



Hei _____ !

Pelaaminen on hauska harrastus! Pelaamiseen kuuluu myös huolehtiminen siitä, että pelataan itselle hauskoja, kehittäviä ja sopivia pelejä ja otetaan muut huomioon.

- **Pelaa ainoastaan ikäisellesi tarkoitettuja pelejä.** Sinua vanhemmille tarkoitettut pelit saattavat sisältää alaikäisen kehitykselle ja kasvulle haitallista sisältöä. Älä pelaa peliä, jonka huomaat ahdistavan tai pelottavan sinua.
- **Huolehdi hyvästä ergonomiasta,** Kiinnitä huomiota peliasentoon ja pidä taukoja. Jos huomaat, että kärsit usein päänsärystä, silmien särystä, selkäkivuista tai käden väsymisestä, voi olla, että peliajat ovat liian pitkiä tai peliasennossa on parantamisen varaa. Muista pitää myös välillä taukoja!
- **Muista kohtuus pelaamisessa.** On tärkeää pitää taukoja, syödä säännöllisesti, ulkoilla ja liikkua ja nukkua riittävästi. Koulunkäynti, yhdessäolo perheen ja kavereiden kanssa ja muut tärkeät asiat eivät saa kärsiä peliharrastuksesta.
- **Ole reilu pelikaveri!** Anna pelikavereille pelirauha ja kannusta! Jos kaveri mokaa pelissä, kerro että aina ei voi onnistua. Yritetään uudestaan.
- **Muista asiallinen kielenkäyttö.** Toisten nimittely, mollaaminen ja haukkuminen eivät kuulu hyvään pelikulttuuriin. Ilmianna kiusaaminen, häirintä ja syrjintä. Jos sinulle tulee pelissä paha mieli, juttele siitä vanhempasi tai muun aikuisen kanssa.
- **Huolehdi yksityisyydestäsi myös pelatessa.** Älä vastaa outoihin yhteydenottoihin äläkä jaa omia tietojasi tuntemattomille.
- **Huomioi pelatessasi perheesi.** Pelaamisen ei kuuluisi aiheuttaa pahaa mieltä ja riitoja. Pidä kiinni vanhempien kanssa sovitusta peliajoista ja sopimuksista. Jos sinua pyydetään lopettamaan pelaaminen, sovi ja kerro kuinka kauan menee, että voit pelin lopettaa sopivaan kohtaan. Ethän pelaa pikkuveljen tai -siskon nähden sellaisia pelejä, jotka saattavat pelottaa tai ahdistaa häntä.

Toivotan sinulle mukavia pelihetkiä!

Peliterveisin: _____