



Como usar o Computador e a Internet

Segurança Digital



Introdução

O livrete que estás a ler
faz parte de um conjunto de livretes.



O conjunto de livretes
ensina-te a usar o computador e a internet.



Os livretes estão escritos em linguagem fácil.



Cada livrete é sobre um tema diferente.

Temas dos Livretes:

1. Ligar e desligar computadores – Rato e Teclado



2. Ambiente de trabalho: mover ficheiros, criar pastas e apagar pastas.



3. Acessibilidade – Atalhos do teclado



4. Memória USB (Pen)



5. Microsoft Word



6. Editor de Vídeo



7. Segurança Digital



8. Google Chrome



9. Google Maps



10. YouTube



11. Gmail



12. Facebook e Messenger



13. Pixlr X



14. Curriculum Vitae Europass



Especialistas de 7 instituições escreveram os livretes.

As 7 instituições são:

Associazione Uniamoci Onlus de Itália



Asociacija "Aktyvus Jaunimas"

da Lituânia



Centro Social Paroquial dos Santos Mártires

de Portugal



Tallinna Tugikeskus JUKS da Estónia



IES El Greco de Espanha



I.E.S. EL GRECO

Towarzystwo Wspierania Inicjatyw

Spolecznych Alpi da Polónia



Università Degli Studi Di Catania de Itália



Podes encontrar mais informação fácil

sobre o projeto neste website:

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

Os livretes são o resultado
de um projeto Erasmus +.



Este projeto Erasmus+
chama-se Material de Informação Fácil.



VOCABULÁRIO

Erasmus+ é um programa da União
Europeia
que dá dinheiro para vários projetos.



Segurança Digital

Introdução

Neste livrete vais aprender
como estar seguro na internet.

Estar seguro na internet
quer dizer que a tua informação pessoal
está protegida de roubos
ou de outros perigos.

Há coisas que podes fazer
para proteger a tua informação pessoal
na internet.

Neste livrete
vais aprender o que podes fazer
para te protegeres na internet.



Proteger as tuas palavras-passe

Tens de criar uma palavra-passe forte.

Uma palavra-passe forte é difícil
de as pessoas descobrirem.

Senha S@d37U@n	Confirmar
Use oito ou mais caracteres com uma combinação de letras, números e símbolos	

Para criares uma palavra-passe forte,
a palavra-passe tem de ter
letras, números e símbolos.

Quando usares letras
na palavra-passe,
usa letras maiúsculas e minúsculas.

Uma palavra-passe forte é assim: S@d37U@n

Este é apenas um exemplo de uma palavra-passe forte.

Podes usar este exemplo

para criar uma palavra-passe forte para ti.

A tua palavra-passe tem de ser diferente desta: S@d37U@n.

Palavras-passe fortes protegem as tuas contas

na internet de roubos.

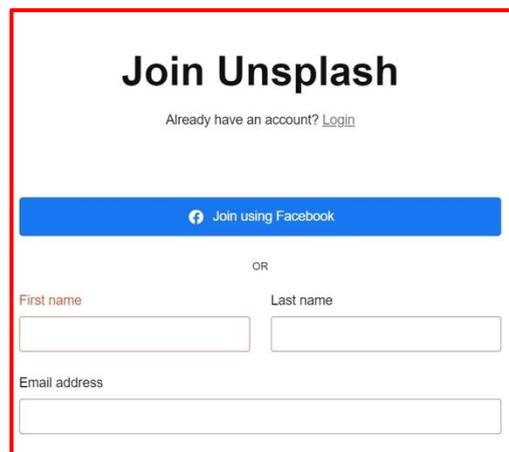
As tuas contas na internet

podem ser o email e o facebook

por exemplo.

Cria contas em sites que sejam seguros

Alguns sites convidam-te a criares uma conta e a inscreveres-te.



Tens de ter a certeza de que o site é seguro

antes de criares uma conta.

- O site não é seguro se tiver erros nas palavras.

- O site não é seguro se tiver muitos anúncios.



Um anúncio é uma pequena janela

que está sempre a aparecer no teu ecrã

sem tu pedires.

Guarda as tuas informações para ti próprio

Não partilhes a tua informação pessoal com pessoas que conheces na internet.

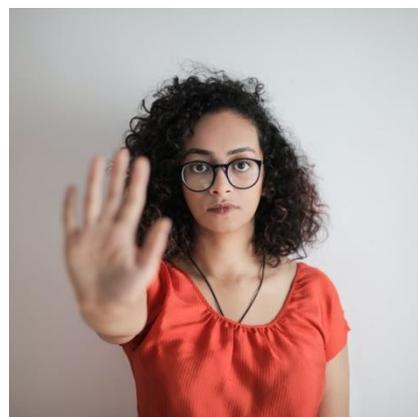
Informação pessoal é o teu nome, a tua morada,

o teu número de telefone,

o dia dos teus anos,

o cartão de cidadão e do banco.

Nunca digas o que está escrito no teu cartão do banco a ninguém na internet.



Falar com estranhos na internet

Nunca sabemos quem são as pessoas que conhecemos na internet.



É importante não confiares nas pessoas que conheces na internet.

Algumas pessoas que conheces na internet podem tentar roubar-te as tuas informações pessoais ou dinheiro.

Para te protegeres de roubos na internet, não abras e-mails de pessoas que não conheces.

Nunca digas a ninguém o que está escrito no teu cartão do banco, ou no teu cartão de cidadão.

Nunca digas a tua morada ou o teu número de telefone.

Se receberes uma mensagem ou um e-mail de uma pessoa que não conheces



pede a alguém de confiança

para ver o e-mail.

Podes pedir a um amigo ou a um familiar.

Se receberes uma mensagem ou um e-mail

a dizer que ganhaste um prémio

não respondas.

Essa informação pode ser mentira.

Pede a um amigo ou a um familiar

para ver a mensagem ou o e-mail.

Se receberes uma mensagem ou um e-mail

a dizer que precisas de pagar alguma coisa,

não respondas.

Esta informação pode ser mentira.

Pede a um amigo ou a um familiar

para ver a mensagem ou o e-mail.

Como usar o Computador e a Internet

Autores da linguagem fácil: Eleonora Di Liberto, Cátia Brôco, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, M^a Sagrario López Sánchez, M^a Rosa Sánchez López Guerrero, Veronika Juknevičienė, Živilė Paulauskaitė, Roberta Piazza, Valentina Perciavalle, Simona Rizzari, Anna Krasnowska, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

Técnicos gráficos da linguagem fácil: Martina Di Liberto, Sandra Belchior, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, Tomáš Karnecki, Simona Rizzari, Piotr Grzegorz Bendiuk, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

A revisão deste livrete em linguagem fácil foi feita por: António Barbosa, Paulo Sá, Miguel Sifrócio, Lúcia Pereira.



<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com>



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia

“O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval do seu conteúdo, que reflete unicamente o ponto de vista dos autores, e a Comissão não pode ser considerada responsável por eventuais utilizações que possam ser feitas com as informações nela contidas.”