



## **Drodzy Uczniowie!**

Internet może dać nam wiele dobrego - jeśli umiemy się nim posłużyć. Niezależnie od swojego wieku należy pamiętać, że w Sieci nie jesteśmy anonimowi. Wszystko co piszemy i publikujemy zostaje w niej na długi czas. Dlatego umieszczane informacje powinny być przez nas przemyślane. Komentarze, które pozostawiamy na odwiedzanych stronach, powinny dobrze o nas świadczyć. Tak jak w życiu codziennym - odnośmy się do innych z szacunkiem, bez wyzwisk czy zastraszania. Mając świadomość, że to właśnie my tworzymy Internet pamiętajmy, jakim chcielibyśmy go zastać i dbajmy o wspólne bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni.

## **10 zasad bezpiecznego Internetu**

### **1. Zabezpiecz swój sprzęt – komputer, telefon, tablet.**

*Zainstaluj antywirus, pamiętaj o aktualizacjach, nie klikaj w nieznane linki i nie pobieraj nieznanych załączników.*

### **2. Dbaj o swoją prywatność.**

*Skonfiguruj ustawienia prywatności. Nikomu nie udostępniaj swoich danych.*

### **3. Szanuj siebie.**

*Dbaj o swój pozytywny wizerunek w Sieci.*

### **4. Szanuj innych.**

*Nie obrażaj, nie wyzywaj, nie hejtuj.*

### **5. Szanuj swój czas.**

*Zachowuj umiar w spędzaniu czasu w Sieci.*

**6. Bądź krytyczny.**

*Nie wszystkie informacje dostępne w Internecie są prawdziwe.*

**7. Pomyśl, zanim wrzucisz.**

*To, co wrzucisz do Sieci, zostaje tam na zawsze.*

**8. Korzystaj z możliwości, jakie daje Internet.**

*Zastanów się, jak możesz wykorzystać jego potencjał.*

**9. Przestrzegaj prawa.**

*Pamiętaj, że regulacje prawne obowiązują również w Internecie.*

**10. Pamiętaj, że z każdej sytuacji jest wyjście.**

*W sytuacji zagrożenia on-line poproś o pomoc zaufaną osobę dorosłą. Możesz też zadzwonić pod bezpłatny numer 116 111 (telefon zaufania dla dzieci i młodzieży).*

## **10 zasad bezpiecznego korzystania z internetu**

**Dzieciom od najmłodszych lat warto wpajać 10 zasad bezpiecznego korzystania z internetu:**

- 1. Korzystaj z oprogramowania antywirusowego,**
- 2. Otwieraj wiadomości tylko od znanych osób,**
- 3. Ostrożnie pobieraj pliki z sieci,**
- 4. Unikaj klikania nieznanych linków i otwierania załączników w wiadomościach e-mail,**
- 5. Nie podawaj w sieci danych osobowych ani haseł, nie wysyłaj swoich zdjęć,**
- 6. Chronź swoje konta na serwisach społecznościowych,**
- 7. Stosuj trudne do odgadnięcia hasła, które są kombinacją liter i cyfr,**
- 8. Czytaj regulaminy,**
- 9. Sprawdzaj, czy strona, do której się logujesz, ma zabezpieczenie SSL,**
- 10. Pamiętaj, że osoba po drugiej stronie nie musi być tym, za kogo się podaje.**