

Ένας οδηγός για οικογένειες σχετικά με τη διαδικτυακή ασφάλεια το 2026

Βοηθήστε την οικογένειά σας να εξερευνήσει, να μάθει και να παραμείνει προστατευμένη μαζί.

Η οικογένειά σας δεν είναι μόνη σε αυτό. Γνωρίζετε ότι 1 στους 5 εφήβους στην Ευρώπη αισθάνεται ότι δεν έχει αρκετή υποστήριξη για τις συνήθειές του στο διαδίκτυο; Παραδόξως, οι περισσότεροι έφηβοι θέλουν πραγματικά καθοδήγηση, ειδικά καθώς αρχίζουν να εξερευνούν νέα εργαλεία όπως το AI.

Ο ψηφιακός κόσμος εξελίσσεται γρήγορα και καθώς το AI γίνεται μέρος της καθημερινής ζωής, η παρακολούθηση των εξελίξεων μπορεί να αποτελέσει πρόκληση. Στην Google και στο YouTube, θέλουμε να βοηθήσουμε να γεφυρωθεί αυτό το κενό. Όλα όσα δημιουργούμε για την οικογένειά σας είναι σχεδιασμένα για να **προστατεύουν** την ασφάλειά της, να **σέβονται** το απόρρητό της και να την **ενδυναμώνουν**, ώστε να εξερευνά με αυτοπεποίθηση.



Βρίσκοντας μαζί μια υγιή ισορροπία στο διαδίκτυο

Το Family Link και το YouTube σάς δίνουν τον έλεγχο.

Τι είναι το Family Link;

Σκεφτείτε το Family Link ως μια ψηφιακή εργαλειοθήκη που σας βοηθά να ορίσετε όρια που λειτουργούν για τη μοναδική σας οικογένεια. Δεν πρόκειται για υπερπροστασία, αλλά για βοήθεια στα παιδιά σας να βρουν μια υγιή ισορροπία.



Ορίστε τους βασικούς κανόνες:

Ορίστε όρια χρόνου χρήσης, προγραμματίστε παύση λειτουργίας για ύπνο και διαχειριστείτε τις εφαρμογές που μπορούν να κατεβάσουν τα παιδιά σας. Για να είστε σίγουροι, η Ασφαλής Αναζήτηση είναι πάντα ενεργοποιημένη για χρήστες κάτω των 18 ετών, ώστε να φιλτράρει το άσεμνο περιεχόμενο.

YouTube Your Way:

Το YouTube διαθέτει μια νέα διαδικασία εγγραφής που διευκολύνει την εγγραφή σε έναν εποπτευόμενο λογαριασμό παιδιού για τα μικρά παιδιά ή σε έναν εποπτευόμενο λογαριασμό εφήβου για τους εφήβους σας, ώστε να μπορείτε να προσαρμόσετε το περιεχόμενο που βλέπουν στους ελέγχους του YouTube ή στο Family Link. Οι γονείς μπορούν εύκολα να ορίσουν συγκεκριμένα χρονικά όρια για κύλιση στο YouTube Shorts ή να χρησιμοποιήσουν τις υπενθυμίσεις Κάντε ένα διάλειμμα και Ώρα για ύπνο, για να βοηθήσουν τα παιδιά να διαχειρίζονται τον χρόνο τους.

Συγκέντρωση στο σχολείο:

Η λειτουργία **Ώρες σχολείου** βοηθά τα παιδιά να παραμένουν συγκεντρωμένα, περιορίζοντας την πρόσβαση σε εφαρμογές κατά τις ώρες των μαθημάτων, υποστηρίζοντας την εκμάθηση και την ευεξία χωρίς περισπασμούς.



Οδηγός γρήγορης εκκίνησης: Ρύθμιση του Family Link και των στοιχείων ελέγχου του YouTube

Μάθετε περισσότερα:

families.google/familylink

youtube.com/myfamily

Συνδεθείτε:

Κατεβάστε την **εφαρμογή Family Link** (Android ή iOS) στο τηλέφωνό σας. Από εκεί, μπορείτε να δημιουργήσετε έναν Λογαριασμό Google για το παιδί σας ή να συνδεθείτε με τον υπάρχοντα λογαριασμό του.

Συζητήστε το:

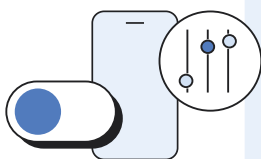
Αυτά τα εργαλεία λειτουργούν καλύτερα όταν ξεκινούν μια συζήτηση. Αντί να επιβάλλετε κανόνες, υιοθετήστε έναν γονεϊκό ρόλο που χτίζει την εμπιστοσύνη. Μιλήστε στα παιδιά σας για το γιατί αυτά τα όρια τα βοηθούν να αναπτυχθούν.

Επιλέξτε την κατάλληλη εμπειρία:

Επιλέξτε την εμπειρία που ταιριάζει στην ηλικία του παιδιού σας, το YouTube Kids για μικρότερους εξερευνητές ή μια επιβλεπόμενη εμπειρία για παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας. Το YouTube διευκολύνει επίσης τη διασφάλιση της κατάλληλης εμπειρίας για την κατάλληλη ηλικία. Σύντομα, μια ενημερωμένη εμπειρία εγγραφής θα επιτρέπει στους γονείς να δημιουργούν λογαριασμούς παιδιών και να εναλλάσσουν λογαριασμούς στην εφαρμογή για κινητά με λίγα μόνο πατήματα.

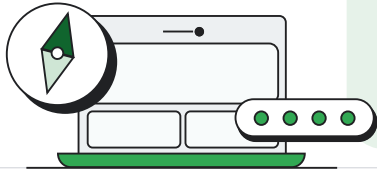
Ορίστε τα όριά σας:

Χρησιμοποιήστε την εφαρμογή για να εγκρίνετε νέες εφαρμογές, να ορίσετε ημερήσια όρια οθόνης και να διαχειριστείτε φίλτρα περιεχομένου. Οι γονείς μπορούν επίσης να βοηθήσουν τους εφήβους να είναι ακόμα πιο συνειδητοί σχετικά με τον τρόπο που παρακολουθούν, με ένα στοιχείο ελέγχου για τον καθορισμό του χρόνου που αφιερώνουν στην κύλιση του Shorts. Σύντομα, οι γονείς θα έχουν επίσης την επιλογή να μηδενίσουν το χρονόμετρο, μια πρωτιά στον κλάδο.



Από παιδιά σε ψηφιακούς πολίτες

Το Γίνε Ήρωας του Διαδικτύου είναι ένα διασκεδαστικό πρόγραμμα χωρίς χρέωση που δημιουργήθηκε για να βοηθήσει τα παιδιά να γίνουν σίγουροι εξερευνητές του διαδικτύου. Τα βασικά στοιχεία περιλαμβάνουν τα εξής:



Προσοχή στο διαδίκτυο:

Να διακρίνετε τι είναι αληθινό και τι ψεύτικο (όπως απάτες ή ηλεκτρονικό ψάρεμα).

Να είστε ευγενικοί στο διαδίκτυο:

Ακολουθήστε τον Χρυσό Κανόνα και αντισταθείτε στον εκφοβισμό.

Να είστε γενναίοι στο διαδίκτυο:

Να αισθάνεστε ασφαλείς να μιλήσετε σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε αν κάτι σας φαίνεται περίεργο.

Ενημερωθείτε για το διαδίκτυο:

Μάθετε πού να απευθυνθείτε για βοήθεια, αν τη χρειαστείτε, σε θέματα όπως ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός.

Μάθηση μαζί με το AI

Το AI μπορεί να είναι ένας εξαιρετικός συνεργάτης για την περιέργεια και τις εργασίες για το σπίτι. Έχουμε σχεδιάσει συγκεκριμένα μέτρα προστασίας, για να βοηθήσουμε τους μαθητές να το χρησιμοποιούν με ασφάλεια.

Gemini για εφήβους:

Ένας δημιουργικός χώρος που δημιουργήθηκε με ειδικούς ασφαλείας, για να βοηθήσει τους εφήβους να μάθουν και να δημιουργήσουν με υπευθυνότητα.

Έξυπνη βοήθεια για τις σχολικές εργασίες:

Οι έφηβοι μπορούν να χρησιμοποιήσουν την **Καθοδηγούμενη μάθηση** για να αναλύσουν δύσκολες ερωτήσεις βήμα προς βήμα ή να δημιουργήσουν προσαρμοσμένους οδηγούς μελέτης.

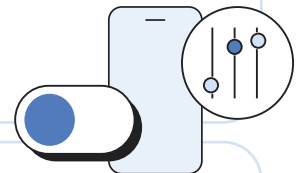
Ο κανόνας της διπλής επαλήθευσης:

Παρέχουμε εργαλεία όπως το κουμπί Επαλήθευση στο Gemini, ώστε οι μαθητές να μπορούν να μάθουν πώς να επαληθεύουν τις απαντήσεις του AI και να σκέφτονται κριτικά.

Πόροι για εσάς

Κέντρο εκπαίδευσης AI:

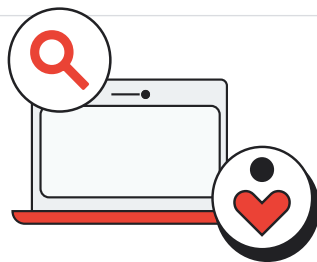
Ένα κεντρικό σημείο για podcast, βίντεο και οδηγούς για γονείς και εκπαιδευτικούς. ai.google/literacy/



Γνωρίστε τον Λέοντα και τη Λέα:

Προσφέρουμε διαδικτυακά σεμινάρια 30 λεπτών για αρχάριους, Γνωρίστε τον Λέοντα για γονείς και τη Λέα για εκπαιδευτικούς, για να σας βοηθήσουμε να εξοικειωθείτε με αυτά τα νέα εργαλεία.

Η δέσμευσή μας



Η Google υποστηρίζει την Ημέρα ασφαλούς διαδικτύου (SID) μαζί με ενδιαφερόμενα μέρη σε όλο τον κόσμο για την προώθηση ενός ασφαλέστερου και πιο θετικού διαδικτύου και της πρωτοβουλίας Καλύτερο διαδίκτυο για παιδιά (BIK). Η ενότητα BIK Parent Corner, η οποία αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας Better Internet for Kids της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, αποτελεί έναν χρήσιμο πόρο για γονείς και κηδεμόνες που θέλουν να υποστηρίξουν την ψηφιακή ασφάλεια των παιδιών.

Βρείτε τοπική υποστήριξη:

Αποκτήστε πρόσβαση στο δίκτυο των Κέντρων ασφαλέστερου διαδικτύου μέσω του better internet EU, για να λάβετε υποστήριξη σε εθνικό επίπεδο.

Μείνετε ενημερωμένοι:

Επισκεφτείτε το AI Literacy Hub για τους πιο πρόσφατους πόρους σχετικά με την ασφαλή πλοήγηση στο παραγωγικό AI.

Η δέσμευσή μας:

Δεν σας παρέχουμε απλώς τα εργαλεία. Διασφαλίζουμε ότι οι πλατφόρμες που δημιουργούμε διευκολύνουν την πλοήγηση στην ψηφιακή ασφάλεια. Όλα όσα δημιουργούμε για οικογένειες είναι σχεδιασμένα για προστασία, σεβασμό και ενδυνάμωση.

