



DIOCESE OF SACRAMENTO

2110 Broadway • Sacramento, California 95818 • 916/733-0237 • Fax 916/733-0195

Safe Environment

Consejos de Seguridad del Uso de Internet y Mejores Prácticas para el Ministerio en Línea

Estamos agradecidos por la tecnología que nos permite continuar nuestros ministerios de forma remota durante este tiempo de pandemia. Sin embargo, es de suma importancia que todos los menores involucrados en el Ministerio en Línea se mantengan seguros observando límites saludables y manteniendo una comunicación abierta durante el uso de Internet. Alentamos a los maestros, catequistas, líderes del ministerio juvenil y otros instructores a seguir los siguientes consejos de seguridad en Internet junto con las mejores prácticas mientras llevan a cabo la formación en la fe en línea, el ministerio juvenil y las sesiones en clases.

Permiso y Autorización de los Padres

- **Formularios requeridos** - Si las reuniones en línea van a ser parte de su ministerio con niños y adolescentes menores de 18 años, asegúrese de tener un Video / Foto / Medios / Audio firmado y un Acuse de Recibo de Comunicaciones Electrónicas en el archivo. Esto debe agregarse al proceso de registro para la formación en la fe y el ministerio juvenil.

Sesión de Clase en Línea / Protocolo de la Reunión:

- **Se aplican proporciones** - al igual que en una reunión en vivo, al menos dos adultos que ya hayan tomado sus huellas y capacitados en ambiente seguro deben estar presentes en una reunión en línea. Esto se aplica a reuniones grandes y a grupos pequeños.
- **Notificar a los Padres de Familia** - siempre que sea posible, informe a los padres de antemano y proporciónales un horario para que estén al tanto de las fechas y horas propuestas para las reuniones. Permita a los padres la opción de "optar por no participar" y hacer las adaptaciones necesarias para esas familias.
- **Envíe Instrucciones y Materiales Antes de la Reunión** - envíe siempre la información y los detalles pertinentes de la reunión, incluidos los materiales que los estudiantes necesitarán para la sesión.
- **Llegue a Tiempo y Finalice a Tiempo** - la puntualidad para su reunión es importante. Recuerde, la mayoría de las reuniones, clases, encuentros y citas se realizan en línea. Sea respetuoso con los horarios de las personas.
- **Esté Preparado** - tenga su agenda preparada o su plan de lecciones listo con cualquier actividad que planea compartir.
- **Sitúese en un Lugar Adecuado** - esto ayudará a evitar distracciones o interferencias con el ruido de fondo.
- **Vístase Apropriadamente** - vístase como si fuera a reunirse con su grupo en persona.
- **No Comer Durante la Reunión** - coma antes o después de la reunión. Comer durante la reunión causa distracciones.

- **Sea Consciente de su Entorno** - si su reunión es con un dispositivo móvil, tenga cuidado a dónde va y qué hace durante la reunión. Recuerde, todas las personas que se reúnan en línea pueden verlo y a su entorno inmediato.
- **Sea Consciente de su Audiencia** - tenga en cuenta a quién se dirige y esté atento a las necesidades o dificultades que cada persona pueda experimentar. Si reunirse en línea no es el mejor medio para reunirse con algunas personas, busque formas alternativas de incorporarlas al grupo. Además, presente materiales apropiados para su edad que sean propicios para su experiencia de aprendizaje.

Consejos Tecnológicos:

- **Verifique la Configuración de la Reunión, la Cámara y Verifique el Sonido** - antes de que comience la reunión, asegúrese de que las funciones de seguridad necesarias estén en su lugar. (Consulte los Consejos de seguridad a continuación sobre cómo hacer esto). Fije su cámara de modo que apunte a su cara y no al techo o a la pared. Asegúrese de que haya buena iluminación y, finalmente, verifique la configuración de audio / sonido.
- **Silencie su Micrófono** - cuando no esté hablando para evitar comentarios. Silencie los micrófonos de los alumnos cuando usted habla.

Consejos de Seguridad Para el Uso de Internet:

Si usa **ZOOM** para reuniones en línea, asegúrese de seguir las mejores prácticas:

- No haga públicas las reuniones o las sesiones. En Zoom, hay dos opciones para hacer que una reunión sea privada: solicitar una contraseña de reunión o usar la función de sala de espera y controlar la entrada de invitados.
- No comparta un enlace a una teleconferencia o sesión en un sitio público sin restricciones. Publicación en redes sociales. Proporcione el enlace directamente a personas específicas.
- Administrar las opciones para compartir la pantalla. En Zoom, cambie la pantalla compartida a "Host Only".
- Asegúrese de que los usuarios estén usando la versión actualizada de las aplicaciones de reunión / acceso remoto. En enero de 2020, Zoom actualizó su software. En su actualización de seguridad, el proveedor de software de teleconferencia agregó contraseñas de forma predeterminada para las reuniones y deshabilitó la capacidad de escanear aleatoriamente las reuniones para unirse.
- Consulte estos sitios para obtener información adicional:
 - Guía del Administrador Escolar para Implementar ZOOM: <https://zoom.us/docs/doc/School%20Administrators%20Guide%20to%20Rolling%20Out%20Zoom.pdf>
 - Cómo Mantener a los No-Invitados Fuera de su Evento Zoom: <https://blog.zoom.us/keep-uninvited-guests-out-of-your-zoom-event/>

Proteja su Identidad Digital y Reputación:

- Asegúrese de que usted o sus estudiantes no compartan información personal en línea.
- Mantenga los asuntos personales fuera de línea. Si la reunión tiene un componente para compartir, asegúrese de que se hace de manera adecuada y en el tema.

- Su(s) nombre de usuario(s) debe ser profesional y las fotografías de su perfil o cualquier otra fotografía deben ser apropiadas.
- La responsabilidad es importante, mantenga un estándar profesional con todos los participantes. Esto incluye, pero no se limita a: lenguaje, gestos, humor, discusión y comportamiento en línea.
- Tenga cuidado con el uso de material con derechos de autor. Verifique sus fuentes antes de compartir.

Comunicación Electrónica con Menores

- Debe tener un Acuse de Recibo de Comunicaciones Electrónicas firmado en el archivo.
- No se permite la comunicación digital entre un menor y un adulto.
- Se deben incluir dos adultos en los grupos de mensajería digital.
- Siempre incluya a los padres en los mensajes a los jóvenes o niños.
- Incluya a los padres en cualquier grupo de mensajería.
- No se deben enviar mensajes fuera del horario de 8 am y 8 pm.

Consejos de Seguridad para el Uso de Internet y Reglas de Redes Sociales para Estudiantes

SUGERENCIA 1. No coloques ninguna información personal o identificable en Instagram, Snapchat o cualquier otro canal de redes sociales (nombre, nombre de la escuela, domicilio, ubicación actual).

SUGERENCIA 2. No compartas tus contraseñas con amigos o con personas que conozcas en líneas.

SUGERENCIA 3. No etiquetar a tus amigos en una foto sin su permiso. Recuerda que las fotos permanecen en línea para siempre. Si no quieres que todos las vean, no las publiques.

SUGERENCIA 4. Si alguien que no conoces te pide seguirlo o te envía solicitud de “amigo”, no aceptes su solicitud ni te comuniques con ellos. Informa a un adulto de inmediato.

SUGERENCIA 5. Si alguien te hace sentir mal o te intimida en las redes sociales, habla con un adulto de inmediato.

SUGERENCIA 6. Se cortés, respetuoso y amable al dirigirte a tus compañeros e instructores.

SUGERENCIA 7. Al escribir comentarios o enviar mensajes, pregúntate “si mis papás, párroco o director lee esto, ¿me sentiría avergonzado por lo que he escrito?” Si la respuesta es “sí”, entonces no envíes el mensaje.

SUGERENCIA 8. Ten cuidado con lo que publicas en línea. El hecho de que lo hayas borrado no significa que se haya eliminado para siempre y que no se pueda rastrear.

Consejos de Seguridad de los Medios de Comunicación Para Familias

- **Mantenga las Pantallas Visibles:** si es posible, instale las computadoras de escritorio y portátiles de su hijo en una sala familiar o en la cocina, para que pueda controlar lo que su hijo está viendo en línea.

- **Recopile Contraseñas de los Niños más Pequeños:** debido a los riesgos a que se exponen y a la vulnerabilidad en línea, los padres deben tener acceso a todas las contraseñas y cuentas.
- **Limpie sus Dispositivos Electrónicos y Hágalo con Frecuencia:** ¡COVID-19 nos ha enseñado que una higiene adecuada y frecuente mantendrá alejado el virus! Ahora que la mayor parte de las instrucciones se realizan en línea, es importante limpiar todos los dispositivos electrónicos con frecuencia y mantenerlos completamente cargados.
- **Establecer Controles Parentales:** esto ayudará a evitar cualquier posibilidad de toparse con sitios inapropiados. Así es como puede configurar los controles parentales:
<https://www.internetmatters.org/parental-controls/>
- **Enseñe Bondad:** Hágale saber a su hijo que no es necesario que sea amigo de todos, pero que nunca debe escribir algo malo sobre alguien en línea. Eso es lo mismo que decírselo en su cara. Reconocer las señales de acoso cibernético.
- **Hable Sobre la Seguridad Contra los Extraños:** asegúrese de que los niños sepan que no deben compartir dónde viven, su nombre, a dónde van a la escuela o cualquier otra información identificable.

- **Otras sugerencias**

- **Programe una Noche Familiar:** ahora que la mayoría de los niños están en casa, lo alentamos a que reserve tiempo en familia para ver una película juntos. FORMED ofrece a las familias una membresía GRATUITA de 40 días a una amplia colección de películas y programas católicos para todos los miembros de su familia. Haga clic en el enlace de arriba para obtener más. <https://formed.org/>
- **Tenga una Política de “Siempre Puedes Contar Conmigo”:** asegúrese de que sus hijos sepan que siempre pueden acudir a usted, incluso si cometen un error.

- **Recursos adicionales**

<http://www.focusonthefamily.com/parenting/a-parents-guide-to-screen-time-during-coronavirus/>