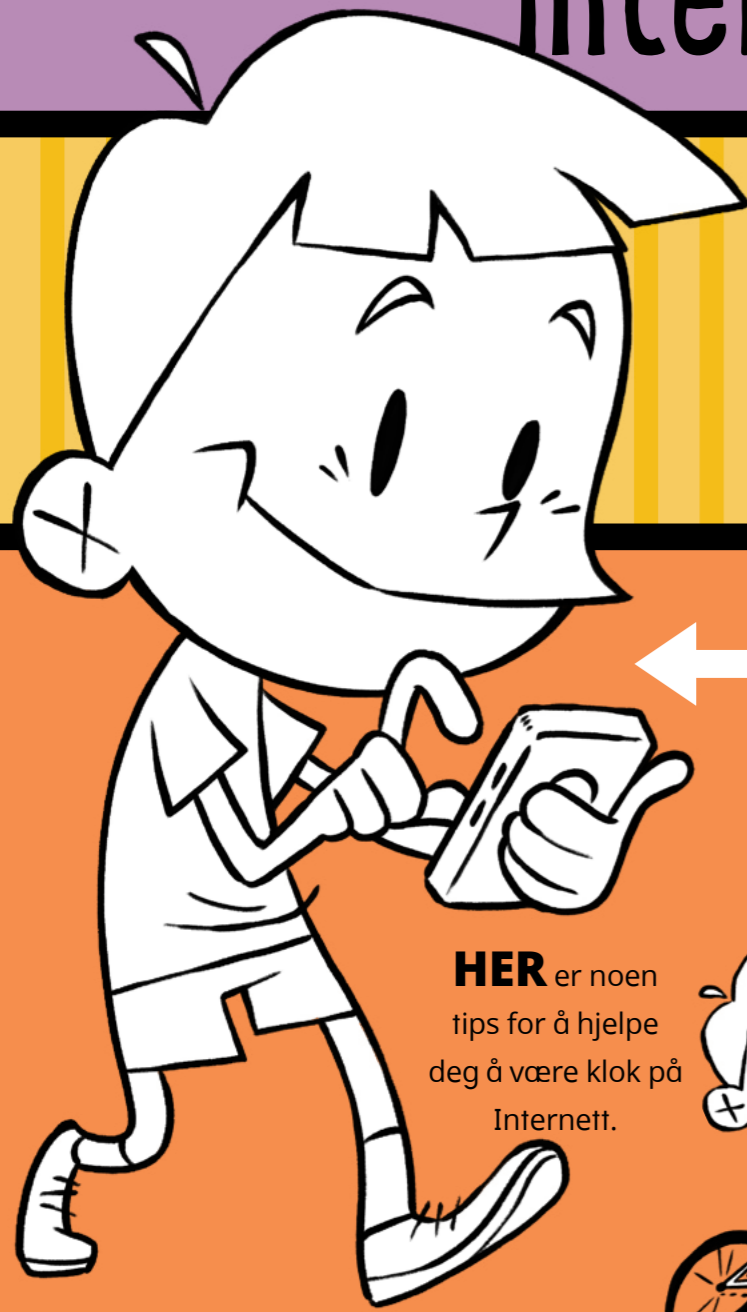


# Hold deg trygg på Internett



**HER** er noen tips for å hjelpe deg å være klok på Internett.

**GJØR:** Bruk medier på et sted der det finnes andre mennesker. Hvis du føler at du må skjule noe, er det sannsynligvis ikke en bra ting å gjøre.



**GJØR:** Fortell mor eller far eller en voksen du stoler på om en hvilken som helst melding, video eller et bilde som gjør deg utilpass, redd eller bekymret.

ILLUSTRASJONER: KELLAN STOVER

**IKKE:** Svar på eventuelle stygge kommentarer, tekstmeldinger eller meldinger. Det er bedre å blokkere, slette eller ignorere dem.

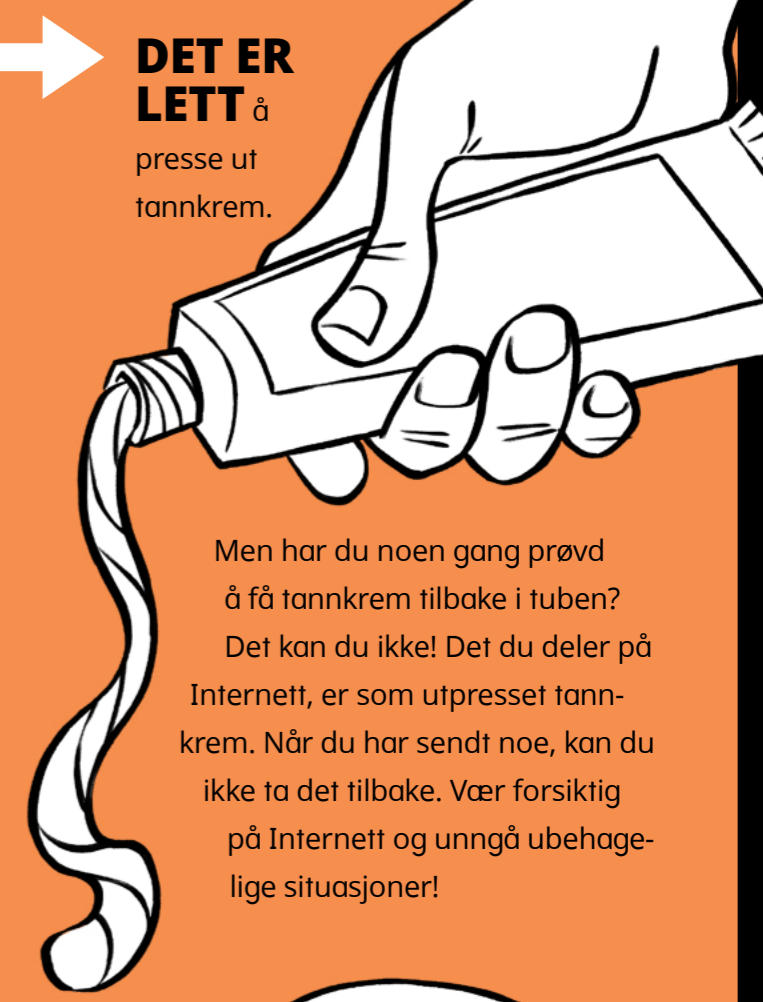


**IKKE:** Tro på alt du leser eller ser. Ikke alt du ser på Internett, er sant.

**IKKE:** Snakk med eller del bilder av deg selv med personer du ikke kjenner i det virkelige liv.



**DET ER LETT** å presse ut tannkrem.



Men har du noen gang prøvd å få tannkrem tilbake i tuben? Det kan du ikke! Det du deler på Internett, er som utpresset tannkrem. Når du har sendt noe, kan du ikke ta det tilbake. Vær forsiktig på Internett og unngå ubehagelige situasjoner!



**GJØR:** Husk at det finnes en fantastisk verden utenom telefonen eller datamaskinen!



**IKKE:** Del personopplysninger med mindre en av foreldrene dine sier at det er greit. Du skulle ikke dele dine passord, din fødselsdato, adresse, ditt telefonnummer og heller ikke ditt fulle navn på Internett.



**GJØR:** Vær respektfull og høflig. Det er lett å spre vennlighet på Internett!



**GJØR:** Lytt til Ånden. Husk at: "Den hellige ånd vil ... vise dere alt dere skal gjøre" (se 2 Nephi 32:5) - til og med på Internett!

