

Hasło

Pamiętaj,

- Używamy haseł do tego, by zalogować się na komputerze, do poczty mailowej, do różnych portali. Ważne, żeby stworzone przez nas hasło było bezpieczne, czyli, żeby trudno było obcej osobie je odgadnąć.
- Hasło nie powinno składać się ze zwykłego słowa, szczególnie takiego, które jest z nami związane (nasze imię, imię naszego pupila itp.) oraz innych elementów związanych z nami i oczywistych dla osób, które nas znają (np. rok urodzenia)
- Hasło powinno być długie. Dobrze żeby zawierało duże i małe litery, a także cyfry i znaki specjalne. Im więcej różnych elementów, tym trudniej nasze hasło złamać.
- Jak stworzyć bezpieczne hasło, które nie będzie konkretnym słowem? Mogą to być pierwsze litery słów z piosenki, którą lubisz, ważny dla Ciebie cytat. Jeśli wpiszesz znaki interpunkcyjne i wielkie litery, takie hasło będzie bardzo trudne do odgadnięcia.
- Pamiętaj, żeby nie podawać hasła innym, nawet zaufanym osobom, nie zapisywać go na kartkach, ani nie zapamiętywać w przeglądarce, z której korzystają inne osoby. Jeśli masz podejrzenie, że ktoś mógł poznać Twoje hasło, koniecznie je zmień!
- Dlaczego to takie ważne? Znając Twoje hasło, ktoś może podszywać się pod Ciebie i wysyłać nieprawdziwe, obraźliwe wiadomości w Twoim imieniu. Może wrzucać do sieci ośmieszające zdjęcia, udając, że robisz to Ty. Może wysyłać spam z twojego konta. Możesz mieć z tego powodu dużo nieprzyjemności.

Szkodliwe treści

- W Internecie jest wiele stron, które nie powinny być dostępne ani dla dzieci i młodzieży, ani nawet dla dorosłych. Są to strony, które naruszają prawo, namawiają do wyśmiewania innych z powodu koloru skóry, narodowości i religii, prezentują przemoc wobec innych, zawierają wulgarne treści, namawiają do przestępstw lub niebezpiecznych zachowań (używania narkotyków, samookaleczania).
- Co zrobić, gdy trafisz na taką stronę? Możesz je zgłosić anonimowo do zespołu dyżurnet, który zajmuje się ich usuwaniem z Sieci. Formularz, który to umożliwi znajduje się na stronie www.dyzurnet.pl. Dzięki temu nie będą zagrażały innym użytkownikom Internetu.
- Jeśli coś zaniepokoi Cię w Sieci, zwróć się po pomoc do rodziców lub innej zaufanej dorosłej osoby. To kwestia nie tylko Twojego bezpieczeństwa – reagując odpowiednio wcześniej na niepokojące treści czy zdarzenia, pomożesz też innym Internautom, także Twoim przyjaciółom. Zawsze możesz skorzystać z pomocy specjalistów helpline.org.pl – wyślij maila na adres helpline@helpline.org.pl lub zadzwoń pod nr 800 100 100.

Czas spędzony w Internecie

- Internet wciąga. Może się okazać, że surfując w Internecie zapomnisz o ważniejszych sprawach. Pamiętaj, nadmierne korzystanie z Internetu może przerodzić się w uzależnienie, które trudno kontrolować. Długie godziny spędzone przed monitorem mogą też negatywnie odbić się na Twoim zdrowiu.
- Zarządzaj swoim czasem. Określ (najlepiej z rodzicami) ile czasu dziennie / tygodniowo możesz przeznaczyć na korzystanie z komputera i nie wydłużaj go pod byle pretekstem.

Ograniczone zaufanie

- Internet jest zbiorem różnych danych. Pamiętaj, nie wszystkie zamieszczone dane są prawdziwe. Staraj się weryfikować przeczytane informacje.
- Nie ufaj osobom poznanym przez Internet (mogą podawać się za kogoś innego niż są w rzeczywistości). Używaj komunikatorów i czatów tylko do kontaktów ze znajomymi.

Korzystają z nich także osoby o złych zamiarach i trzeba być bardzo ostrożnym. Ustaw komunikator tak, aby tylko Twoi znajomi mogli do Ciebie pisać. Ignoruj obce osoby, które będą do Ciebie pisać.

- Rozmawiaj z rodzicami, jeśli coś Cię zaniepokoi.

Netykieta

- Zastanów się zanim wyślesz wiadomość, e-mail czy smsa. Może chodzi Ci o żart, pokazanie znajomym śmiesznego zdjęcia. Ale jego publikacja może sprawić komuś przykrość. Kiedy klikniesz „wyślij”, nie można już tego cofnąć.
- Nie dokuczaj innym. Coś, co robisz w Internecie, sprawia przykrość tak sami, jak w rzeczywistym świecie. Pamiętaj, że w Sieci, tak jak w normalnym życiu, obowiązuje zasada nie używania brzydkich słów.
- Traktuj innych tak, jak byś chciał/-a, żeby Cię traktowano. Bądź życzliwy. Jeśli widzisz, że ktoś zachowuje się nierozsądnie i może sobie zaszkodzić, zwróć mu na to uwagę.
- Nie wdawaj się w głupie dyskusje i kłótnie w Sieci. Jeśli ktoś próbuje Cię obrazić na czacie, w mailu, po prostu nie odpisuj. To jego problem, że jest źle wychowany.