

BÄST FÖRE  
OFTA BRA EFTER

FÖRP. DAG

Arla



FÄRSK  
MELLANMJÖLK  
1.5% fett

## ATT SPRÄCKA FILTERBUBBLAN

Visste du att sociala medier kan vara som en skummig mjölkubbla som kan vara svår att ta sig ut ifrån?

Men oroa dig inte - här är några färska tips för att skaka om ditt flöde och prova på olika smaker av information.

### MJÖLKA MÅNGFALDEN:

Kanske inte bara standardmjölk varje dag. Följ olika smaker på sociala medier, det skapar en blandning av åsikter och idéer.

### TESTA MJÖLKEN:

Innan du dricker allt som sant - smaka på olika källor. Det är ett bra sätt att separera fakta från märkligt mjölkiga påståenden.

### SKAKA OM DITT INNEHÅLL:

Gör ditt sociala medie flöde lika gott som en skakad mjölk. Tillsätt olika ämnen och intressen för en våg av mångfald.

### SKUMMA UPP SAMTAL:

Diskutera med kompisar och familj om allt möjligt. Det är nästan som att tillsätta skum på mjölken - det gör allt mer bubblande och intressant!

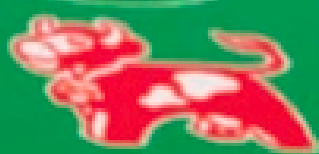
Genom att aktivt välja olika perspektiv och information skapar du en rikare upplevelse av sociala medier. Fortsätt vara nyfiken och utforska, för i mångfalden av tankar och åsikter hittar du verkligt berikande kunskap.

friends

BÄST FÖRE  
OFTA BRA EFTER

FÖRP. DAG

Arla



FÄRSK  
MELLANMJÖLK  
1,5% fett

## FÅ MÅNGFALD I DITT MEDIEFLÖDE

Precis som du väljer mjölk för att det är gott, och för att få en balanserad kost, är det dags att blanda din digitala kost också!

### MÅNGSIDIG KÄLLKOLL

*Variera ditt informationsintag och leta efter nyheter från olika användare och plattformar för en balanserad smak*

### SKAPA ISTÄLLET DIN EGNA MIX

*Se till att följa och interagera med olika perspektiv för en bredare uppfattning.*

### VAR SAMTIDIGT MEDVETEN

*Se upp för desinformation. Dubbelkolla alltid informationen innan du sätter den på din digitala meny.*

### UPPMUNTRA TILL DELAD NJUTNING

*Diskutera gärna med vänner och familj för att få olika synpunkter. Det blir som en gemensam smaktest av ösiker!*

På samma sätt som du väljer mjölk för dess smak, är smaken av mångfald i ditt flöde lika viktigt.

friends

BÄST FÖRE  
OFTA BRA EFTER

FÖRP. DAG

Arla



FÄRSK  
MELLANMJÖLK  
1,5% Fett

## FÅ MÅNGFALD I DITT MEDIEFLÖDE

Precis som du väljer olika mejeriprodukter  
för att det är gott, och för att få en  
balanserad kost,  
är det dags  
att blanda  
din digitala kost  
också!

### MÅNGSIDIG KÄLLKOLL

Variera ditt  
informationsintag  
och leta efter  
nyheter från olika  
användare och  
plattformar för en  
balanserad smak

### SKAPA DIN EGNA MIX

Se till att följa och interagera  
med olika perspektiv för en  
bredare uppfattning.

Men se upp för desinformation.  
Dubbelkolla alltid informationen  
innan du sätter den på din digitala  
meny.

### UPPMUNTRA TILL DELAD NJUTNING

Diskutera gärna med vänner och  
familj för att få olika synpunkter.  
Det blir som en gemensam smaktast  
av åsikter!

På samma sätt som du väljer mjölk,  
ost eller yoghurt för en smakrik  
frukost, är smaken av mångfald i ditt  
flöde lika viktigt.

friends