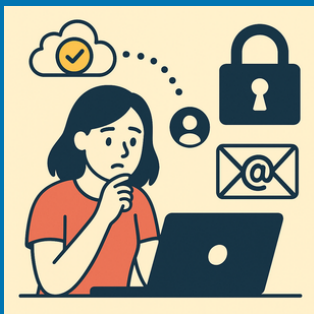




Slim digitaal - Wat moet je weten?



Slim met je persoonlijke gegevens

- Stel je social media-profielen zo in dat alleen vrienden je berichten kunnen bekijken. Dit voorkomt dat onbekenden je persoonlijke berichten kunnen zien.
- Wees voorzichtig voordat je je adres, telefoonnummer of andere persoonlijke gegevens online deelt.
- Controleer welke informatie er wordt verzameld en of je daar toestemming voor geeft. Kijk bij de instellingen wat een app over jou wil weten.

Slim en sociaal online

- Denk na voordat je iets post: wat je deelt, blijft vaak voor altijd online.
- Wees aardig: verspreid geen haatreacties, roddels of gemene opmerkingen.
- Deel geen privégegevens met vreemden of op plekken waar iedereen mee kan lezen.
- Wees sociaal slim: vertrouw niet zomaar iedereen online.



Slim in digitale veiligheid

- Gebruik sterke wachtwoorden: lang, uniek en met cijfers, hoofdletters en leestekens (#!@/)
- Klik alleen op links van mensen of websites die je vertrouwt. Soms sturen mensen nep-mail (phishing) of maken nepprofielen om je wachtwoord of geld te stelen.
- Update je apparaten regelmatig voor een goede beveiliging.
- Vraag hulp aan je docent of een ouder als iets niet klopt of vreemd voelt.

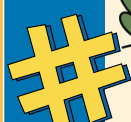
Slim met je zakgeld!

- Gratis is bijna nooit écht gratis. Veel apps en websites verdienen geld met jouw gegevens.
- Pas op met betaalde extra's, sommige apps lijken gratis, maar laten je later toch betalen.
- Lees de kleine lettertjes en kijk of een proefabonnement automatisch wordt verlengd.
- Zet een herinnering in je agenda-app om op tijd op te zeggen.



Slim met tijd en gezondheid

- Neem na 25 minuten schermtijd minimaal 5 minuten pauze. Zo houd je jouw ogen en hoofd fit.
- Wissel af: doe ook dingen zonder scherm.
- Beweeg tussendoor: dat helpt je beter te concentreren.
- Leg je telefoon op tijd weg voor het slapengaan: dat helpt je beter te slapen.
- Zet 's avonds een blauwlichtfilter aan- dan krijgt je hoofd minder prikkels.





Slim digitaal - Wat moet je weten?



Slim met bronnen: hoe herken je betrouwbare info?

- Check wie het zegt: is het een expert (bijv. arts of leraar) of een betrouwbare organisatie (zoals een school, bibliotheek of ziekenhuis)?
- Kijk waarom de info er staat: wil de site je iets uitleggen of vooral iets verkopen? Reclame is vaak minder eerlijk.
- Let op het webadres: eindigt het op .gov, .edu of .org? Dan is het meestal betrouwbaar.
- Vergelijk bronnen: zeggen meerdere hetzelfde? Dan klopt het waarschijnlijk.

Slim met online berichten

- Geloof niet alles meteen: iedereen kan iets op internet zetten.
- Let op nepnieuws: schokkende koppen, enge foto's of overdreven taal zijn vaak misleiding. Meestal zijn ze bedoeld om emoties op te wekken zodat je klikt.
- Twijfel je? Vraag hulp aan je docent of een ouder.



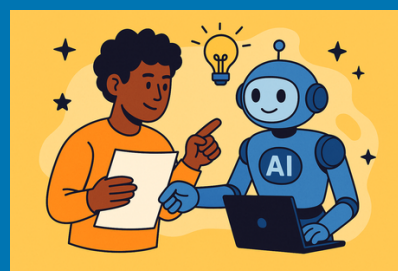
Slim checken – slim leren!

Stel jezelf deze vragen:

- Is dit een betrouwbare website of organisatie die ik ken?
- Hoe oud is het artikel? Wat vroeger klopte, klopt nu misschien niet meer.
- Klinken de feiten logisch en herkenbaar?
- Staan er duidelijke bronnen bij?
- Is de tekst netjes geschreven, zonder rare fouten?
- Is dit een feit dat ik kan controleren, of alleen iemands mening?

Slim omgaan met AI

- AI is een hulpmiddel, geen vervanging!
- Gebruik AI om te leren, bijvoorbeeld door vragen te stellen of jezelf te overhoren. Laat je inspireren voor nieuwe ideeën, maar schrijf je werk altijd zelf.
- Controleer altijd het antwoord van AI: het kan fouten maken of dingen verkeerd weergeven.
- Gebruik AI eerlijk: zeg het als je hulp van AI hebt gehad, en laat AI geen werk doen dat je zelf moet leren.
- Je leert pas echt als je zelf blijft nadenken en AI slim inzet.
- Wist je dat AI veel energie gebruikt? Eén vraag kost soms net zoveel stroom als een lamp die een uur brandt – dus gebruik het slim en bewust



Samengevat!

- Een goede onderzoeker controleert altijd meerdere bronnen.
- Check of verschillende websites hetzelfde zeggen. Kijk op minstens 2 a 3 websites.
- Kijk naar de afzender: wie geeft de informatie?
- Betrouwbare sites eindigen vaak op .edu, .gov of .org.
- Wil de site je informeren of iets verkopen? Reclame is vaak minder eerlijk.
- Let op nepnieuws: overdreven taal, enge plaatjes of 'te mooi om waar te zijn'? Pas op!
- Kijk of er een bron bij staat.
- Is de informatie actueel? Check de datum onderaan de pagina.
- Vergelijk informatie: is het een mening of een feit?
- Is de taal netjes en zonder rare fouten?

