

## Aquí teniu les normes:

1. És el meu telèfon. Jo l'he pagat. Jo te'l deixo a tu.
2. Jo sempre coneixeré la contrasenya.
3. Si sona, agafa'l. És un telèfon. Digues "hola", fes gala de les teves maneres. Mai ignoris una trucada si a la pantalla es llegeix "Mamà" o "Papa". Mail,
4. Li donaràs el telèfon a un dels teus progenitors immediatament a les 19h30 cada dia d'escola i a les 21h el cap de setmana. Estarà apagat tota la nit i es tornarà a encendre a les 7h30. Si et cal trucar algú fora d'aquest horari fes-ho des del telèfon fix al telèfon fix, on els seus pares poden contestar.
5. No aniràs a l'escola amb ell. Conversa en persona amb la gent a la que envies missatges. Els dies de mitja jornada, les excursions i les activitats extraescolars requeriran consideracions especials.
6. Si es cau a l'aigua, es colpeja contra el terra o s'esfuma a l'aire, ets el responsable dels costos de substitució o reparació. Talla la gespa, fes de cangur, estalvia diners del teu aniversari. Si passa, hauràs d'estar preparat.
7. No facis servir la tecnologia per mentir, fer ximpleries o -enganyar a un altre ésser humà. No t'involucris en converses que siguin perjudicials per als altres. Sigues un bon amic.
8. No envia's missatges, correus electrònics o diguis res a través d'aquest mitjà que no diries en persona.
9. No envia's missatges, correus electrònics o diguis a algú alguna cosa que no li diries en veu alta i en presència dels seus pares. Autocensura't.
10. Res de porno. Cerca a la web informació que compartiries obertament amb mi. Si tens algun dubte sobre alguna cosa, pregunta a una persona. Preferiblement, al teu pare o a mi.
11. Apaga'l, silencia't, deixa'l a un costat en públic. Especialment en restaurants, al cinema o mentre parles amb un altre ésser humà. No ets una persona mal educada, no deixis que el mòbil canviï això .
12. No envia's ni rebis imatges de les teves parts íntimes o de les parts íntimes de qualsevol altra persona. No riguis!. Algun dia estaràs temptat de fer-ho, malgrat la teva gran intel·ligència. És arriscat pot arruïnar la teva vida adolescent/jove/adulta. És sempre una mala idea. El ciberespai és immens i més poderós que tu. I és difícil- fer que alguna cosa d'aquesta magnitud desaparegui, incloent una mala reputació.
13. No facis multitud de fotos o vídeos. No hi ha necessitat de documentar-ho tot. 'Viu les teves experiències. Quedaran registrades en la teva memòria tota l'eternitat.
14. Deixa el teu mòbil a casa de vegades i sent que estàs igualment protegit i segur d'aquesta decisió. El món no és un infern, la gent s'ajuda. El mòbil no està viu ni és cap extensió del teu cos.- Aprèn a viure sense ell, Sigues millor i més poderós que FOMO [en anglès, sigles de "fear of missing out", la por a perdre una cosa que està passant, a no estar sempre connectat].
15. Baixa't música que sigui nova o clàssica o -diferent de la que milions de teus semblants escolten, que és sempre el mateix. La teva generació té un accés a la música més gran que qualsevol altra a la història. Aprofitat d'aquest regal. Expandeix ets teus horitzons.
16. Practica jocs de paraules, puzzles o trencaclosques de tant en tant.
17. Manté els ulls amunt, mira endavant. Observa el món que passa al teu voltant. Mira per la finestra. Escolta als ocells. Passeja't.- Parla amb un desconegut. Pregunta't sense buscar a google.,,,.
18. Et faràs un embolic. Et trauré el telèfon. Ens asseurem i parlarem sobre això. Tornarem a començar. Tu i jo sempre estem aprenent. Estic en el teu equip. Estem junts en això .

Informació extreta de "El confidencial"/ampa INS SILS, adaptació M. Helena Tolosa.