

# Безбедност на интернетот

Разбирање на ризиците, учење безбедни практики и станување одговорни дигитални граѓани



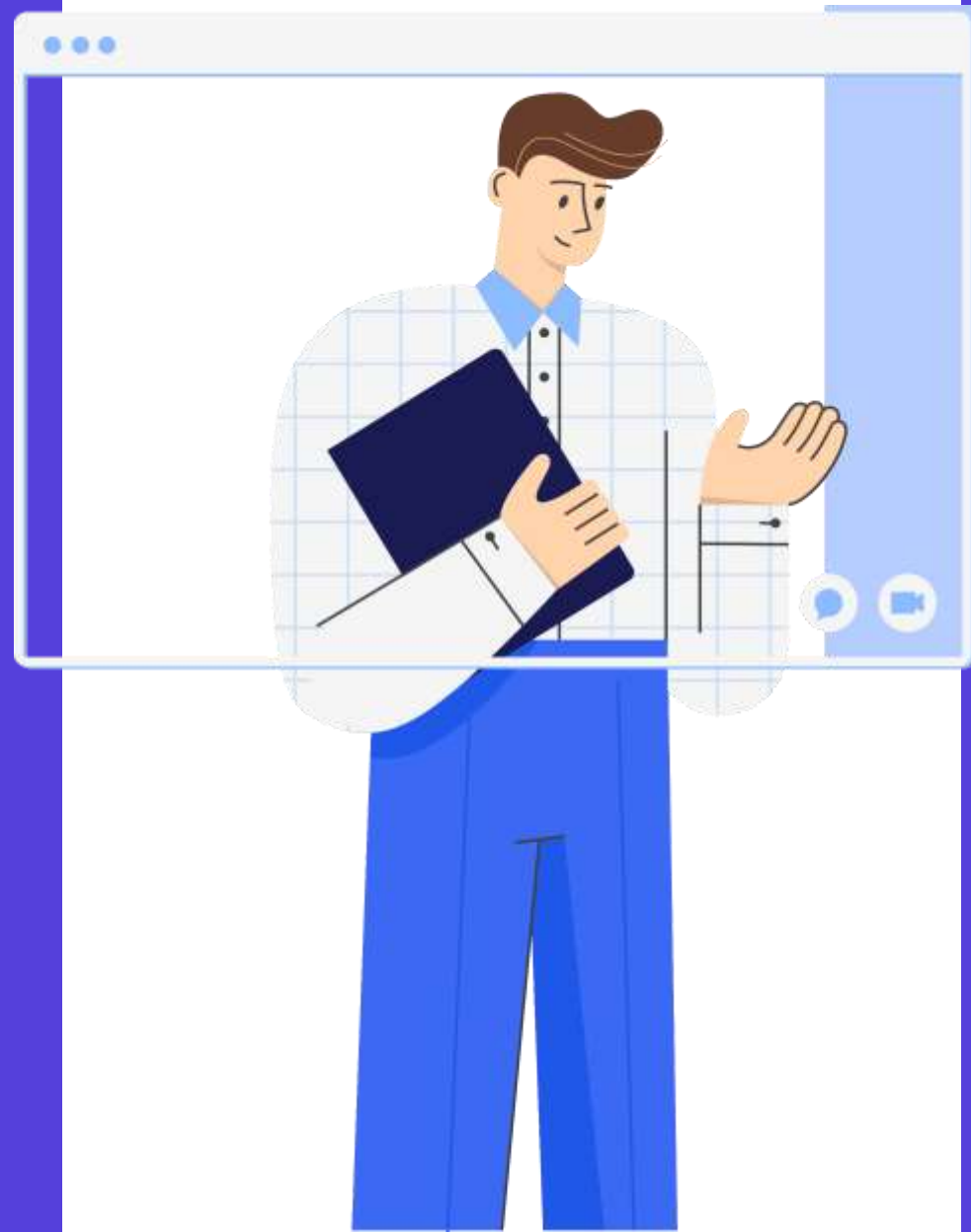
# Зошто е важна безбедноста на Интернет?

Интернетот е моќна алатка, но доаѓа со ризици. Ајде да истражимо како да останеме безбедни.



# Што ќе покриеме

- Ризици на интернетот
- Безбедни однесувања онлајн
- Сајбер-насилство и како да се справиме
- Зачувување на личните информации
- Поставување онлајн граници

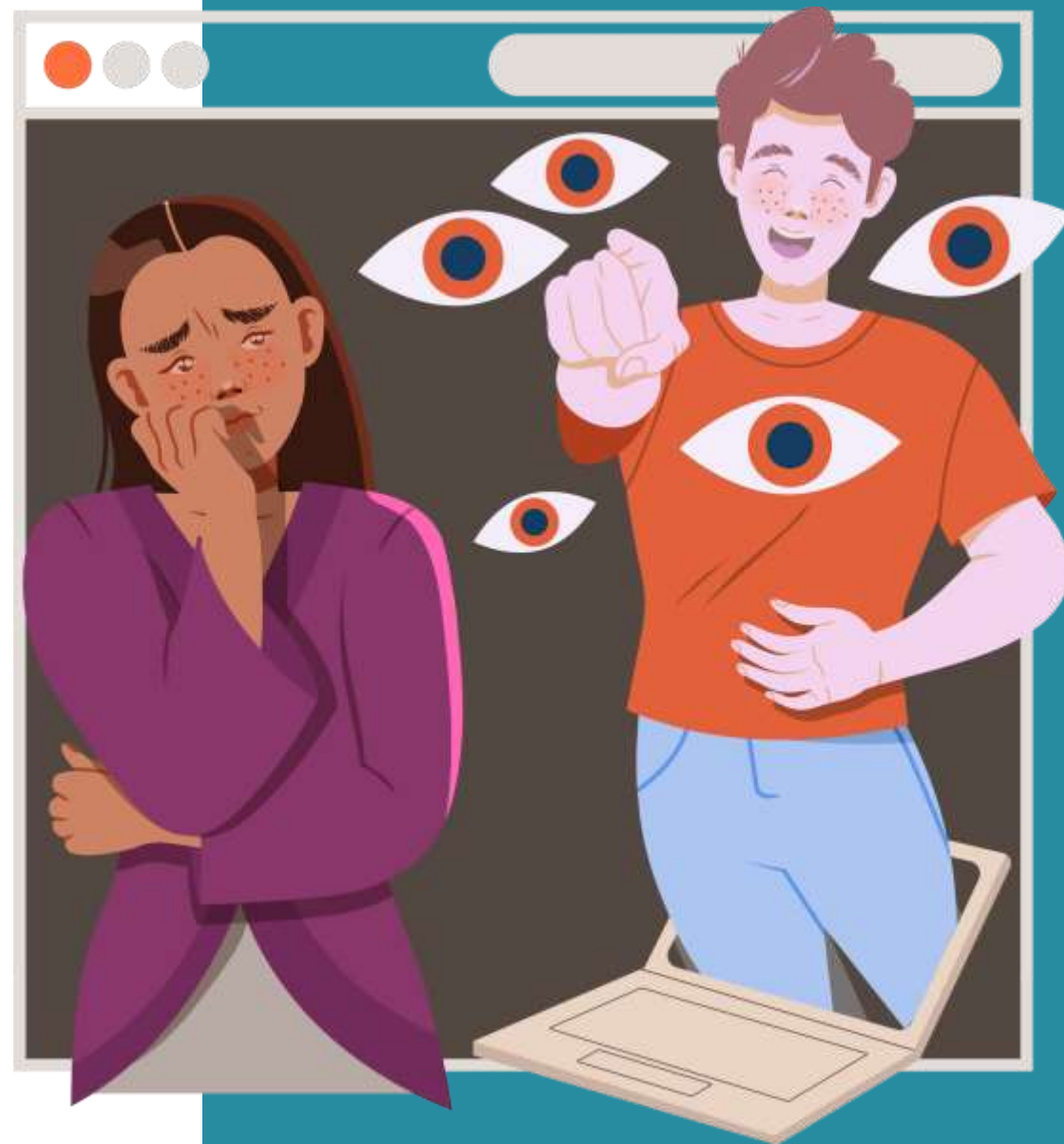


Тинејџерите поминуваат во просек **7+ часа дневно** на интернет. Како да останеме безбедни во овој дигитален пејзаж?



## Кои се опасностите?

- Сајбер-насилство
- Фишинг измами
- Несоодветна содржина
- Онлајн предатори



# Што е сајбер-малтретирање?

Користење на технологија за вознемирување, заканување или засрамување некого. Тоа може да се случи на социјалните медиуми, платформите за игри или преку апликации за пораки.

# Знаци на сајбер малтретирање

- Постојани навредливи пораки
- Ширење лажни информации
- Исклучувајќи ги другите онлајн
- Повлекување од семејството и пријателите
- Избегнување на училиште, клубови, спортови или активности

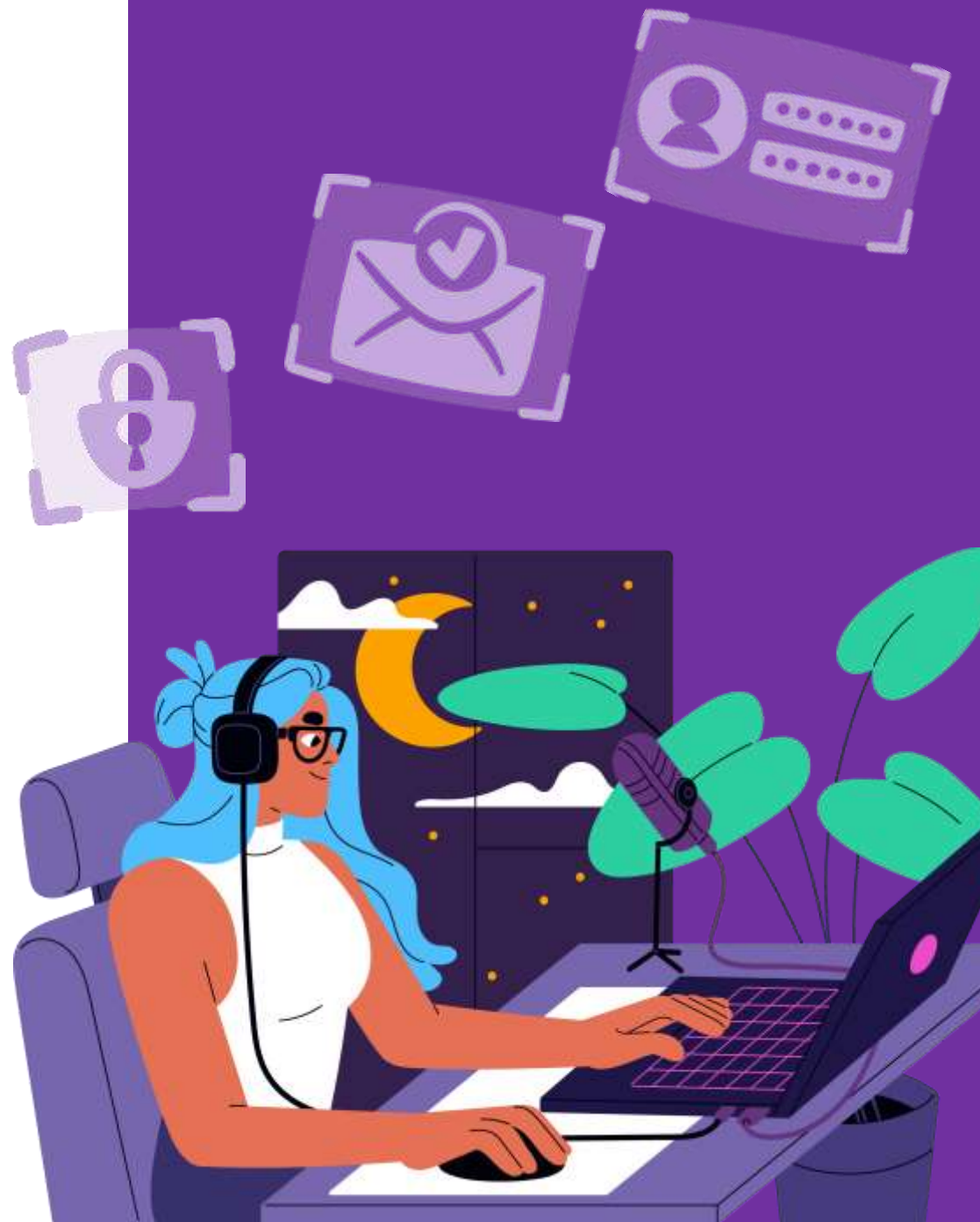


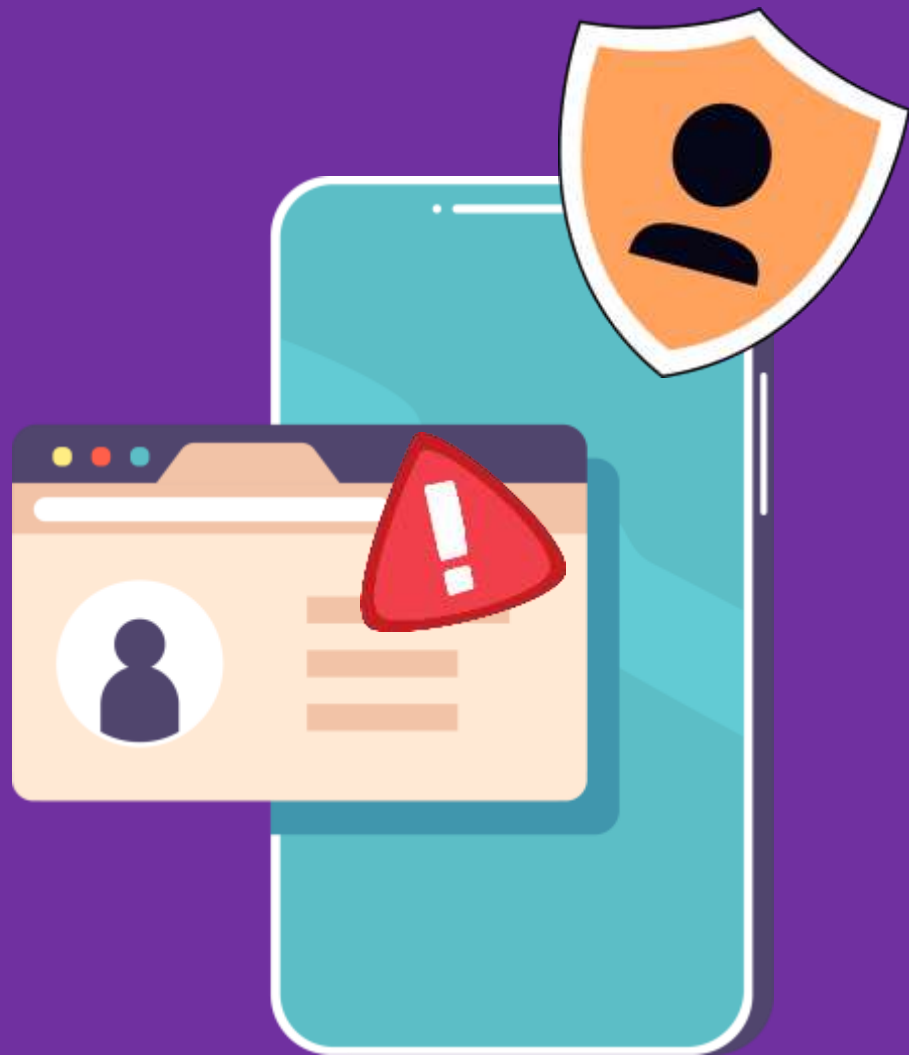
# Како да се заштитиме?



## Чекори на преземање

- **Не одговарајте и не возвраќајте**
- **Зачувајте докази (скриншотови)**
- **Блокирајте/пријавете го лицето**
- **Разговарајте со возрасно лице на кое му верувате**





## Што се фишинг измами?

Фишинг е кога измамниците ве мамат да дадете свои лични информации, како лозинки или банкарски податоци.

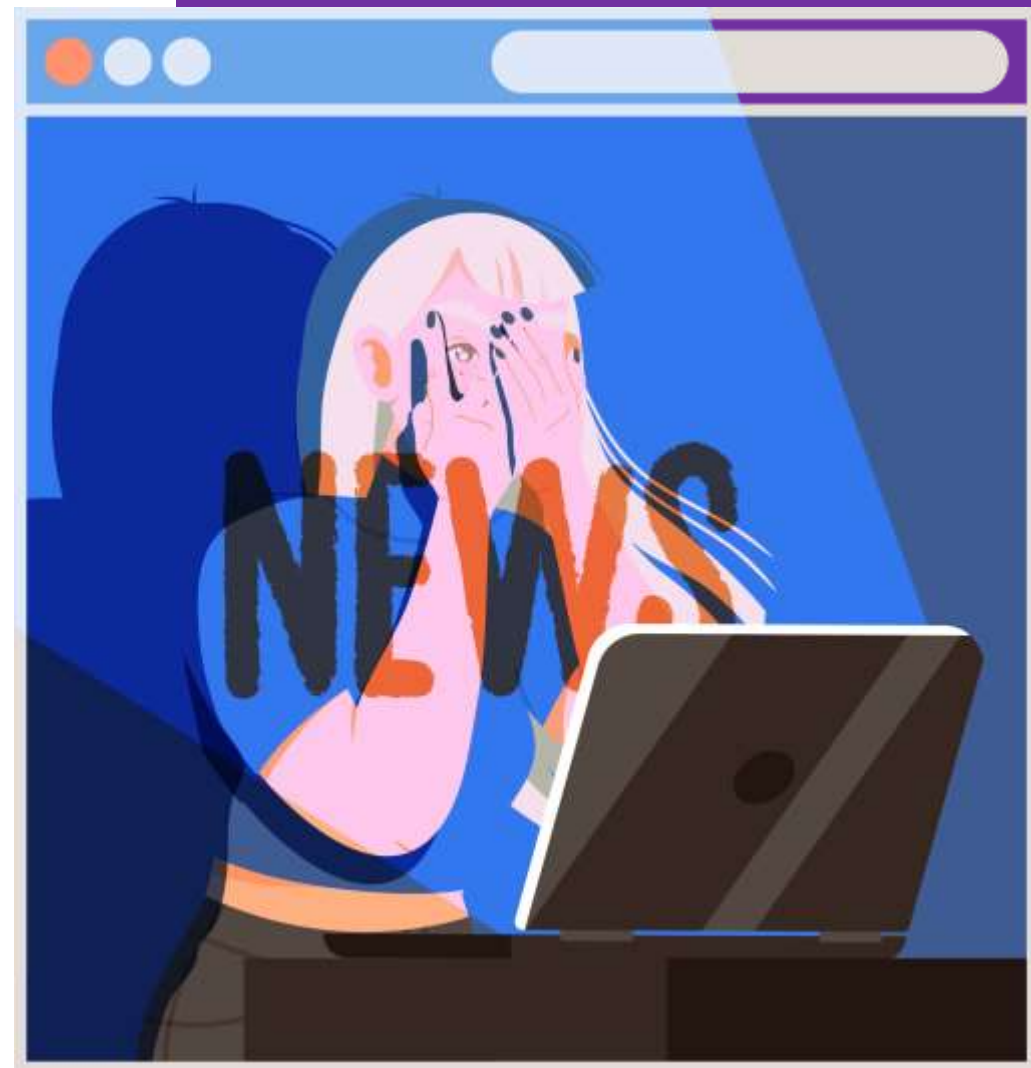
## Како да забележите измама?

**Прво, важно е да барате сомнителни линкови. Потоа, треба да проверите дали има граматички грешки. И на крај, треба да бидете сигурни дека нема да споделувате лични информации без да го потврдите изворот.**



## Справување со несоодветна содржина

Ако видите нешто вознемирувачко или несоодветно, главната работа што мора да ја направите е да не се занимавате со тоа. Пријавувањето на платформата помага да се отстранат содржините од тој тип.





# Приватност онлајн





## **Зошто е важна приватноста?**

Вашите лични податоци се вредни.  
Нивната заштита ве штити од кражба на  
идентитет и онлајн предатори.



## Креирање безбедни ЛОЗИНКИ

- Користете мешавина од букви,  
бројки и симболи
- Избегнувајте користење на  
лични податоци
- Редовно менувајте ги  
лозинките
- Не ги споделувајте лозинките  
со други



# Ризици од прекумерно споделување

**Објавувањето премногу информации може да ве  
направи ранливи на измами или предатори.  
Чувајте ги деталите за вашиот живот приватно.**





# Останување безбедни на социјалните медиуми

- **Поставете ги вашите профили приватни**
- **Бидете внимателни кој прифаќате како пријател или следбеник**
- **Размислете пред да објавите**
- **Знајте како да пријавите, блокирате и филтрирате содржина**





# Онлајн граници



# Поставување граници

**Во ред е да се каже не за споделување работи на интернет, дури и со пријателите. Вашата безбедност е на прво место.**





## Безбедност при 'гејминг' - Паметно играње

- **Не споделувајте лични информации со други играчи**
- **Пријавете ги навредливите играчи**
- **Внимавајте на купувањата во играта**
- **Користете VPN кога играте онлајн**



## Што е 'grooming'?

**'Grooming' е кога некој гради доверба за да ве искористува или да ви наштети. Научете да препознавате сомнителни однесувања.**



## Свесност за време пред екранот

**Балансот е клучен. Премногу време поминато пред екранот може да влијае на вашето ментално и физичко здравје.**



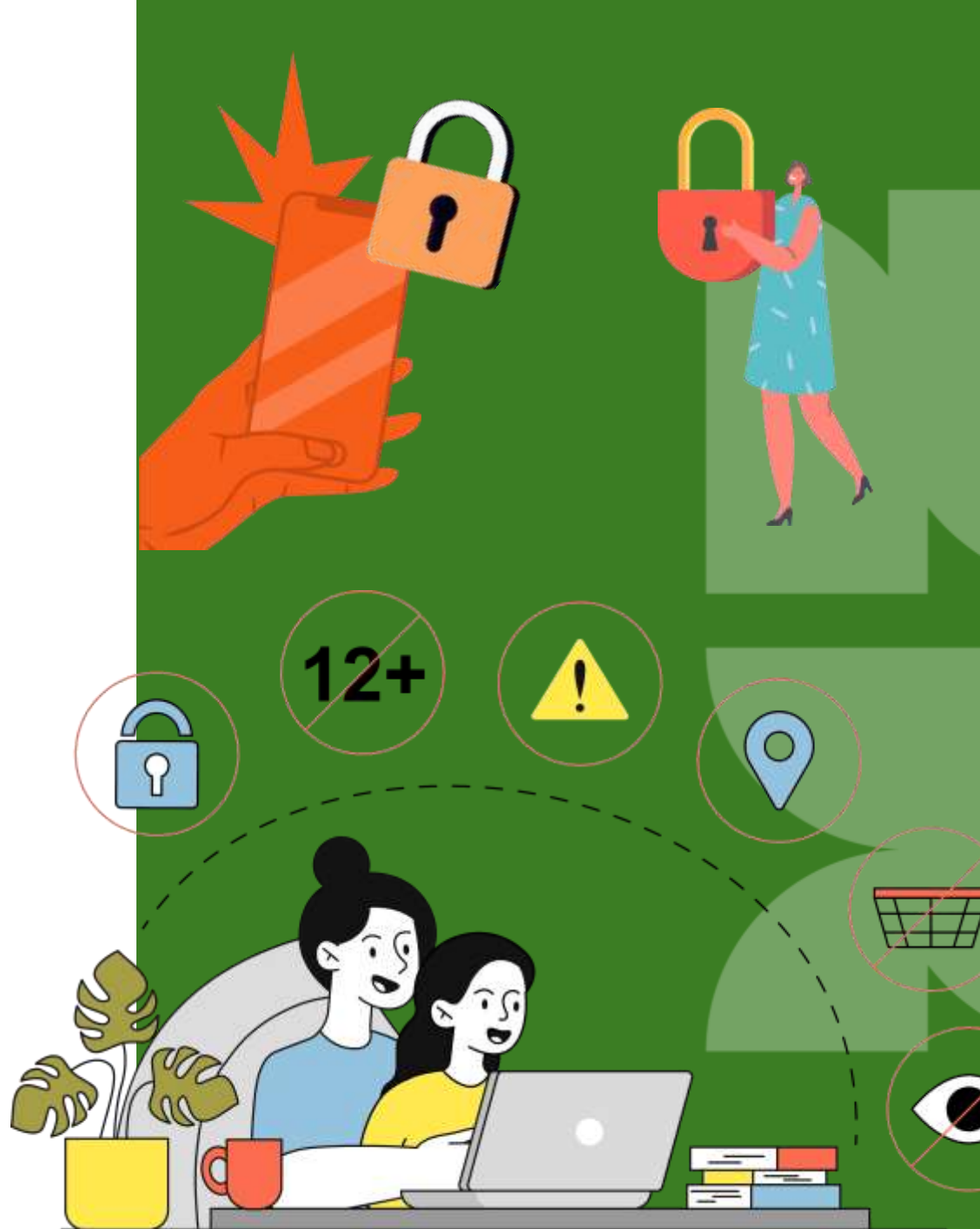
# Основи на сајбер безбедноста





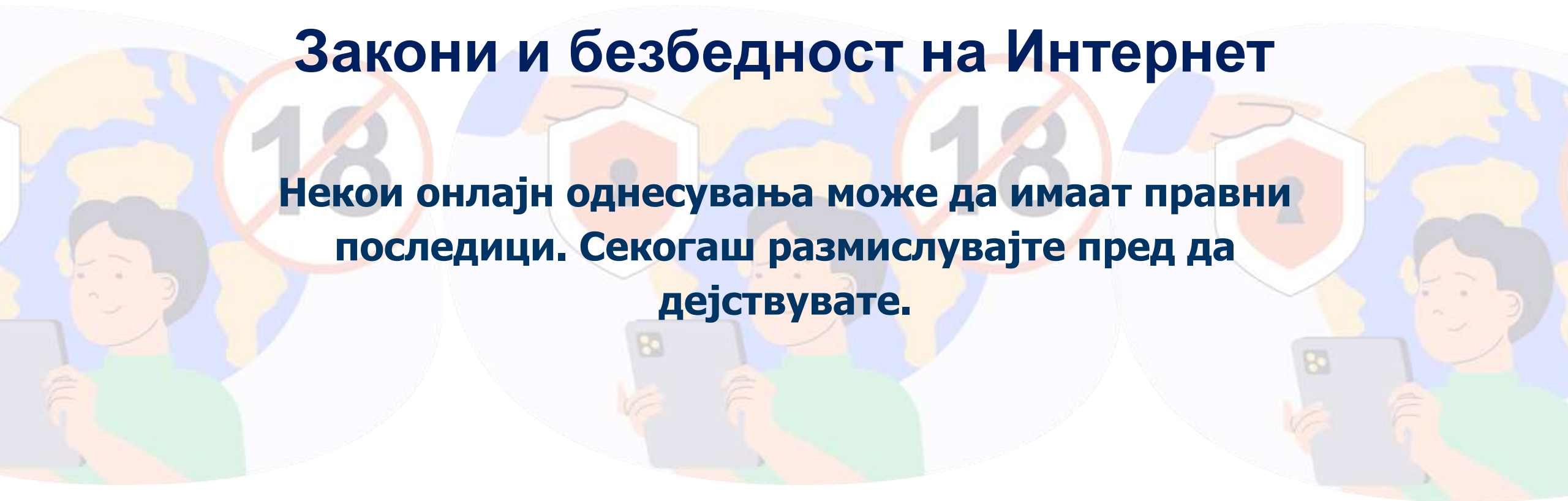
## Заштита на вашите уреди

- **Користете антивирусен софтвер**
- **Избегнувајте јавен Wi-Fi без VPN.**
- **Одржувајте го софтверот ажуриран**
- **Исчистете го кешот и историјата на прелистување**



# Закони и безбедност на Интернет

**Некои онлајн однесувања може да имаат правни последици. Секогаш размислувајте пред да дејствувате.**





## Улогата на родителите и старателите

Родителите и старателите можат да ви помогнат да останете безбедни на интернет. Чувајте ги во тек за вашата онлајн активност.

## Мала дискусија

Како вие се справувате со интернет безбедност?

Дали покажувате вид на насилство при онлајн играње?

Што би направиле ако странец на интернет побара ваши лични податоци?

Кој е еден совет што го научивте денес и ќе почнете да го користите веднаш?





Останете безбедни, останете паметни!  
Интернетот е одлично место - ако го  
користите паметно.

Ви благодариме!