

Liken, klikken, sharen, bingen ... Volg jij nog?

Op zoek naar tips om de digitale balans in jouw gezin te bewaren?
Draai deze folder vlug om!



Liken, klikken, sharen, bingen ...
Volg jij nog?

Mag ik foto's van mijn kind online plaatsen?



Tuurlijk, maar ...
think before you post

- ~ Zou jij foto's van jezelf in bad of op het potje willen tegenkomen op het internet?
- ~ Deel je foto's enkel met mensen die je kent.
- ~ Onthul nooit de locatie van je kind.

Lees meer tips over privacy en sharenting op www.medianest.be

Vuistregel = Vindt mijn kind dit fijn?

Sharenting = sharing + parenting

Waarom is mijn kind gek van al die influencers?



Influencers zijn mensen als jij en ik. Alleen nét iets jonger, hipper, enne ... bijzonder populair op sociale media! Maar even serieus: wat doen influencers nu eigenlijk? En waarom kijkt je kind er zo naar op?

- ~ Ze zijn aanspreekbaar en wat ze doen is herkenbaar.
- ~ Ze delen hun leven met je kind, ook de intieme momenten.
- ~ Elke influencer heeft zijn eigen doelgroep (en jij hoort daar niet bij).



Help, mijn kind is een influencer?! Ouders van bekende influencers zoals Stien Edlund en ACID delen hun verhaal met jou via www.medianest.be/influencer

Wat is normaal? Vanaf wanneer is het te veel?

Er is geen 'gouden richtlijn' van hoeveel schermtijd elk kind minimaal moet of maximaal mag krijgen. Zolang je maar waakt over een goed evenwicht tussen schermtijd en andere tijd. Tijd om te spelen, te bewegen, huiswerk te maken, te slapen en af te spreken met familie en vrienden.



Meer weten? Lees dan zeker verder op www.medianest.be

Wist je dat?!

Kinderen kopiëren het gedrag van hun ouders. Wees je dus bewust van de invloed die jij mogelijk hebt op het mediagebruik van je kind.

3 tips over games

~ **Kondig vooraf aan wanneer de tijd bijna om is.**
Kinderen kunnen helemaal opgaan in hun spel, en dan is stoppen moeilijk. Spreek af wanneer het tijd is voor het laatste spel of kondig een tijdje vooraf aan wanneer de tijd bijna om is.

~ **Niet zeker of een spel geschikt is? Check PEGI!**
Op www.pegi.info kan je nagaan of een game gepast is voor je kind. Of leer het spel kennen: bekijk gamevideo's op YouTube of Twitch.tv.

~ **Speel eens samen een game!**
Zo toon je interesse aan je kind, leer je bij waar het mee bezig is én zal je kind je sneller in vertrouwen nemen in de toekomst. Win-win, toch?



Nog vragen over games?
Check het thema gaming op www.medianest.be

Uh oh ... cyberpesters!



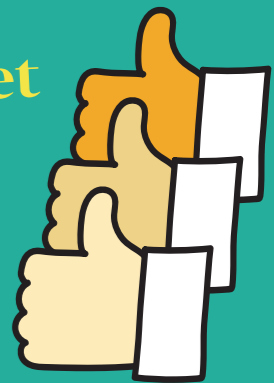
Koen: "Toen mijn dochter Esti op een avond naar het toilet was, nam ik snel een kijkje op haar TikTok account. Ik schrok van wat ik zag: berichten vol scheldwoorden. Toen ze terugkwam, was ze eerst heel boos op me. Ik verontschuldigde me, en na een tijdje wilde ze er wel over praten. Samen beslisten we om de directeur in te lichten, die met de pestkoppen ging praten. Dat zal vast gewerkt hebben, want voorlopig is het pesten gestopt."

'Ik schrok van wat ik zag: berichten vol scheldwoorden'

Professor Bart Soenens, expert opvoedingsstijlen: "In dit verhaal zien we dat Koen begrip toonde voor de gevoelens van Esti. Doordat hij zich verontschuldigde, wilde ze haar verhaal toch vertellen. Het is belangrijk dat je als ouder vanuit het standpunt van je kind kunt kijken en zijn of haar gevoelens erkent."

Meer lezen? Ook ouders van cyberpesters én van getuigen doen hun verhaal op www.medianest.be

Hoe maak ik afspraken met mijn kind?



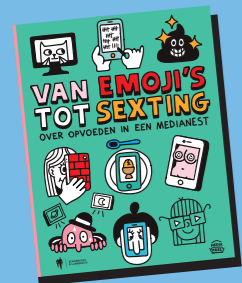
Afspraken maken is niet simpel, maar met deze tips kom je al een heel eind:

~ **Durf je eigen gevoel te volgen**
Tips van collega's, vrienden of familie kunnen heel handig zijn. Maar je hoeft je eigen overtuigingen er niet voor los te laten.

~ **Praat ook over lastige thema's**
Zo weet je kind dat deze thema's bespreekbaar zijn, ook als er iets misloopt.

~ **Groei mee met je kind**
Sta ervoor open om afspraken te herbekijken en meer vrijheid te geven naarmate je kind ouder wordt.

Spelenderwijs afspraken maken met je kind?
Check dan zeker www.medianest.be/afspraken en close the deal!



Lees alles over mediawijs opvoeden op www.medianest.be of ontdek alles in het MediaNest boek 'Van emoji's tot sexting' (www.medianest.be/boek)



Ook voor ouders van kinderen met een beperking

- ~ Alles over mediagebruik van kinderen tussen 0 en 18 jaar
- ~ Leuke spelletjes voor jou en je kind
- ~ Getuigenissen, handige tips & leuke tests
- ~ Leerrijke filmpjes & klik-en-prints
- ~ Advies van experts
- ~ Nuttige apps voor kinderen met een beperking