

JAK BYĆ

BEZPIECZNYM ONLINE



Nottinghamshire
SAFEGUARDING
CHILDREN Board

Informacje osobiste



- Bądź ostrożny i zastanów się, co udostępniać na swój temat w sieci.
- Nigdy nie udostępniaj swojego pełnego adresu i numeru telefonu ludziom, których nie znasz.



Ustawienia osobiste

- Upewnij się, że Twoje profile społecznościowe są prywatne.
- Traktuj swoje hasło jak szczoteczkę do zębów, nikomu go nie dawaj i zmieniaj regularnie.
- Hasło - wskazówka – używaj kombinacji małych i wielkich liter, numerów i symboli, by było mocne.



Nieznani niebezpieczni

- Zastanów się, z kim 'przyjaźnisz się' online, nie wszyscy są tymi, za których się podają.
- Nigdy nie spotykaj się z nikim, kogo poznałeś online, jeśli nie znasz ich w rzeczywistości, bez pomocy rodzica lub opiekuna.
- Jeśli ktoś zachowuje się agresywnie lub niewłaściwie, naucz się, jak zgłosić jego wykroczenia i zablokować go.



NOTTINGHAM CITY
Safeguarding
Children BOARD

Więcej informacji znajdziesz na

<https://www.nottinghamshire.police.uk/advice/prevention/online>

Sexting



- Nie wysyłaj nikomu niecenzuralnych zdjęć samego siebie, mogą być rozesłane innym osobom.
- Możesz dopuścić się przestępstwa, jeśli rozpowszechnisz zdjęcie, które zostało Ci wysłane.

Prześladowanie w sieci



- Szanuj ludzi, nigdy nie wiesz, jak Twoje słowa mogą na nich wpłynąć.
- Jeśli wyśłasz obraźliwe wiadomości do innych osób, możesz dopuścić się przestępstwa.
- Nie mścij się, zachowaj dowód lub zdjęcie ekranu z obraźliwymi wiadomościami lub komentarzami i zablokuj prześladowców.

Gry online



- Przechowuj informacje osobiste w bezpieczny sposób, upewnij się, że wiesz jak zgłosić problem lub kogoś zablokować.
- Nie daj się zaskoczyć wielkim rachunkiem, uważaj na 'zakupy przez aplikacje'.
- Pobierane gry mogą być nielegalne i możesz pobrać wirusy.

Do kogo zwrócić się o pomoc?



- Childnet.com
- Cybermentors.org.uk
- Getsafeonline.org
- Nspcc.org.uk
- Ceop.police.uk
- Zadzwoń na telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 0800 11 11

Portale społecznościowe



- Zastanów się zanim cokolwiek opublikujesz, wszystko, co udostępniasz online może być przekazane dalej i tracisz kontrolę nad tym, kto ma do tego dostęp.
- Uważaj, kiedy publikujesz jakiegolwiek zdjęcia, dostarczają one wielu informacji na Twój temat.

Pamiętaj



- Jeśli masz przeczucie, że coś jest nie w porządku, najprawdopodobniej takie jest. Porozmawiaj o tym z kimś, komu ufasz.
- Wszystkie portale społecznościowe i YouTube mają funkcję zgłoszenia nadużycia. Używaj ich w razie potrzeby.