

# WYDZIAŁ PREWENCJI KMP W ŁODZI

<http://lodz.policja.gov.pl/elp/profilaktyka/bezpieczenstwo/cyberzagrozenia/57116,Badz-bezpieczny-i-uwazny-w-sieci.html>  
2023-06-03, 17:14

## „BĄDŹ BEZPIECZNY I UWAŻNY W SIECI”

**9 lutego 2021 roku obchodzimy „Dzień bezpiecznego internetu”. Tego dnia Zespół Profilaktyki Społecznej Wydziału Prewencji KMP w Łodzi w ramach kampanii „Bądź bezpieczny i uważny w sieci” rozpoczął całoroczny cykl spotkań z dziećmi i młodzieżą szkolną dotyczącą bezpieczeństwa w sieci: cyberzagrożeń, hejtu, mowy nienawiści, itp. W pierwszym spotkaniu uczestniczyli uczniowie pierwszej klasy XLII Liceum Ogólnokształcącego im. I. Sendlerowej w Łodzi. Tego dnia młodzież skorzystała z wiedzy funkcjonariusza Wydziału Prześiępczości Gospodarczej i Korupcji KMP w Łodzi, który prowadząc zajęcia zachęca do aktywnej wymiany zdań na temat siły Internetu.**

Internet to niezwykle ciekawa przestrzeń, z której w obecnych czasach korzystamy niemalże codziennie. Jest niezbędna i pomocna podczas wykonywania obowiązków zawodowych, procesu kształcenia, pozyskiwania informacji, stanowi także ciekawe źródło wiedzy praktycznej. Oferuje szeroki wachlarz ofert dydaktycznych, rozwijających wyobraźnię. Jednakże pomimo swoich niewątpliwych zalet Internet stanowi także ogromne zagrożenie dla korzystających z niego użytkowników, którzy nie zawsze są świadomi z czym się mogą spotkać. Warto, aby wiedzieć w jaki sposób należy się zabezpieczyć w cyberprzestrzeni, czego unikać, na co zwrócić uwagę. Pamiętaj, że anonimowość w Internecie to tylko zjawisko pozorne. Należy zawsze rozważyć i przeanalizować, czy treści, które zamieszczamy w sieci powinny być publikowane. Czy nie przekazujemy zbyt wiele informacji na swój temat, co może być przyczyną potencjalnych zagrożeń. Wszystko co piszemy i publikujemy w Internecie zostaje w nim na długi czas, mówi się nawet, że na zawsze. Podobnie jak w życiu codziennym w Internecie należy się odnosić do innych osób z kulturą, kultywując zasadę poszanowania godności i wzajemnego szacunku. Pamiętajmy, że Internet tworzą użytkownicy, a użytkownicy to MY. Wielka odpowiedzialność w zakresie kształtowania świadomości młodych ludzi spoczywa także na rodzicach, którzy powinni monitorować co ich dzieci robią w Internecie. Powinni również ograniczać dostęp swoich pociech do stron dla nich nieprzeznaczonych, zawierających nieodpowiednie treści. Mając na uwadze bezpieczeństwo...

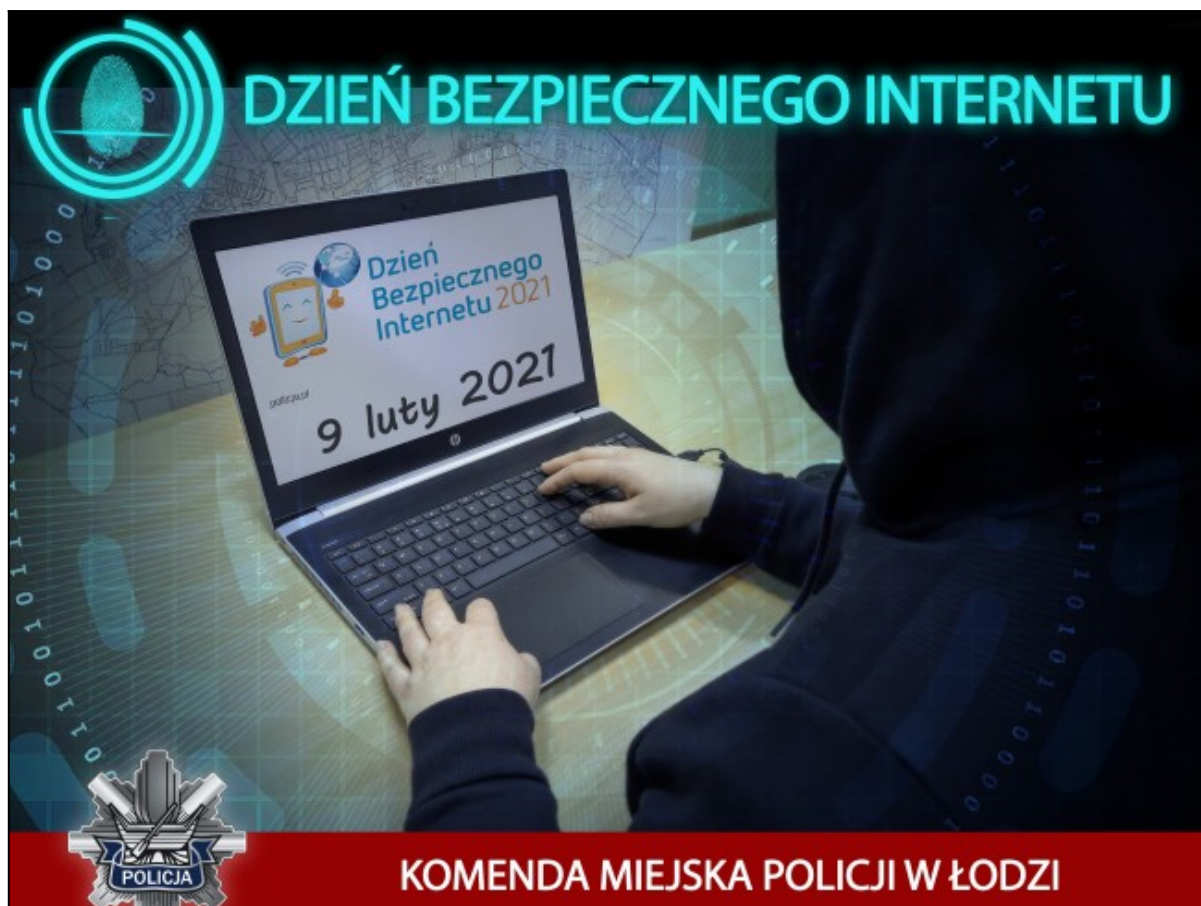


## **Pamiętaj korzystając z Internetu o podstawowych zasadach bezpieczeństwa**

- nie udzielaj informacji dotyczących danych osobowych, tj. adres, imię, nazwisko, numer telefonu, wiek, nazwa i numer szkoły osobom nieznanym,
- nie publikuj w Internecie żadnych danych będąc pod wpływem emocji,
- nie przysyłaj obcym żadnych, zdjęć własnych ani Twoich bliskich,
- bądź ostrożny przy zawieraniu znajomości internetowych,
- nie umawiaj się na spotkanie z osobą nieznaną, poznaną przez Internet, pamiętaj nigdy nie wiesz kto jest po drugiej stronie monitora,
- nie ujawniaj żadnych danych poufnych, tj. hasła dostępu, numery konta, numery PIN,
- odpowiednio zabezpiecz swój komputer, używaj oprogramowania antywirusowego, firewall,
- nie pobieraj plików z nieznanych stron internetowych,
- nie otwieraj wiadomości e-mail od nieznanego nadawcy,
- znacznie bezpieczniejsze jest samodzielne wchodzenie na interesującą Cię stronę niż otwieranie hiperłączy od nieznanego nadawcy,
- bądź uważny, nie zapisuj ważnych haseł w plikach dostępnych na komputerze,
- utwórz bezpieczne i silne hasło, składające się z kombinacji liter wielkich i małych, cyfr oraz znaków specjalnych
- nie trzymaj na smartfonie nieużywanych aplikacji. Mogą być nieaktualizowane i wykorzystane do ataku na twój telefon.
- nadmierne korzystanie z Internetu grozi uzależnieniem,
- wykorzystanie trybu incognito nie rozwiązuje wszystkich problemów związanych z widocznością w sieci. Aktywności widzi na przykład dostawca Internetu. Wybranie tego trybu wpływa jedynie na brak zapisywania historii przeglądarki i nie pokazuje lokalizacji,
- zawsze po skończonej pracy wyloguj się z danej strony oraz z komputera, szczególnie dotyczy to korzystania z komputera w miejscu publicznym,
- nie klikaj w przypadkowe linki, możesz ten sposób pobrać złośliwe oprogramowanie

## Pamiętaj, że cyberprzemoc to m.in.

- nękanie, zastraszanie, znieważanie innej osoby
- rejestrowanie niechcianych filmów i zdjęć
- publikowanie w Internecie lub przy użyciu telefonu komórkowego ośmieszających fotografii, filmów, informacji
- podszywanie się w sieci pod inną osobę
- nielegalne kopiowanie, posługiwanie się własnością bez zgody autora, bądź producenta bez uiszczenia odpowiednich opłat



KOMENDA MIEJSKA POLICJI W ŁODZI