



Questo documento è scritto  
in **linguaggio facile da leggere e da capire.**

## Il **Manifesto della comunicazione non ostile**

è un documento  
che ci dà dieci regole  
su **come dobbiamo comportarci**  
**quando scriviamo su internet.**

Questo manifesto  
l'ha fatto **l'associazione Parole O\_Stili.**  
**La parola ostile può voler dire**  
**nemica o poco educata.**

Ci sono **tante persone**  
che quando **scrivono su internet**  
sono molto **maleducate.**

Le regole di **questo manifesto**  
ci aiutano ad **essere più gentili**  
quando scriviamo su internet.

### **Regola 1**

Su internet **dobbiamo scrivere**  
**soltanto le cose**  
che poi abbiamo il coraggio  
di **dire di persona.**

## **Regola 2**

Quando scriviamo su internet dobbiamo **fare attenzione alle parole** che usiamo.

Dobbiamo usare le parole che ci piacciono di più e che usiamo più spesso.

## **Regola 3**

**Prima di scrivere** qualsiasi cosa su internet bisogna **pensarci bene due volte.**

Se ci pensiamo due volte prima di scrivere possiamo **dire cosa pensiamo nel modo più giusto.**

## **Regola 4**

**Prima di parlare** con un'altra persona **bisogna ascoltare** cosa dice.

## **Regola 5**

È importante scegliere bene le parole per **aiutarmi a capire gli altri** e a **farmi capire dagli altri.**

## **Regola 6**

**Le parole** che scrivo  
**possono fare del male** agli altri.  
Devo **stare molto attento**  
a non fare male agli altri.

## **Regola 7**

**Prima di condividere** con i miei amici  
**un'immagine o un testo**  
che ho trovato su internet  
devo **controllare che non sia una bugia**  
e che possa aiutare anche miei amici.

## **Regola 8**

**Se non vado d'accordo con una persona**  
**posso discutere** con lei  
ma devo **sempre rispettarla**.

## **Regola 9**

Non devo **mai insultare nessuno**  
anche se non andiamo d'accordo.

## **Regola 10**

**A volte**  
è meglio **rimanere in silenzio**  
piuttosto che parlare.

Questa **traduzione in linguaggio facile da leggere e da capire**  
è stata fatta da **Anffas Cremona Onlus**  
e **Ventaglio Blu Soc. Coop Sociale**  
insieme allo **Sportello Antidiscriminazioni del Comune di Cremona**  
e **all'associazione Parole O\_Stili.**