Driscoll Health Plan

TEEN INTERNET SAFETY

The internet can be a powerful tool for teens to use. Like any tool, if used inappropriately the internet can be harmful to your teen. Talk to your teen about the importance of internet safety.

TIPS TO HELP YOUR TEEN

- Ask your teen about their online activity. What websites do they visit the most? Who do they interact with online?
- Talk about what to share and not share. Do not share private information such as full name, address, name of your school, or personal photos.
- Limit their daily use. Constant use may affect their schoolwork, physical exercise or family time.
- Limit your use of electronic devices. Make yourself available to your teen.
- Create unique passwords, write them down, and keep them in a safe place. Strong passwords keep your email and social media accounts secure.
- Consider using filtering or monitoring software programs to help control what your child does or sees online.
- Educate your teen on possible online scams. Teens should check with their parents if they want to make purchases.
- Only use secure wireless internet connections (wifi). Wifi connections, that are “public” may not be secure and could make your electronic devices defenseless.

Encourage your child to talk to you about their online experiences, good or bad. Let your child know it is important to tell you if they have a bad online experience. It is never too early to start teaching your child about the importance of internet safety.

Driscoll Health Plan

SEGURIDAD EN INTERNET PARA ADOLESCENTES

El internet puede ser una herramienta poderosa para que los adolescentes Como cualquier herramienta, si se usa de manera inapropiada, el internet puede ser perjudicial para su hijo adolescente. Hable con su hijo adolescente sobre la importancia de internet seguridad.

CONSEJOS PARA AYUDAR A SU HIJO ADOLESCENTE

- Hable con su hijo adolescente sobre su actividad en línea. ¿Qué sitios web visitan más? ¿Con quién interactúan en línea?
- Hable sobre qué compartir y qué no compartir. No se debe compartir información privada como nombre completa, dirección, nombre de su escuela, o fotos personales.
- Limite su uso diario. El uso constante puede afectar su trabajo escolar, ejercicio físico o tiempo en familia.
- Limite su uso de dispositivos electrónicos. Esté disponible para su adolescente.
- Cree contraseñas únicas, anótelas y guárdelas en un lugar seguro. Las contraseñas seguras mantienen sus cuentas de correo electrónico y redes sociales seguras.
- Considere usar programas de software de filtrado o monitoreo ayudar a controlar lo que su hijo hace o ve en línea.
- Eduque a su hijo sobre posibles estafas en línea. Los adolescentes deben consultar con sus padres si quieren hacer compras.
- Utilice únicamente conexiones a Internet inalámbricas seguras (wifi). Las conexiones wifi, que son “públicas”, pueden no ser seguras y podrían dejar indefensos a sus dispositivos electrónicos.

Anime a su hijo a que le hable sobre sus experiencias en línea, buenas o malas. Hágale saber a su hijo que es importante que le diga si tiene una mala experiencia en línea. Nunca es demasiado pronto para comenzar a enseñar a su hijo sobre la importancia de la seguridad en Internet.