

Qr-постер довідка

**КІБЕРБЕЗПЕКА:**

**вчимося кіберстійкості**



# Правила безпечного перебування в цифровому світі



Інтернет — це величезні можливості для дітей: навчання, саморозвиток, спілкування, дозвілля. Однак з можливостями приходять і ризики. Кібербулінг, секстинг, грумінг — небезпеки, які можуть чекати на вас онлайн.

## Правила безпечного Інтернету



Нікому не давайте свою особисту інформацію

● Не шкодьте і не заважайте іншим користувачам



Нікому не давайте свої паролі

● Не відповідайте на невиховані на грубі листи



\*\*\*\*\*



Розробить за батьками правила користування Інтернетом

● Не посидайте свої фотографії чи іншу інформацію без дозволу батьків



Не робіть протизаконних вчинків і речей в Інтернеті

● Ніколи не погоджуватися на зустріч з людиною, з якою ви познайомилися в Інтернеті



**Не забувай, що Інтернет - це не головне захоплення в житті. Крім нього у тебе повинні бути улюблені книги, заняття спортом і прогулянки з друзями на свіжому повітрі!**



● Користується Інтернетом (60%)  
■ НЕ користується Інтернетом (40%)

в Україні



*Йдучи в світ віртуальний, не забувайте залишати відкритими двері в світ реальний.*

*Венедикт Немов*

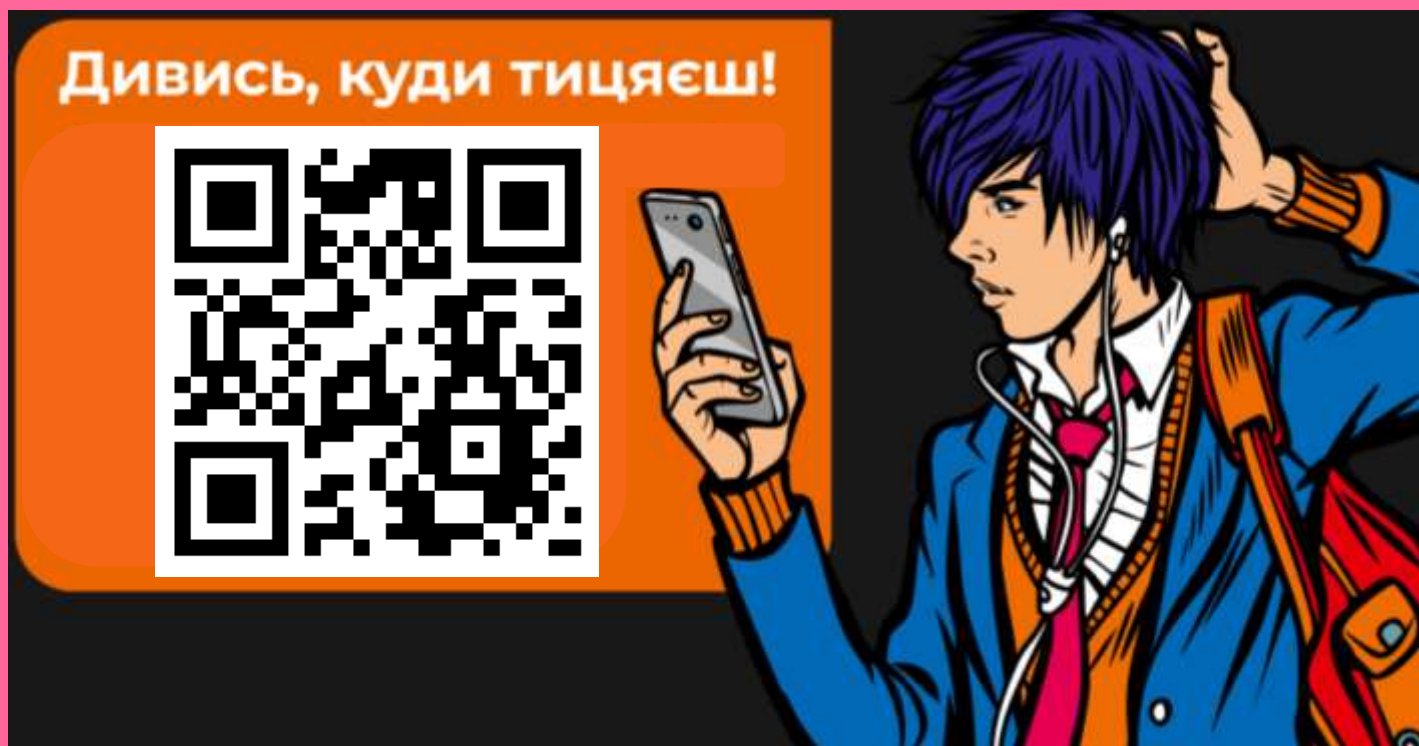


прогулянки з друзями на свіжому повітрі  
люблені книги, заняття спортом і  
захоплення в житті, крім нього у тебе повинні  
бути улюблені книги, заняття спортом і прогулянки з друзями на свіжому повітрі!



*Венедикт Немов*

## Відскануй Qr-код та дізнайся, як не стати кібер-жертвою



### 6 ПРАВИЛ СВІДОМОГО ЮЗЕРА

Всесвітня мережа задовольняє потребу підлітків у лідерстві. Діти, які добре знають комп'ютер та Інтернет, більш адекватно оцінюють свої здібності та можливості, вони більш цілеспрямовані та кмітливі. Щоб повноцінно орієнтуватись у віртуальному просторі, вам потрібно вчитися структурувати великі потоки інформації, дотримуючись основних правил безпеки в мережі





## Інформаційна гігієна

Напевно, кожен з вас стикався з такою ситуацією, коли мимовільно береш до рук телефон і бездумно сідаєш та скролиш

стрічку у соцмережах. Від цього, на жаль, не схватись, ми всі це робимо, хочемо того, чи ні, адже це алгоритм соцмереж, це реалії сучасності.

### Як розпізнавати фейки та неправдиву інформацію під час війни?

Під час війни надзвичайно важливо дотримуватись правил інформаційної гігієни, щоб не дати себе ошукати та вберегти психічне (а часом і фізичне) здоров'я. Де шукати правду, як відрізнити пропаганду та перевірити те, що транслюють ЗМІ й блогери?



# Три базові правила інформаційної гігієни

## 1. Перевіряйте інформацію:

- «Хто це сказав?»
- «Цю інформацію підтвердили офіційні джерела?»
- «Ця інформація є в медіа з білого списку?»
- «Якщо інформації ніде немає, чому людина це поширює?»



## 2. Не допомагайте ворогу:

- не критикувати владу;
- не хейтити своїх;
- не поширювати неперевірену інформацію;
- не поширювати паніку;
- не поширювати зраду;
- не поширювати сумніви.

## 3. Дбайте про свою безпеку в соцмережах

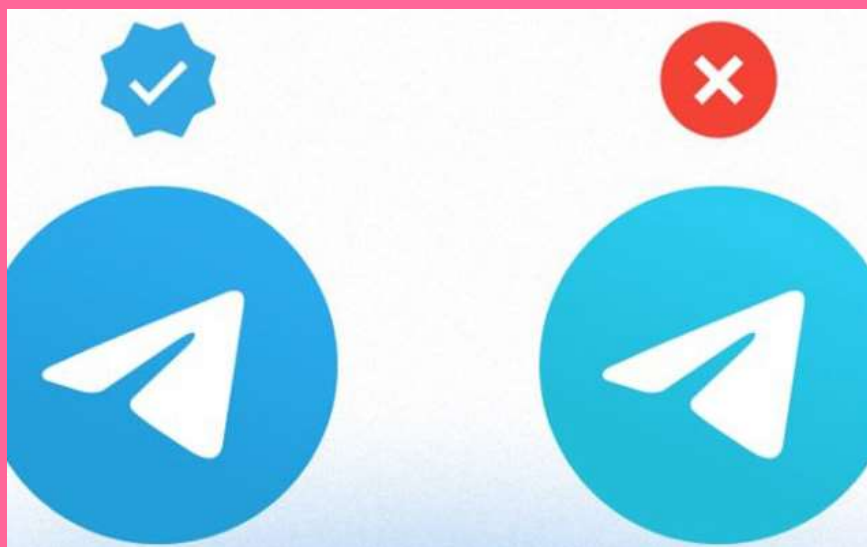
- перш ніж взаємодіяти з інформацією (вподобати, поширити, коментувати) — перевіряйте її;
- якщо з інформацією взаємодіють боти — перевіряйте її особливо ретельно;
- проводьте аудит підписок автора сумнівної інформації;
- додавайте когось у друзі тільки після перевірки, не додавайте в друзі ботів.

## Як розпізнати фейки – лайфхаки

Наштовхнутися на фейки в соцмережах – просто, іноді їх лайкають чи репостять навіть власні друзі. А от відрізнити такі новини від правдивих повідомлень значно складніше. Як не вестись на дезінформацію



## Обережно, фейкові чат-боти



Деякі з безпечних чат-ботів у Telegram вже мають блакитну позначку верифікації. Утім, поки що – не всі. Якщо такої позначки немає і ви вагаєтесь, чи справжній бот, відскануй

QR код та отримай відеоінструкцію, як його перевірити.



Перевірити чат-бот можна у два кліки:

Заходьте на <https://dovidka.info/>

Вписуйте у пошуку назву бота, якого хочете перевірити.



## Кібербулінг: що це таке та як від нього захиститися

Відскануй Qr- код та переглянь мультфільм “10 друзів кібербулінгу” який створено на основі пошукових запитів підлітків й аналізу найбільш розповсюджених форм маніпуляцій, якими користуються злочинці, щоб спіймати їх у свої тенета. У формі навігатора віртуального світу показано, які фальшиві “друзі” можуть зустрітися, як розпізнати небезпеку та позбутися негативного впливу.



**КІБЕРБУЛІНГ**  
НЕПРИЄМНІ ПОВІДОМЛЕННЯ,  
КОМЕНТАРІ,  
ПОСИЛАННЯ НА ТВІЙ ПРОФІЛЬ



**БЛОКУЙ**  
тих, хто ображає тебе в інтернеті  
або через мобільний телефон

**ЖАЛІЙСЯ**  
на сторінку кривдника адміністрації  
соцмережі  
Не знаєш як?  
Запитай дорослих

**НЕ ВІДПРАВЛЯЙ**  
приватних та інтимних фото або  
повідомлень

**ПАМ'ЯТАЙ**  
Все, що ти робиш в інтернеті,  
залишається у кіберпросторі, навіть коли  
ми видаляємо інформацію.

**ТЕЛЕФОНУЙ**  
на Національну дитячу "гарячу" лінію  
0 800 500 225  
або 116 111  
з 12:00 до 16:00

# Кіберзлочинність: як ідентифікувати та як діяти

Покоління дітей, які “народилися з гаджетами в руках”, мають знати правила безпеки в інтернеті так само добре, як ім'я свого найкращого друга. Та чи добре, ви ознайомлені з кібербезпекою. Що робити, якщо загроза чатує на тебе по той бік екрана, і куди звертатися по допомогу?

## КІБЕРБЕЗПЕКА

ЩО РОБИТИ, КОЛИ ПОСТРАЖДАЛА ВІД ДІЙ В ЦИФРОВОМУ ПРОСТОРІ?



**НАЙГОЛОВНІШЕ:  
НЕ ЗВИНУВАЧУВАТИ  
СЕБЕ!**

**ЯК ЗАВЕРШИТИ  
НЕБАЖАНЕ СПІЛКУВАННЯ**

- ІГНОРУВАТИ
- ЗАБЛОКУВАТИ
- ЗБЕРІГТИ СКРІНШОТИ
- ЗМІНИТИ Свій НІК
- НАЛАШТУВАННЯ – ЩОБ ІНШІ НЕ БАЧИЛИ, КОЛИ ВИ БУЛИ В МЕРЕЖІ
- ПОДІЛИТИСЯ З ДРУЗЬЯМИ/БАТЬКАМИ



**ЯКЩО ВАШІ ФОТО З'ЯВИЛИСЬ  
В МЕРЕЖІ**



- ✓ ЗВЕРНУТИСЯ ДО СОЦІАЛЬНОЇ МЕРЕЖІ З ПРОХАННЯМ ЗАБЛОКУВАТИ
- ✓ ПОВІДОМИТИ ЧЕРЕЗ <http://stop-sexting.in.ua/>

**ЯКЩО ХТОСЬ ПОГРОЖУЄ/  
ШАНТАЖУЄ**



- ✓ ПРИПИНИТИ ЛИСТУВАННЯ
- ✓ НЕ НАДСИЛАТИ ГРОШІ/ФОТО
- ✓ НЕ ЗУСТРІЧАТИСЯ З НЕЗНАЙОМИМИ
- ✓ ЗБЕРІГТИ КОПІЮ ЛИСТУВАННЯ
- ✓ ЗВЕРНУТИСЯ ДО БАТЬКІВ / ІНШИХ ДОРОСЛИХ, ЯКИМ ДОВІРЯЄТЕ
- ✓ ЗВЕРНУТИСЯ ДО ПОЛІЦІЇ

**ЯКЩО ЦЕ ОДНОЛІТОК/ОДНОКЛАСНИК**

- ✓ ПОПРОСИТИ ВИДАЛИТИ ФОТО/ВІДЕО
- ✓ МОЖНА ЧЕРЕЗ ЙОГО БАТЬКІВ/ШКОЛУ

**КУДИ МОЖНА ЗВЕРНУТИСЯ**

- ПОЛІЦІЯ
- TELEGRAM @StopSextingBot
- [YOUTUBE.COM/STOPSEXTINGUKRAINE](https://www.youtube.com/StopSextingUkraine)
- #БІЙСЯЯКДІВЧИНА @flg\_ua
- [portal.uwf.org.ua](http://portal.uwf.org.ua)
- ЮРФЕМ
- 0-800-213103  
БЕЗКОШТОВНА ПРАВОВА ДОПОМОГА



1545, ПОТІМ 3  
АНОНІМНО,  
БЕЗКОШТОВНО



ПРЯМУЄМО  
РАЗОМ

STOP  
SEXTING

СУБЕРПЕОПЛЕ



UN  
WOMEN



STEM  
& FEM

Jenia Poluektova  
@jeniasnotes



# КІБЕРБЕЗПЕКА

ЯК ЗАХИСТИТИ СЕБЕ В ЦИФРОВОМУ ПРОСТОРІ І НЕ ТІЛЬКИ



1 ЗНАТИ ПРО ПОТЕНЦІЙНІ НЕБЕЗПЕКИ

3 КРАЩЕ СПІЛКУВАТИСЯ З ТИМИ, КОГО ЗНАЄШ ОСОБИСТО

4 ПРИ СПІЛКУВАННІ З НЕЗНАЙОМИМИ

- ПАМ'ЯТАТИ ПРО ТЕ, ЩО ЛЮДИНА МОЖЕ ВИДАВАТИ СЕБЕ ЗА ІНШОГО

- МОЖЛИВІ ЗАГРОЗИ

- ОНЛАЙН-ГРУМІНГ  
- СЕКСТОРШЕН

НАМАГАННЯ НАЛАДИТИ КОНТАКТ / ОТРИМАТИ МАТЕРІАЛИ

- ПЕРЕВІРИТИ ПРОФІЛЬ

- ЧИ Є ФОТО УНІКАЛЬНИМИ  
- СПІЛЬНІ ДРУЗИ? СПИТАТИ ЇХ

- УНИКАТИ ІЛЮЗІЇ ЗНАЙОМСТВА, НЕ ПОСПІШАТИ ЗУСТРІЧАТИСЬ, СПОСТЕРІГАТИ ЗА СПІЛКУВАННЯМ



5 ПРИ ЗУСТРІЧІ З ОНЛАЙН-ЗНАЙОМИМИ

- ЙТИ З ПОДРУГОЮ / СЕСТРОЮ  
- ВИБИРАТИ ЛЮДНЕ МІСЦЕ  
- НЕ СІДАТИ В МАШИНУ / НЕ ЙТИ В КВАРТИРУ / ГОТЕЛЬ



6 ТЕСТ "БІЛБОРД"  
ЧИ ГОТОВА Я ПОБАЧИТИ ТЕ, ЩО НАДСИЛАЮ / ВИСТАВЛЯЮ, НА БІЛБОРДІ?

7 ЗВЕРТАЙТЕСЯ ПО ДОПОМОГУ

8 СТВОРІТЬ БЕЗПЕЧНИЙ ПРОСТІР ДЛЯ МОЛОДШИХ БРАТІВ ТА СЕСТЕР



STOP СЕХТИНГ

СУВЕТPEOPLE



Jenia Poluektova  
@jeniasnotes



@jeniasnotes  
jenia poluektova



STOP СЕХТИНГ

СУВЕТPEOPLE



ПРОЕКТ ФІНАНСУЄТЬСЯ ЄВРОПЕЙСЬКИМ СОЮЗОМ

## Основна порада складається з трьох ключових аспектів:

**Пам'ятайте:** Коли ви розмістили інформацію в інтернеті, ви втрачаєте над нею контроль. Видалення матеріалу та його копій практично неможливе.

**Перевіряйте:** Ви маєте достеменно знати, кому надаєте інформацію, а також, як і з якою метою вона буде використана.

**Думайте:** Чи варто розміщувати інформацію, якщо ви не знаєте, як її використають і чи це не зашкодить вам чи близьким?

### Онлайн консультація для підлітків

в Teenergizer <https://teenergizer.org/consultations/>

Чат-бот у Telegram [https://t.me/kiberpes\\_bot](https://t.me/kiberpes_bot) і

Viber <https://chats.viber.com/kiberpes> допоможе дізнатись, куди звертатись за допомогою.



Follow on Viber to see more