**CZYM JEST CYBERPRZEMOC?**

Cyberprzemoc to inaczej przemoc z użyciem mediów elektronicznych – przede wszystkim Internetu i telefonów komórkowych. Problem ten dotyczy przede wszystkim dzieci i młodzieży.

 **Do działań określanych jako cyberprzemoc zalicza się m.in:**

* wyzywanie, straszenie, poniżanie kogoś w Internecie lub przy użyciu telefonu
* robienie komuś zdjęć lub rejestrowanie filmów bez jego zgody
* publikowanie w Internecie lub rozsyłanie telefonem zdjęć, filmów lub tekstów, które kogoś obrażają lub ośmieszają
* podszywane się pod kogoś w Sieci

Pomimo, że akty cyberprzemocy mogą wyglądać niewinnie, to potrafią wyrządzać bardzo dużą krzywdę.

**PRAKTYCZNE PORADY DLA MŁODYCH INTERNAUTÓW**

***DROGI UCZNIU/UCZENNICO!***

1. Nigdy nie podawaj w Internecie swojego prawdziwego imienia i nazwiska. Posługuj się nickiem, czyli pseudonimem, internetową ksywką.

2. Nigdy nie podawaj osobom poznanym w Internecie swojego adresu domowego, nr tel. Nie możesz mieć pewności, z kim naprawdę rozmawiasz!

3. Nigdy nie wysyłaj nieznajomym swoich zdjęć. Nie wiesz, do kogo naprawdę trafią.

4. Jeżeli wiadomość, którą otrzymałeś jest wulgarna lub niepokojąca nie odpowiadaj na nią. Pokaż ją swoim rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.

5. Pamiętaj, że nigdy nie możesz mieć pewności, z kim rozmawiasz w Internecie. Ktoś kto podaje się za twojego rówieśnika w rzeczywistości może być dużo starszy i mieć wobec ciebie złe zamiary.

6. Kiedy coś lub ktoś w Internecie cię przestraszy, koniecznie powiedz o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.

7. Internet to skarbnica wiedzy, ale pamiętaj, że nie wszystkie informacje, które w nim znajdziesz muszą być prawdziwe! Staraj się zawsze sprawdzić wiarygodność informacji.

8. Szanuj prawo własności w Sieci. Jeżeli posługujesz się materiałami znalezionymi w Internecie zawsze podawaj ich źródło.

9. Spotkania z osobami poznanymi w Internecie mogą być niebezpieczne! Jeżeli planujesz spotkanie z internetowym znajomym pamiętaj, aby zawsze skonsultować to z rodzicami!!! Na spotkania umawiaj się tylko w miejscach publicznych i idź na nie w towarzystwie rodziców lub innej zaufanej dorosłej osoby.

10. Uważaj na e-maile od nieznanych Ci osób. Nigdy nie otwieraj podejrzanych załączników i nie korzystaj z linków przesłanych przez obcą osobę! Mogą na przykład zawierać wirusy. Najlepiej od razu kasuj maile od nieznajomych.

11. Pamiętaj, że hasła są tajne i nie powinno się ich podawać nikomu. Dbaj o swoje hasło jak o największą tajemnicę. Jeżeli musisz w Internecie wybrać jakieś hasło pamiętaj ,żeby nie było ono łatwe do odgadnięcia i strzeż go jak oka w głowie.

12. Nie spędzaj całego wolnego czasu przy komputerze. Ustal sobie jakiś limit czasu.

13. Jeżeli prowadzisz w Internecie stronę lub bloga, pamiętaj, że mają do niej dostęp również osoby o złych zamiarach. Nigdy nie podawaj na swojej stronie adresu domowego, nr tel., informacji o rodzicach, itp. Bez zgody rodziców nie publikuj też na niej zdjęć swoich, rodziny ani nikogo innego, kto nie wyrazi na to zgody.

14. Rozmawiaj z rodzicami o Internecie. Informuj ich o wszystkich stronach, które Cię niepokoją. Pokazuj im również strony, które Cię interesują i które często odwiedzasz.

15. Zadbaj o ukrycie przed obcymi swoich prawdziwych danych. Nie używaj w adresie poczty elektronicznej swojego imienia i nazwiska.

16. Jeżeli chcesz coś kupić w Internecie, zawsze skonsultuj to z rodzicami.

17. W Sieci krąży coraz więcej wirusów, które mogą uszkodzić komputer. Czy masz zainstalowane oprogramowanie antywirusowe? Wybierz je wspólnie z rodzicami i zainstalujcie odpowiedni program.