**Jak nastavit soukromí na Instagramu?**

1. Můžete-li mít účet jako soukromý, udělejte to

2. Pamatujte, vždy se najde cesta, jak někdo získá vaši fotku či video

3. Nikdy nezadávejte své přihlašovací údaje jinam než aplikaci či webu Instagramu

4. Účet si chraňte dvoufaktorovým ověřováním

5. Blokujte účty, které nechcete mít mezi sledujícími

6. Zapněte si schvalování příspěvků, kde vás někdo označí

7. Vyhněte se fotografiím, kde jste vidět

8. Nezveřejňujte geolokační informace

9. Neuvádějte žádné soukromé či citlivé informace ve fotkách či textech

10. Na Instagram nepatří váš e-mail, vaše telefonní čísla, věk, bydliště

11. Střídmě s fotografiemi dětí a blízkých lidí

12. Vyhněte se nevhodným/zapovězeným hashtagům

13. Hlídejte si, jakým aplikacím jste dali přístup k účtu a s čím jste Instagram propojili

převzato z knihy autorů : D. Dočekal, J. Müller, A. Harris, L. Heger a kol. : Dítě v síti, 2019, Mladá fronta a.s., Praha

**Jak bezpečně nastavit TikTok**

1. Výchozí stav je „vše veřejné“, musíte změnit v Nastavení

2. Účet si nezakládejte pomocí čísla mobilního telefonu

3. Profilová fotka je vždy veřejná, není nutné tam mít vlastní obličej

4. Až bude možné použít dvoufaktorové ověření, nastavte si ho

5. Do té doby je nutné použít silné unikátní heslo

6. Pro dítě potlačte v Nastavení možnost vyhledání

7. Pro dítě zapněte účet jako Soukromý

8. Vypněte možnost, aby si kdokoliv stáhnul vaše videa

9. U dětí nastavte možnost komentovat jenom „pro přátele“

10. Totéž nastavte u reakcí, duetů a posílání zpráv

11. U dítěte čas od času procházejte, koho si přidalo mezi přátele

12. Vypněte tu záplavu upozornění, která vám TikTok bude posílat

13. Nastavte pro děti sekci „Digitální pohoda“, můžete tak omezit dobu užívání

převzato z knihy autorů : D. Dočekal, J. Müller, A. Harris, L. Heger a kol. : Dítě v síti, 2019, Mladá fronta a.s., Praha