



## Egunerokoa

Duela egun gutxi Messengerrean, nire kontaktu ugarien arteko batek (ez dakit nondik ateratzen den ere), berarekin eta bere lagun-taldearekin Arrigunagako San Juan suak ikustera joateko gonbidatu ninduen. Nereari eta Esperiri horren berri eman nien, beraiek ere ez zuten ezagutzen, baina bere kontaktuetan ere azaltzen omen zen.

Egia esan aspertuta ibili gara hainbat astetan, jende berria ezagutzeko gogoaren genuen, horregatik baietz esan genion, hirurak joango gínela.

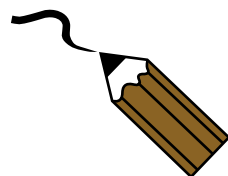
Iritsi ginenean, berak gu ez ikusteko moduan hurbildu ginen, nolakoak ziren ikusteko. Geratu ginen kantoian hogeita hamar urte inguruko lau gizon zeuden. Ez genuen pentsatu horiek izango zirenik eta une batez zain geratu ginen, beste batzuk azaltzearen zain. Ordua pasatzean eta beste inor ez etortzean konturatu ginen han zeuden horiekin geratu gínela. Hamabost urte soilik genituen eta lau zaharrek geratuak!

Arrigunagara joan ginen hirurak: Han Institutuko beste lagun-talde batekin topatu ginen, eta primeran pasatu genuen.

Gertatutakoak zer pentsatu eman digu. Askotan entzun izan dut kontuz ibili behar dela, nire izena eta nire datuak ez emateko, inorekin ez geratzeko eta bizitza errealean ezagutzen ditudan pertsonekin soilik harremana izateko. Inoiz ez nuen pentsatu halakorik gertatuko zitzaidanik.

Gutxienez erabaki bat hartzeko balio izan dit: hemendik aurrera Interneten tentuz ibiliko naiz. Denok ikus dezaketen argazkiak kenduko ditut. Messengerrean ezagutzen ez ditudan kontaktu guztiak ezabatuko ditut eta Usuarekin hitz egingo dut kontuz ibiltzen ikasi dezan; 11 urte baino ez ditu eta jadanik txateatzen ibiltzen da gauero bere lagunekin.

Orain konturatzen naiz aitak esan zidanaz, alegia Interneteko pertsona ezezagun bat kalean aurkitu ahal duzun pertsona ezezagunaren parekoa dela, eta guztiz egia zen.





## GURE SEMEALABEN MUNDU BIRTUALA

Interneten inguruan egiten duten erabilpenak arduratu beharko liguke?

**S**areko edukien aurrean haurrak eta nerabeak babesteko beharra, guraso ugariaren kezka da gaur egun.

Internet aurrerapen handia da, etengabeko garapeneko mundua; komunikatzea, gure aisialdia gozatzeko eta gure gestioak errazago egitea ahalbidetzen diguna. Urrun bizi diren lagunekin mezuak, planak eta artxiboak partekatzea, hitz egitea, edozein gairen inguruko informazioa bilatzea, informazioa argitaratzea, gure burua ezagutzera ematea, etab. dira, beste batzuen artean internetek eskaintzen dituen aukeretatik batzuk.

Baina onurak ekartzen dizkigun aldi berean, gurasoei gutxienezko neurri batzuk hartzea behartzen digu, Internet erabiltzen dugun bitartean aurkitu ahal ditugun arrisku ezberdinen aurrean behar bezala jokatzeko.

Internet heziketa baliabidea da; eta baliabide orotan bezala, bere zerbitzu ezberdinak erabiltzeko moduaren arabera abantailak dakartza, baina arriskuak ere bai.

- **Uneko mezularitzak** (Messenger) gure kontaktuekin denbora errealean komunikatzea ahalbidetzen digu. Halaber urrun bizi diren lagunekin eta senideekin hitz egin ahal dugu, argazkiak, marrazkiak, berriak, dokumentuak, etab. partekatuz.

**Arriskuak:** Identitatea ordeztzea, birus informatikoak, kode maltzurren sarrerak (spyware, phishing, etab.).

- **Posta elektronikoaren** bidez posta interesgarriak jaso ahal ditugu, gure gustuko berriei, e-mail bidez lagunekin komunikatuz, artxiboak partekatuz, etab.

**Arriskuak:** Spam, birus informa-

tikoak, kode maltzurren sarrerak (spyware, phishing, etab.)

- **Artxiboak elkarraldatzeko sareak** argazkiak, artxiboak, bideoak, etab. elkarraldatzeko erabiltzen dira.

**Arriskuak:** gu engainatzeko ahalginear, programa erakargarriekin mozorrotzen diren birusak.

- Amaitzeko, **gizarte sareen eta blog-en** bidez lagunak bilatu ahal ditugu, horiekin erraz komunikatu ahal izanik. Gune propioa eratzen digute nahi dugun bezala erabiltzeko, hau da, informatzeko, interesak, zaletasunak partekatzeko, etab.

**Arriskuak:** Gure inguruko informazio ugaria ematen badugu asmo txarreko ezezagunek ikusi ahal dute eta gure aurka erabili, baita gure ordenagailuan artxibo maltzurak deskargatzeko aukera aprobetxatu ere.

## **Gurasoentzako aholku erabilgarriak:**

- 1. Hitz egin zure seme-alabekin:** Zein orrialde bisitatu dituzten, norekin hitz egiten duten, zer gustatzen zaien ikustea, etab. jakin behar duzu.
- 2. Ordenagailua haurraren gela jartzea saihestu:** Gela komun batean ezartzean, bisitatu dituzten orrialdeak kontrolatu ahal ditugu nolabait.
- 3. Informa zaitez zure seme-alaben onurarako:** Web orrialdeak adingabeentzat eskaintzen dituen baliabideen, arriskuen eta horiek saihesteko moduen inguruan informatu behar zara. Horrela zure seme-alabei gustukoa duten hartaz gozatzeko modu seguruenaren inguruan aholkua eman ahal izango diezaiekezu.
- 4. Interneten erabilerarako arau zorrotzak ezar itzazu:** Arau garbiak eta zorrotzak jarri behar dituzu ordutegia, konexio-denbora eta Interneten erabilera arau-tzeko. Gainera, arauak betetzen direla zaindu behar duzu.
- 5. Adingabeek informazio konfidentziala eman dezaten debekatu behar duzu:** Zure seme-alabek bere izena, helbidea ala argazkiak Sarean ez erraztea garrantzitsua dela jakinarazi behar diezu. Ez dute daturik eman behar, ez bereak ezta bere senideen ala lagunen ingurukoak ere.
- 6. Zure seme-alabei itxuraren aurrean mesfidatiak izatera irakatsi iezaiezu:** Askotan Sarean dena itxura baino ez da izaten. Hori dela-eta, adingabeengan mesfidantzaren jarrera bultzatu behar duzu, euren eta familiako gainerako senideen segurtasuna eta intimitatea arriskuan jarriko duten jarrerak baztertu ditzaten.
- 7. Biruskontrako egokia instalatu eta sistema eragilea egu-**

**neratuta mantendu ezazu** fabrikatzaile ezberdinek aldizka merkaturatzen dituzten segurtasunerako eguneratze automatikoak erabiliz.

## **Adingabeen informaziorako aholkuak:**

- 1. Ez sakatu link ala lotura gaietan:** Uneko mezularitza sistema batean hitz egiten zaudenean ala posta bat jasotzen duzunean, ez sakatu inoiz zuzenean lotura baten gainean, bereziki jende ezezagunak bidali dizunean.
- 2. Ez deskargatu eta ez zabaldu helbide ezezagunetik jasotako artxiborik.**
- 3. Ez hitz egin ezezagunekin:** Chat ala uneko mezularitza sistemetan, ezin dugu erabat seguru jakin nor dagoen beste aldean.
- 4. Informazio konfidentzialik ez eman sarean:** Ez bidali inoiz informazio garrantzitsurik (datu pribatuak, argazkiak, zure helbidea, etab.) e-mail ala uneko mezula-

ritza bidez, are gutxiago blog ala foro batean.

- 5. Susmo txikiaren aurrean ere adi egon:** Instalatu ez duzun programaren bat leiho berriak ala pop-up izendatuak erakusten hasten zaizunean, produkturen bat erosteko gonbidatuz, erne ibili.
- 6. Ez zabaldu artxibo susmagarriak:** Zure segurtasun neurriak artxibo batek malware bat ekarri ahal duela edota dakarrela, adierazten badu, ez zabaldu. Besterik gabe, zure ordenagailutik ezabatu ezazu.
- 7. Helduekin hitz egin ezazu:** Gai baten inguruko zalantzak dituzunean, zerbait susmagarria ikustean ala eraso asmoko postak ala mezuak jasotzen dituzunean, heldu batekin hitz egin ezazu. Bere aholkuak mesede egingo dizu.

## **Ziber-erasoa:**

Ziberbullying ala ziber-erasoa gero eta gehiago hedatuz doan fenomeno da, pertsona batek beste bati





teknologia elkarreragileen bidez egini-ko erasoak da (e-mailak, foroak, blogak, uneko mezularitza, testu-mezuak, online jokoak, mugikorrek edota beste gailu elektronikoko batzuek).

Sarearen anonimatua errugabetasunez eta ezkutuan jarduteko aukera ematen du. Duela gutxi arte, eskola-erasoak klaseak bukatzean amaitzen zen; orain, mugikorrek eta Internetekin, mugak ez daude garbi... Berehalakotasunak, anonimatua eta Sarearen izaera masiboak eskola-erasoerako dimentsio berria ekarri dute.

Ziber-erasoa, jadanik igortzailerari posta gehiago ez bidaltzeko jakinarazi zaionean pertsona horri posta gehiago bidaltzea bezain soila izan daiteke. Ziber-erasoaren beste modu komunenak mehatxuak, malware igorpenak, sarean besteren aurrean eginiko irainak, spam (nahi ez den posta elektronikoa bantaketa masiboa), argazki faltsuen banaketa, pertsona bat erasotzeko eta difamatzeko website-en eraketa, identitatea ordeztea, etab dira.

Ziber-erasoa jasaten dutenen artean eraso horrek eragindako on-

dorioen artean depresioa, ingurunearekiko gatazkak, nahigabea, segurtasunik eza, etab daude.

## **Nola jakin adingabeak eraso jasaten duen ala ez?**

Erasoa jasaten duten adingabeek ez ohi dute euren borondatez horren berri ematen. Horrek dakarren m esprezuak bere arazoa isilpean gordetzera bultzatzen ditu, horrela, eraso mota horiek ezagutzeko eta ezabatzeko zailagoak izaten dira.

Oro har, eraso mota hori 11 eta 15 urte bitarteko adingabeen artean jazo izaten da. Biktimak nahiko lotsatiak izaten dira, edota erasotzaileek "ezberdinak" direla antzeman izaten dute. Bestalde, ohiko lagun-talderik ez duten gazteek, eraso jasateko aukera gehiago izaten dute.

Ziber-erasoa saihesteko modu onena adingabearen eta bere gurasoen zein irakasleen arteko komunikazioa sustatzea da, adingabeak bere arazoaren inguruan lasaitasunez hitz egiteko aukera izateko beharrezko konfiantza emanez.

Bestalde, teknologia berrien eta bere erabilera egokiaren inguruko

heziketara eta prestakuntza egokiak, adingabeak eraso mota horren mendean suertatzea murrizteko erabilgarriak izan ahal dira (sarean datu pertsonalak ez ematea, pertsona ezezagunaren aurrean mesfidatiak izatea,...).

## **GLOSARIOA:**

- **Web orrialdea:** Interneten erabilgarri dagoen informazioa lortzeko eta bilatzeko sistema logikoa.
- **Chat:** Interneten denbora errealean eginiko idatzizko solasaldiak.
- **Link:** Lotura. Beste dokumentu bat lortzeko ala konektatzeko erabiltzaileak sakatu ahal duen testua ala irudia.
- **Malware:** Interneteko erabiltzaileak kaltetu ahal dituen edozein programa, dokumentu ala mezu.
- **Spyware:** Ordenagailuko informazio baliotsua jasotzen duen edozein informatika aplikazio (malware mota bat).
- **Phising:** Iruzurraren bidez informazio konfidentziala lortzen ahalegintzen den delitu informatikoa.

## **Irakurriz ikastea ...**

### **"Internet para padres"**

Alfredo Caballero Sucunza. Argitaletxea: Kiaranet.com. (15 € gutx.)

Zure seme-alabek Internetekin konektatuta horrenbeste ordu emateko arrazoiak aztertu al dituzu noizbait? Ezagutzen al dituzu Tuenti eta Gizarte Sareak? Zure seme-alabak ziber-jazarpenera jasaten ala eragiten duen antzematen jakingo al zenuke? Interneteko eduki iragazkiak erabilgarri daudenaren berri ba al duzu? Internet jadanik gure bizitzetan presente dago, gure seme-alaben bizitzetan bezalaxe, horrela, funtsezkoa da guraso bezala sarearen abantailak eta onurak adierazteaz gain, seme-alabek ezkutuko

arriskuen eta mehatxuen berri izan dezaten ardura hartzea.

Baina hezi ahal izateko, lehenengo prestatu egin behar gara, horregatik argitaratu dugu liburu hau, gurasoak eta hezitzaileak erantzunak emateko presta daitezten, Interneten nabigatzeko orduan haurrek zein nerabeek egiten duten erabileraren edota topatzen dituzten arriskuen eta onuren inguruan sortu ahal zaizkigun galderen aurrean.

Liburuak aholku eta truku ugari dakartza, zalantzarik gabe oso erabilgarriak, informatikaren oinarriko

ezagutza izanik gizarte sareak zein ziber-jazarpenera bezalako hain egungo gaien inguruan jakin-mina duten gurasoentzat.



# WEB SITES (web orrialdeak)



## CHAVALES ESTA ES NUESTRA WEB

### [www.chaval.es](http://www.chaval.es)

Web orrialde egokietarako loturak eskeintzen dituen hurrei zuzendutako web orrialdea da. Helburua heztea eta informatzea da, egungo panorama teknologikoaren inguruko abantailen eta arrisuren berri emanez.



## INTERNET SEGUR@

### [www.iqua.net](http://www.iqua.net)

Interneten erabilera ziurraz kontzientziatzeko eta sustapena egiteko programa bat da, adingabeek eta nerabeek Sareak eskaintzen dizkieten onurak gozatu ditzaten. Babestea eta irakastea helburutzat duten familiengana, hezkuntza profesionalengana, adingabeengana zein Interneteko erabiltzaile ororengana zuzendua..



## PANTALLAS AMIGAS

### [www.pantallasamigas.net](http://www.pantallasamigas.net)

Teknologia berrien erabilera segurua eta onuragarria sustatzea hala nola Haurtzarora zein Nerabezarora barne hartzen dituen gizarte digitala bultzatzea helburutzat dituen ekimena da.

# Getxoko Gurasoen Eskola

- Ikastaroen iraupena hiru, lau ala bost saiokoa izango da.
- Adierazitako data lehenengo saioari dagokio.
- Eguna eta ordutegia berdinak izango dira, ikastaro ari dagozkion astetan zehar.
- Ez da beharrezkoa izango aurretiko izen-ematea gauzatzea. Nahikoa izango da adierazitako ikastetxera etortzea, lehenengo egunean.
- Edonolako arrazoi dela-eta lehenengo egunean etorri ezin izango bazinete, ondorengo saiotara etorri ahal izango zinatekete.
- Zure seme-alabak ikastetxe horretakoak ez badira, eta hura ezagutzen ez baduzu, atezaindegira ala A.M.P.A.-ra joan ahal izango zara, saioak non ospatuko direnaren berri eman diezazuten.
- Fadura BHI-k eta Julio C. Baroja BHI-k ikastetxetarako batera eskainiko diren jarduerak, Fadura BHI ikastetxean gauzatuko dira.
- Jarduerak doakoak izango dira.
- Lehenengo egunean gutxienez hamabi (12) pertsona etortzen ez badira, bigarren aukera bat bilatuko da, eta horren ondoren, partaideen gutxieneko kopurua lortzen ez bada, ikastaroa atzeratu egingo da. Gunearen barne dituzuen aukeren berri emango zaizue. Garrantzitsua izango da lehenengo egunean etortzea.
- Informazio gehiago eskuratzeko, 944 660 151 telefonora deitu.



**Getxo**  
UDALA • AYUNTAMIENTO

Gizarte Zerbitzuak  
Servicios Sociales

## IKASTAROEN EGUTEGIA: URRIA 2010 - URTARRILA 2011

	IKASTETXEA	GAIA	HASTEKO EGUNA	ORDUA
Octubre	Trinitarias	Adimen emozionalaren heziketa	Urriak, 4 Astelehena	19:00
	Europa	Estresa nola bideratu eta emozioen kontrola	Urriak, 5 Asteartea	19:00
	Divina Pastora	Seme-alabekin harremana hobetzeko moduak	Urriak, 6 Asteazkena	15:30
	Azkorri	Estresa nola bideratu eta emozioen kontrola	Urriak, 6 Asteazkena	19:00
	Aixerrota BHI	Gurasoentzako psikologia ikastaroa	Urriak, 7 Osteguna	19:00
Azaroa	Zubilletas IP	Estresa nola bideratu eta emozioen kontrola	Azaroak, 8 Astelehena	9:00
	Fadura BHI Julio C. Baroja BHI*	Gurasoentzako psikologia ikastaroa	Azaroak, 8 Astelehena	19:00
	Artaza BHI	Adimen emozionalaren heziketa	Azaroak, 9 Asteartea	19:00
	Larrañazubi	Sexualitatearen inguruan	Azaroak, 10 Asteazkena	9:00
	Romo IP	Pentsatzen, ikastea, erabakitzen ikastea	Azaroak, 11 Osteguna	9:00
Urtarr.	Geroa IP	Sexualitatearen inguruan	Urtarrilak, 18 Asteartea	9:00
	S. Ignacio IP	Adimen emozionalaren heziketa	Urtarrilak, 21 Ostirala	16:00

\*Ikastaro hau IES Faturan ospatuko da

Informazio gehiago nahi baduzu, telefono zenbaki honetara dei dezakezu.

**94 466 01 51**