

**DZIEŃ**

**BEZPIECZNEGO**

**INTERNETU**



***6 LUTEGO***

# Co to jest **INTERNET** ?

**Internet** - to sieć, która ma charakter ogólnosiwiatowy i łączy urządzenia, takie jak komputery czy smartfony. Pozwala na wymianę danych, czyli informacji cyfrowych.



**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# **BEZPIECZNY INTERNET** **co to takiego?**

**Bezpieczny Internet** - to sposób korzystania z sieci w taki sposób, aby chronić swoje dane osobowe, unikać niebezpieczeństw oraz szanować innych użytkowników online. To także świadome i odpowiedzialne zachowanie, które pomaga utrzymać pozytywne i bezpieczne środowisko w cyberprzestrzeni.

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# BEZPIECZNY INTERNET W POLSCE

Organizatorem wydarzenia w Polsce od 2005 roku jest Polskie Centrum Programu Safer Internet, które tworzą państwowy instytut badawczy NASK oraz Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Głównym partnerem wydarzenia jest Fundacja Orange.







**Dzień Bezpiecznego Internetu**  
obchodzony jest z inicjatywy  
Komisji Europejskiej od 2004 roku  
i ma na celu inicjowanie  
i propagowanie działań na rzecz  
bezpiecznego dostępu dzieci  
i młodzieży do zasobów  
internetowych.

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE

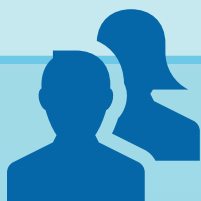


# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

1. Zabezpiecz swój sprzęt - komputer, telefon, tablet.
2. Pomyśl, zanim wrzucisz coś do sieci.
3. Dbaj o swoją prywatność.
4. Szanuj siebie i innych.
5. Szanuj swój czas.
6. Hasło musi być trudne do złamania.
7. Bądź krytyczny.
8. Korzystaj z możliwości jakie daje internet.
9. Pamiętaj, że z każdej sytuacji jest wyjście.
10. Przestrzegaj prawa.

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

**1. Zabezpiecz swój sprzęt - komputer, telefon, tablet.**



**ANTYWIRUS**

**Zainstaluj antywirus,  
pamiętaj o aktualizacjach,  
nie klikaj w nieznane linki  
i nie pobieraj podejrzanych  
załączników.**



**AKTUALIZACJA**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 2. Pomyśl, zanim wrzucisz coś do sieci.



**POMYŚL**

**To co wrzucasz do sieci,  
zostaje tam na zawsze.**



**WYŚLESZ**

**ZANIM**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 3. Dbaj o swoją prywatność.



\* \* \* \*

**HASŁO**

**Skonfiguruj ustawienia  
prywatności.  
Nikomui nie udostępniaj  
swoich haseł!**



**USTAWIENIA  
PRYWATNOŚCI**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



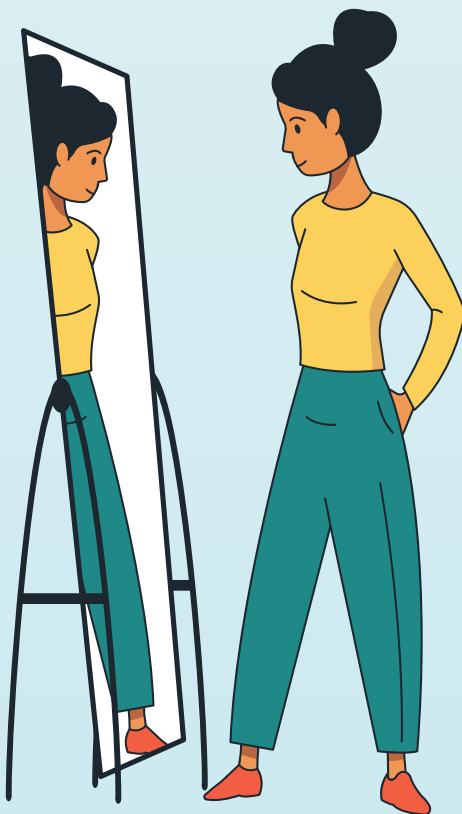
**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 4. Szanuj siebie i innych.



**WIZERUNEK**

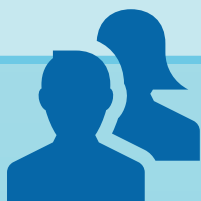
**Dbaj o swój pozytywny  
wizerunek w sieci.  
Nie wyzywaj, nie  
obrażaj, nie hejtuj.**



**HEJT,  
WYZWISKA**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 5. Szanuj swój czas.



**CZAS**

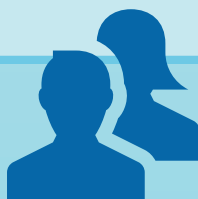
**Zachowuj umiar w  
spędzaniu czasu w sieci.**



**UMIAR**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 6. Hasło musi być trudne do złamania.



**HASŁO**

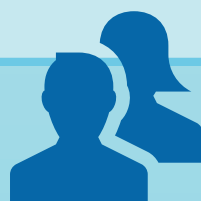
**Bezpiecze hasło musi mieć przynajmniej 12 znaków. Nie używaj daty urodzin, unikaj popularnych słów zachowaj oryginalność.**



**ORYGINALNOŚĆ**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 7. Bądź krytyczny.



**FAKE**

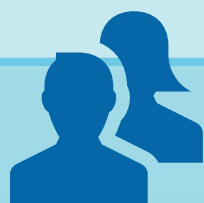
**Nie wszystkie informacje dostępne w internecie są prawdziwe. Sprawdzaj kilka źródeł informacji.**



**SPRAWDŹ**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 8. Korzystaj z możliwości jakie daje internet.



**NAUKA**

**Internet to nie tylko  
rozrywka i zabawa.  
Zastanów się jak możesz  
twórczo wykorzystać jego  
potencjał.**



**TWÓRCZOŚĆ**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

9. Pamiętaj, że z każdej sytuacji jest wyjście.



**POMOC**

**W sytuacji zagrożenia online, poproś o pomoc zaufaną osobę dorosłą. Możesz też zadzwonić lub powiadomić odpowiednie służby.**

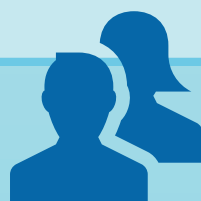


**116 111**

**SŁUŻBY**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W SIECI

## 10. Przestrzegaj prawa.



**PRAWO**

**Pamiętaj, że regulacje  
prawne obowiązują  
również w internecie.  
W przypadku natrafienia  
na nielegalne treści w sieci,  
zgłoś je na [dyzurnet.pl](https://dyzurnet.pl).**

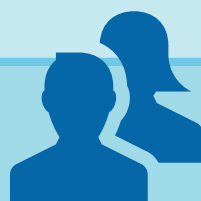


**[dyzurnet.pl](https://dyzurnet.pl)**

**NIELEGALNE  
TREŚCI**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**[dyzurnet.pl](https://dyzurnet.pl)**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE

**800 12 12 12**

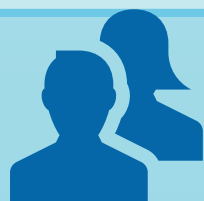
DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA  
RZECZNIKA PRAW DZIECKA

**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

## UCZNIU!

Jeżeli jesteś/byłeś ofiarą lub świadkiem cyberprzemocy lub niepokoi Cię jakieś zdarzenie związane z bezpieczeństwem cyfrowym, a trudno Ci porozmawiać z osobą dorosłą z Twojego otoczenia skorzystaj z telefonów zaufania.



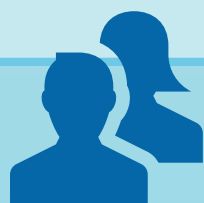
**800 12 12 12**

**DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA  
RZECZNIKA PRAW DZIECKA**



**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

## UCZNIU!

Jeżeli jesteś/byłeś ofiarą lub świadkiem cyberprzemocy lub niepokoi Cię jakieś zdarzenie związane z bezpieczeństwem cyfrowym, a trudno Ci porozmawiać z osobą dorosłą z Twojego otoczenia skorzystaj z telefonów zaufania.



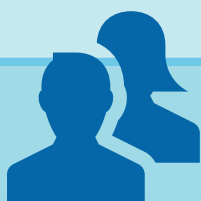
### 116 111

**TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**



**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

## **RODZICU!**

Rozmawiaj z dzieckiem o wszelkich niepokojących symptomach czy zaobserwowanych zjawiskach, a także staraj się odpowiednio zareagować. Pomocą może służyć także szkoła. Pamiętaj o rozmowie z wychowawcą i psychologiem szkolnym.

**800 100 100**

**TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE





# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

## **NAUCZYCIELU!**

Szkoła powinna przeprowadzać lekcje na temat cyberprzemocy na każdym etapie nauki, żeby każdy z uczniów wiedział, co powinien zrobić w przypadku, kiedy dotknie go cyberprzemoc lub kiedy będzie jej świadkiem.

**800 100 100**

**TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI**

**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE



# GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

**Tworzenie bezpiecznego internetu to misja zespołu Dyżurnet.pl.**

**Reagujemy na nielegalne i szkodliwe treści internetowe.**

**Popularyzujemy bezpieczne korzystanie z internetu.**

**Jeśli napotkasz w internecie materiały, co do których nie masz pewności czy są legalne lub wywołały u Ciebie negatywne emocje, zgłoś je.**



**www.dyżurnet.pl**

**ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE**



**116 111**

TELEFON ZAUFANIA  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



**800 100 100**

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI  
W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI



**dyżurnet.pl**

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH TREŚCI  
ZNALEZIONYCH W INTERNECIE

