AKTIV SKOLA

Polisen

NÄTSMART

EN FÖRELÄSNING OM GROOMING OCH NÄTHAT MED SUMAR KOLLI, I SAMVERKAN MED POLISEN.

TACK TILL VÅRA VÄNNER

City ICA Centrum

UK Port Service

DAMMRÅTTAN
EN DEL AV STORMTRIVSGRUPPEN

AKTIV SKOLA

BONDGÅRDEN

Vi presenterar Bondgården!

Bondgården är Aktiv Skolas kostnadsfria spel för både skola och hem. Spelet är skapat som ett komplement till undervisningen i klassrummet, och hemma som ett roligt och lärorikt sätt att öva vidare. Spelet innehåller ingen typ av annonsering och fungerar på dator, mobil och surfplatta.

Exempel på spel: Mattebron





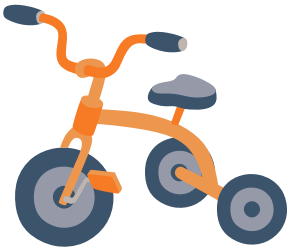
Exempel på spel: Matsorteraren

Vill du spela Bondgården?
Gå in på Aktiv Skolas hemsida eller använd QR-koden här till vänster för att komma direkt till spelet.


AKTIV SKOLA
FRAMTIDEN BÖRJAR
I KLASSRUMMET

FRÅN SKOLGÅRDEN TILL FICKAN
FRÅN FICKAN TILL SKOLGÅRDEN

SKÄRMEN OCH NÄTET



Stöd av förälder
Övning
Skyddsutrustning
Vilket stöd ger vi våra barn?

LINN, 13 ÅR, PRESSADES ATT POSERA NAKEN...

GROVT SEXUELLT ÖVERGREPP MOT BARN

INTE ALLA ÄR DEN DE SÄGER SIG VARA

- Grooming
- Vuxna bland barnspelare
- Catfishing
- Sextortion
- Utpressning

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

FILM: JAG TROR JAG ÄR LITE KÄR I DIG



Skildrar hur lätt det är att manipuleras och hur snabbt en situation som från början verkar oskyldig kan övergå till ett sexuellt övergrepp.

51% AV ALLA 15-ÅRIGA TJEJER HAR BLIVIT KONTAKTADE VIA SOCIALA MEDIER I SEXUELLT SYFTE

HJÄLP BARNET ATT...

- Avsluta kontakten
- Säga stopp, nej och hej då
- Skärmdumpa för bevis
- Polisanmäl
- Blockera och rapportera
- Ljuga
- Förstå att det aldrig är dennes fel
- Alltid ta hjälp av en vuxen

TIPS FRÅN BARN TILL BARN

- **Tänk efter.** Vad vill den här pseronen mig?
- **Vem är det?** Be personen visa sig på kamera eller prata i mikrofon.
- **Skicka aldrig privata bilder.**
- **Jämför profiler.** Be om Instagram eller TikTok, är det samma person?
- **Träffa aldrig personen i verkligheten.**
- **Berätta för en vuxen.**

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

VAD DU SOM VUXEN KAN SVARA

BERÄTTA FÖR MIG, JAG ÄR EN VUXEN SOM BÅDE VILL OCH KAN HJÄLPA DIG OAVSETT VAD SOM HÄNT.

TACK FÖR FÖRTROENDET!

DET KOMMER BLI BRA IGEN, DET JOBBIGASTE ÄR ATT BERÄTTA. NU SKA VI HANTERA DETTA.

DET DU BERÄTTAR KRÄVER AV MIG ATT JAG MÅSTE GÖRA NÅGOT. VAD TYCKER DU ATT JAG SKA GÖRA? VAD TYCKER DU ATT VI SKA GÖRA?

ANVÄNDARVILLKOR

- Du måste vara 13 år eller äldre för att ha ett eget personligt konto.
- Du är ansvarig för allt som skrivs och postas i ditt namn och ditt konto.
- Du får INTE kränka, trakassera, hota eller låtsas vara någon annan.
- Du är själv ansvarig för att hålla koll på ditt lösenord.

VAD HANDLAR ÅLDERSGRÄNSEN OM?

- Skydda ditt barn och barnets integritet. Dataskyddslagar – COPPA(Children's Online Privacy Protection Act)
- Företag får inte samla in, lagra eller använda personuppgifter om barn under 13 år utan vårdnadshavares samtycke.

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

ALGORITMER

- Bestämmer vad du ser på sociala medier.
- Visar saker baserat på vad du gillar, tittar på länge eller vad dina vänner gillar.
- Om du gillar något ofta får du mer.
- Vill hålla dig intresserad och skapar en bubbla.
- Bryt bubblan: Sök upp nya saker.
- Kom ihåg: Allt är inte sant eller bra.

INNEHÅLL VÅRA BARN EXPONERAS FÖR

- Filter
- Ansiktsbehandling
- Botox
- Facewrap
- Gaming, streaming och forum

TIPS!

Inside the manosphere
av Louis Theroux
på Netflix

AI - ARTIFICIELL INTELLIGENS

AI KAN LURA OSS

AI kan skapa falska bilder eller videor, så vi måste vara försiktiga med vad vi tror på på internet.

- Vår syn på pss själva genom AI
- Snabb utveckling
- Falska nyheter
- AI i våra flöden och i porren
- AI som våra vänner och terapeut
- AI i det mest privata

STUDIER VISAR..

Generationerna som nu växer upp med nätet är de första generationerna där hemmet inte har det största inflytandet i deras liv.

Internetstiftelsen, 2024

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

DIGITALA BEROENDEN

- Utformade till att skapa beroenden.
- Stillasittande.
- Sämre sömn.
- Bristande fokus.

VAD ÄR FÖR MYCKET SKÄRMTID?

REKOMMENDATIONER

- 6-12 år: max 1-2h/dag
- 13-18 år: max 2-3h/dag

FAKTISK SKÄRMTID

- 6-12 år: 4h/dag
- 13-18 år: 6,5h/dag

Barns skärmtid har minskat markant, i åldersgruppen 9–12 år. Dessa barn spenderar i snitt 40 min mindre per dag jämfört med 2022.

Mediemyndigheten 2025

MED NÄTET OCH MOBILERNA SUDDAS GRÄNSEN MELLAN SKOLAN OCH FRITIDEN UT...

HUR GÖR VI DÅ?

HUR SER MITT FLÖDE UT?

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

LYFT NER DET TILL DERAS NIVÅ:

- Stämmer rekommendationerna med deras intressen?
- Låt eleverna analysera sina flöden.
- Skriv en text eller låt dem hålla ett tal.
- Prata om algoritmer eller hyperindividualiserade flöden.

SKAM OCH SKULD

- Tror att det är deras fel
- Att de blir ifrågasatta eller förlorar relationer
- Osäkra kring vuxnas reaktioner
- Familjeförhållanden förändras
- Rädsla för konsekvenser
- Att förövaren ska bli arg
- Att inte bli trodd

CHECKLISTA SÄKERHETSKOLLEN

Varför tror du att det finns åldersgräns på sociala medier?

Tror du att det kan finnas innehåll som är olämpligt eller skadligt för dig?

Vad kan vara svårt att förstå eller hantera på sociala medier när man är yngre?

Hur kan man känna igen när något på sociala medier inte känns tryggt eller bra?

Varför är det viktigt att veta vilka man pratar med online?

Hur kan sociala medier påverka hur man mår, både positivt och negativt?

Vilka egna tips skulle du vilja ge någon som vill börja använda sociala medier?

Varför tror du företag vill att vi använder deras appar - även om vi är unga?

Vilka risker kan finnas för barn som är yngre än 13 år att använda sociala medier?

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

CHECKLISTA REFLEKTIONSGUIDEN

Hur mår jag av mitt liv på nätet, i sociala medier och i spel?

Vill jag vara en del av detta? T.ex. små HAT-grupper som skriver om andra.

Är det jag som bestämmer? Eller är det jakten på likes?

Stämmer mitt liv på nätet överens med mitt liv utanför nätet?

Finns det risk att jag hamnar i svåra situationer?

Vet jag vem jag kan prata med om något svårt händer på nätet?

Hur påverkas jag av det jag tar in på nätet – musik, videos, personer jag följer?

Hur vill jag framstå på nätet?

När jag skriver eller deltar i grupper: Gör jag det för att jag vill, eller för att passa in?

BRA OCH DÅLIGA HEMLIGHETER

Bra hemligheter är sådana som får dig att känna dig glad och förväntansfull, som en överraskningsfest eller en present som du ska ge till någon. De gör dig glad när du tänker på dem och är oftast hemligheter som bara är tillfälliga.

Dåliga hemligheter är de som får dig att känna dig ledsen, orolig eller rädd. De kan handla om att någon ber dig att inte berätta för andra. Om en hemlighet gör att du mår dåligt, är det viktigt att prata med en vuxen du litar på, även om någon har sagt att du inte får. Dåliga hemligheter ska aldrig behöva hållas för dig själv.

BYGG SJÄLVKÄNSLA

Hjälp barnet sätta ord på sina känslor	Se ansträngningen - inte bara resultatet	Låt barnet bli lyssnad på
Visa på alternativ	Ifrågasätt skeva ideal i sociala medier	Kroppen förändras under puberteten
Alla kroppar är olika	Kärlek som inte är villkorad	Träna på vad man är stolt över (inte bara utseende)
Låt barnet försöka och misslyckas	Var en förebild	Begränsa jämförelse

VIKTIG VUXEN

- Förälder
- Lärare
- Skolsköterska
- Kurator
- Ledare i förening
- Farmor
- Gudfar

SKOLANS ROLL

- Polisanmäl vis misstanke om brott.
- Medla i konflikter.
- Samverkan med vårdnadshavare och andra myndigheter.
- Allas rätt till utbildning.
- Kan inte längre jobba med barn och ungdomar utan kunskap om deras liv på nätet.

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

BARN BEHÖVER MER AV VUXNA I SINA LIV ÄN VAD VI IDAG ERBJUDER DEM

Har du frågor?
Skicka in frågor i vårt formulär via QR-koden.

FINNS ATT LADDA NER PÅ VÅR HEMSIDA

www.aktivskola.org/utbildningsmaterial



TACK



www.aktivskola.org



facebook.com/aktivskola.org



@aktivskola | @sumarkolli



natsmart@aktivskola.org



Aktiv Skola

AKTIV SKOLA

PLATSER PÅ BONDGÅRDEN



Matteladan

Här får barnen vässa sina matematikkunskaper i en miljö som både gör det roligt och lätt att förstå.

Lekdammen

Här finns en samling blandade utmaningar som tränar koncentration och problemlösning.





Hälsohuset

Här får barnen lära sig om hälsa, med fokus på kost och matvanor.

Språkstugan

Här får barnen arbeta med sin språkliga utveckling.





Vill du spela Bondgården?
Gå in på Aktiv Skolas hemsida eller använd QR-koden här till vänster för att komma direkt till spelet.

AKTIV SKOLA

GROOMING

Vad gör jag om jag blivit utsatt?

1. Ta en skärmdump
2. Blockera personen som utsätter dig eller logga ut
3. Prata med en vuxen
4. Anmäl till polisen på 114 14 eller besök en polisstation



Prata med någon du litar på

Förälder	Syskon
Lärare	Granne
Kompis	Läkare

Tipsa polisen: itbrott.desk.noa@polisen.se

AKTIV SKOLA

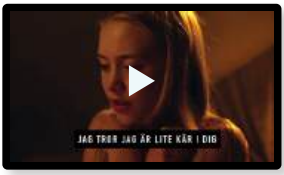
Stiftelsen Aktiv Skola jobbar aktivt mot grooming

Ett av våra fokusområden är grooming, det är när vuxna, oftast under falsk identitet, skapar kontakt med barn på internet eller i sociala medier i syfte att utnyttja dem sexuellt.
Grooming är ett växande problem som går längre och längre ner i åldrarna, och vi tror på att redan tidigt informera om riskerna.

Aktiv Skola har sedan grundandet 2015 jobbat med att utbilda och höja medvetenheten kring grooming. Detta gör vi under namnet Nätsmart.

Jag tror jag är lite kär i dig

Skildrar hur lätt det är att manipuleras och hur snabbt en situation som från början verkar oskyldig kan övergå till ett sexuellt övergrepp.



Nätsmart på lätt svenska

En interaktiv kurs där man får lära sig mer om en viktig och allvarlig aspekt av vår digitala värld: grooming. Anpassad för en yngre målgrupp.



Nätsmart utbildningsmaterial

Det här materialet är till för dig som spelar onlinespel, hänger på sociala medier eller chattar online. Här får du lära dig hur du kan vara extra smart och försiktig när du är på nätet.



Läs mer om vad Aktiv Skola jobbar för på
www.aktivskola.org


AKTIV SKOLA