

# SURF SAFE

**surfen - chatten - profielensites - mobiele telefonie - cyberpesten**  
**verslaving - lichamelijke klachten - surfsafe tips - handige websites**

# SURFSAFE

**Deze brochure geeft informatie over jongeren en omgaan met internet.**

## **Meer weten?**

**Kijk dan op [www.jipvenlo.nl](http://www.jipvenlo.nl), stel je vraag via de mail: [info@jipvenlo.nl](mailto:info@jipvenlo.nl) of vraag het aan één van de JIP-medewerkers**

Herziene uitgave mei 2010

Jongeren Informatie Punt JIP Venlo

Begijnengang 4

5911 JL Venlo

T 077 326 64 50

F 077 326 64 51

E [info@jipvenlo.nl](mailto:info@jipvenlo.nl)

I [www.jipvenlo.nl](http://www.jipvenlo.nl)

*Bron en tekst: GGD en [www.surfsafe.nl](http://www.surfsafe.nl)*

*Aan de informatie in deze brochure kunnen geen rechten worden ontleend. Bij de samenstelling van de informatie werd de grootste zorgvuldigheid in acht genomen maar het kan voorkomen dat ergens een fout in geslopen is. Daarom aanvaarden wij geen aansprakelijkheid.*

**Surfen, chatten, profielensites: heel erg leuk allemaal, maar niet zonder risico's. Want dat vijftienjarig chatvriendje is in werkelijkheid misschien al vijfendertig. En wat als er ineens een heel vervelende foto van jou op internet staat? Of als je gepest wordt via MSN?**

## Surfen

Surfen op internet betekent dat je van de ene naar de andere website springt. Op websites kun je heel veel informatie vinden. De meeste websites zijn leuk en informatief, andere zijn saai. Sommige sites zijn schokkend, ook voor volwassenen. Het is nu eenmaal zo dat iedereen een website kan opzetten. Ook mensen bij wie zo gezegd een steekje los zit.

Op het internet moet je soms informatie over jezelf geven. Bijvoorbeeld om toegang te krijgen tot een site of omdat de site je het een en ander (gratis) belooft. Het is maar de vraag wat er met je gegevens gebeurt. Iemand op straat geef je toch ook niet zomaar je naam en adres? Waarom zou je niet net zo voorzichtig zijn op het internet?



## Chatten

Chatten is 'kletsen' door het versturen van korte tekstberichten via internet. Voor chatten kun je gebruik maken van chatrooms zoals chatten.nl of chatitout.nl. In een chatroom zie je niet met wie je chat. De ander ziet jou ook niet. Dat kan een groot voordeel zijn. Het maakt het soms makkelijker om dingen te schrijven die je in het normale leven niet zo snel zou durven zeggen. Chatten kan daardoor erg leuk zijn.

### **Anders voordoen**

Het grote voordeel van chatten is meteen ook het grootste nadeel. Het is namelijk heel eenvoudig om je op het internet anders voor te doen dan je bent. Dat betekent dat die internetvriend in het echt wel eens heel wat minder leuk kan zijn.

Er zijn helaas al heel wat jongeren die daar te laat achter zijn gekomen. Wat doe je bijvoorbeeld als je op internet iemand je mobiele nummer hebt gegeven en die persoon blijft je maar bellen? Of je wordt via je mobiel gepest of zelfs gechanteerd? Of 'robbie14' blijkt in het echt wel 30 jaar te zijn?

### **MSN**

Met MSN bepaal je zelf met wie je chat. Jij beslist wie er op je persoonlijke MSN-lijst komt te staan. Zo hoeft je niet bang te zijn voor vreemde types. Als je tenminste niet zomaar de MSN-adressen van je klasgenoten kopieert! Lastige chatters kun je gemakkelijk blokkeren.

## Profielensites

Het is zo makkelijk. Met een paar muisklikken en wat foto's heb je een profiel over jezelf aangemaakt op internet. In zo'n profiel staat bijvoorbeeld een stukje tekst over jezelf met foto's, en jouw antwoorden op vragen over je favoriete muziek en eten, seksuele voorkeur etc. Hiermee creëer je een beeld van jezelf, dat overigens waar of onwaar kan zijn. Dit wordt door de profielensite niet gecontroleerd.

## Chatmogelijkheden

De profielensites kennen soms ook uitgebreide chatmogelijkheden, die een kruising vormen tussen gewone chatboxen en Instant Messaging. Profielensites die in Nederland veel bezocht worden zijn bijvoorbeeld [hyves.nl](http://hyves.nl), [facebook.nl](http://facebook.nl), [cu2.nl](http://cu2.nl), [sugababes.nl](http://sugababes.nl), [superdudes.nl](http://superdudes.nl) en [partypeeps2000.com](http://partypeeps2000.com).

Maar niet alleen je vrienden kunnen je profiel zien. Ook andere mensen kunnen langskomen. Ook je ouders! Daarom moet je nadenken over de informatie die je op je profiel neerzet.





## Mobiele telefonie

Je kunt allang veel meer met je mobiel dan alleen bellen. Met de zogenaamde 'slimme' telefoons (smart phones) kan je verbinding maken met internet en via bluetooth met andere telefoons en apparaten. Ook kun je geluid, plaatjes, foto's en filmpjes versturen. Met name deze smart phones lopen digitale risico's. Door middel van MMS-berichten of via de draadloze bluetooth verbinding kunnen virussen de telefoon binnendringen, persoonlijke gegevens worden gestolen en er kan informatie worden misbruikt.

Denk goed na voordat je iemand je mobiele nummer geeft, zowel in het echt als op het internet. En onthoud dat een gemaakte en verstuurd foto met je mobiel doorgestuurd kan worden naar iedereen!

## Lastig vallen

Als je wordt lastiggevallen via je mobiele telefoon, neem dan contact op met de aanbieder van je mobiele netwerk. Deze kan achterhalen wie je lastigvalt en deze persoon blokkeren zodat hij of zij je niet meer lastig kan vallen. Kijk op de website van de aanbieder wat daarvoor de voorwaarden zijn. Ook kun je bij ernstige gevallen (bijvoorbeeld bij stalking) aangifte doen bij de politie.

*TIP: Bewaar de sms en/of het telefoonnummer van degene die je lastigvalt.*

## Cyberpesten

Je wordt digitaal gepest, ze schelden je uit of roddelen via msn of sms, ze zetten je onder druk om je wachtwoord te geven, opnames van jou via de webcam worden op internet gezet, ze hacken jouw homepage of mail (inbraak in je persoonlijke gegevens).

### **Anoniem**

Gepest worden is niet leuk. Wanneer je op school wordt gepest kun je nog naar een leraar stappen. Als je durft tenminste. Meestal weet je ook wie de pestkop is. Maar op internet kun je ook door iemand gepest worden die anoniem is. Eigenlijk zou je een dikke huid moeten kweken voor internet. Jongeren durven sneller grove dingen op internet te zeggen dan recht in je gezicht. Als zulke opmerkingen opzettelijk worden gemaakt kun je zo'n persoon het beste blokkeren in je chat of msn. En reageer niet op haatmailtjes of andere digitale pesterijen. Pestkoppen willen vaak aandacht. Reageer hier niet op en je zal merken dat ze op zoek gaan naar iemand anders om te pesten.

### **Bewaren**

Bewaar de pestmail of sla de berichtjes op. Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden. Aan het IP adres van de mail kan afgeleid worden van welke computer de e-mail is verzonden. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mails en sms'jes aanneemt. Je kunt deze helpdesk bellen.

En houd het niet voor je maar praat er met iemand over, misschien een vriend(in), een ouder of een leraar die je vertrouwt.



## Internetverslaving

Een Chinees meisje overleed (in 2006) nadat ze nachten zonder slaap en dagen zonder eten en drinken via internet het spel World of Warcraft had gespeeld. Er komen steeds meer afkickkampen voor computer-verslaafde jongeren, want langdurig computergebruik is een groeiend probleem.

### **Hoe herken je bij jezelf verschijnselen van verslaving?**

- Je brengt steeds meer tijd door achter de computer.
- Je wordt somber, angstig, geïrriteerd en rusteloos wanneer je minder achter de computer zit.
- Je pogingen om te minderen of stoppen mislukken.
- Je bent in je hoofd voortdurend bezig met computer en internet, ook op andere plaatsen.
- Je gebruikt de computer als vlucht voor nare gevoelens en somberheid.
- Je liegt over hoeveel tijd je achter het scherm zit.

Ook kun je een aantal lichamelijke klachten krijgen door het lange computergebruik, bijvoorbeeld: pijn aan je arm/pols (muisarm), pijn aan je ogen of wazig zien, hoofdpijn, rugpijn, slaapstoornissen en soms ga je jezelf verwaarlozen door slecht te eten en door je slecht te verzorgen.



## Internet en de wet

### Privacy

Op sommige sites kan gevraagd worden naar bijvoorbeeld je naam, adresgegevens en telefoonnummer. Het is niet verplicht om deze gegevens in te vullen. Mocht je je gegevens toch ergens achterlaten, dan wil je natuurlijk niet dat die informatie aan Jan en alleman wordt gegeven. Daarom bestaat er de Wet Bescherming Persoonsgegevens. Hierin staat onder andere dat niemand jouw gegevens zomaar aan iemand anders mag geven, zonder dat jij daar toestemming voor hebt gegeven.

### Computerinbrekers

Net zoals in een huis, kan er ook iemand in je computer inbreken. Hij probeer zo bijvoorbeeld achter een wachtwoord of creditcardnummers te komen. Zo kan hij bijvoorbeeld op naam van iemand anders spullen kopen op internet. Als er iemand inbreekt in je huis, dan bel je de politie en dan gaan zij op zoek naar sporen. Zo is het met computerinbrekers ook. Ze proberen te achterhalen wie het gedaan heeft en diegene krijgt dan een straf. Maar wat als degene die bij jou in de computer heeft ingebroken nou aan de andere kant van de wereld woont? Gelukkig zijn hier afspraken over gemaakt tussen landen zodat ze elkaar kunnen helpen om die mensen ook op te pakken.



## Surfsafe tips

- Gebruik nooit je echte naam maar een 'nickname'.
- Geef nooit je wachtwoord en inlognaam aan anderen en zorg dat ze niet te makkelijk te raden zijn.
- Wees voorzichtig met privégegevens op internet (geef geen adres, achternaam of (mobiel) telefoonnummer).
- Gebruik een goede virusscanner en firewall om je computer te beschermen.
- Je anders voordoen dan je bent kan geinig zijn. Ook degene met wie je chat kan anders zijn dan hoe hij of zij zich voordoet. Dit kan gevaarlijk zijn.
- Voeg op MSN geen onbekenden toe.
- Wees voorzichtig met het gebruik van de webcam. De beelden kunnen op internet geplaatst worden.
- Word je gecyberpest? Zoek steun bij vrienden, je ouders of een leraar. Blokkeer de pester indien mogelijk.
- Bewaar de pestmail of sla de berichtjes op. Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden.
- In sommigen gevallen kun je aangifte doen bij de politie. Dit kan als je wordt afgeperst, bedreigd, gestalkt of op een andere manier onder dwang wordt gezet.
- Ga niet in op vervelende chat of mailteksten. Log bijvoorbeeld uit of ga met iemand anders chatten.
- Ga zelf niet schelden via chat of mail.
- Het is leuk om complimentjes te krijgen van onbekenden, maar je kunt beter geen afspraak maken voor een ontmoeting. Je weet tenslotte niet

zeker of deze persoon wel is wie hij of zij beweert te zijn.

- Indien je toch afspreekt, doe dat dan in een openbare gelegenheid (bibliotheek, café) en neem bij voorkeur iemand mee (of laat aan iemand weten dat je een afspraak hebt met wie en waar).
- Wissel computergebruik af met andere leuke actieve bezigheden en zorg ervoor dat je niet langer dan één uur achter elkaar computert.

### **Handige websites:**

- [www.surfsafe.nl](http://www.surfsafe.nl)  
tips voor kids
- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
hulp als je gepest wordt
- [www.pestenslaf.nl](http://www.pestenslaf.nl)  
over cyberpesten
- [www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl)  
praten over je problemen
- [www.kinderconsument.nl](http://www.kinderconsument.nl)  
informatie
- [www.therulez.nl](http://www.therulez.nl)  
politie met tips
- [www.chatinfo.nl](http://www.chatinfo.nl)  
afspraken van chatboxen
- [www.helpwanted.nl](http://www.helpwanted.nl)  
meldpagina voor jongeren

