

KONTRAKT Z: _____

DATA: _____



ZASADY KORZYSTANIA Z TELEFONU

- Nie używam telefonu podczas posiłków.**
- Telefonu nie kładę na stole** podczas posiłków (nawet jeśli jest wyłączony).
- Nie korzystam z telefonu**, dopóki nie odrobię lekcji lub nie wykonam innych ważnych obowiązków wskazanych przez Rodzica.
- Dzienny limit** na korzystanie przeze mnie z telefonu to:
_____ h w weekend (piątek-niedziela)
_____ h poniedziałek-czwartek
- Nie korzystam z telefonu** w porze późno-wieczornej, to znaczy od godziny:
_____ w weekend (piątek-niedziela)
_____ poniedziałek-czwartek
- Telefon zostawiam w przestrzeni publicznej** (np. salon lub kuchnia), a nie w moim pokoju.
- Blokowanie telefonu:** Nie blokuję telefonu przed Rodzicami / Rodzice znają hasła do telefonu.*
- W nocy:** Wyłączam telefon na noc / Wyciszam telefon na noc / Mogę pozostawić telefon niewyciszony.*
- Akceptuję**, że na moim telefonie może być zainstalowana aplikacja do ochrony rodzicielskiej. **Nie będę próbował / próbowała** odinstalować aplikacji ani w inny sposób wprowadzać Rodziców w błąd na temat sposobu, w jaki korzystam ze swojego telefonu.
- Zgadzam się, że w przypadku naruszania przeze mnie powyższych zasad, Rodzic może ograniczyć lub całkowicie zabronić mi korzystania z telefonu.**

* Niepotrzebne skreślić

PODPIS DZIECKA