



Podstawy obsługi komputera i ICT

# Bezpieczeństwo cyfrowe



## Wprowadzenie

Broszura, którą czytasz jest serią części broszur.



Mają one na celu pomoc i naukę w korzystaniu z komputera i internetu.



Broszury napisane są przy użyciu łatwego do odczytania języka.



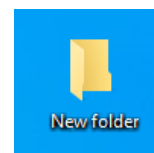
Każda z nich dotyczy innego tematu.

## Tematy serii broszur:

1. Włączanie, wyłączanie i uruchamianie ponowne komputera. Mysz i klawiatura.



2. Pulpit – przenoszenie plików, tworzenie i usuwanie folderów.



3. Funkcje ułatwień dostępu - skróty klawiaturowe.



4. Pamięć USB.



5. Microsoft Word.



6. Edytor Wideo.



7. Bezpieczeństwo cyfrowe.



8. Google Chrome



9. Mapy Google



10. YouTube



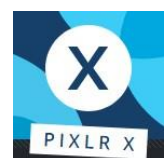
11. Gmail



12. Facebook i Messenger



13. Pixlr X



14. Curriculum Vitae Europass



**Seria broszur napisana została przez ekspertów z 7 organizacji.**

**Te organizacje to:**

Associazione Uniamoci Onlus z Włoch.



Asociacija "Aktyvus Jaunimas" z Litwy.



Centro Social e Paroquial Santos Martires z Portugalii.



Tallinna Tugikeskus JUKS z Estonii.



IES El Greco z Hiszpanii.



Towarzystwo Wspierania Inicjatyw Społecznych Alpi z Polski.



Università Degli Studi Di Catania z Włoch.



Więcej informacji na temat projektu można znaleźć na tej stronie internetowej:

<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com/>

Seria książek powstała w wyniku programu Erasmus+.



Projekt w ramach Erasmus+ nosi tytuł:  
Accessible Information Material.



## SŁOWNICTWO:

**Erasmus+** jest to program Unii Europejskiej, który finansuje różne projekty.



# Bezpieczeństwo cyfrowe

## Wprowadzenie

W tym rozdziale dowiesz się, jak zachować **bezpieczeństwo w Internecie**.

Bezpieczeństwo w Internecie oznacza

ochronę danych osobowych przed

kradzieżą lub innymi szkodami.

Istnieją różne praktyki dotyczące

bezpieczeństwa, które mogą pomóc w

ochronie danych osobowych w

Internecie. Każda część tego rozdziału

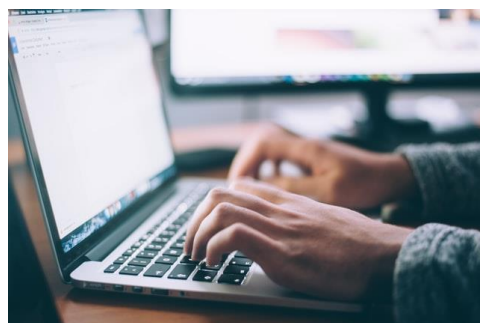
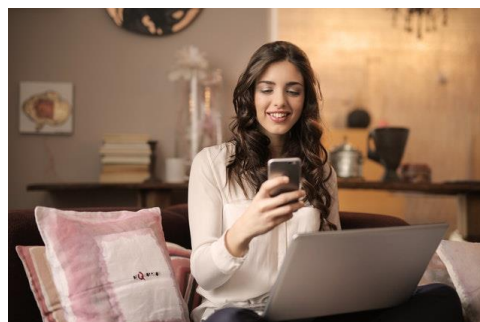
obejmie różne praktyki dotyczące

bezpieczeństwa.

## Chroń swoje hasła

Aby utworzyć silne hasło,

u kombinację cyfr, symboli i liter.



Password

Use 8 or more characters with a mix of letters, numbers & symbols

Kiedy używasz liter, dołącz wielkie i małe litery.

**Silne hasło wygląda następująco: S@d37U@n**

To jest tylko przykład. Skorzystaj z tego przykładu, aby utworzyć własne unikalne hasło.

Twoje hasło musi różnić się od podanego w przykładzie.

**Silne hasła chronią Twoje profile i konta online przed kradzieżą.**

**Twórz konta tylko w legalnych witrynach internetowych.**

Niektóre strony internetowe zachęcają do założenia konta i rejestracji.

**Upewnij się, że strona jest bezpieczna** przed utworzeniem konta i rejestracją.

- Witryna jest niebezpieczna, jeśli w adresie witryny występują błędy ortograficzne i gramatyczne.

- Witryna jest niebezpieczna, jeśli zawiera wiele wyskakujących okienek.





## Zachowaj swoje dane osobowe tylko dla siebie

Nie udostępniaj swoich danych osobowych osobom, które spotykasz w sieci.

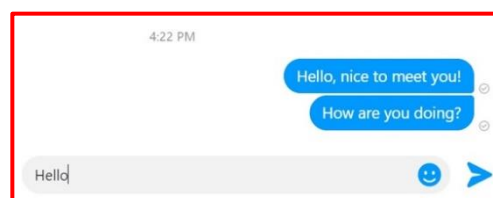
Dane osobowe to Twoje imię i nazwisko, adres, numer telefonu, data urodzenia, pesel i dane bankowe.

**Nigdy nie udostępniaj swoich danych bankowych osobom online.**



## Rozmowa z nieznajomymi online

Nigdy nie wiadomo, kim są ludzie, których spotykasz w sieci.



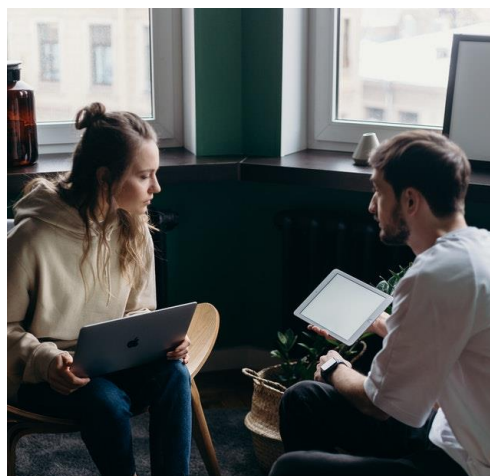
Ważne jest, aby nie ufać ludziom, których spotykasz w sieci.

Niektóre osoby, które spotykasz w Internecie, mogą próbować ukraść Twoje informacje lub pieniądze.

Aby uchronić się przed kradzieżą w Internecie, nie otwieraj wiadomości e-mail ani plików od osób, których nie znasz.

**Nie podawaj swoich danych bankowych, peselu, numeru ubezpieczenia społecznego, adresu lub telefonu osobom, które spotykasz w Internecie.**

Jeśli otrzymasz wiadomość lub e-mail od osoby, której nie znasz, poproś znajomego lub rodzica, aby również to sprawdził. Zapytaj znajomego lub rodzica, co myślą o wiadomości lub e-mailu.



**Nie odpowiadaj, jeśli otrzymasz wiadomość lub e-mail z informacją, że wygrałeś pieniądze.**

Ta informacja może być kłamstwem. Poproś znajomego lub rodzica o sprawdzenie tego e-maila.

**Nie odpowiadaj, jeśli otrzymasz wiadomość lub e-mail z informacją, że musisz zapłacić.**

Ta informacja może być kłamstwem. Poproś znajomego lub rodzica o sprawdzenie tego e-maila.

# Podstawy użycia komputera i ICT

**Autorzy łatwego do odczytania języka:** Eleonora Di Liberto, Cátia Brôco, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, M<sup>a</sup> Sagrario López Sánchez, M<sup>a</sup> Rosa Sánchez López Guerrero, Veronika Juknevičienė, Živilė Paulauskaitė, Roberta Piazza, Valentina Perciavalle, Simona Rizzari, Anna Krasnowska, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

**Technicy graficzni łatwego do odczytania języka:** Martina Di Liberto, Sandra Belchior, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, Tomáš Karnecki, Simona Rizzari, Piotr Grzegorz Bendiuk, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

**Korekta tego łatwego do odczytania tekstu została wykonana przez:**  
Dominik Staniaszek.

Źródło ilustracji z wprowadzenia: <https://pixabay.com/it/>



<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com>

Projekt współfinansowany w  
ramach programu Unii Europejskiej  
Erasmus+



“Wsparcie Komisji Europejskiej dla produkcji tej publikacji nie stanowi poparcia dla treści, które odzwierciedlają jedynie poglądy autorów, a Komisja nie może zostać pociągnięta do odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.”