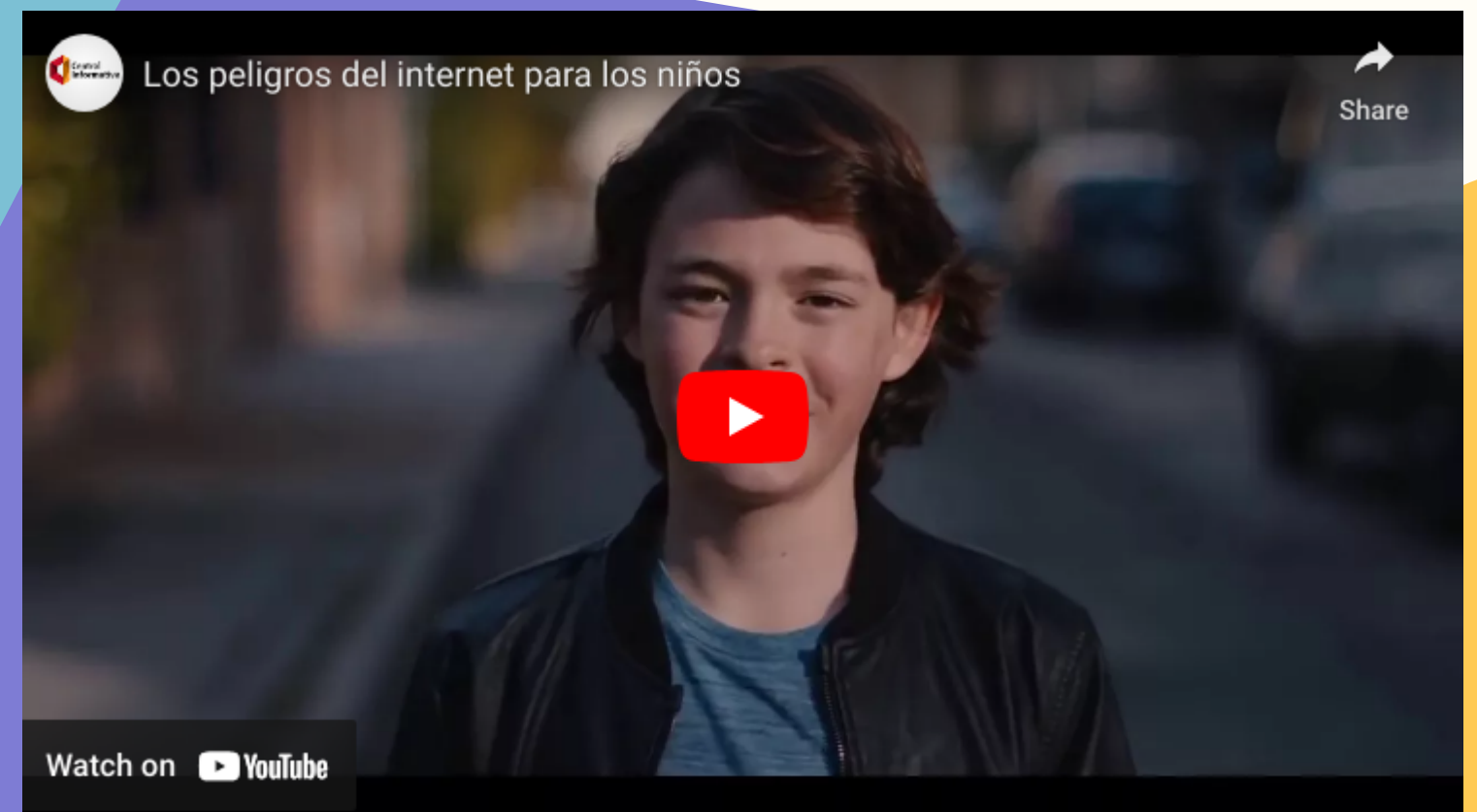
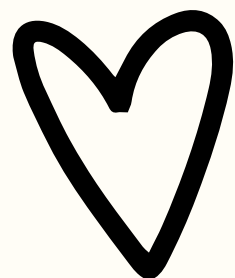
Reforçador immediat i pels iguals

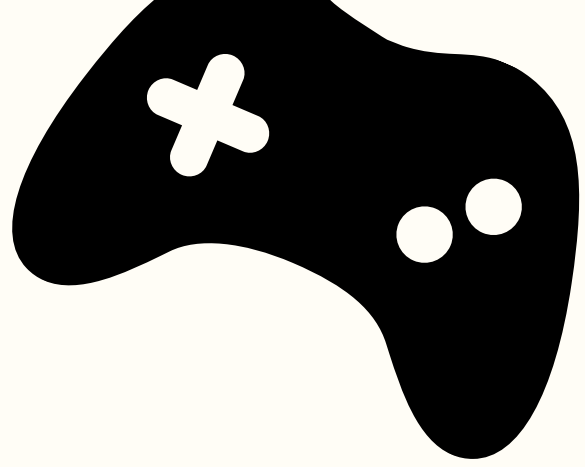
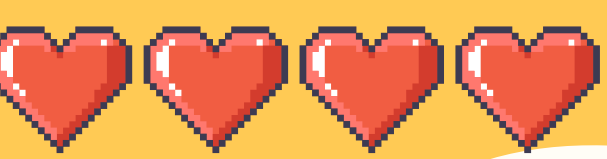


XATS JOCS /

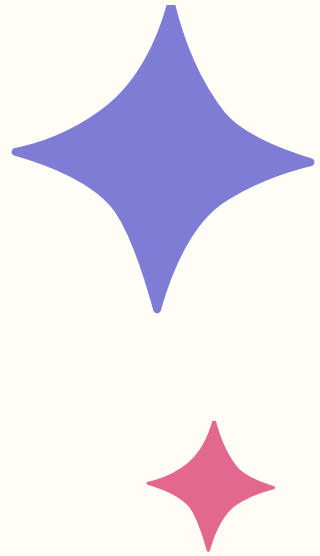
XARXES

Grooming





SISTEMA PEGI



www.pegi.info



www.pegi.info



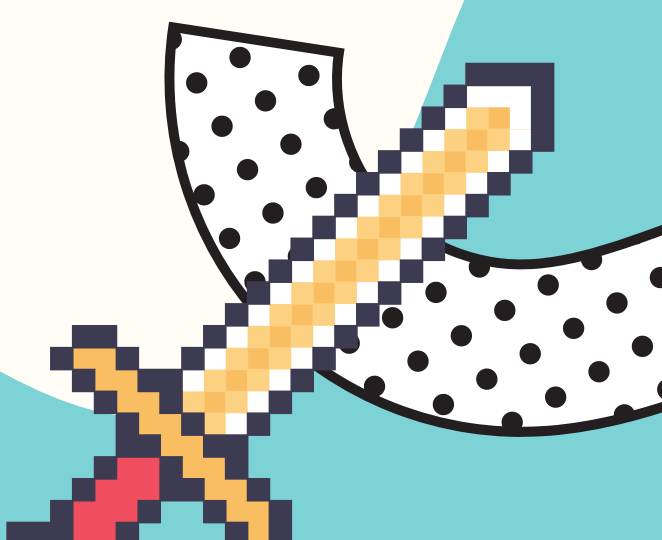
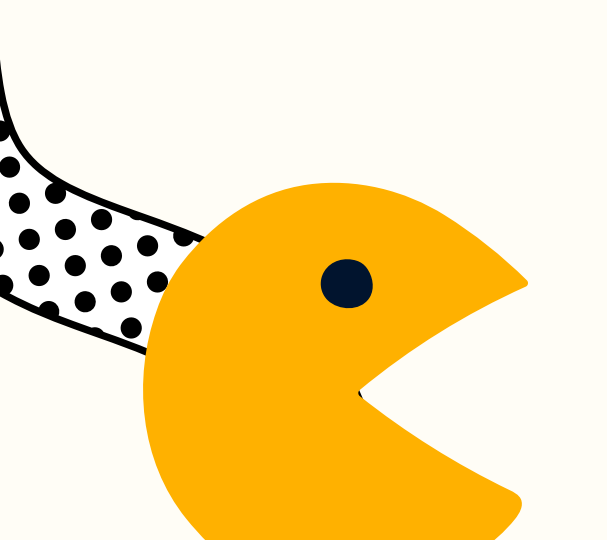
www.pegi.info



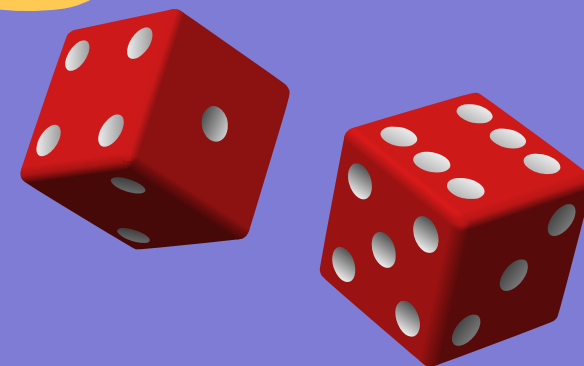
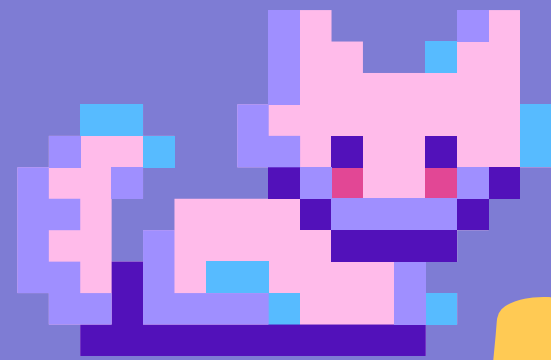
www.pegi.info



www.pegi.info



GAMING VS. GAMBLING





QUAN CAL PREOCUPAR-SE?

TOLERÀNCIA

Necessitat de jugar més temps o amb més freqüència, per assolir el mateix nivell de satisfacció

ABSTINÈNCIA

Malestar quan porta molt de temps sense jugar o s'interromp el joc

VIDA ALTERADA

Quan les coses normals del dia a dia (menjar, dormir...) pateixen interferències. O quan les coses que antigament despertaven interès, ja no

QUÈ PODEM FER?





SCREEN TIME



0 – 2 anys: Res de pantalles

2 – 5 anys: Entre mitja i una hora al dia

7 – 12 anys: una hora amb un adult al davant. Mai en hores de menjar

12 – 15 anys: Una hora i mitja. Molt de compte amb les xarxes socials

+ de 16 anys: Dues hores. Els dormitoris no han de tenir pantalles



FONT: The American Academy of Pediatrics(AAP)





QUÈ PODEM FER?

**EL MÒBIL ÉS UN MITJÀ
PER ACONSEGUIR
OBJECTIUS**

**ESTEM DONANT
RESPONSABILITAT A
ALGÚ QUE NO TÉ
CAPACITAT CRÍTICA**

**ENSENYAR
AMB EXEMPLE**

QUÈ PODEM FER?

Posar límits a la

primera

costarà enfadar-se,

però evita mals

futurs

Ensenyar a ser crític

Que mòbil no sigui

primera i última

cosa

1ºESO



A white rectangular paper is centered on a purple background. It is held by two teal clips on the top edge. Above the paper, three black pens are shown in a fan-like arrangement. The word 'RECOMANACIONS' is written in large, bold, black capital letters across the middle of the paper. The background features abstract shapes: a yellow semi-circle in the top left, a black and white polka-dot wavy line in the top right, and a pink wavy shape in the bottom right. A white paper airplane icon with a dashed trail is in the bottom left.

RECOMANACIONS

ALGUNS RECURSOS



- Empantallados
- Pantallas amigas
- Educación conectada
- Sistema PEGI
- Family Link



iGRÀCIES!