1. **Em grupos, discutam e façam uma lista dos aspectos positivos e dos aspectos negativos do uso das redes sociais. Considerem como elas influenciam as nossas interações pessoais e profissionais, o nosso acesso à informação e ao aprendizado e a nossa saúde mental e bem-estar.**

**Positivos:**

* Se torna mais fácil a comunicação
* Se torna mais fácil a divulgação dos seus negócios ou empresas.
* Pegar dicas.
* Se atualizar das noticias

**Negativos:**

* Vicio
* Comentários maldosos
* Falta de segurança
* Bullying, racismo, entre outros.

1. **Cite alguns exemplos de como as redes sociais têm sido usadas para causar um impacto positivo na sociedade**

Com as redes sociais tornam mais fácil para pessoas que trabalham com redes sociais, não só influencers, mas também lojas, estéticas e outros comércios pois ajudam na divulgação, também ajuda as pessoas se manterem mais informadas.

1. **Como podemos distinguir um uso saudável de um uso excessivo das redes sociais?**

**Saudável:**

* Definir um tempo para redes sociais

**Excessivo:**

* Tempo 4h

1. **Cite algumas estratégias que podemos adotar para minimizar o impacto negativo das redes sociais em nossas vidas?**

Para minimizar o impacto negativo, no trânsito poderia ser cobrado multas, em lugares restritos poderia ser recolhido.

1. **Em grupos, vocês terão a tarefa de reimaginar uma rede social existente, transformando-a em uma plataforma totalmente saudável para seus usuários. O desafio é identificar e eliminar os aspectos problemáticos e desenvolver soluções que promovam o bem-estar, a segurança e a interação positiva.**

Aplicativo Tik Tok:

No caso, os problemas são xingamentos, bullying, racismo, entre outros. A solução seria bloqueamentos automaticamente.