

Pacto Familiar para el Uso Responsable de mi Primer Smartphone



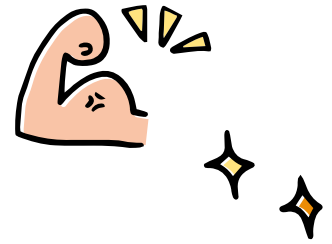
Fecha:

Mi nombre:

Nombre de mis papás:

¡Hoy empieza una nueva etapa! Voy a recibir mi primer móvil y, para asegurarnos de que todos lo usemos de forma responsable y divertida, vamos a seguir estas normas. Así, podremos disfrutar de lo mejor de la tecnología sin problemas.

Mis promesas para ser un pro del móvil



1 Usar el móvil en el momento adecuado

- Prometo usar mi smartphone solo en los horarios que hemos acordado: _____
- No lo usaré durante las comidas o cuando estemos en familia. ¡Es tiempo de desconexión!

2 Cuidar mi privacidad (y la de los demás)

- No compartiré mi información personal (dirección, colegio, teléfono, etc.) sin preguntar a mis papás.
- Si quiero compartir fotos o vídeos de mis amigos, siempre les pediré permiso primero. ¡El respeto es clave!

3 Elegir bien lo que veo

- Prometo no buscar ni ver cosas que son poco apropiadas para mi edad. Si encuentro algo raro o que me asuste, se lo contaré a mis padres.
- ¡Cero contenido violento o raro! Solo cosas que me hagan sentir bien.

4 Aplicaciones y juegos

- Solo descargaré aplicaciones y juegos que mis papás aprueben, y pediré permiso antes de crear una cuenta en cualquier red social o servicio.
- Seguiré las reglas de edad de cada app o red social. ¡Paso de correr riesgos!

5 Mantenerme seguro en Internet

- No voy a responder a mensajes de extraños ni a solicitudes de personas desconocidas. Si algo no me cuadra, se lo contaré a mis papás.
- Evitaré hacer clic en enlaces o anuncios que puedan poner en peligro mi móvil.

6 Equilibrar el tiempo de pantalla

- Prometo no pasar más de _____ horas al día con el móvil, así tengo tiempo para otras cosas divertidas (jugar, estudiar, descansar...).
- Evitaré usarlo justo antes de dormir. ¡Mi sueño es importante para estar a tope al día siguiente!

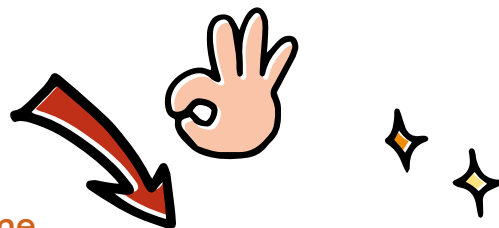
7 Si no cumplo, acepto las consecuencias

- Si no cumplo con estas reglas, dejaré de usar el móvil por un tiempo o perderé algunos privilegios. ¡Me esforzaré en cumplir mis promesas!



Pacto Familiar para el Uso Responsable de mi Primer Smartphone

Lo que mis papás prometen



① Estar siempre ahí para ayudarme y aconsejarme

- Mis papás me van a guiar en todo lo que necesite para usar el móvil de manera segura, sin invadir mi espacio. ¡Nos apoyamos mutuamente!
- Si algo me incomoda o me preocupa, me escucharán y ayudarán sin juzgarme. Estamos en esto juntos.

② Hacer ajustes cuando sea necesario

- Juntos revisaremos estas reglas, de vez en cuando, para ajustarlas a medida que crezco y me vuelvo más responsable o tengo nuevas necesidades.



¡Firmamos el acuerdo!



Con nuestras firmas, nos comprometemos a cumplir estas normas para usar el smartphone de manera responsable y segura.



Mi firma:

Firma de mis papás:
