

10 PRZYKAZAŃ BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

1. Nie podawaj swoich danych osobowych, takich jak adres, numer telefonu itp.
2. Pamiętaj, że nie każdy jest kimś, za kogo się podaje.
3. Nie podawaj nikomu hasła dostępu do Twojego konta na stronie, na której jesteś zalogowany.
4. Korzystaj z oprogramowania antywirusowego.
5. Nie umawiaj się sam na spotkania z nieznajomymi, których poznałeś przez internet.
6. Stwarzaj trudne do odgadnięcia hasła dostępu - kombinacje minimum 12 cyfr, wielkich i małych liter oraz znaków interpunkcyjnych.
7. Nie klikaj w nieznane załączniki i linki.
8. Nie wysyłaj nieznajomym swoich zdjęć i nie udzielaj im zbyt wielu informacji na swój temat.
9. Do każdego konta stosuj inne hasło dostępu.
10. Zachowaj ostrożność przy pobieraniu plików z internetu.

Wybieraj informację

Rob selekcję informacji niezbędnych i potrzebnych od tzw. "rozpraszaczy uwagi" oraz od treści manipulacyjnych jakimi są np. fake newsy!



Ulotka jest efektem projektu realizowanego przez młodzież z Polski i Ukrainy w ramach Polsko Ukraińskiej Rady Wymiany Młodzieży finansowanej z Ministerstwa Edukacji i Nauki

10 ЗАПОВІДІВ ОНЛАЙН-БЕЗПЕКИ

1. Не надавайте свої особисті дані, наприклад адресу, номер телефону тощо.
2. Пам'ятайте, що не всі такі надається.
3. Нікому не повідомляйте свій пароль Ваш обліковий запис на веб-сайті, на якому ви перебуваєте Зареєстровано.
4. Використовуйте програмне забезпечення антивірус.
5. Не призначайте зустрічі наодинці з незнайомими людьми, через яких ви познайомилися Інтернет.
6. Створюйте паролі, які важко вгадати доступ - комбінації не менше 12 цифр, великі та малі літери та символи розділові знаки.
7. Не натискайте на невідомі вкладення та посилання.
8. Не надсилайте свої фотографії незнайомцям і не давайте їм забагато інформації про себе.
9. Використовуйте різні паролі для кожного облікового запису.
10. Будьте обережні під час завантаження файли з Інтернету.

Виберіть інформацію

Зробіть відбір необхідної та необхідної інформації від т. зв «відволікання» та від маніпулятивного контенту, такого як фейкові новини!



Брошура є результатом молодіжного проекту, здійсненого людьми

з Польщі та України реалізовано в рамках Польсько-української ради молодіжних обмінів за фінансування Міністерства освіти і науки



Jak
uchronić
się przed
cyberprz
emocą

Як
захистити
себе від
кібер
булінгу



POLSKO-UKRAIŃSKA RADA
WYMIANY MŁODZIEŻY

ПОЛЬСЬКО-УКРАЇНСЬКА РАДА
ОБМІНУ МОЛОДЦІ

 Ministerstwo
Edukacji i Nauki
Projekt został sfinansowany ze środków
Polsko-Ukraińskiej Rady
Wymiany Młodzieży z dotacji MEiN

Przemoc jest tylko wtedy, gdy są obrażenia na ciele

MIT!

Wirtualna przemoc krzywdzi

REALNIE

Cyberprzemocą -

są wszelkie formy agresji przy użyciu Internetu i urządzeń elektronicznych

Rodzaje przemocy

- publikowanie poniżających filmów lub zdjęć;
- publikowanie ośmieszających, wulgarnych, komentarzy i postów;
- włamania na konta serwisów społecznościowych;
- flood, czyli wiadomości w komunikatorze, telefony, SMSy
- podszywanie się pod inne osoby;
- wykluczanie z internetowych społeczności

Co możesz zrobić?

1. Porozmawiaj z bliską ci osobą
- poszukaj wsparcia i pomocy
2. Zachowaj dowody ,
3. Zgłoś incydent dorosłej osobie
4. Prowadź rozmowę na swoich zasadach
- nie daj się wciągnąć w spiralę agresji
5. Odetnij się od agresora.
6. Skorzystaj z telefonu zaufania 116 111

CYBERPRZEMOC
кіберзалякування



Gdzie szukać pomocy?

Де шукати допомоги?

800 12 12 12

Dziecięcy Telefon Zaufania
Rzecznika Praw Dziecka
Допомога дітям та молоді

116 111

Telefon Zaufania
dla Dzieci i Młodzieży
Допомога дітям та молоді



Насильство виникає лише тоді, коли виникає травма на тілі
МІФ!
Віртуальне насильство шкодить
СПРАВЖНІМ людям

Кіберзалякування -

є всі форми використання Інтернету та електронних пристроїв для гніву

Види насильства

- розміщення принизливих відео чи фотографій
- публікація насмішок, вульгарний, коментарі та пости;
- злам облікових записів веб-сайтів соц.медіа;
- флуд, тобто повідомлення в месенджері, телефони, текстові повідомлення
- видавання себе за інших людей;
- виключення з інтернет-спільнот

Що ти можеш зробити?

1. Поговоріть з кимось із близьких
- шукати підтримки та допомоги
2. Зберігайте докази
3. Повідомте про подію дорослому
4. Ведіть розмову на власних умовах
- не втягуйтеся у спіраль агресії
5. Відгородитися від агресора.
6. Skorистайтесь телефоном довідки 116 111