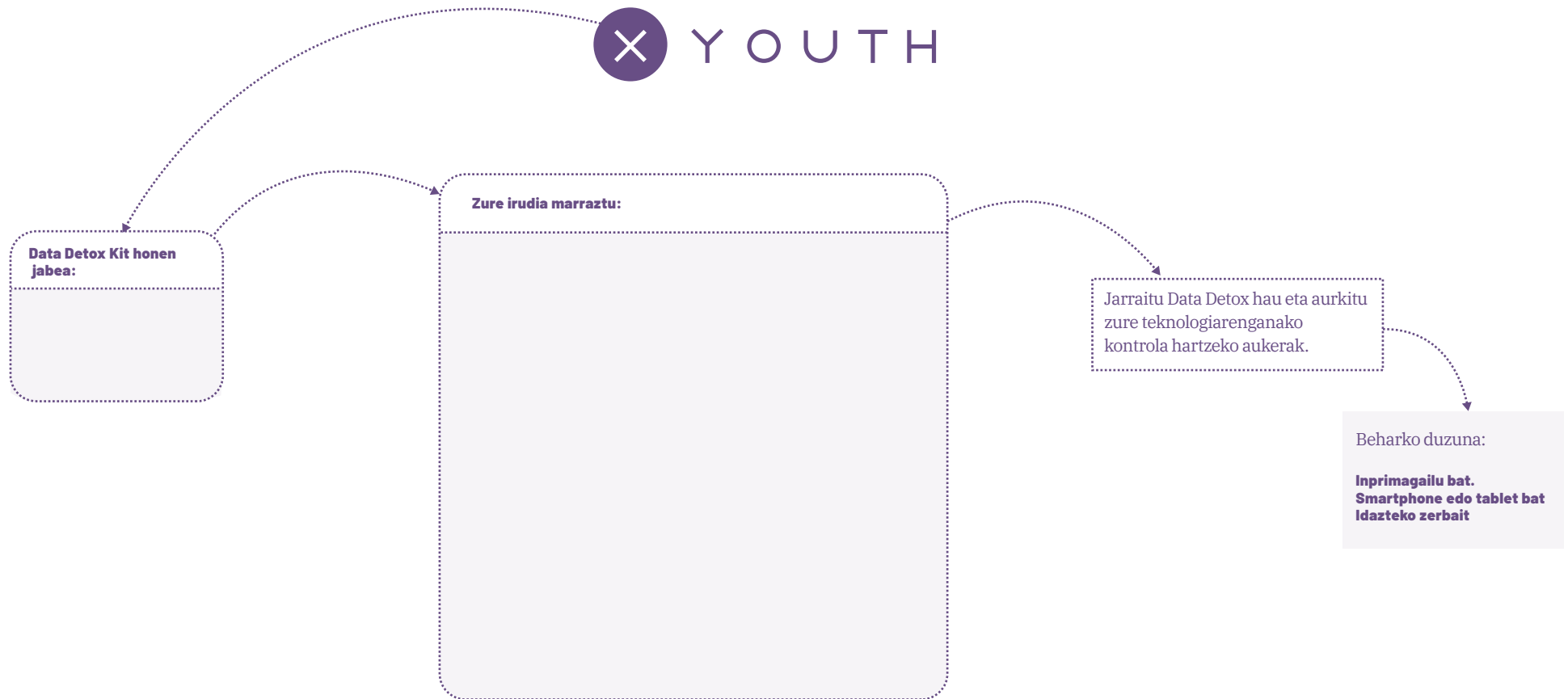


DATA DETOX YOUTH



Produktuaren egilea:

**TACTICAL
TECH**

#datadetox

Zure iritzia ezagutu nahi dugu! Gazteen, hezitzaileen eta gurasoen feedback-ak eta istoriak entzun nahi ditugu. Bisitatu datadetoxkit.org/eu/families gauza gehiago ezagutzeko.

Laguntzaileak:



Funded by
the European Union

PRIBATU
-TASUN
DIGITALA
I

Detox Data Kit zure datu pertsonalen mundurako gida da. Zergatik jarraitzen du mundu guztiak horretaz hitz egiten? Zer itxura du? Eta nola kontrola dezakezu?

ZURE DATUEN KONTROLA HARTU



...ihes egiten ari direlako

Baliteke enpresek zuri buruzko xehetasun batzuk jakiteak gauza larririk ez iruditzea. Nori axola zaio Baby Yodaren zale amorratua bazara edo katuen bideo asko ikusten badituzu?

Arazoa da zer gertatzen den zure datuekin. **Denborarekin, lineako zure Niak bere nortasuna hartzen du, bere ohitura, gustu, nahigabe eta sekretuekin.** Lizuna bihur daiteke, eta zure datuak kontsultatuz dirua irabazten duten "datu-bitartekari" enpresen esku gera daiteke.

Has gaitezen!

Produktuaren egilea

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

ZURE APLIKAZIOAK ASTINDU

Aplikazioek gigabyte baliotsuak erabiltzen dituzte bateriaren biltegitratze eta iraupenerako, baina datuak ere bil ditzakete, baita erabiltzen ari ez zarenean ere. Aplikazio batzuk kentzea, datu-arrastoak murrizteko eta bateria eta biltegitratzeko espazioa aurrezteko modu azkar bat da. Abantaila gehiago zuretzat!

Burutu ezazu jarduera hau aplikazioen pilatzaile bat zaren ikusteko:

Aizu!

Smartphonik ez baduzu, elkartu zaitez badaukan norbaitekin.

Lehenik, asmatu zenbat aplikazio dituzun mugikorrean (begiratu gabe!)...

APP NO:

Orain, kontatu zenbat dituzun:

APP NO:

Galdeiozu buruari benetan zeintzuk behar dituzun. Eta orain, errebisatu eta ezabatu "proba gairiditzen ez dutenak". Honela egin dezakezu:

Aizu!

Ez bazaude ziur aplikazio bat ezabatzeaz, galdetu zeure buruari ea nabigatzaile batean erabili dezakezun.

Android: Ezarpenak → Aplikazioak → Desinstalatu nahi duzun aplikazioa aukeratu → Desinstalatu

iPhone: Sakatu ezabatu nahi duzun aplikazioa eta hautatu "aplikazioa ezabatu". Aplikazio bat ezabatzeke, ukitu ezazu aplikazio horren gurutzetxikia.

2

ZURE TELEFONOAK BADAKI NON EGON ZAREN?

Atzean uzten duzun datu pertsonal baliotsuenetako bat kokapen-datuak dira. Zure kokapenak zuri buruz asko adieraz dezake, zure adina bezalako begi-bistakoa den zerbaitetik hasi eta zure lagunik onena nor den bezalako zerbait intimoagora arte. Zure aplikazioak zure mugimenduak etengabe arakutzen eta grabatzen egon daitezke zuk jakin gabe, eta horrek nahi baino gehiago ezagutarazi dezake.

Ikus dezagun gehien erabiltzen duzun aplikazioa zein den.

Aplikazio bakoitzerako pentsatu, ea behar bezala funtzionatzeko, zure kokapenerako sarbidea behar duen edo ez. Horretarako, erabili jarraian eskaintzen den eskala.

Idatzi hemen gehien erabiltzen dituzun hiru aplikazio nagusiak:

APP 1:
APP 2:
APP 3:

Aplikazio honek non nagoen jakin behar du:

Inoiz
Batzuetan
Beti

Aizu!

Zenbait aplikazioek, batzuetan, zure kokapenerako sarbidea beharko dute, hala nola mapak edo meteorologia-aplikazioak.

Orain, egiaztatu zure aplikazioaren konfigurazioa, funtzionatzeko kokapen-daturik behar ez duten aplikazioetarako kokapen-baimenak zehazteko:

Android: Ezarpenak → Aplikazioak → Aplikazioaren arabera kokapenerako sarbidea administratu

iPhone: Ezarpenak → Pribatutasuna → Lokalizazio-zerbitzuak → Aplikazioaren arabera kokapenerako sarbidea administratu

Hurrengo orrialdera joan!

Bonus :)

kokapenari buruzko datuak doan mugatu dituzenez, saiatu zure telefonoko beste funtzio batzuetarako sarbidea mugatzen, hala nola kontaktuak, kamera eta mikrofonoa.

3

NOR ZARA GOOGLEREN ARABERA?

Google bezalako doako zerbitzuak erabiltzen dituzunean, etengabe ematen dizkiezu zure datuak. Google-k informazio hori guztia erabil dezake zure online profila egiteko, eta horrek erakunde iragarleei gustatzen zaizkizun gauzak zer diren jakiteko balio die. Baina batzuetan online profil hori ez da espero zenuena bezalako.



Ikus dezagun zer pentsatzen duten. Lehenik eta behin, adierazi Google-ren zein zerbitzu erabiltzen duzun:

Bilatzailea	Classroom
Gmail	Drive
YouTube	Hangout
Mapak	Family link

Orain ikus ezazu zeure burua Google-ren betaurrekoekin:

Bisitatu myactivity.google.com → Saioa hasi → Google-ko jarduera gehiago → Google ads zerbitzuaren ezarpenak → Kudeatu ads zerbitzuaren ezarpenak →

Harilkatu beheant, zuretat iragarkiak nola pertsonalizatzen dituzten ikusteko ("iragarkien pertsonalizazioa" aukera desaktibatuta badago, aktibatu)

Bonus :)
myaccount.google.com/activitycontrols, estekan sartuta, desgaitu zure sareko jarduera, kokapen-historia eta YouTubeko historia.

Zure iragarkiko pertsonalizazioaren emaitzetako batek harritu zaitu? Beharbada ez dute zure adinean asmatu, edo tartak egitea gustatzen zaizula esan dute laberik inoiz ikutu ez duzunean? Zure profila osatzea nahi ez baduzu, orrialdearen goialdean **desgaitu dezakezu aukera** hau.



4

PARTEKATZEAK ZURE GAUZAK ERAKUSTEN DITUENEAN

Denok dakigu sare sozialak lagunekin konektatzeko modu bikaina izan daitezkeela. Baina gure buruari buruzko informazio asko ematen diegu ezagutzen ez dugun jendeari, baita plataformen jabe diren enpresei ere.

Edukiak zure hurbileko zirkuluarekin eta jarraitzaileekin partekatzen ari zarela ziurtatu nahi duzu, eta ez zure aplikazioekin? Hautatu aplikazio hauetako bat eta ondoko urratsak jarraitu:

Aizu!
Ezin duzu Facebook-engandik bereizi, Instagram-en jabea baita - berdinak dira!

Instagram
Profila → Ezarpenak:
Kontua → Kontaktuen sinkronizazioa → Desgaitu kontaktuen sinkronizazioa
Kontua → Elkartutako kontuak → Kontuak bereizi

Snapchat
Profila → Ezarpenak:
Zerbitzu gehigarriak → Maneiatu → Lehentasunak → Desgaitu lehentasun guztiak.
Zerbitzu gehigarriak → Bizimodua eta interesak → Desgaitu guztiak
Zerbitzu gehigarriak → Mapak → Desgaitu kokapen aztarnak

Bonus :)
Fortnite edo Minecraft bezalako plataformarik erabiltzen duzu? Saiatu zure pribatutasun-konfigurazioak indartzen.

Nire Pribatutasun Digitala

Zorionak. Sareko pribatutasunaren gaiaren inguruko atala bukatu duzu. Orain, eseri, lasaitu eta adierazi zer egin duzun:

- Nire aplikazio batzuk kendu ditut eta datuen arrastoak murriztu ditut.
- Nire kokapen-datuen arrastoa garbitu dut.
- Nire burua Google-ren ikuspegitik ikusi dut.
- Informazio asko sare sozialetan partekatzeari utzi diot.

Gauza horietako bat egin baduzu ere, aurrerapenak egin dituzu zure online pribatutasuna hobetzen. Datuetan oinarritutako mundu batean bizitzeak esan nahi du pribatutasun-trebetasunak praktikan jartzen jarraitu beharko dugula, modu automatikoan egiten ikasi arte.

Zabaldu mezua! Animatu zure lagunak eta senitartekoak Data Detox egitera.



HURRENGOA: SEGURITASUN DIGITALA

ZURE SEGURTASUNA HOBETU

...pasahitz sendoen bidez

Internet dinosauroen moztarroak dituzten txakurren argazkiak partekatze leku bat besterik ez balitz, ez legoke segurtasun behar handirik. Baina Interneten denbora asko pasatzen duzu eta, beraz, zure kontuak babestu behar dituzu.

Hona hemen hori egiaztatzeko modu bat: zure txakurraren edo katuaren izena erabiltzen ari zara pasahitz gisa? Gaur egun, ez dago aitzakiarik segurua ez den pasahitza izateko. Hackerrek beren teknikak hobetzen dituzte, beraz, prest egon behar duzu beren kontuetatik kanpo mantentzeko.

Data detox hau jarraituz, **pasahitz sendo eta seguruak sortzeko modurik onenak ikasiko dituzu, ezegunak zure kontuetatik kanpo mantentzeko.**

Has gaitezen!

Produktuaren egilea

TACTICAL TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

HACKER BATEN LAGUNA IZAN

Modu simple bat dago hacker baten lagunak izateko - etxean bezala sentiarazteko pasahitz errazak sortu.

Saiatu gehien erabiltzen diren pasahitzak asmatzen, pista hauek jarraituz:

1 Sei arte zenbatu (zenbaki bidez)

2 Zure kontua desblokeatzeko behar duzu

3 Teklatu bateko lehen teklatuek sei letrako hitz hau sortzen dute

4-n bilatuko dut (bilatzailek ezagunena da)

5 Zuhaitz artean ibili eta bananak jaten dituen animalia

6 Gonbidatu hacker bat,

Erraza izan da, ezta? Zuretzat erraza bada, are gehiago zure kontuan sartzen saiatzen direnentzat.

Ohikoa da gogoratzeko errazak eta pertsonalak diren pasahitzak aukeratzea, baina horrek esan nahi du ez direla bakarrak. Beraz, norbaitek zure kontua hackeatu dezake trikimailu batzuk eginez edo programa automatiko bat erabiliz.

Bonus :)

begiratu ea "pwned" egin dizuten (zure ordenagailu edo webguneko segurtasuna arriskuan jartzea, alegia) **haveibeenpwned.com** bidez eta ea zure posta elektronikokoaren kontua datu urraketa batean sartu den. Hori jakiten baduzu, une egokia litzateke zure pasahitzak berrikusteko!

2

AGUR "123456"

Segurtasun handiko pasahitzak sortzea erraza da. Oinarrizko urrats batzuk jarraitu behar dituzu.

Zure pasahitzak honelakoa izan behar du:

Luzea - Gutxienez 8 karaktere eduki behar ditu. Hobe esanda, 16-20 arteko luzeera izan behar du.

Bakarra - Pasahitz desberdin bat erabili kontu eta orrialde bakoitzerako.

Ausazkoa - Zure pasahitzak ez luke eredu logiko bat jarraitu behar edo asmatzeko erraza izan behar.

Segurua - Gorde pasahitzak leku seguru batean eta ez idatzi beste inork aurki ditzakeen leku batean.

Pribatua - Ez partekatu zure pasahitzak beste pertsona batzuekin, baldin eta kontu bat partekatzen ari bazara edo konfiantza handiko pertsona bada.

Zaila egiten zaizu pasahitz segurua sortu eta hura gogoraraztea? Pasahitzen kudeatzaile bat, **1Password** edo **KeePassXC**, zure pasahitzak modu seguruan sortu, gogoratu eta biltegitratzen dituen programa bat da. Egin behar duzun gauza bakarra pasahitz nagusia gogoratzeko da, besteak desblokeatu ahal izateko.

Ba al zenekien?

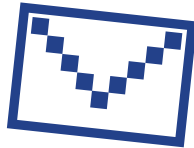
Ordenagailu batek batez beste 7.5 milioi urte behar ditu 12 karaktereko pasahitz bat asmatzeko, aldiz, 8 karaktereko bat asmatzeko 2.6 egun besterik ez.

Hurrengo urratsera joan, pasahitz indartsuak sortzeko beste modu bat aurkitzeko.

3

P4nda h0ri@ren daNtza aLaia

Zergatik ari gara bat-batean pandei buruz hizketan? Atal honen izenburua esaldi-pasahitz bat da - Ausazko hitz-multzoak dira, eta hain dira arraroak, ezen, egia esan, errazago gogoratzen baitira pasahitz zailak baino, baina askoz ere zailagoa da beste pertsona batentzat asmatzea.



Saiatu zeurea osatzen. Idatz itzazu ausazko bost hitz esaldi bitxi bat osatzeko, atal honetako izenburuarekin egin dugun bezala:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Orain letra batzuk LETRA LARRIZ jarri eta puntuazio zeinuak gehitu (!?-" ,). Zerbakiak ere sar ditzakezu. Ondoren, hemen behean idatzi:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Zorionak, pasahitz bat sortu berri duzu!

Pertsona gehienak ikaragarriak dira letra eta zenbakien ausazko konbinazioak (pasahitzak) gogoratzean, baina askoz errazagoa da esaldiak eta hitzak (esaldi-pasahitzak) gogoratzea.

Aizu!

Gogoan izan zure pasahitzak ez zenituzkeela idatzi behar beste norbaitek aurki ditzakeen leku batean. Horrek esan nahi du ezin duzula erabili idatzi berri duzun esaldi-pasahitza, baina orain badakizu nola sortu eta gorde esaldi hori leku seguru batean edo haren arrastoa erraz ezabatze moduko lekuren batean.

4

ZURE ATE DIGITALA KANDADUAREKIN ITXI

Aurreko urrats guztiak jarraitu badituzu, zure kontuan sartu nahi duen batentzat zail jartzen ari zara. Baina pasahitz zailenak ere asmatuak izan daitezke.

Bi faktoreen egiaztapena (2FE) edo hainbat faktoreen egiaztapena (HFE), funtsean, segurtasun-neurri gehigarri bat da, norbait zure kontuan sartzea saihesten duena, nahiz eta zure pasahitza ezagutu.

Aplikazio gehienek ezaugarri hori eskaintzen dute. Saiatu zure kontu batzuetan hori konfiguratzeko:

Instagram:
 Profila → Ezarpenak →
 Segurtasuna →
 Bi faktoreen egiaztapena → Hasi

Snapchat:
 Ezarpenak →
 Bi faktoreen egiaztapena

Google:
 Hasi saioa myaccount.google.com
 webgunean → Segurtasuna →
 Hasi saioa Google-en →
 2 urratseko egiaztapena

Aizu!

Aukera ematen badizu, erabili zure helbide elektronikoa edo erabilera bakarrek pasahitz bat ("EBP"), zure telefono-zenbakiaren orde. Horrela, telefonoa komunitik erortzen bazaizu, oraindik zure kontuan sartu ahal izango zara.



Nire Segurtasun Digitala

Zorionak segurtasun digitalaren desintoxikazioaren amaierara iristeagatik. Orain eseri, lasaitu eta adierazi egin dituzun gauza guztiak:

- Badakit zein pasahitz ez erabili.
- Pasahitz sendo eta seguruaren oinarriko bost printzipioak ikasi ditut.
- Nire esaldi-pasahitz bakarra sortu dut.
- Faktore bikoitzeko egiaztapena ezarri dut gutxienez kontu baterako.

Hackerrengandik defendatu zarenez, **transmititu zure trebetasun berriak** zure lagun eta senideei. Konektatuta zauden pertsona guztiak zure ahaleginari esker seguruagoak daude.

NOLA GAINDITU HAUSTURA

... zure mugikorrarekin bada

Noizbait webgune baten aurrean amaitu duzu bertara nola iritsi zaren jakin gabe? Edo agian gauzatxo bat bakarrik begiratu nahi zenuen zure mugikorrean eta DANBA! Ordubete igaro duzu Instagramen?

Teknologiak dugun harremanak arreta eta denbora asko ken diezaguke, batez ere igortzen dituzten bibrazio, argi eta alarma guztiekin. Batzuetan zaila izan daiteke gogoratzea zergatik gustatzen zaizkigun hainbeste telefono mugikorrek edukitzea.

Data Detox honetan aurrera egin ahala, **zure dispositiboarekin harreman hobea eraikitzen ikasiko duzu.**

Has gaitezen!

Produktuaren egilea

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

GOGOAN IZAN GARAI ONAK

Maitasunezko-gorrotoko harremana izan dezakegu teknologiarekin. Maite ditugun gauzak, hala nola lagunak egitea eta lagunartekoa izatea, gorrotokoak ere izan daitezke, hala nola, bakardadea sentitzea edo zerbait galtzen ari garela sentitzea (begiratu zer den FOMO)

Zertan igarotzen duzu denbora gehien Interneten? (Jolasten, txateatzen, telebista ikusten?) Idatzi erdiko zutabea. Ondoren, idatzi jardura bakoitzetik zer gustatzen zaizun eta zer ez.

ATSEGIN DUT	INTERNETEN HONETAN IGAROTZEN DUT DENBORA GEHIEN	EZ DUT ATSEGIN
-------------	---	----------------

Bonus :)

Data Detox honen bukaerarako "Ez dut atsegin" zutabeko gauzetako bat ezabatu dezakezula uste duzu? Pentsatu nola orekatu zure gailua modu egokienean erabiltzeko.

2

GOGORATU, EZ DA ZURE ERRUA

Mundu guztiak mugikorra uzteko eskatzen dizula pentsa dezakezu. Baina pentsatu duzu agian ez dela zure errua gailu horien menpe egotea? **Swipe egin, like eman, irristatzea edo partekatzea naturala bihurtzen da. Baina diseinu-elementu batzuek azaltzen dute zergatik igarotzen dugun hainbeste denbora sarean.**

Saiatu ezkerreko diseinu-elementuak eskuineko aplikazioekin parekatzen.

●●● **Testu kaxa** - Norbait idazten ari dela adierazten duten hiru puntutxoak. A ze emozioa!

Joerak - Dantza berri bat, meme edo estilo bat

▶ **Erreproduzio automatikoa** - ez dago klik egiteko beharrik, hurrengo bideoa jarraian dator: 3, 2, 1...

∞ **Swipe egin** - Etengabe agertzen diren edukiak

👤 **Kutxatila (The loot box)** - Sariak eta diru birtuala jokoetan, gauzak lortzeko erabil ditzakezunak

♥ **Atsegin dut** - Erpurua gora edo bihotza, atsegintasuna adierazteko

★ **Bolada ona** - Leialtasunaren saria. Galtzen baduzu berriz hasi beharko duzu

🔄 **Orria freskatu** - Eduki gehiago kargatzea espero duzun bitartean etendura eragiten duen atzerapen hori

1. YouTube
2. TikTok
3. Snapchat
4. Fortnite
5. Instagram
6. Netflix
7. Spotify
8. WhatsApp

Aizu!

Diseinu ezaugarri batzuk aplikazio batean baino gehiagotan egon daitezke ikusiko duzu.

Ba al zenekien?

Pertsonok, batzuek beste, egunean 2.600 aldiz baino gehiagotan egiten dugu klik eta swipe mugikorrean. Eta zuk, zenbat aldiz egiten duzu klik eta swipe egunean?

Hurrengo orrialdera joan!

3

DISTANTZIA APUR BAT HARTU

Beraz, diseinuetan zu erakartzeko asmoa badago, zer egin dezakezu? Onena da plataforma gehienak diseinuzko trikimailu horiek gainditzeko erraztasunak jartzen ari direla, abisu integratuekin - Instagramen "Denbora gehiegi pasa duzu" abisua - edo zure ezarpenetan aldaketa soil bat eginuz.

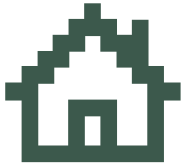
Hona hemen horretarako jarraibide batzuk:

WhatsApp
Ezarpenak → Kontua → Pribatutasuna → Irakurketaren berrespenak → Desgaitu

YouTube
Erreproduzio automatikoa → Desgaitu

Instagram
Konfigurazioa → Zure jarduera → Jakinarazpen konfigurazioak → Guztiak eten

TikTok
Pribatutasuna eta ezarpenak → Orokorra → Denbora pantailan kudeatzea → Aktibatu eta denbora ezarri



Gogoratu konfigurazio hauek ez dutela zertan betiko aldatuak egon behar. Gakoa lehen oztupoa gainditzea da, minutu bakoitzean zure mugikorrari begiratzeko premia duzunean bezala. Bueltatzeko aukerak berriro gaitzen dituzunean, agian konturatuko zara zein amorragarriak ziren.

4

SAIATU BERRIRO

Telefonoarekin duzun harremana ondo funtzionatzea nahi baduzu, zure terminoetan oinarrituta izan behar du. Itzul zaitetz lehen ariketara, teknologia erabiltzetik gehien atsegin zenuena idatzi duzun lekura. Ona izan daiteke, ezta? Online ematen duzun denboraz gozatzea da gakoa.

Aukeratu menpekotasuna gainditzen lagun zaitzaketen laguntza-estrategiak. Hona hemen probatu ditzakezun batzuk:

Jar ezazu mugikorraren pantaila aurpegiz-behera, edo hobe esanda, ken ezazu zure bistatik.

Isilarazi ezazu edota iragarpenak desgaitu.

Norbaitekin zaudenean mugikorra erabili behar baduzu, azal izeazioz zergatik den (gogoratu, beraientzat pantaila bati begira zaude, besteari jaramonik egin gabe).

Mugikorra hartu nahi duzula sentitzen duzu? Galdeiozu zeure buruari zergatik.

Erabilerari buruzko datuak begiratu - eta desafio egiozu zeure buruari, edo lagunei, ea nork erabiltzen duen gutxien!

Bonus :)

Beste trikimailuren bat bururatzen zaizu mugikorrarekin igarotzen duzun denbora mugatzeko?

LIFEHACK



Nire Ongizate Digitala

Zorionak ongizate digitalaren amaierara iristeagatik. Orain, eseri, lasaitu eta begiratu zer egin duzun:

- Teknologiaren erabileratik atsegin dudana eta atsegin ez dudana ikusi dut.
- Erabiltzen ditudan aplikazioetako diseinu-elementu komun batzuk ikusi ditut.
- Diseinu-elementu horietako batzuk nola desgaitu ditzakedan ikasi dut.
- Teknologiarekin harreman orekatuagoa izateko modua aurkitu dut.

Zure smartphonearekin bizkorra izateak ez du esan nahi erre kara bota behar duzunik, baizik eta teknologiaz gozatzeko modu bat aurkitu behar duzula, zure bizitza horren mende egon gabe. **Saia zaitetz zure ongizate-tekniketako batzuk hurbileko zirkuluarekin partekatzen.**

Hurrengoa: Desinformazioa

DESINFORMAZIOAREN ARTE MARTZIALAK

...kaosa sahiesteko



Internet informazio-itsaso bat da - istorio-sare erraldoi bat, ospetsuen eta politikarien albisteak, azken zapatila pareta saldu nahian egindako iragarkiak, EDOZERI buruzko iritziak eta milaka eta milaka animalia-memeak. Hainbeste du eskaintzeko!

Baina batzuetan zaila da jakitea zer den egia, zer den faltsua eta zer dagoen tartean.

Data Detox honetan, **kontu handiarekin partekatze ahalmenari buruz ikasiko duzu.**

Has gaitzen!

Produktuaren egilea

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
[#datadetox](https://twitter.com/datadetox)

1

LEHERTU ZURE IRAGAZKI BURBUILA

"Iragazki burbuila" ikusten duzun edukia da, algoritmo batek gustatuko zaizula uste duenaren arabera antolatutakoa. Itxura ona du? Eduki garrantzitsua eta pertsonala erakustea bikaina izan daiteke, baina inoiz pentsatu duzu ikusten ez dituzun gauza guztietan?

Lehenik eta behin, pentsatu zer informazio ikusten duzun eta zer informazio ez duzun ikusten.

Elkar zaitetz lagun edo senide batekin, eta jarraitu urrats hauek **Instagrameko** zure kontu indibidualetan:

Joan "**Bilatu eta Esploratu**" aukerara (behekaldeko ezkerreko bigarren ikonoa)

Idatzi hemen beheko ezkerreko karratuetan ikusten dituzun 5 gauza nagusiak. Idatzi zure bikotekideak ikusten duena eskuineko zutabeetan (futbola, arrantza edota makillajea bezala). Kointzidentziarik badago, idatzi tarteko espazioan:

ikusten duzuna	biok ikusten duzutena	ikusten duena
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5

Aizu!

Edukiekin interakzioan aritzea ez da bakarrik 'gustatzen zait' ematea edo 'edukiak partekatzea, baita zerbaiti begira geratzen zaren denbora ere.

Ba al zenekien?

Iragazki burbuilak ez dira sare sozialetan bakarrik existitzen. Netflix bezalako streaming orrialdeetan, Google-ren bilaketa emaitzetan eta YouTube bideo plataformetan ere gertatzen dira.

Zure iragazkiko edukia hor dago Instagrameko algoritmoak edukiarekin nola elkarrengaitzatzen duzun monitorizatzen

Ezin duzu beti zure iragazki burbuila leheritu, baina handitu dezakezu. Gustuko al duzu zure bikotekidearen iragazki burbuilarik? Bilatu eduki hori Instagrameko zure kontuan eta, ziurrenik, algoritmoa zure burbuilan sartuko duzu.

2

KONTURATU ZAITEZ ERAKARTZEN ZAITUZTENEA

"Click bait" pertsonak horietan klik egitea eragiten duten gehiegizko edo asmatutako titularrak deskribatzeko erabiltzen den terminoa da. Baiiteke titularra erakargarria izatea, baina artikulua oso sinplea. Noiz egin zenuen azkeneko klik erakargarria ematen zuen izenburu edo bideo batean?

"EZ DITUZU MODA TRIKIMAILU HAUEK SINETSIKO (BOSGARRENA IKARAGARRIA DA!)"

"SINESTEZINA! EGUNERO HAU JAN ZUEN ETA ORAIN..."

"GIZAKIA VS. MARRAZOA: GERTATUTAKOAK HARRITUKO ZAITU..."

Pentsatu ondo ezagutzen duzun norbaitengan. Orain saia zaitetz zure ziberamuaren titularra sortzen buruan duzun pertsona horrentzat. Gogoan izan haren arreta harrapatu eta jakin-mina piztu behar duzula klik egin dezan:

TITLE

Eduki zirrargarria edo arraroa sortzea dibertigarria izan daitekeen arren, enpresek eta web-orriak kudeatzen dituztenek eduki nahasgarriak sortzen dituzte, jendeak klik egin dezan eta, batzuetan, desinformazioa zabaltzea errazten du.

Hurrengo orrialdera joan!

KONTUZ PARTEKATU

Era guztietako informazio faltsu edo engainagarria dago, berehala zabal daitekeena, eta konturatu baino lehen, zure konfiantzako pertsonak partekatzen dute. Garrantzitsua da pentsatzea zein den zure zeregina informazioa zabaltzen denean.

Idatzi hemen lagunekin partekatu duzun azkeneko edukia:

Orain saiatu ondorengo galderak erantzuten:

Zerk erakarri zintuen?
Irudi erakargarririk zuen?

Non aurkitu zenuen?

<input type="checkbox"/>	sare soziala
<input type="checkbox"/>	albisteen gunea
<input type="checkbox"/>	txat app ad. WhatsApp
<input type="checkbox"/>	beste bat

Nork sortu zuen?
Zein webgune, egilea?

Zer dela eta sortu zen eduki hori? Bat baino gehiago aukera dezakezu

<input type="checkbox"/>	Probokatzeko
<input type="checkbox"/>	Inspiratzeko
<input type="checkbox"/>	Hezitzeko
<input type="checkbox"/>	Informatzeko
<input type="checkbox"/>	Entretenitzeko
<input type="checkbox"/>	Beste bat

Zergatik partekatu duzu?

Galdeiozu zure buruari, "Hori partekatuz, mundu hobea go bat eraikitzen lagundu dut?"

Bai Ez

Zaila egin zaizu galderak erantzutea? Astiroago joatea eta gogoeta egitea zaila izan daiteke, batez ere harritu edo hunkitzen zaituen zerbait ikusi berri duzunean. **Bi aldiz pentsatu partekatu aurretik.**

AURKITU ZURE TXIMELETA EFEKTUAREN BOTEREA

Era guztietako arrazoiengatik partekatzen ditugu gauzak - asperdura, umorea, emozioa -, baina baita gauzek kezkatzen gaituztelako ere. Axola zaizkigun gaiak garenaren parte dira. Hauek esaten ditugun gauzetan, jokatzeko eran eta norekin ateratzen garen eragina dute, Internet kanpoan zein barruan.

Pentsatu interesatzen zaizun arazo edo gai batean eta idatzi hemen (adibidez: klima arazoa, feminismoa, animalien eskubidea, kirolak, gastronomia...)

Orain, saiatu galdera hauei erantzuten, laukitxoak markatuz:

Interneteko beste erabiltzaile batzuk gai honi buruz elkarrengaitan ikusi ditut...

<input type="checkbox"/>	artikulu erakargarriak partekatuz, edukia benetakoa dela ez dirudien arren
<input type="checkbox"/>	gogoetak gertakizunak balira bezala partekatuz, iritzi bat izan arren
<input type="checkbox"/>	ez diren gauzak direla diruditen irudiak partekatuz
<input type="checkbox"/>	bogan dagoen zerbait jarraituz, birala delako

Aktiboki adierazten duzu zer axola zaizun? Jendeak desados daudenen edukiak partekatzen ditu, zerbait erakutsi nahi dutelako. Axola zaizun gai bati buruzko desinformazio zirkularra ikusten duzun hurrengoan, itxaron une bat komentatu, partekatu edo argitaratu baino lehen. Eta gustura sentituz gero, informazio oker edo engainagarritzat salatu.

Ba al zenekien?

2019an Amazoniako suteak gertatu zirenean, munduko buruzagiek, Frantziako presidentea barne, Interneten zirkulatzen ari ziren irudi faltsuak partekatu zituzten.

Desinformazioaren Nire Arte Martzialak

Zorionak desinformazioaren detox honen amaierara iristeagatik. Orain, eseri, lasaitu eta begiratu zer egin duzun:

- Nire iragazki burbuila nolakoa den ikusi dut.
- Click bait izenburuak detektatzen ikasi dut.
- Edukiak partekatu aurretik bitan pentsatzen ikasi dut.
- Hausnartu dut nola erabil ditzakedan nire trebetasun berriak axola zaizkidan gauzekin.

Internet beldurgarria izan daiteke, baina mantsoago joaten saiatzen bagara eta zuhurtziaz partekatzen badugu, leku hobea izango da. **Partekatu zure trebetasun berriak** zure hurbileko zirkuluarekin eta jakin ea positiboki zabaldu dezakezun.

Datuen desintoxikazioari buruz adin guztietarako aholku gehiago aurkitzeko, bisitatu datadetoxkit.org/eu