



Impostazioni sui social network

Facebook/Meta

- Privacy profilo: Impostazioni > Privacy > limita chi può vedere i tuoi post
- Blocco e restrizione: blocca/limita utenti specifici
- Controllo commenti: filtra parole offensive automaticamente
- Revisione tag: approva i tag prima che appaiano sul tuo profilo
- Messaggi: limita chi può inviarti messaggi diretti

Instagram

- Account privato: solo follower approvati vedono i contenuti
- Filtro parole offensive: nasconde automaticamente commenti con parole che scegli
- Limita account: nasconde commenti senza notificare l'utente
- Disattiva commenti: su singoli post o completamente
- Controllo DM: limita chi può inviarti messaggi

TikTok

- Account privato: solo follower approvati
- Filtro commenti: blocca parole chiave specifiche
- Chi può fare duetti/stitch: limita interazioni con i tuoi video
- Messaggi diretti: disattiva o limita a persone che seguì

X (Twitter)

- Account protetto: solo follower approvati vedono tweet
- Silenzia/Blocca: silenzia parole, frasi o account
- Filtro qualità: nasconde contenuti potenzialmente offensivi
- Limita risposte: scegli chi può rispondere ai tuoi tweet

Snapchat

- Chi può contattarmi: solo amici o tutti
- Visualizza la mia storia: limita chi può vedere
- Segnala e blocca: funzioni rapide per utenti problematici

Google immagini

- SafeSearch: per limitare o sfuocare contenuti non adatti a minori



Azioni preventive generali

- Non condividere **informazioni personali** (indirizzo, telefono, scuola)
- Verifica **impostazioni privacy** periodicamente (cambiano spesso)
- Salva **screenshot di messaggi offensivi** prima di bloccare
- **Segnala** sempre comportamenti inappropriati alle piattaforme
- **Parla** con adulti di fiducia se subisci cyberbullismo
- **Non rispondere** a provocazioni (alimentano il problema)

App e strumenti specifici

Filtri per traffico internet

- **Cloudflare 1.1.1.3 | OpenDNS Family Shield | AdGuard Family**

Monitoraggio e controllo genitori

- **Qustodio**: monitora attività online, limita tempo schermo
- **Norton Family**: monitoraggio parentale
- **Microsoft Family**: monitoraggio parentale
- **Google Family Link**: per dispositivi Android
- **Screen Time (iOS)**: controlli nativi Apple

Supporto e segnalazione

- **ReThink**: estensione che avvisa prima di postare contenuti offensivi
- **Safer Internet Day**: risorse educative
- **STOPit**: app per segnalazioni anonime di bullismo (per scuole)
- **YouPol**: app Polizia di Stato per segnalazioni
- **vari Reputation Manager**: gestione della reputazione online

Numeri e siti web utili

- **114 Emergenza Infanzia**: supporto per minori in difficoltà
- **19696**: Telefono Azzurro
- **www.mim.gov.it/bullismo**: linee guida, decreti e fondi dal Ministero
- **www.commissariatodips.it**: Polizia Postale
- **www.generazioniconnesse.it**: il Safer Internet Centre italiano, con materiali, guide e strumenti per ragazzi, genitori e docenti.
- **www.internetmatters.org**: strumenti e guide utili