

Zasady bezpieczeństwa w Internecie

-  **Nie ufaj osobie poznanej przez Internet. Nigdy nie możesz być pewien, kim ona naprawdę jest. Mówi, że ma 8 lat, ale może mieć 40!**
-  **Włączaj komputer tylko wtedy, gdy ktoś dorosły jest w domu.**
-  **Nie spotykaj się z osobami poznanymi przez Internet! Zawsze skonsultuj to z rodzicami.**
-  **Gdy coś Cię przestraszy lub zaniepokoi, wyłącz monitor i powiedz o tym dorosłemu. Powiedz też, jeśli szukając informacji, trafiłeś na stronę, która namawia do nienawiści lub do czegoś dziwnego.**
-  **Nie zdradzaj nikomu swojego imienia ani adresu! Nie mów też, ile masz lat i do jakiej szkoły chodzisz. Nie podawaj numeru telefonu.**
-  **Wymyśl sobie jakiś fajny nick, czyli internetowy pseudonim. Nie podawaj w nim daty urodzenia ani wieku. Wykorzystaj imię bohatera ulubionego filmu lub słowo z piosenki. Użyj swojej fantazji.**
-  **Pomyśl kilka razy, zanim wyślesz wiadomość, e-mail czy smsa. Kiedy klikniesz „wyślij”, nie można już tego cofnąć.**
-  **Nie dokuczaj innym. Pamiętaj, że w Internecie obowiązuje zasada nieużywania brzydkich słów. Traktuj innych tak, jak byś chciał, żeby Ciebie traktowano.**
-  **Długie korzystanie z komputera szkodzi zdrowiu i może być przyczyną wielu innych problemów, np. w szkole. Nie zapominaj o sporcie i innych rozrywkach.**
-  **Dbaj o swoje hasło jak o największą tajemnicę. Wymyśl takie, które będzie trudne do odgadnięcia. Niech to nie będzie Twoje imię ani imię najlepszej przyjaciółki.**
-  **Dbaj o bezpieczeństwo swoich przyjaciół. Nie podawaj nikomu ich danych, nie publikuj zdjęć bez ich zgody. Nie wiesz, jaki ktoś zrobi z nich użytek, a kiedy je wysyłasz lub umieszczasz w Internecie, nie masz już nad nimi kontroli.**
-  **Zabezpiecz komputer. Używaj dobrego programu antywirusowego, dbaj, by baza wirusów była aktualna. Nie otwieraj e-maili od nieznanym, nie klikaj na linki podesłane przez obcą osobę – mogą Ci zawirusować komputer!**

 **Szanuj prawo własności w Sieci. Zawsze podawaj źródło pochodzenia materiałów znalezionych w Internecie.**

 **Chroń swoją prywatność!**

 **Nie podawaj swoich danych osobowych, takich jak: imię, nazwisko, numer telefonu czy adres domowy.**

 **Zadbaj o swój wizerunek. Jeśli publikujesz w sieci swoje zdjęcia, zadbaj, by widzieli je tylko Twoi znajomi. Nie umieszczaj w sieci zdjęć, które mogą Ci zaszkodzić dziś lub za jakiś czas.**

 **Mów, jeśli coś jest nie tak!**

 **W sytuacji, kiedy ktoś lub coś Cię w internecie zaniepokoi lub wystraszy, koniecznie opowiedz o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej. Możesz w takiej sytuacji skontaktować się z Telefonem Zaufania dla Dzieci i Młodzieży, dzwoniąc pod bezpłatny numer [116 111](tel:116111).**

 **Nie ufaj osobom poznanym w sieci!**

 **Nigdy nie można w 100% zaufać komuś poznanemu w sieci. Nie spotykaj się z osobami poznanymi w internecie. O propozycjach spotkania od internetowych znajomych informuj rodziców.**

 **Szanuj innych w sieci!**

 **Pamiętaj, by traktować innych z szacunkiem. Swoje zdanie wyrażaj, nie obrażając nikogo. Nie reaguj agresją na agresję.**

 **Korzystaj z umiarem z internetu!**

 **Zbyt długie korzystanie z komputera, tabletu czy smartfona może zaszkodzić Twojemu zdrowiu i pogorszyć kontakty ze znajomymi.**