

Lapsi ja puhelin – vinkkejä huoltajalle

1. Puhelimen käyttötarkoitus

- Mihin tarkoitukseen puhelinta käytetään?
- Missä ja milloin puhelinta ei käytetä?
- Mitä sovelluksia lapsi saa käyttää?

2. Yleiset turvallisuussuositukset

- Rajoita sosiaalista mediaa (ikärajat), pelichatteja ja sijainninjakoa.
- Estä sovellusten sisäiset ostot.
- Muokkaa ilmoitusasetuksia tarpeen mukaan.
- Aseta aikarajoitukset: esimerkiksi kokonaisruutuaika 1-2h päivässä ja käyttötauco klo 20-07.
- Hyväksy vain lapselle sopivat sovellukset ja verkkosisällöt, huomioiden sisältö- ja ikärajoitukset.

3. Lapsen kanssa käytävät keskustelut

- Älä jaa henkilökohtaisia tietoja.
- Vieras ei ole verkossa ystävä.
- Kerro heti aikuiselle, jos jokin tuntuu pahalta.
- Ruutuaika ei korvaa unta, liikuntaa tai leikkiä.

4. Asetukset android-puhelimessa

- Ota käyttöön Google Family Link (huoltaja ja lapsi).
- Aseta käyttöaika- ja sovellusrajoitukset, tarvittaessa lapsilukko ja digitaalinen hyvinvointi.
- Käytä internetselaimessa lapsilukkoa (hyväksytyt tai estetyt sivustot)
- Lisätietoja Google For Families ohjesivuilta:
https://support.google.com/families/answer/7101025?hl=fi&ref_topic=7327495&sjid=17719328116347042755-EU

5. Asetukset iPhonessa

- Ota käyttöön Apple Perhejako sekä sisältö- ja tietosuojarajoitukset.
- Aseta Ruutuaika, Käyttötauco (esim. klo 20–07) ja Appirajoitukset.
- Lisätietoa Applen sivuilta: <https://support.apple.com/fi-fi/105121>

6. Pikaohje huoltajalle

Tarve	Android (Family Link)	iPhone (Screen Time)
Aikarajat	Päivittäiset rajat ja tauot	Sovellusten rajat ja Käyttötauco
Sovellusten hallinta	Hyväksyntä vaaditaan	Sallitut sovellukset
Sisällönsuodatus	Ikärajat + sivustojen estäminen	Sisältö- ja ikärajat
Yöesto	Laitte lukkoon klo X–X	Käyttötauco
Ostopolitiikka	Estä ostot	Vaadi salasana kaikkiin ostoihin

Lisätietoja Mannerheimin lastensuojeluliiton sivuilta:

Median käyttöä rajaavat sovellukset ja laitteiden ruutuaika-asetukset

<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/median-kayttoa-rajavat-sovellukset-ja-laitteiden-ruutuaika-asetukset/>