




ОСНОВИ БЕЗПЕКИ: ТЕСТ

1. Що з цього є одним з найпоширеніших ризиків перебування онлайн?


- а) гострий апендицит
- б) кібербулери
- в) кіберлюди
- г) напад качок



2. Що з цього є надійним паролем?

- а) дата твого народження
- б) твоє ім'я
- в) комбінація літер, символів і цифр
- г) слово «пароль»

3. Чому необхідно робити бекапи та оновлювати пристрої?

- а) щоб не втратити фотографії та інші файли, якщо з комп'ютером щось трапиться
 - б) щоб батарея телефона довше працювала
 - в) щоб не дати з'явитися іржі
 - г) тому що це приносить задоволення
- 

4. Троль — це...

- а) природний ворог мисливців за тролями
- б) той, хто пише гидкі речі в інтернеті
- в) різновид риби
- г) предмет збірно-розбірних меблів зі шведського магазину

5. Що таке двокрокова автентифікація?

- а) танок 18-го сторіччя
- б) те, чим користуються гакери для зламування урядових комп'ютерів
- в) фальшиві документи, за якими підлітки потрапляють до клубів
- г) процес входу в акаунт, який є більш безпечним

6. Тобі прийшов електронний лист від незнайомця, в якому йдеться про виграш кругленької суми грошей. Тобі варто...

- а) видалити його — скоріш за все, це спам
- б) негайно відповісти та повідомити всі дані банківського рахунку
- в) переслати лист усім своїм друзям
- г) клацнути на посилання в листі. Грошики! У-у-у!

ВІДПОВІДІ: 1 = б, 2 = в, 3 = а, 4 = б, 5 = г, 6 = а

Якщо хоч одна з твоїх відповідей була неправильна, уважно перечитай цей розділ ще раз.



10 НАЙВАЖЛИВІШИХ ПОРАД З БЕЗПЕКИ В СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

1.

Ніколи й нікому не повідомляй свій пароль, навіть друзям.

2.

Не реєструйся на сайтах, де встановлено обмеження за віком, якого тобі ще треба досягти.

3.

Ніколи не залишай відкритим авторизований акаунт на пристроях, якими ти в цей час не користуєшся.


4.

Добре подумай про те, що хочеш викласти.



5.

Якщо натрапиш на щось таке, що тебе засмучує чи бентежить, розкажи дорослому, якому довіряєш.



6. Регулярно перевіряй свої налаштування приватності. Інколи сайти можуть змінювати автоматичні налаштування, а ти й не знатимеш.

7. Не вказуй своє справжнє ім'я на сайтах, де ти можеш спілкуватися з незнайомцями.

8.

Не приймай запити на дружбу від сторонніх людей або друзів твоїх друзів.

9.

Ніколи не публікуй своє місцеперебування або підказки, які можуть допомогти його визначити.

10.

НІКОЛИ не викладай особисту інформацію, як-от номер телефону чи домашню адресу.

НЕБЕЗПЕЧНІ ДОРΟΣЛІ

9.



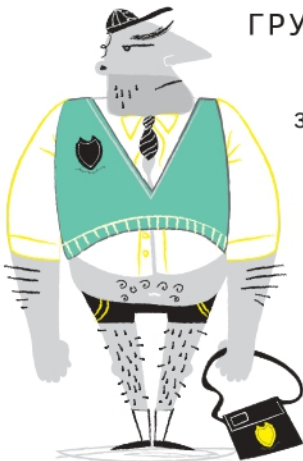
Перед тим як прочитаєш цей розділ, маєш взяти до уваги, що дорослі, про яких у ньому йдеться, не є типовими. Світ не наповнений монстрами, які тільки й прагнуть тобі нашкодити.

Та на жаль, у ньому все ж є погані люди. Цей розділ допоможе тобі захиститися від них. Ймовірно, дещо в ньому тебе засмутить. Тож можеш спершу дати почитати його батькам чи опікунам і тоді поговорити з ними про це.



ОНЛАЙН-МАНІЯКИ

На жаль, є дорослі, які хочуть скривдити дітей або підлітків. Дехто з них намагається торкатися дітей чи своїми розмовами схилити їх до сексу. Такі дії протизаконні й дуже небезпечні. Це називають сексуальними домаганнями або сексуальною експлуатацією дітей. А дорослих, які таким займаються, називають сексуальними маніяками або педофілами. Дорослі можуть вдаватися до всіляких хитрощів, аби познайомитися з дітьми.



ГРУМІНГ

Ти не завжди знаєш,
з ким розмовляєш
онлайн, а маніяки часто
прикидаються дітьми.
Вони намагаються
втертися в довіру,
щоб зблизитися.
Це називається
грумінгом.

ЦИФРОВИЙ ДЕТОКС

11.



Інтернет — неймовірний, навіть з усіма його недоліками. Та іноді *відсутність* інтернету теж буває чудовою.

Час від часу вимкнути телефон, відкласти планшет і закрити ноутбук буде прекрасним подарунком для твого настрою, тіла та стосунків із друзями. Інтернет — це не єдине місце у світі. Дозволяй собі робити перерву та виходити офлайн.




131

ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ ІНФОРМАЦІЄЮ

В інтернеті тебе просто закидають інформацією: слова, картинки, реклама, відео та все інше. Через це ти можеш почуватися спустошено і розбито, навіть якщо ніхто тобі не лихословив.

А якщо врахувати ще й булінг та інші неприємні речі, які часом трапляються, інтернет може бути надзвичайно виснажливим. Твій мозок потребує відпочинку.



Якщо я подивлюся ще один рекламний ролик про якусь чудернацьку дієту, я вистрибну з твого черепа і втечу на безлюдний острів.

Не доводь свій мозок до страйкування, роби перерви.

СТРАХ ЩОСЬ ПРОГАВИТИ

Відпочинок
від інтернету та
соціальних медіа
може лякати.



Не переоцінюй важливість інтернету.
Розміщення фото з фільтром, який робить тебе
схожим на песика, може кілька днів зачекати.

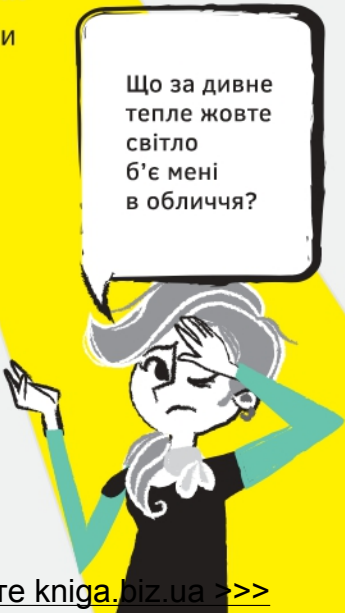
Влаштуй собі відпочинок вряди-годи.
Можеш попередити друзів, що якийсь час будеш
офлайн, якщо непокоїшся про своє зникнення.



ВИЙДИ НАДВІР

Коли ти досить довго сидиш в онлайн-просторі (більшість людей це робить), можна й забути, який прекрасний світ поза інтернетом.

Проводити час на вулиці корисно для тебе. Звісно, «корисно для тебе» — це не та причина, яка змушує людей чимось зайнятися. Але річ ось у чім: це ще й чудово розважає. Природне світло та вправи покращують настрій. До того ж твоїй шкірі потрібне сонце для вироблення вітаміну Д, який допомагає тілу захищати кістки, зуби та м'язи.



Що за дивне
тепле жовте
світло
б'є мені
в обличчя?