

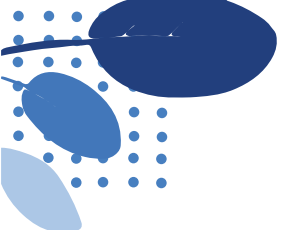


BEZPIECZNY W SIECI

BEZPIECZEŃSTWO W SIECI?

Miej pełną kontrolę nad swoim
wirtualnym życiem.





Drogi Czytelniku,

Czy zastanawiałeś się kiedyś nad tym w jaki sposób możesz skutecznie chronić swoje dane w sieci? Czy wiesz jak ważny współcześnie jest temat cyberbezpieczeństwa? A może sądzisz, że nie dotyczy on Ciebie bezpośrednio?

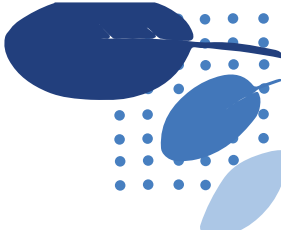


Korzystanie z Internetu stwarza każdemu z nas nieograniczone możliwości, jednak pamiętaj o tym, że wiążą się one również z koniecznością zachowania ostrożności. Temat cyberbezpieczeństwa jest ważny tak samo dla dużych czy małych firm, jak i osób indywidualnych, takich jak TY.

Musisz wiedzieć, że wszystko co publikujesz na swoich kontach społecznościowych, każde zdjęcie, film, oznaczenie, nakręcona relacja czy każdy komentarz, który zamieszczasz ma wpływ na Ciebie, TWOJE bezpieczeństwo i TWOJĄ przyszłość, a może również Twojego znajomego lub członka rodziny.



Istnieje całe spektrum niebezpieczeństw, które mogą Cię spotkać w sieci. Zaczynając od niewinnych wirusów czy złośliwych oprogramowań, po pobieranie Twoich poufnych danych, numerów kont bankowych, dostępu do kamery na Twoim urządzeniu czy wyłudzeń i kradzieży.



Właśnie dlatego pamiętaj o ostrożności, czytaj na temat cyberbezpieczeństwa, poszerzaj swoją wiedzę, bo w świecie wirtualnym nieustannie pojawiają się nowe rodzaje zagrożeń. W trosce o Twoje bezpieczeństwo przygotowaliśmy niniejszy podręcznik „Bezpieczny w sieci”, który zawiera niezbędne instrukcje, które pozwolą Ci ochronić swoją prywatność w aplikacjach takich jak Facebook, Instagram, Twitter, TikTok czy Messenger.

Korzystaj z niego jak najwięcej & stay safe!

Zespół Klastra Innowacji Społecznych

Odwiedź nas na stronie: www.klaster.org.pl





Ustawienia Prywatności

KONTO FACEBOOK

Czego potrzebuję?

- 🔒 Ustawienia prywatności.
- 🔒 Bezpieczeństwo logowania.
- 🔒 Dodatkowe opcje.



Jak dostosować ustawienia prywatności na Facebooku?

1

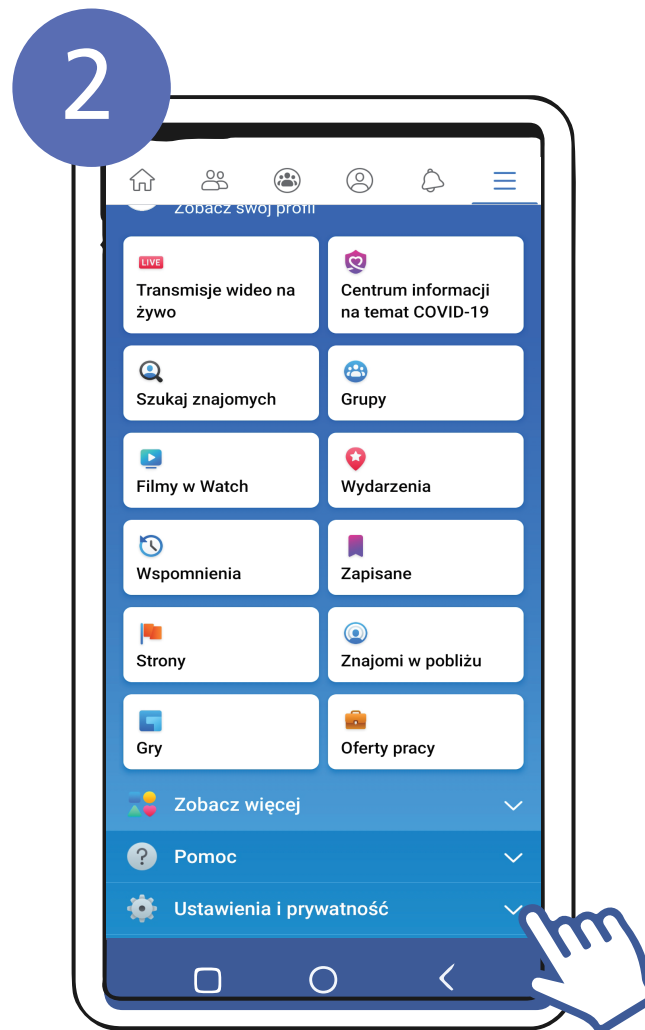
Kliknij w trzy poziome pasy, w prawym górnym rogu.

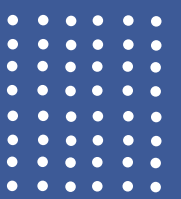
2

Wybierz kolejno „Ustawienia i Prywatność”, a następnie opcję „Ustawienia”.

3

Następnie wybierz opcję „Sprawdź kilka istotnych ustawień prywatności”.





Jak sprawnie zadbać o swoją prywatność na Facebooku?

1

Wybierz opcję „Ustawienia prywatności”, tak jak w poprzednich 3 krokach.

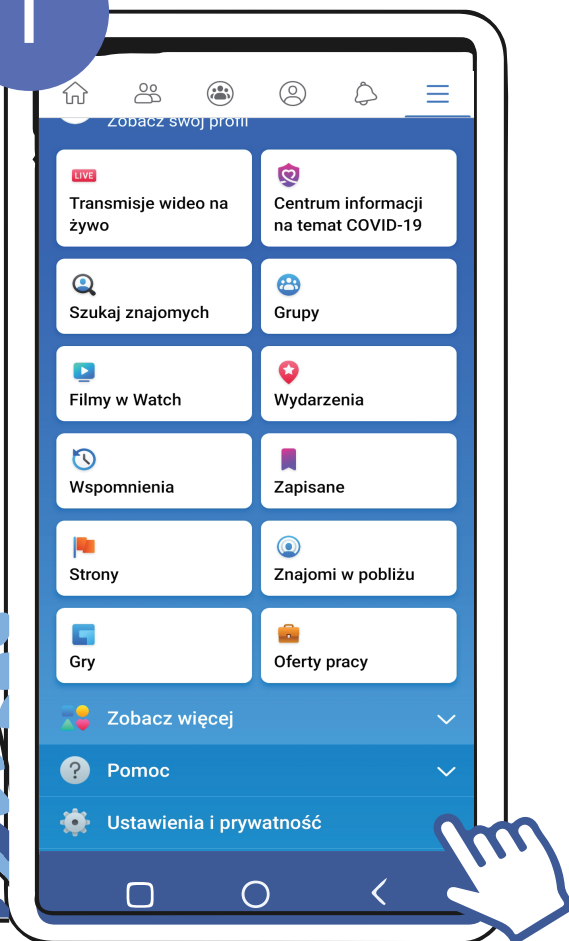
2

Następnie kliknij w „Sprawdź kilka istotnych ustawień prywatności”.

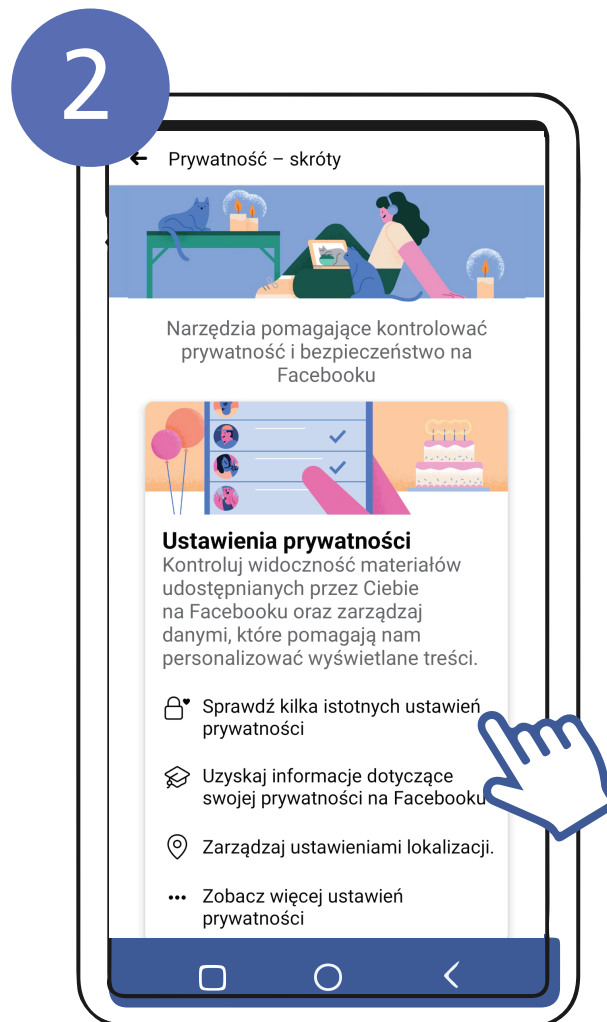
3

Facebook pokaże Ci 4 kroki jak szybko i sprawnie zadbać o swoją prywatność”.

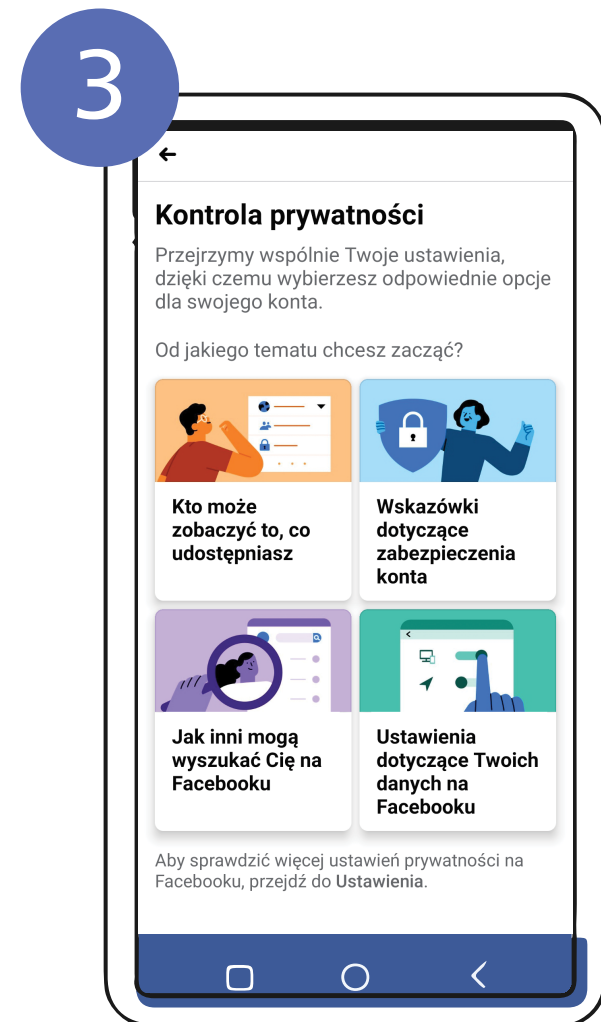
1

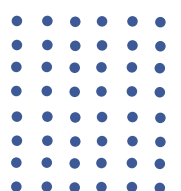
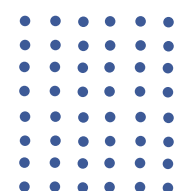


2



3





Kto może zobaczyć udostępniane przez Ciebie informacje?

1

W „Kontroli prywatności” wybierz opcję „Kto może zobaczyć to, co udostępniasz”.

2

Wyświetli się okno, w którym możesz edytować ustawienia dotyczące tego, kto może zobaczyć Twoje podstawowe informacje.

3

Następnie wyświetlą się opcje edycji, gdzie będzie możliwość określenia tego, kto może zobaczyć udostępnione przez Ciebie posty.

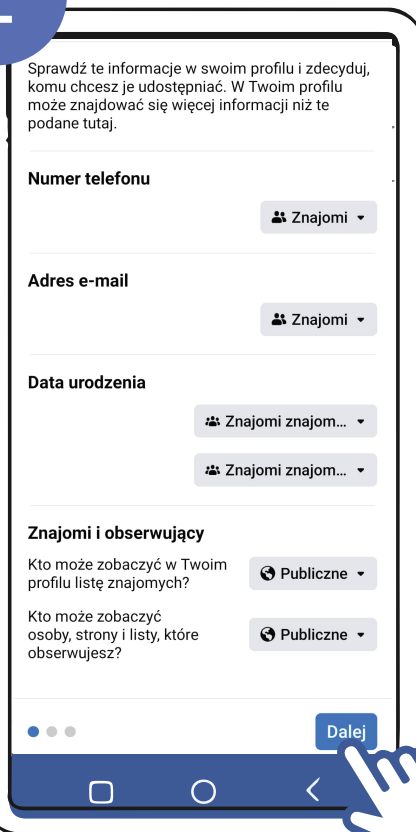
4

W ostatnim kroku możesz dodać do swojej listy osobę, którą chcesz zablokować na Facebooku.

1



2

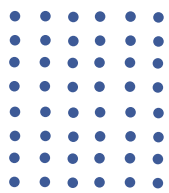
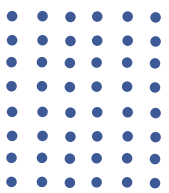


3



4



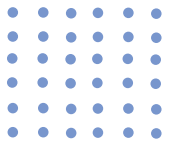


Jak zabezpieczyć swoje konto na Facebooku?



1

Na początku wejdź w panel opcji „Wskazówki dotyczące zabezpieczenia konta”.

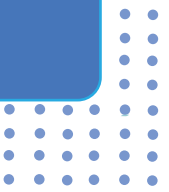


2

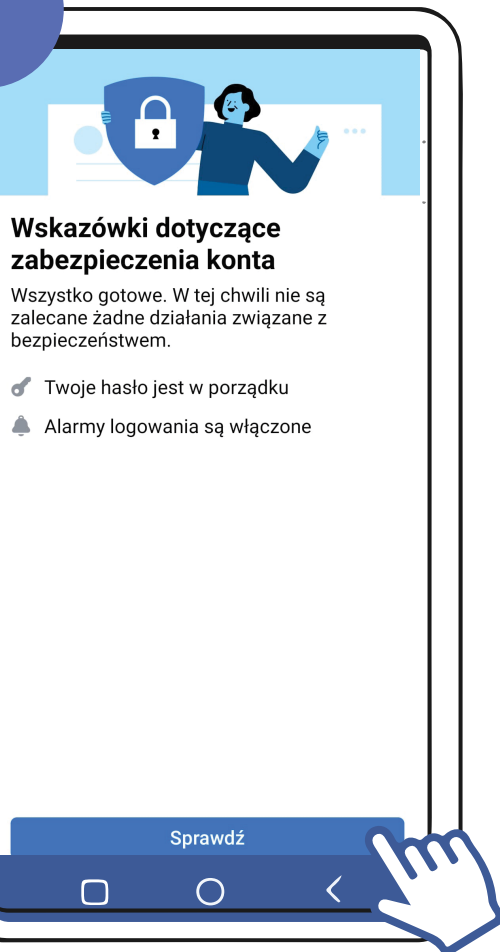
Następnie będziesz mógł zmienić hasło, by dodatkowo zabezpieczyć swoje konto.

3

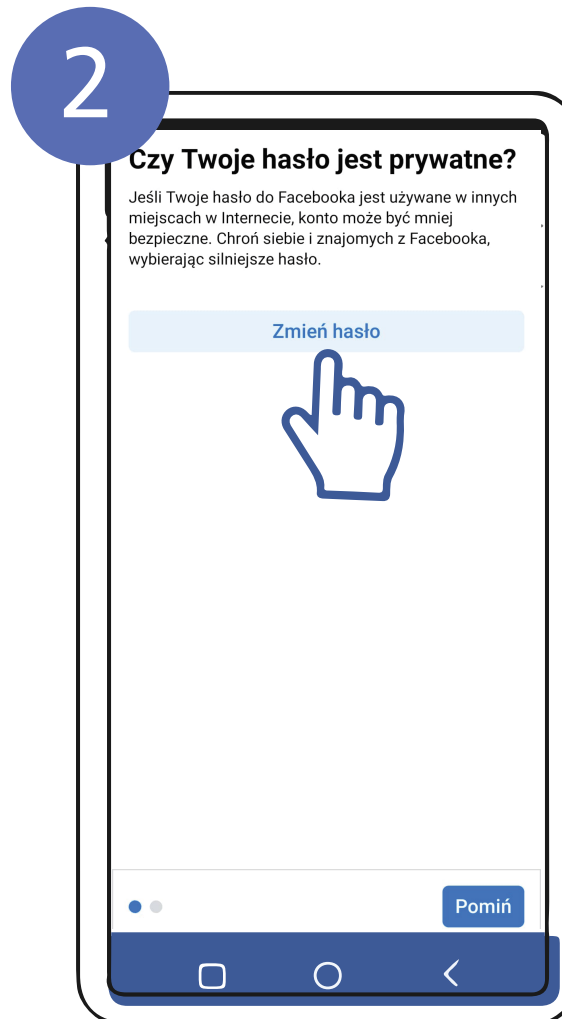
W ostatnim kroku będziesz miał możliwość zarządzania swoimi powiadomieniami.



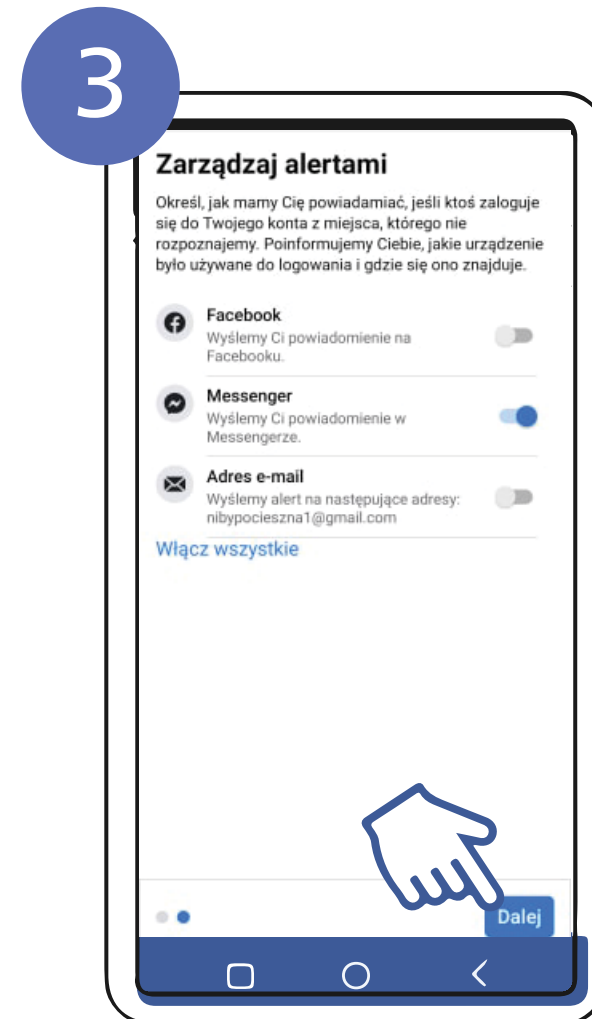
1



2



3



Jak inni mogą wyszukać Cię na Facebooku?

1

Wybierz ostatnią opcję „Jak inni mogą wyszukać Cię na Facebooku?”.

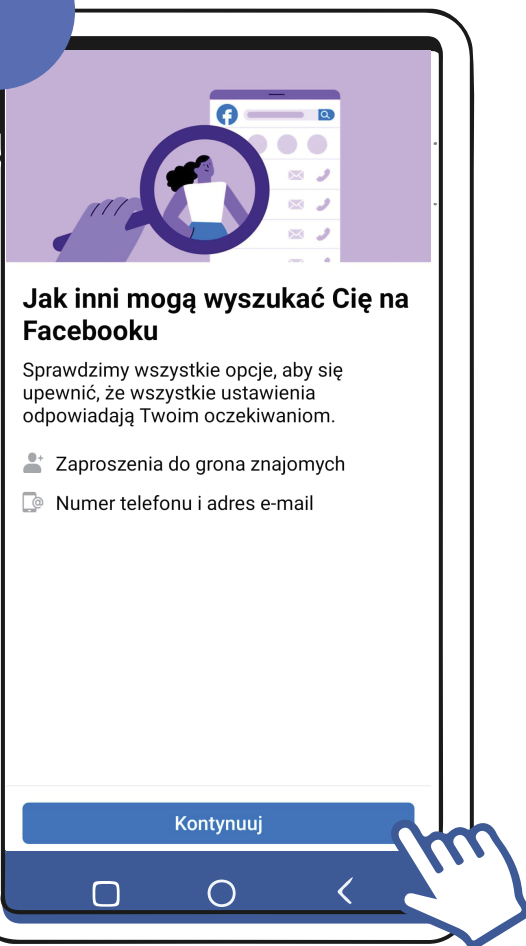
2

Możesz określić, kto może wysyłać Ci zaproszenia do grona znajomych.

3

Następnie określ, kto może Cię wyszukać poprzez Twój numer telefonu oraz adres e-mail.

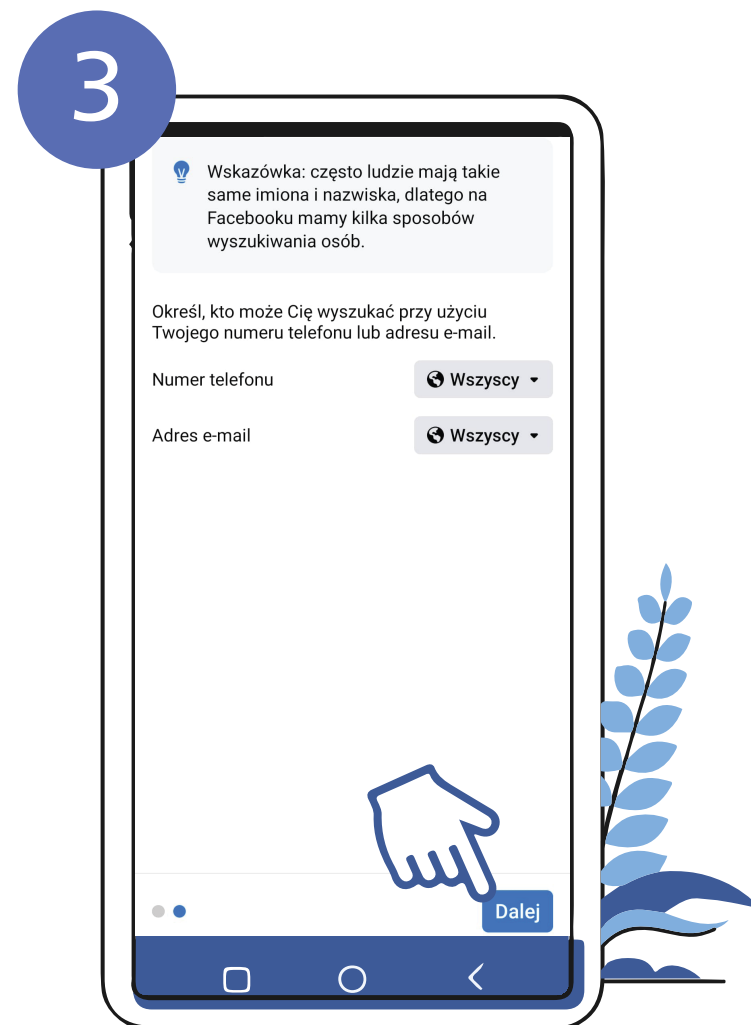
1



2



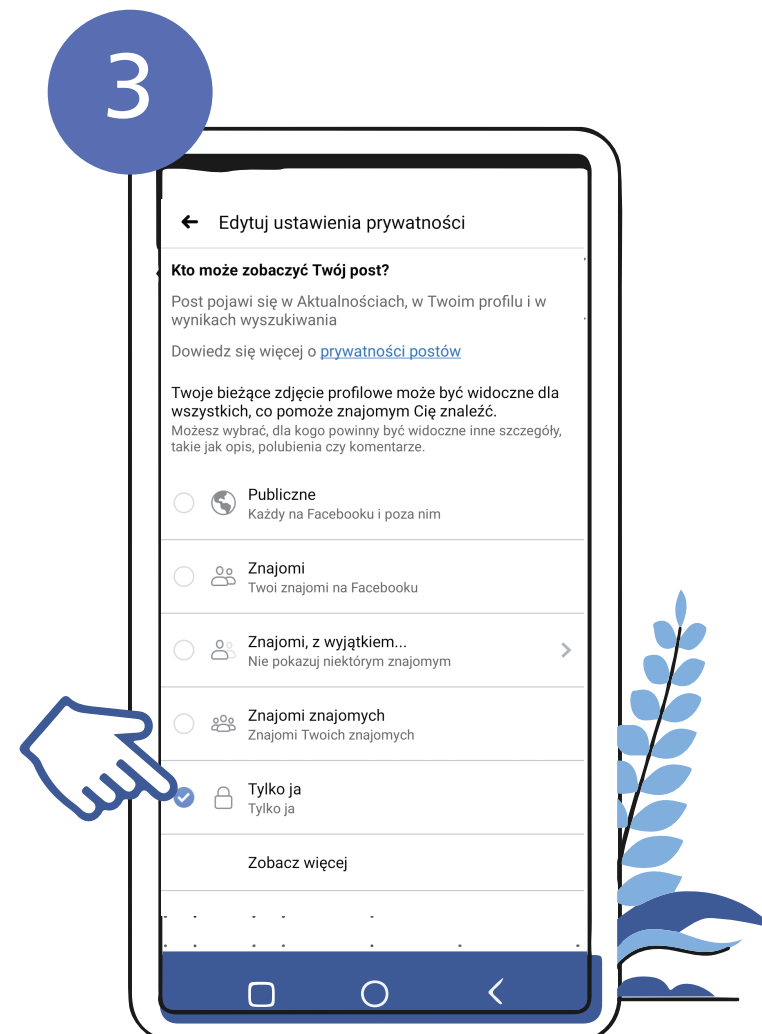
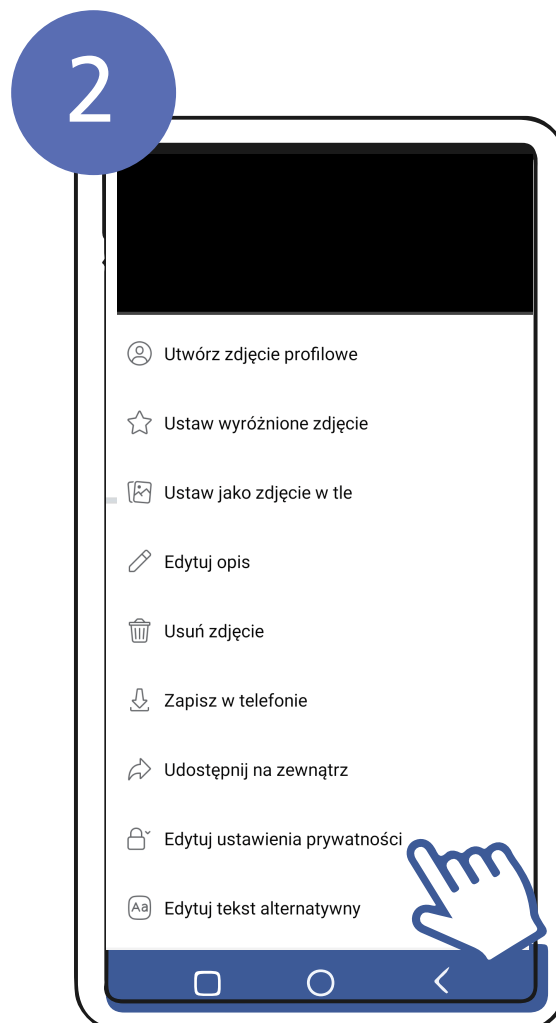
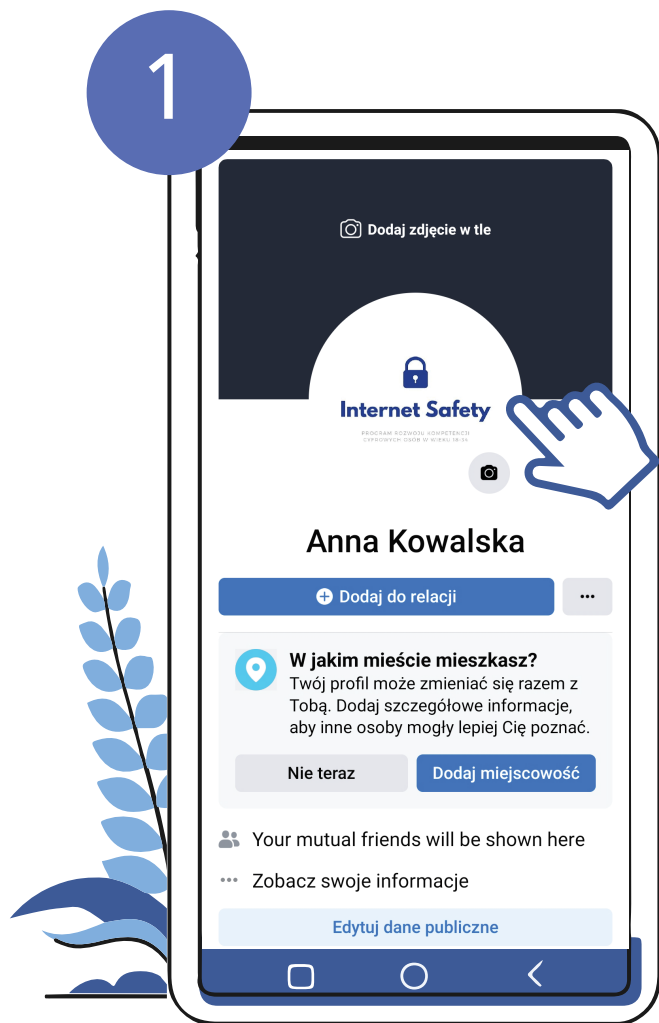
3

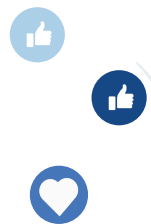
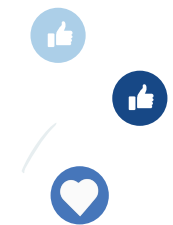
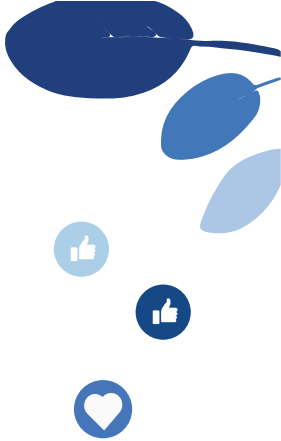
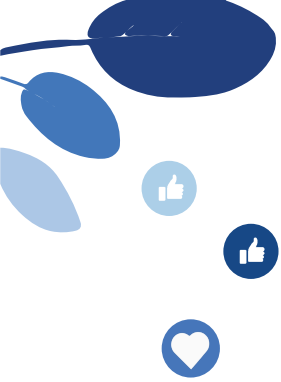


Blokada Zdjęcia Profilowego

- 1 Kliknij w trzy poziome pasy, w prawym górnym rogu i wybierz „Prywatność-skróty”.
- 2 W ustawieniach prywatności wybierz opcję „Zobacz więcej ustawień prywatności”.
- 3 Następnie zaznacz opcję „Tylko ja”. Od teraz nikt nie będzie mógł zareagować na Twoje zdjęcie profilowe.









Gotowe!

Twoje konto Facebooku jest
w pełni bezpieczne.

DOBRA ROBOTA!





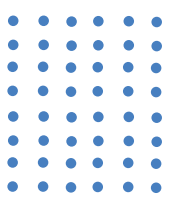
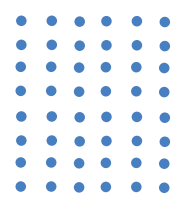
Ustawienia Prywatności

Czego potrzebuję?

MESSENGER

-  Blokowanie wiadomości.
-  Odblokowanie wiadomości.
-  Twoje informacje.





Jak zablokować wiadomości?

1

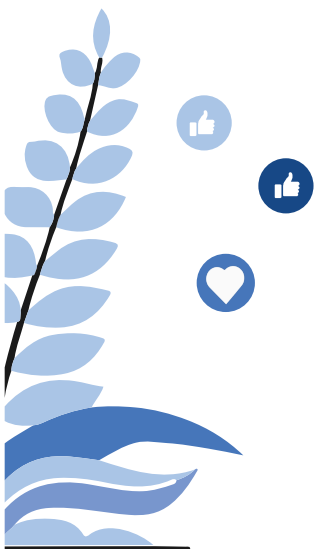
Na ekranie „Czaty” otwórz okno konwersacji z osobą, którą chcesz zablokować.

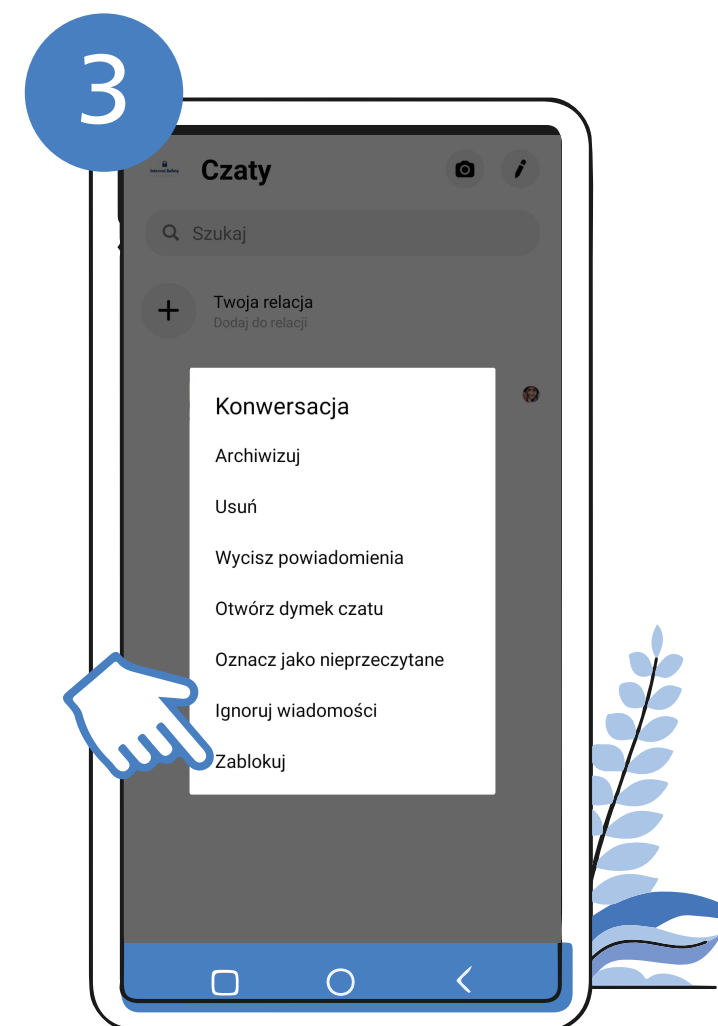
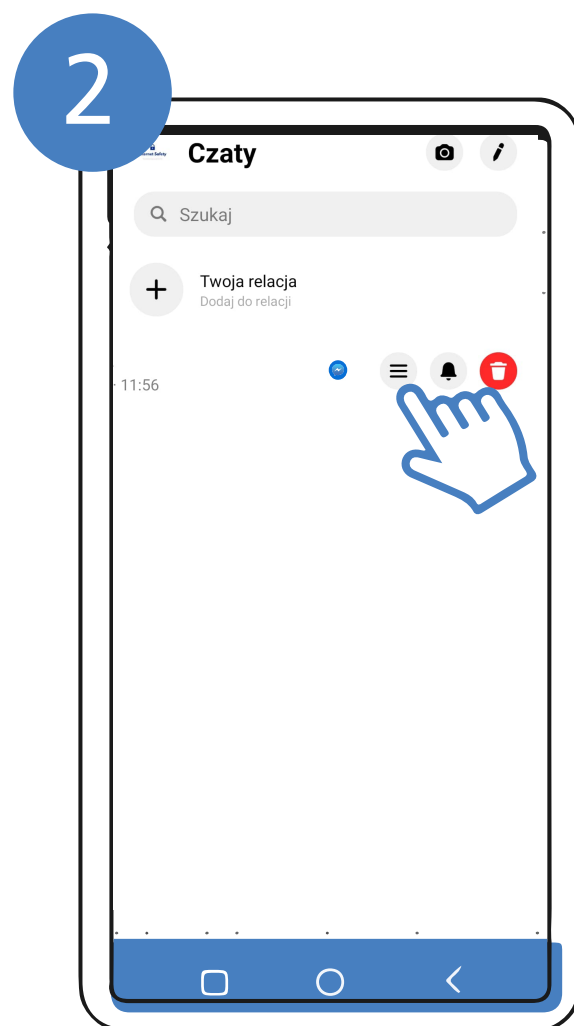
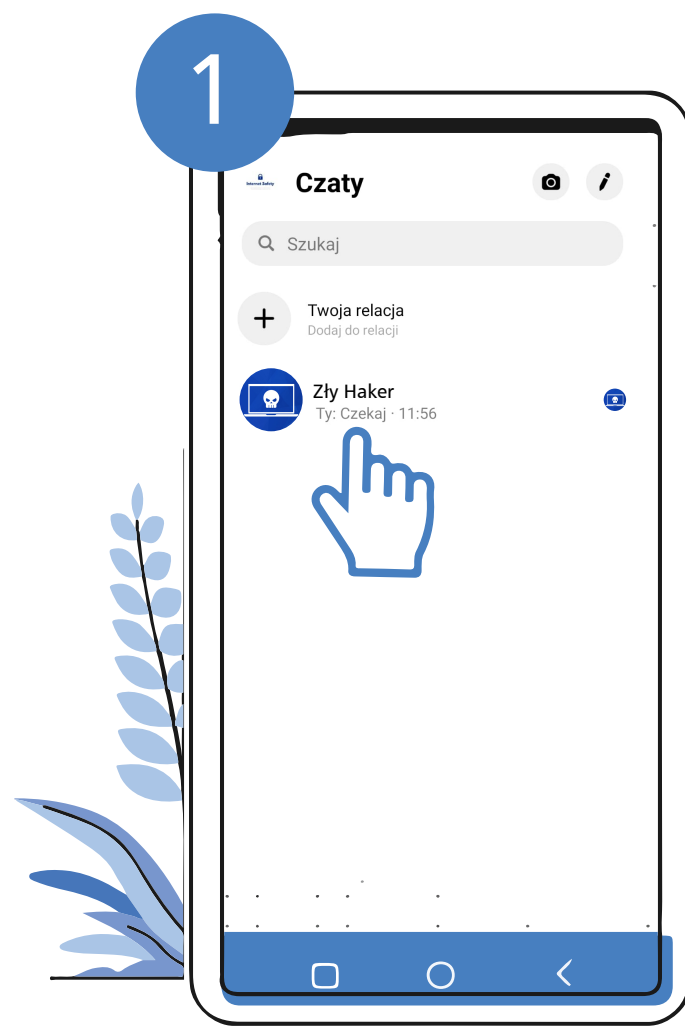
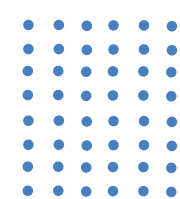
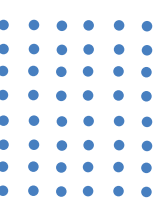
2

Przesuwając w lewą stronę chat z osobą, którą chcesz zablokować kliknij w trzy poziome pasy.

3

Wybierz opcję „Zablokuj na Messengerze”.





Jak odblokować wiadomość?

1

Wejdź w swój chat.

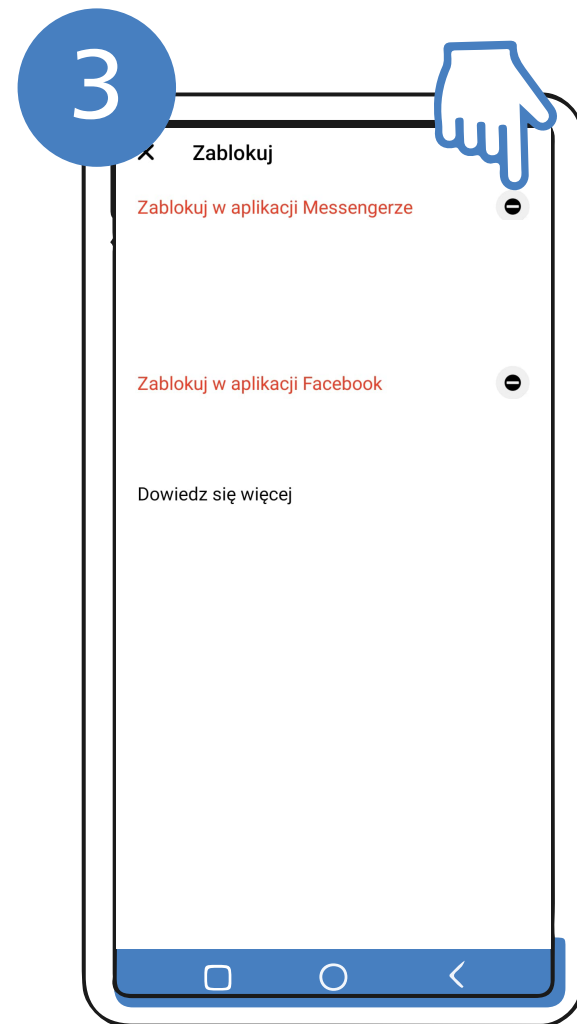
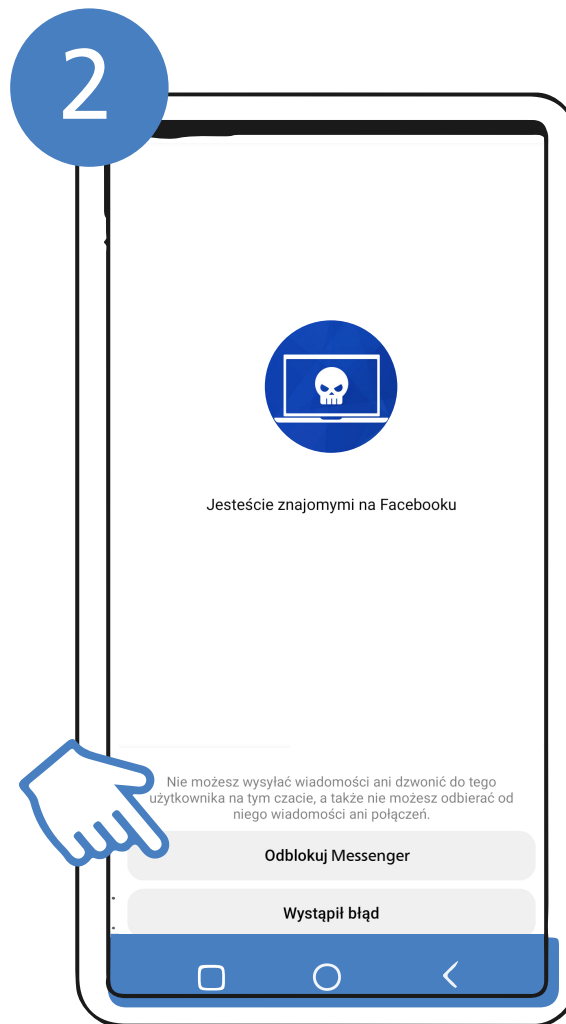
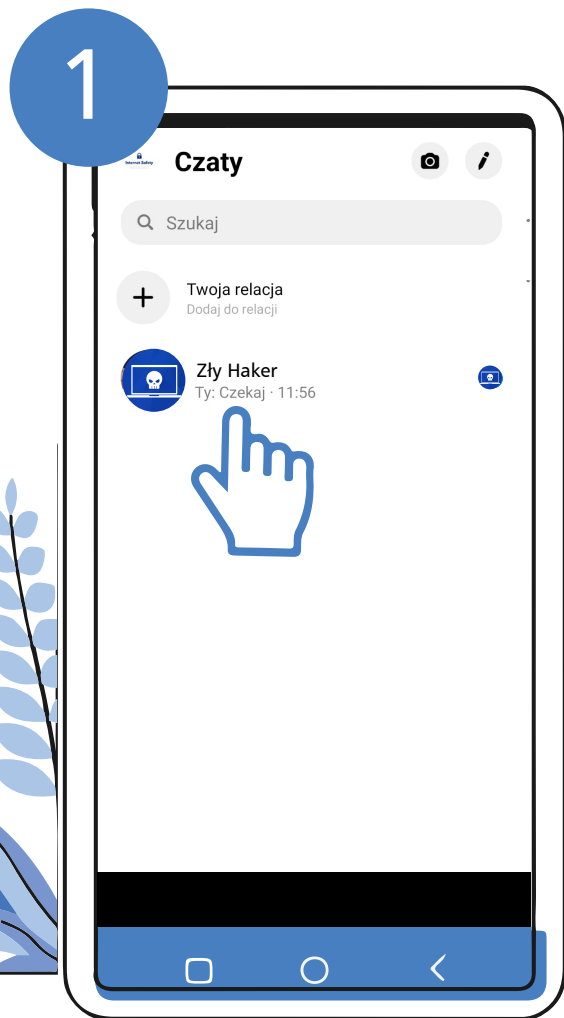
2

Następnie wejdź na zablokowaną osobę.

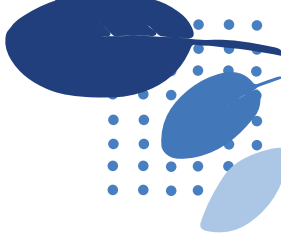
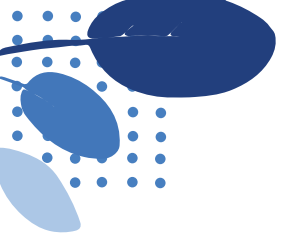
3

Wybierz opcję „Odblokuj”.







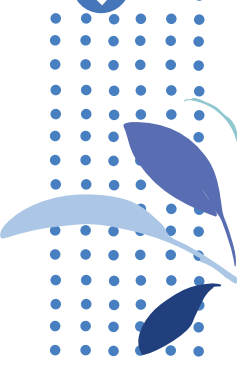
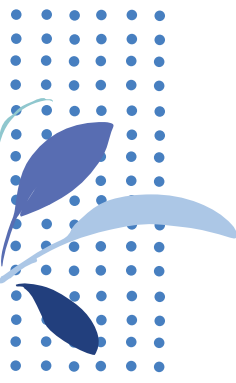


Gotowe!



Drogi Użytkowniku właśnie nauczyłeś się kilku istotnych sztuczek dostępnych na Messengerze.

DOBRA ROBOTA!



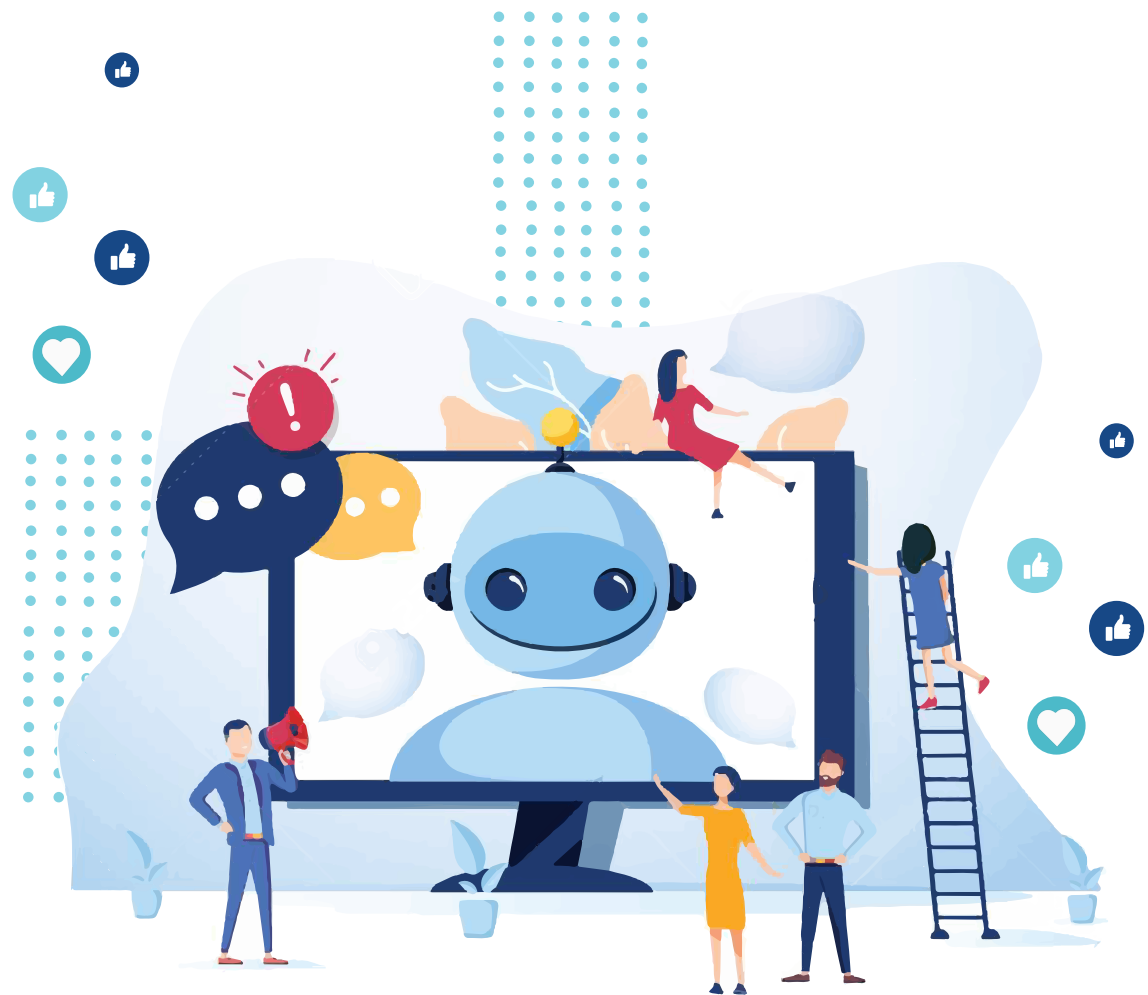


Ustawienia Prywatności

KONTO TIKTOK

Czego potrzebuję?

-  Prywatne konto.
-  Rozmowy.
-  Udostępnianie lokalizacji.



Jak ustawić prywatne konto na TikTok?

1

Przejdź na stronę swojego profilu.

2

Kliknij w trzy kropki w prawym górnym rogu.

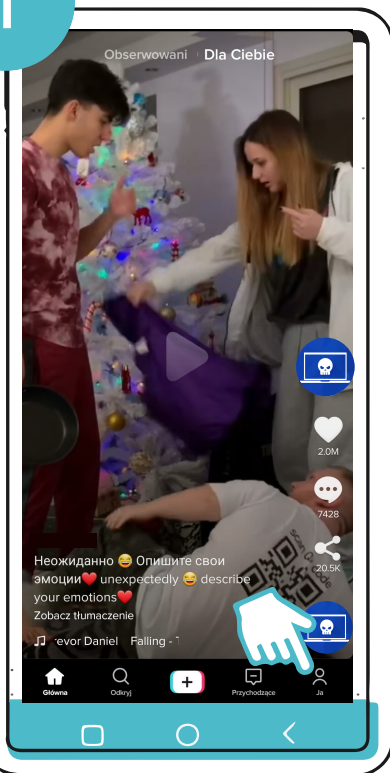
3

Wybierz opcję „Prywatność i bezpieczeństwo”.

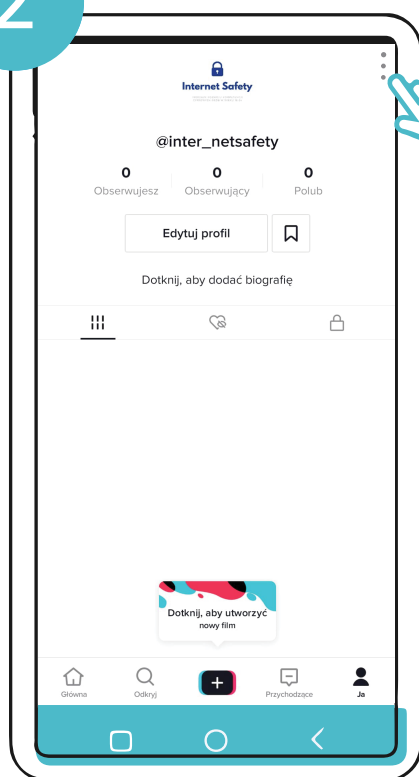
4

Włącz funkcję „Konto prywatne”.

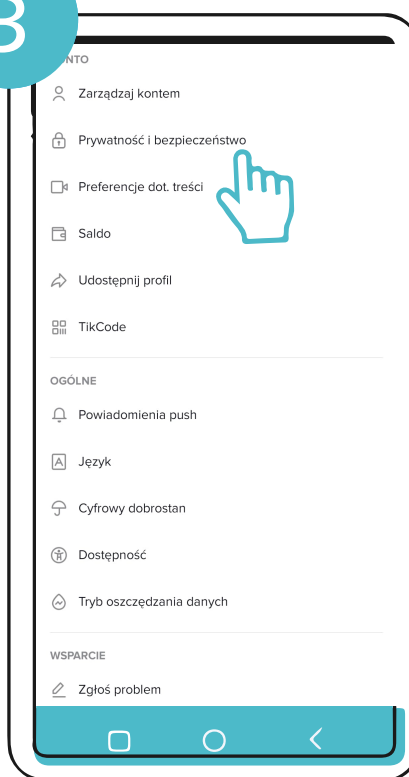
1



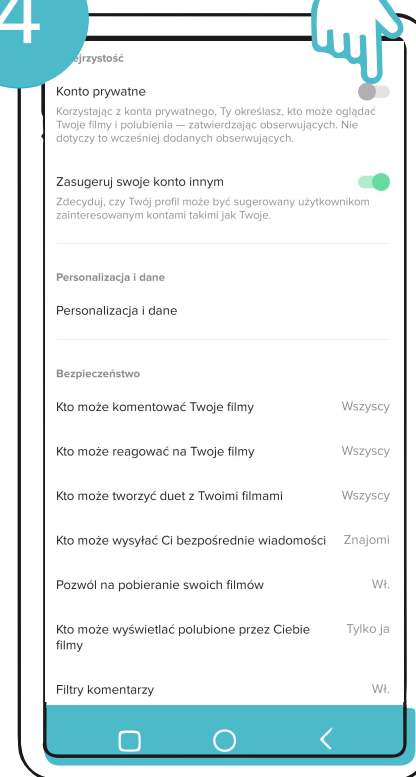
2



3



4



Jak kontrolować komentarze?

1

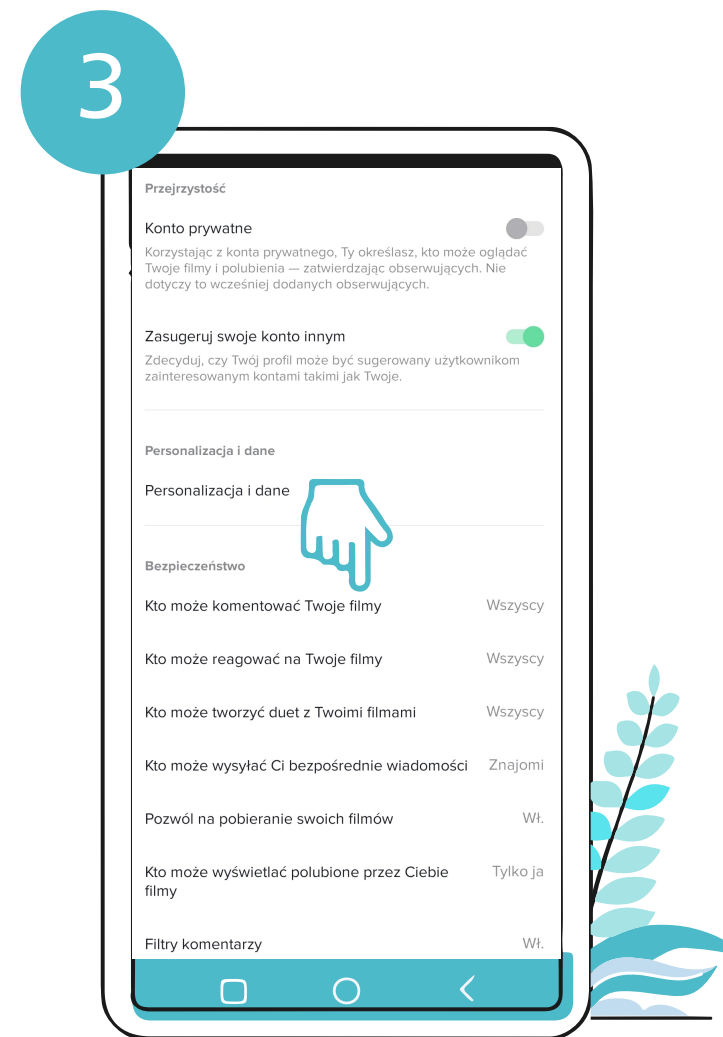
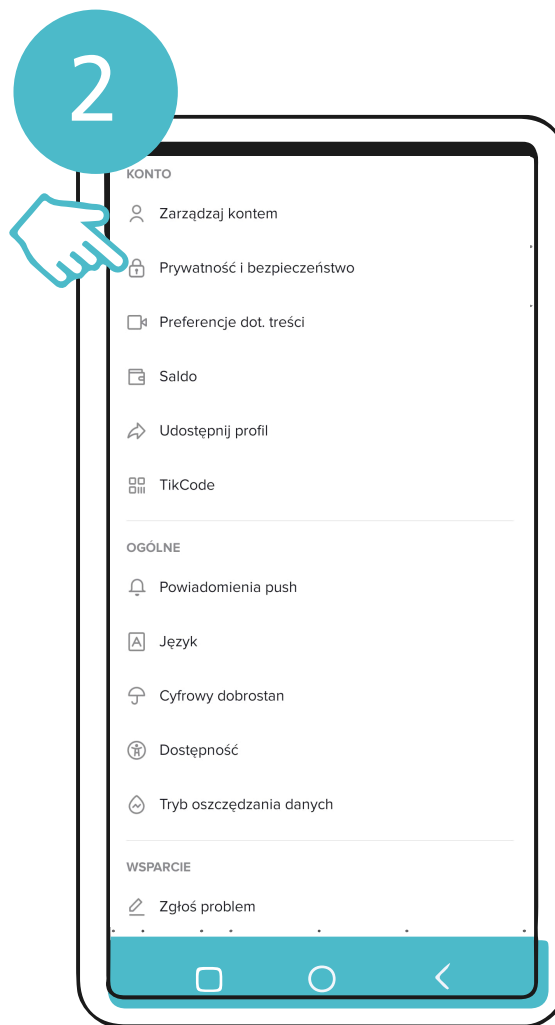
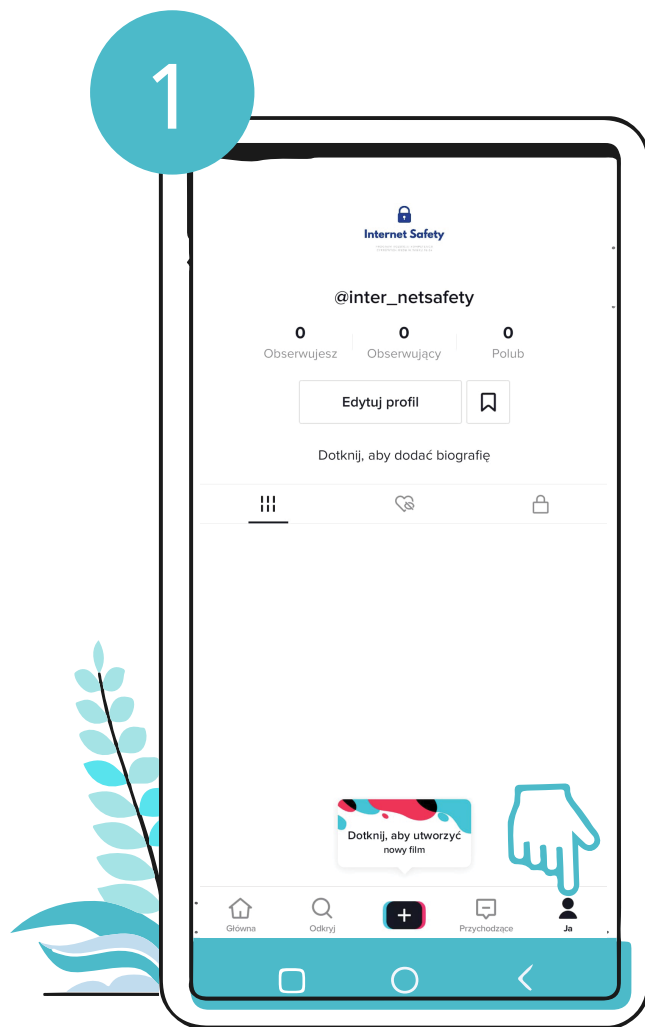
Przejdź na stronę swojego profilu.

2

Wejdź w opcję „Prywatność i bezpieczeństwo”.

3

Następnie edytuj swoje ustawienia, tak by mieć pełną kontrolę nad komentarzami pod Twoimi filmami na TikTok.



Jak kogoś zablokować lub zgłosić?

1

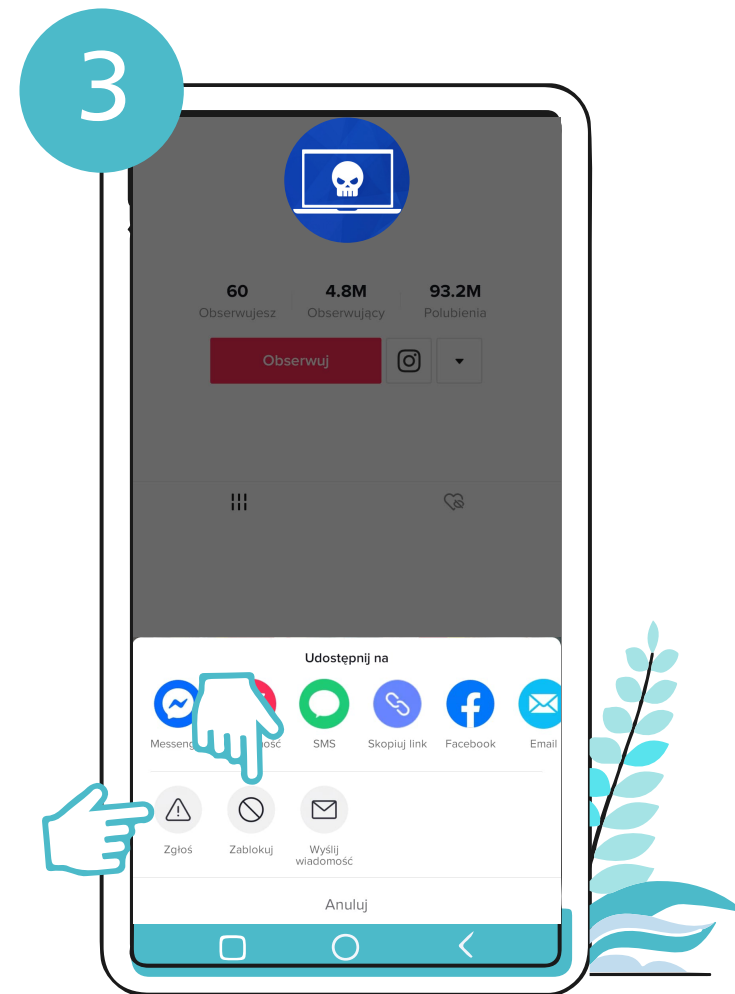
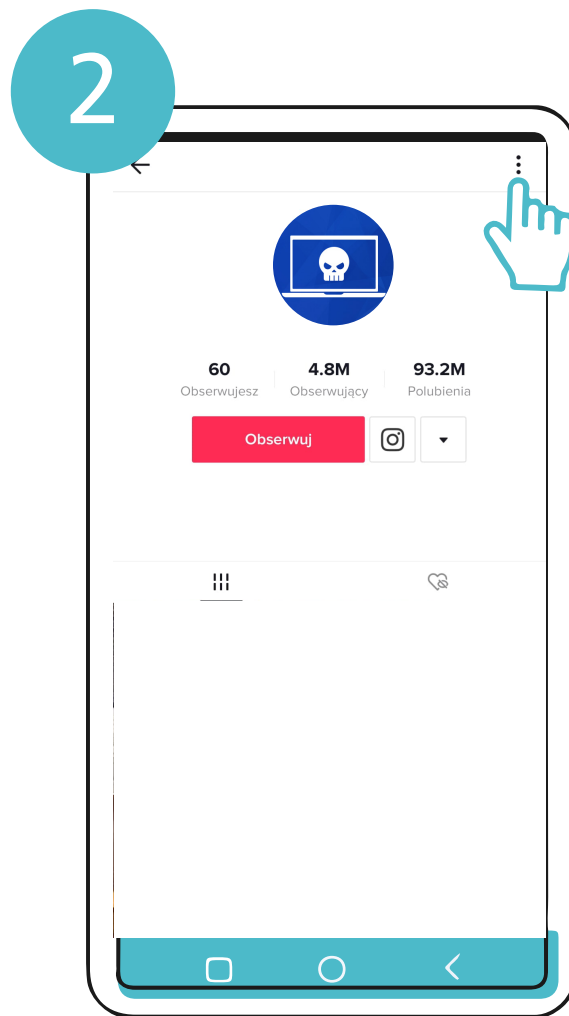
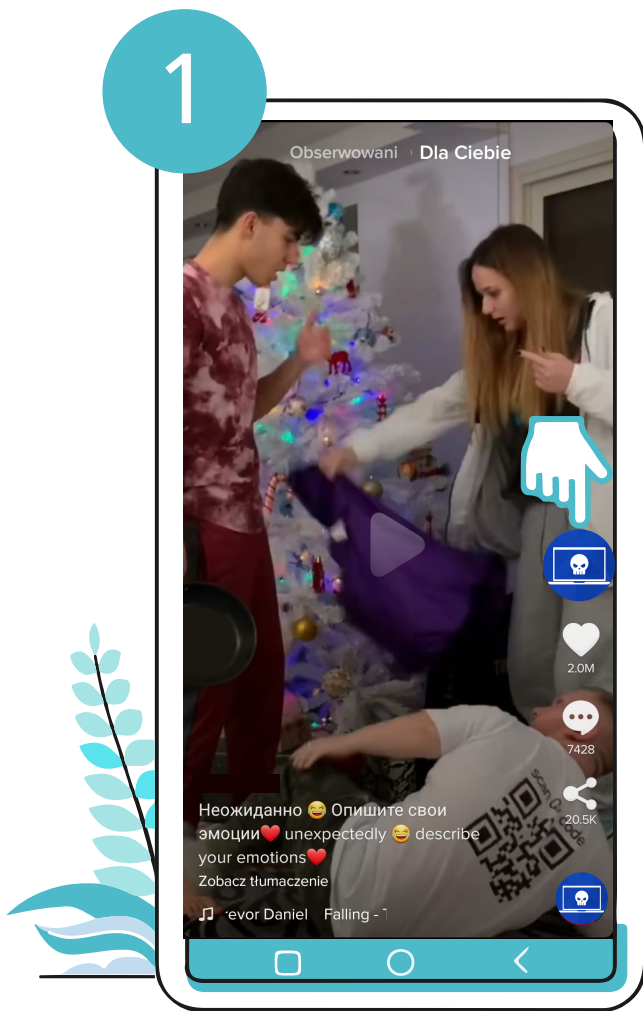
Przejdź do profilu osoby, którą chcesz zablokować lub zgłosić.

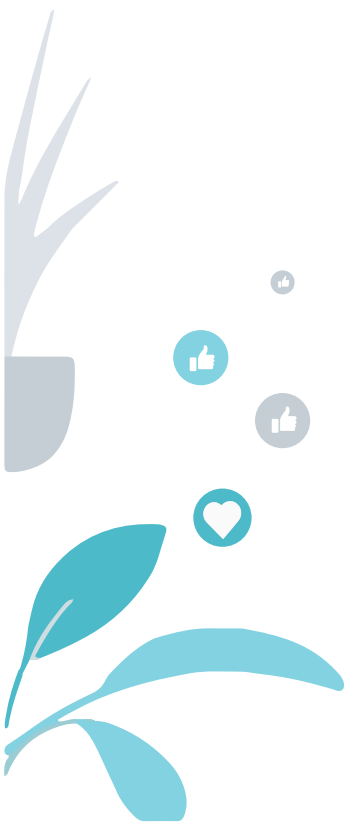
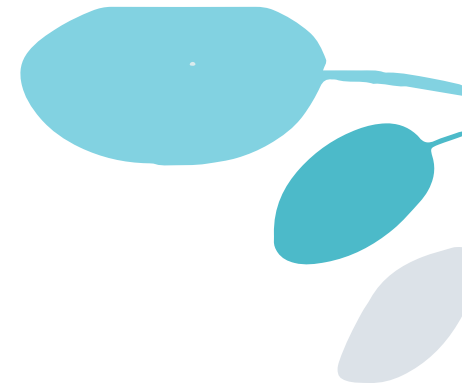
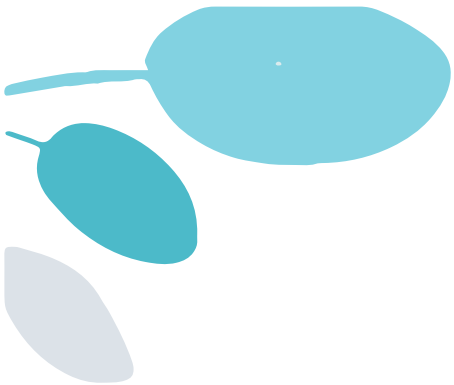
2

W profilu osoby, którą chcesz zablokować przejdź do opcji, klikając w trzy pionowe kropki w prawym górnym rogu.

3

Następnie wybierz opcję „Zgłoś” lub „Zablokuj”.





Gotowe!

Gratulacje, ukończyłeś kolejny etap kursu zarządzania swoją prywatnością w aplikacji TikTok.

DOBRA ROBOTA!





Ustawienia Prywatności

TWITTER

Czego potrzebuję?

-  Konto prywatne.
-  Opcje blokowania.
-  Hasło.



Jak ukryć swoje tweets przed nieznajomymi?

1

Przejdź do menu klikając swoje zdjęcie profilowe w lewym górnym rogu.

2

Następnie z dostępnych opcji wybierz „Ustawienia i prywatność”.

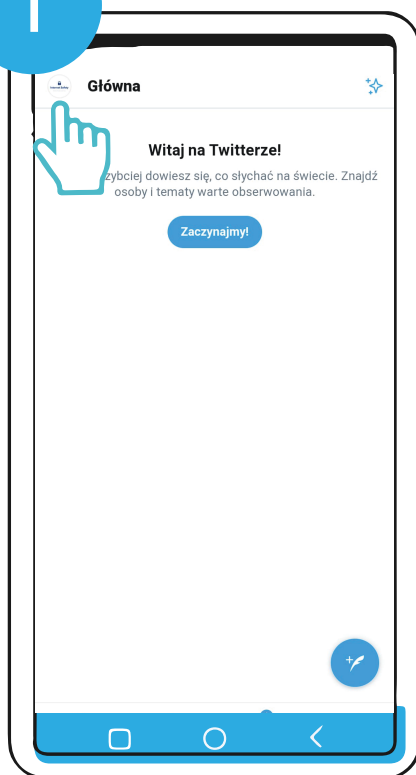
3

Wejdź w opcję „Prywatność i bezpieczeństwo”.

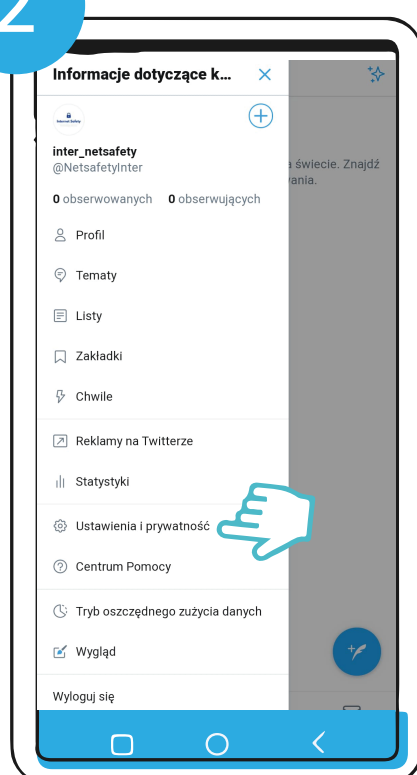
4

W ostatnim kroku kliknij w „Chroń swoje tweety”.

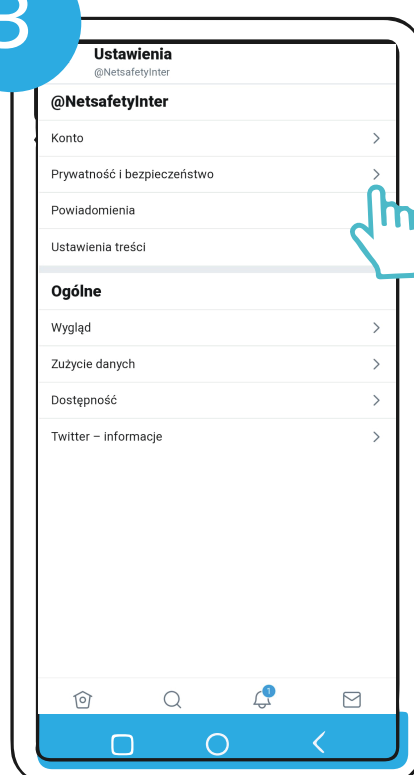
1



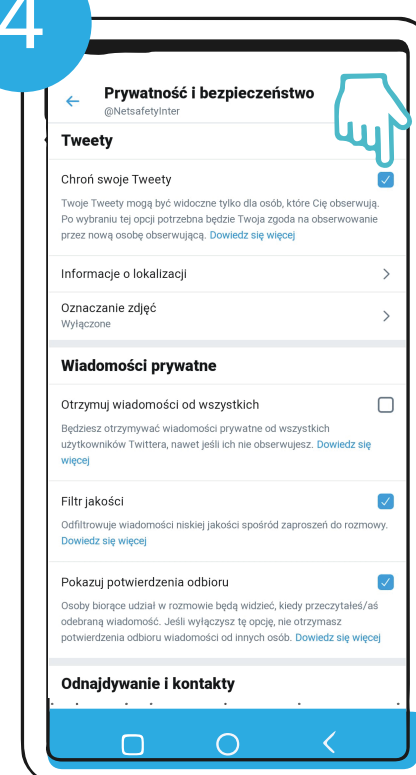
2



3



4



Jak zablokować kogoś na Twitterze?

1

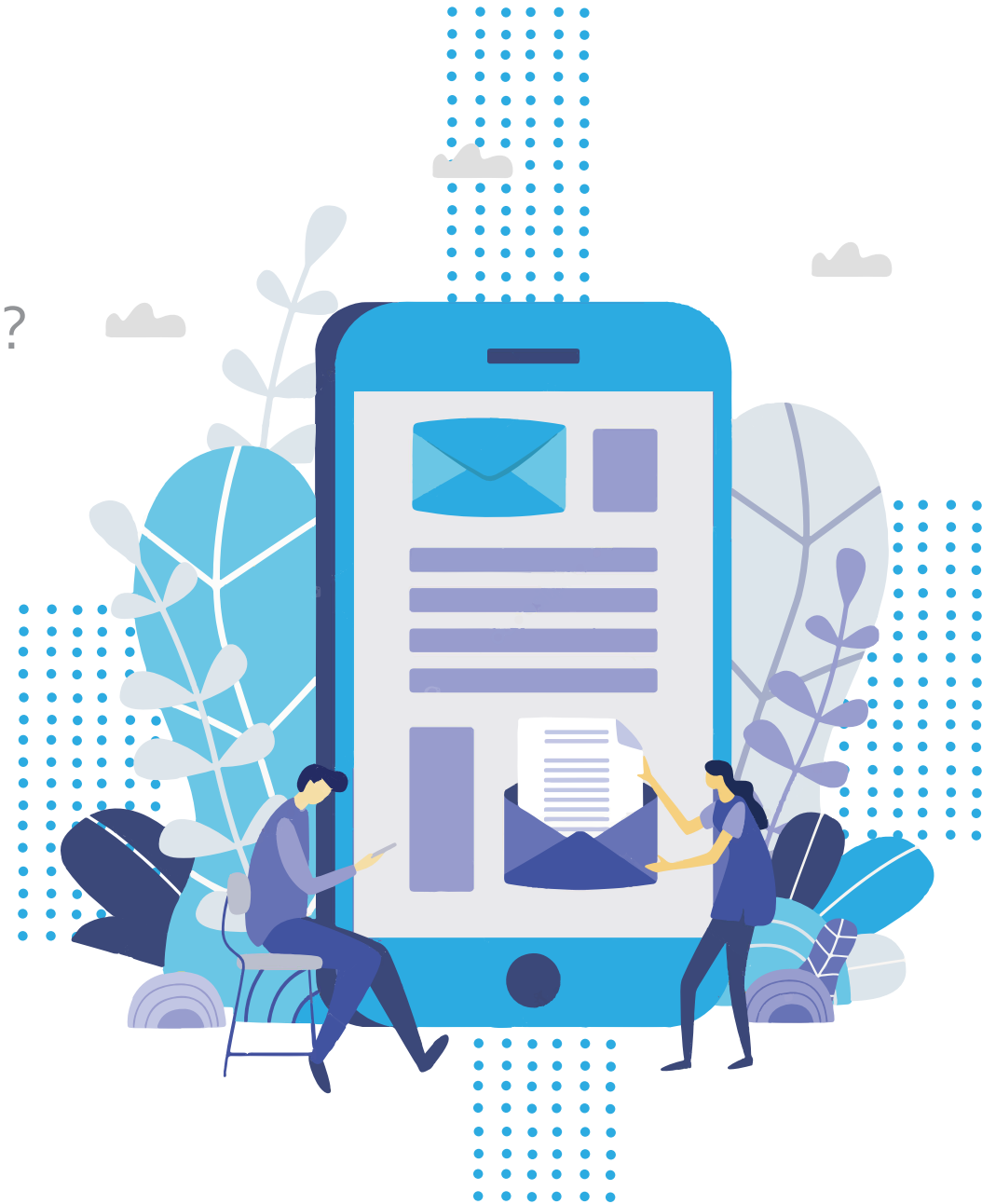
Wejdź na profil osoby, którą chcesz zablokować lub bezpośrednio na jej tweeta.

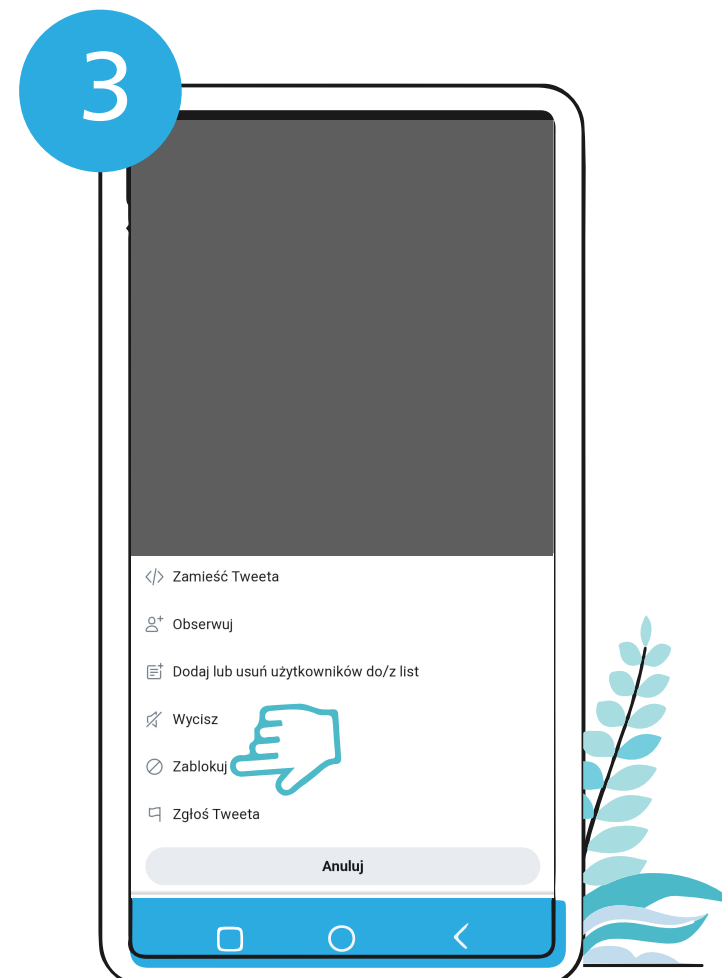
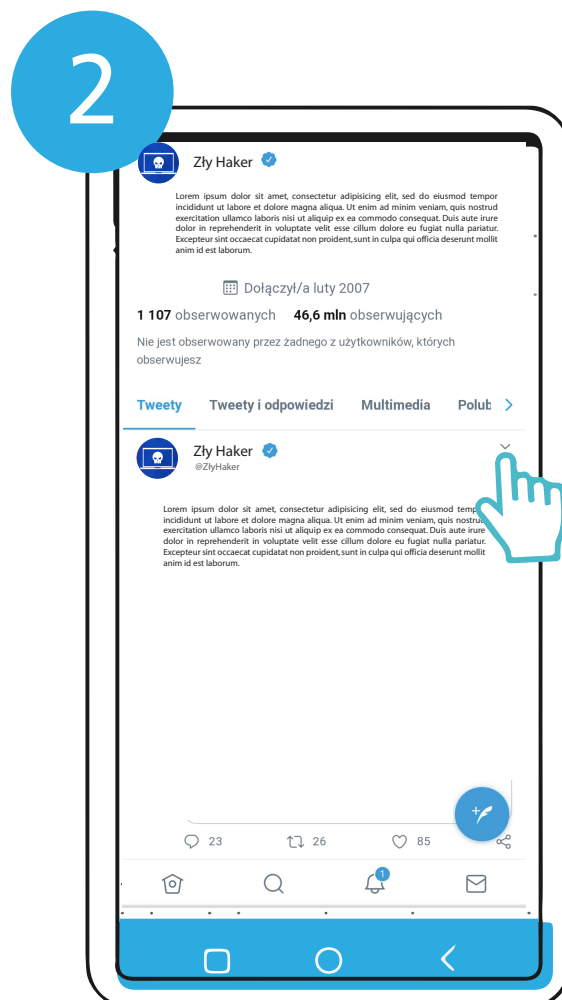
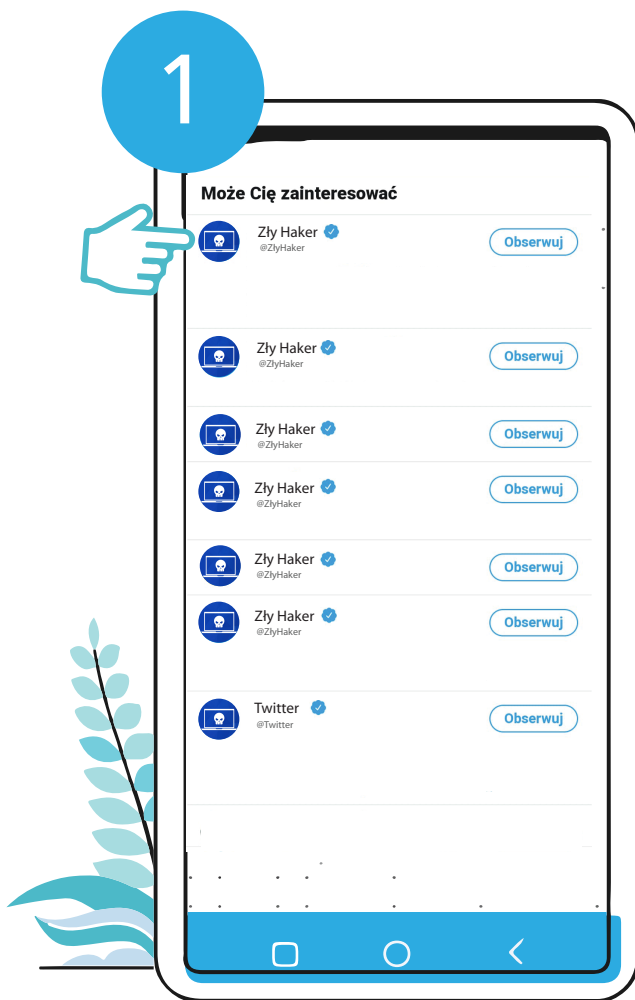
2

Następnie rozwiń opcje, klikając w ikonę, która znajduje się w prawym rogu.

3

Wybierz opcję „Zablokuj”.





Jak zablokować innym możliwość oznaczania Cię na zdjęciach i dostępu do Twojej lokalizacji?

1

Przejdź do opcji „Prywatność i bezpieczeństwo”.

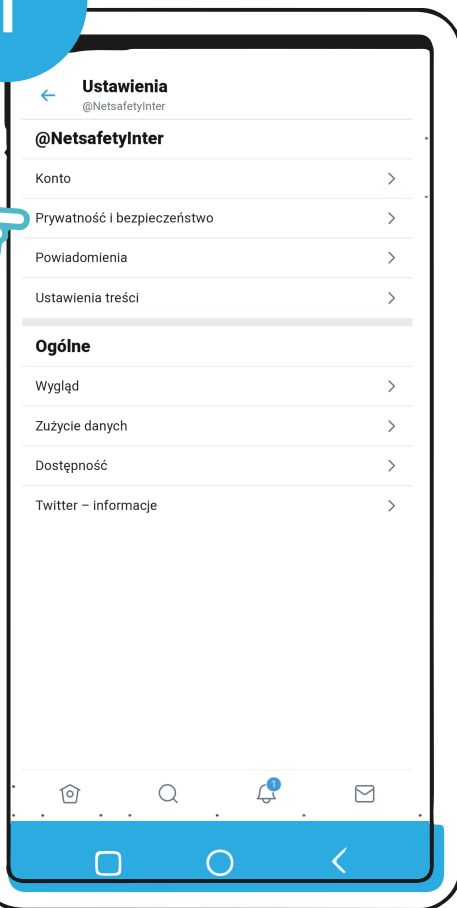
2

Wybierz opcję „Oznaczanie zdjęć” i kliknij w ikonę, która znajduje się w prawym rogu.

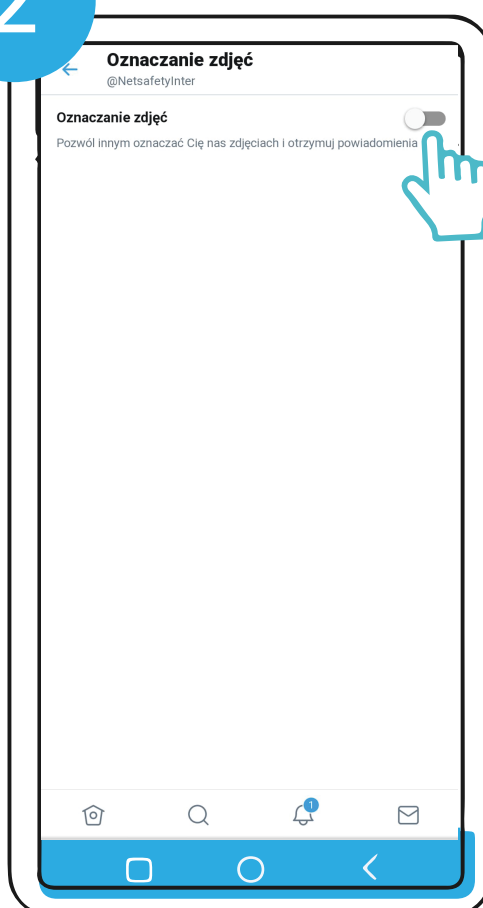
3

Wróć do opcji „Prywatność i bezpieczeństwo” i wybierz „Informacje o lokalizacji”. W ostatnim kroku zaznacz wskaźnik, by zablokować widoczność Twojej lokalizacji.

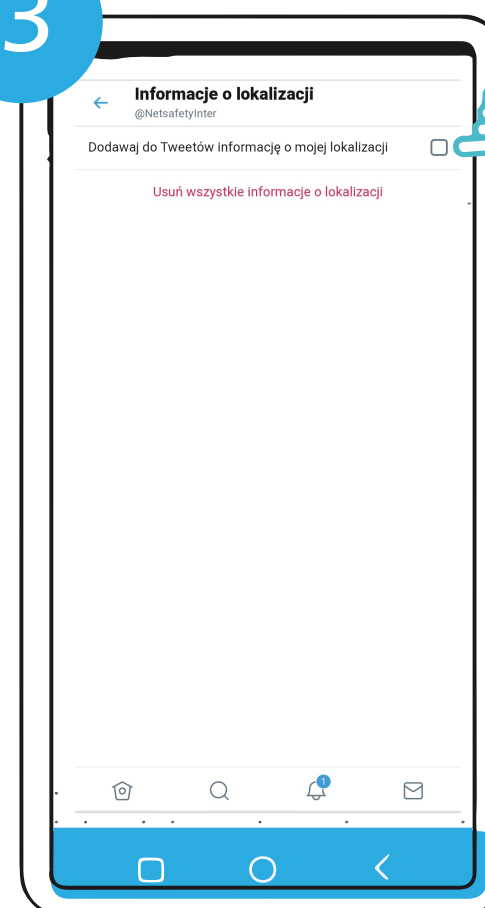
1



2



3



Jak zablokować możliwość wyszukania Twojego konta?

1

Przejdź ponownie do opcji „Prywatność i bezpieczeństwo”.

2

Następnie wybierz opcję „Odnajdywanie i kontakty”.

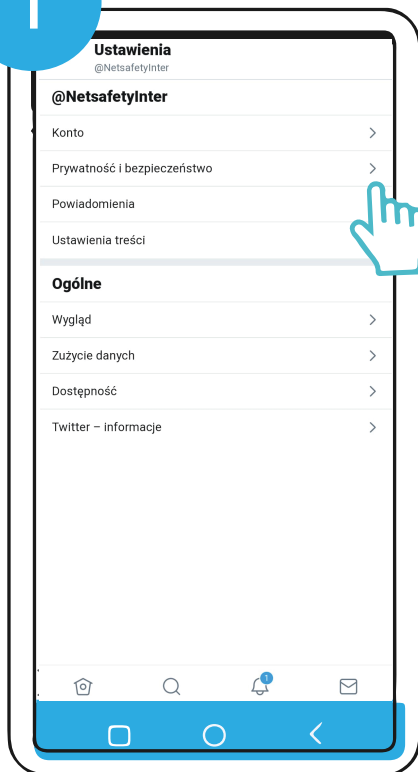
3

W „Odnajdywaniu” odznacz dwie opcje: „Pozwól aby osoby, które znają Twój adres e-mail mogły Cię wyszukać na Twitterze” oraz „Pozwól aby osoby, które znają Twój numer telefonu mogły wyszukać Cię na Twitterze”.

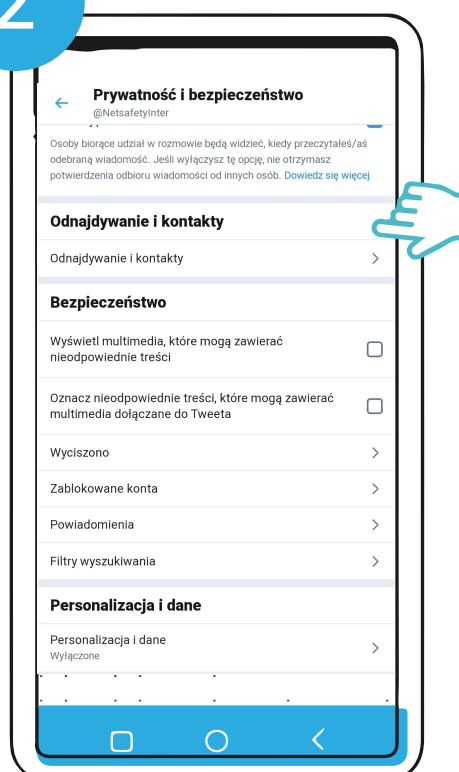
4

Przechodząc do sekcji „Kontakty” wybierz opcję „Usuń wszystkie kontakty”, aby usunąć wszystkie wcześniej przesłane przez Ciebie kontakty.

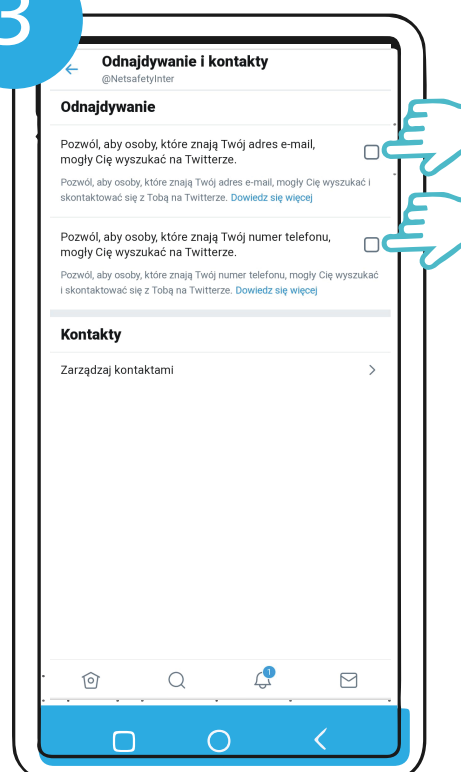
1



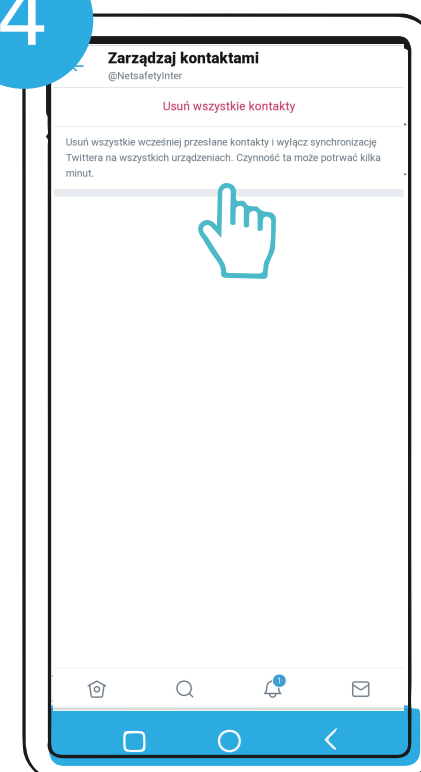
2

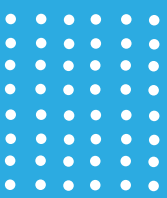


3



4





Jak uniemożliwić innym osobom zmianę naszego hasła?

1

W „Ustawieniach” wybierz opcję „Konto”.

2

Następnie wybierz z menu opcję „Bezpieczeństwo”.

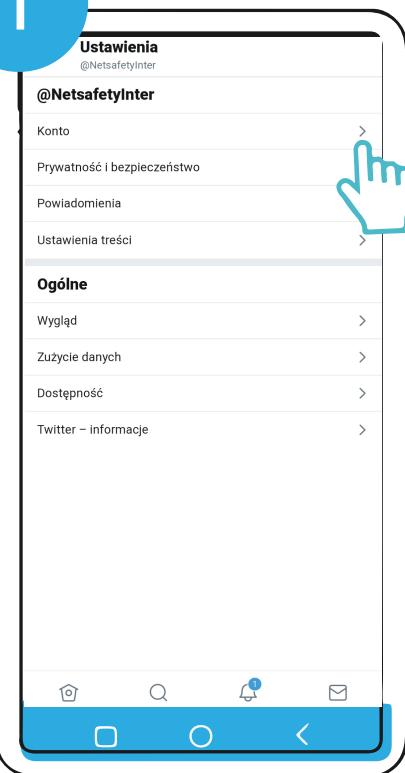
3

Zaznacz w pierwszej kolejności opcję „Ochrona resetowania hasła”, następnie wybierz opcję „Dwustopniowa weryfikacja hasła”.

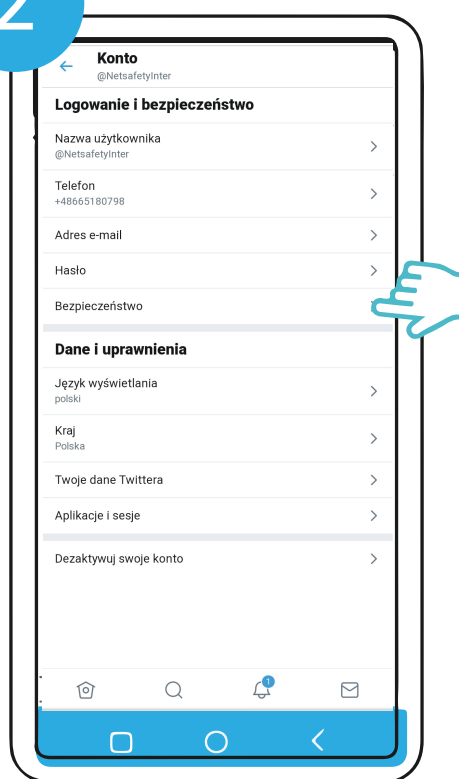
4

W ostatnim kroku zaznacz opcje „Wiadomość sms”, „Aplikacja uwierzytelniająca” oraz „Klucz zabezpieczający”.

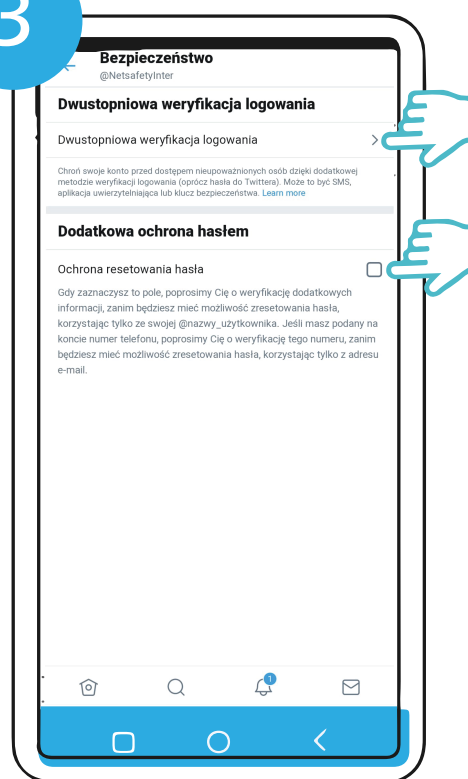
1



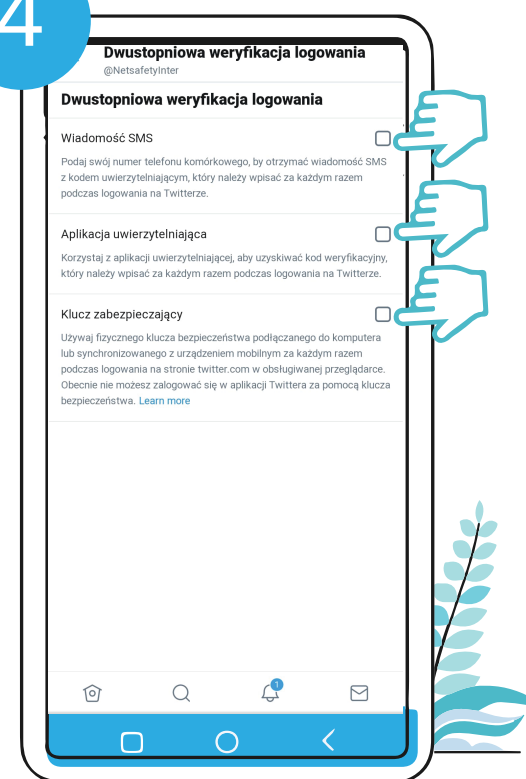
2



3



4



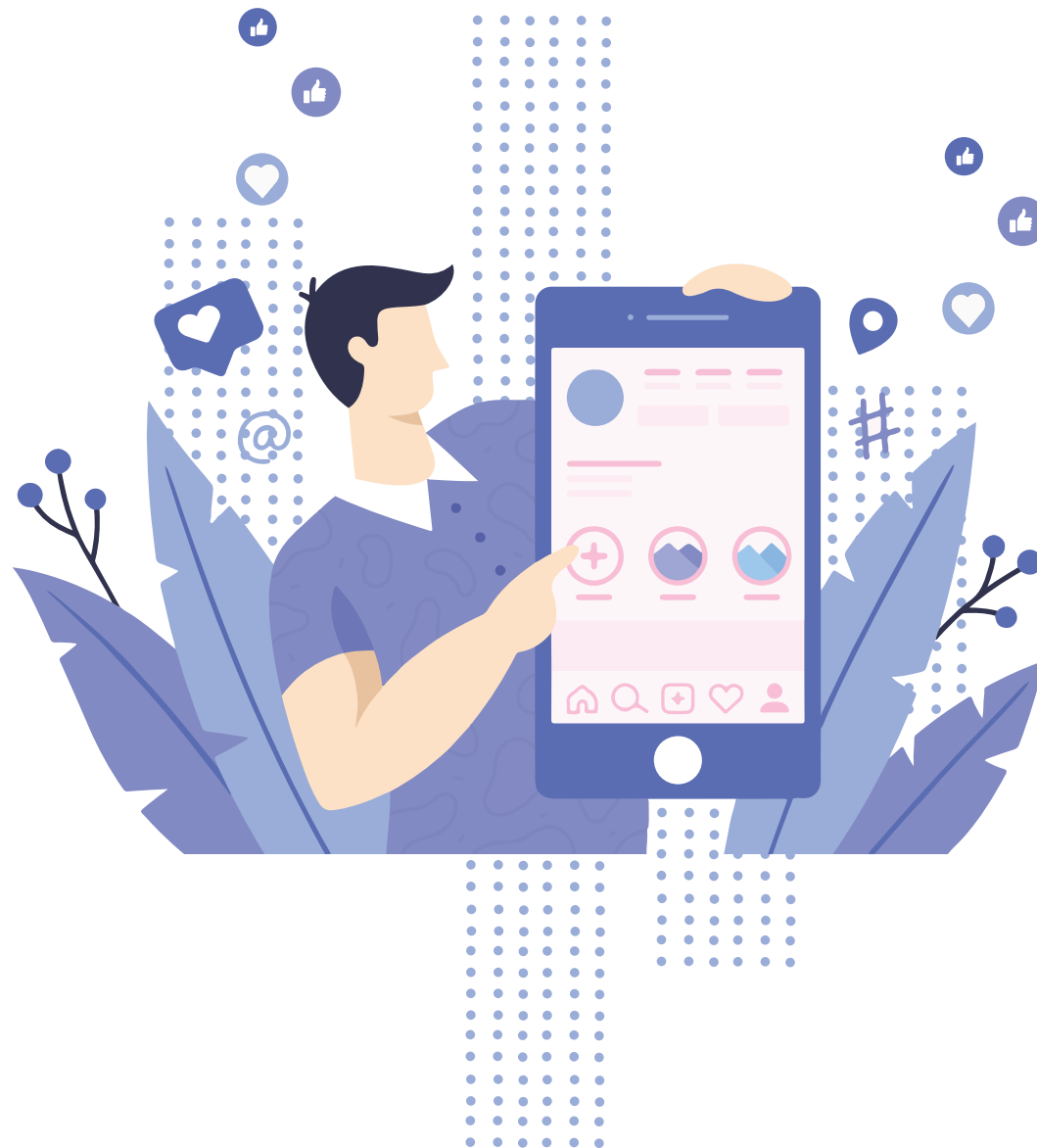


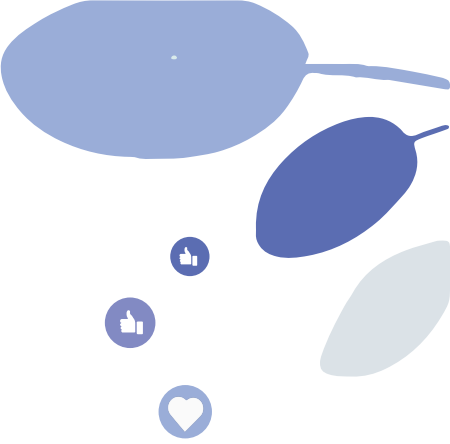
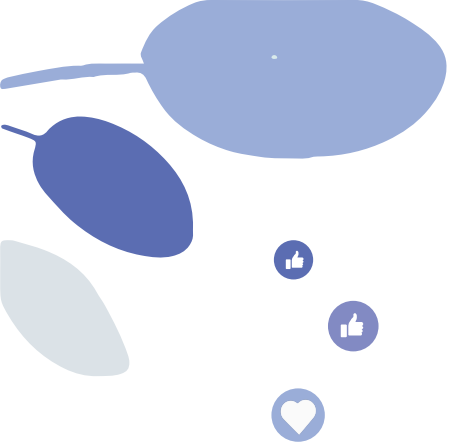
Ustawienia Prywatności

Instagram

Czego potrzebuję?

-  Konto prywatne.
-  Blokowanie użytkownika.
-  Komentarze.





Jak ustawić prywatne konto na Instagramie?



1

W pierwszej kolejności kliknij w trzy poziome pasy w prawym górnym rogu, aby rozwinąć menu konta.

2

Następnie przejdź do „Ustawień”, które znajdują się po prawej stronie.

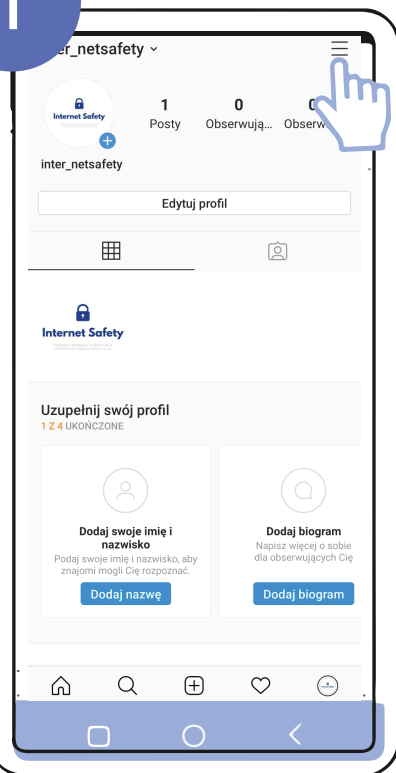
3

Po rozwinięciu się paska menu wybierz opcję „Prywatność”.

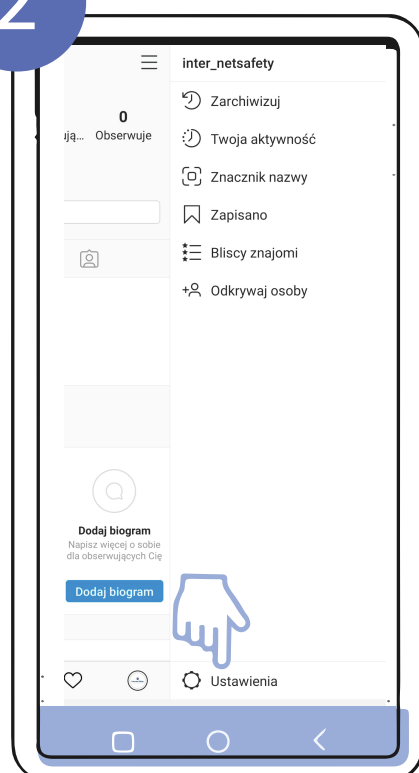
4

W ostatnim kroku kliknij w opcję „Prywatność konta” i zmień konto publiczne na prywatne.

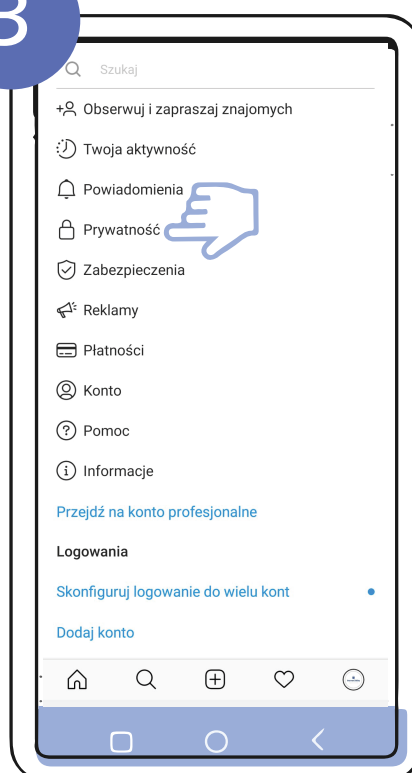
1



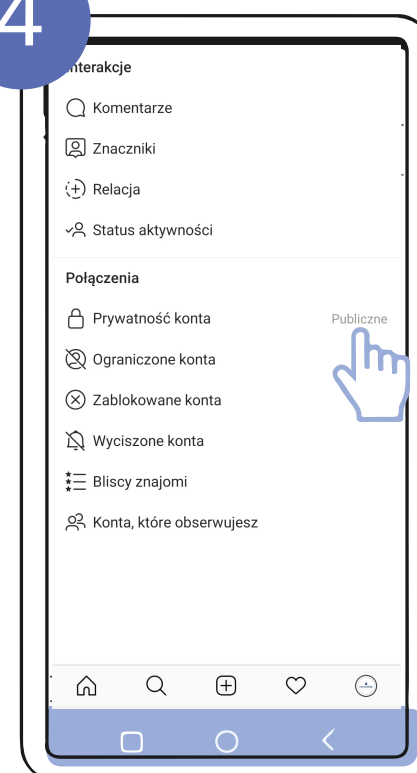
2



3



4



Jak kogoś zablokować na Instagramie?

1

Wyszukaj osobę, którą chcesz zablokować i przejdź do jej profilu.

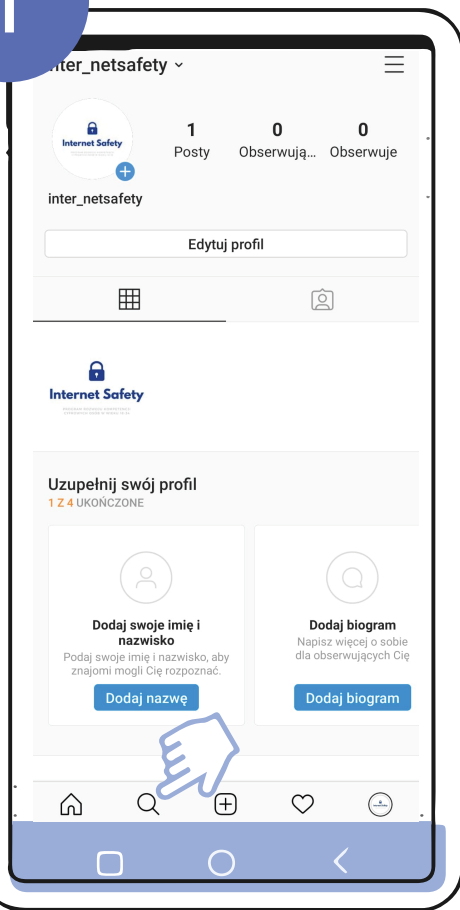
2

Kliknij w trzy kropki w prawym górnym rogu, by przejść do opcji.

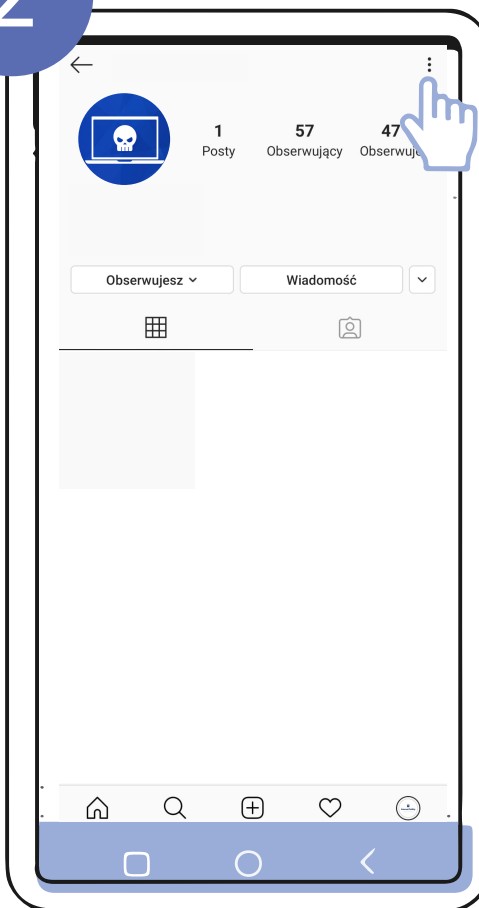
3

Następnie wybierz opcję „Blokuj”.

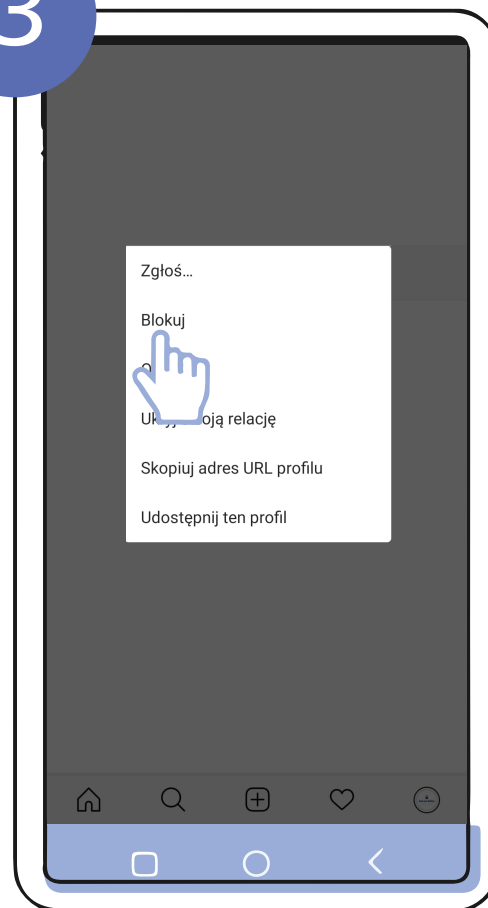
1



2



3



Jak uniemożliwić komuś zostawianie komentarzy pod Twoimi postami?

1

W zakładce „Ustawienia” przejdź do opcji „Prywatność”.

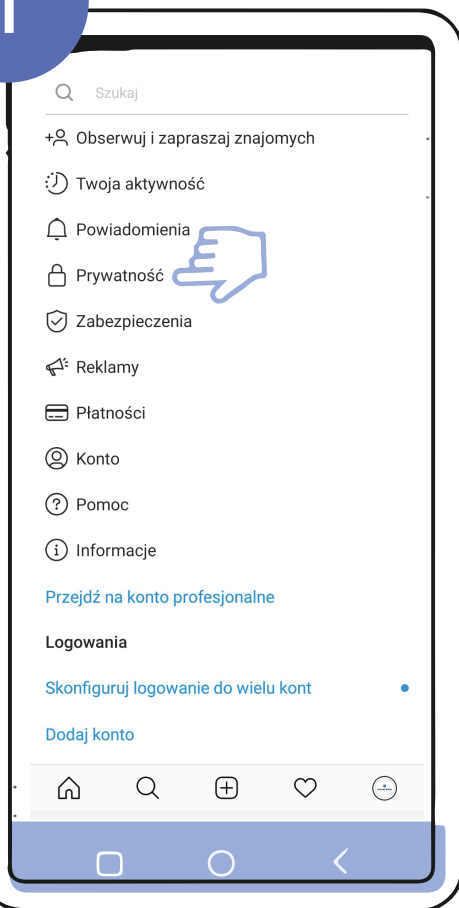
2

Następnie wybierz z menu opcję „Komentarze”.

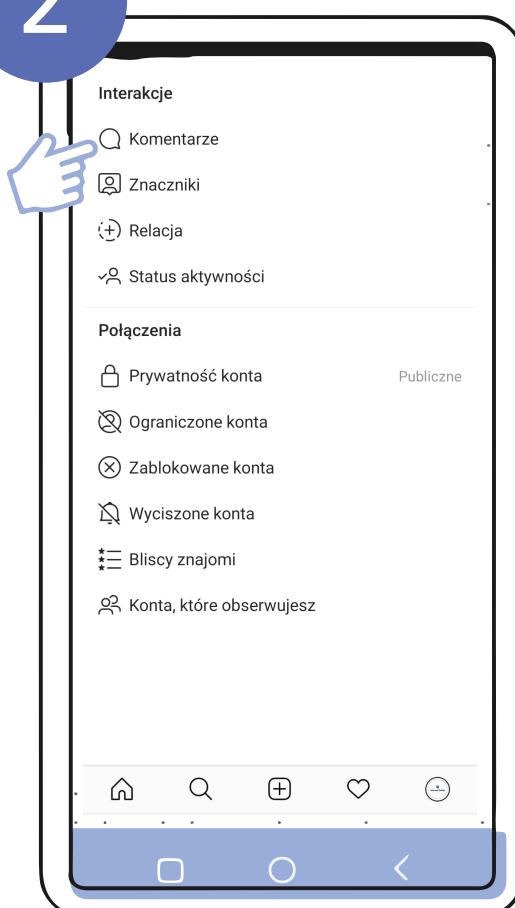
3

W ostatnim kroku kliknij w opcję „Zablokuj komentarze od:” i wybierz osobę z listy.

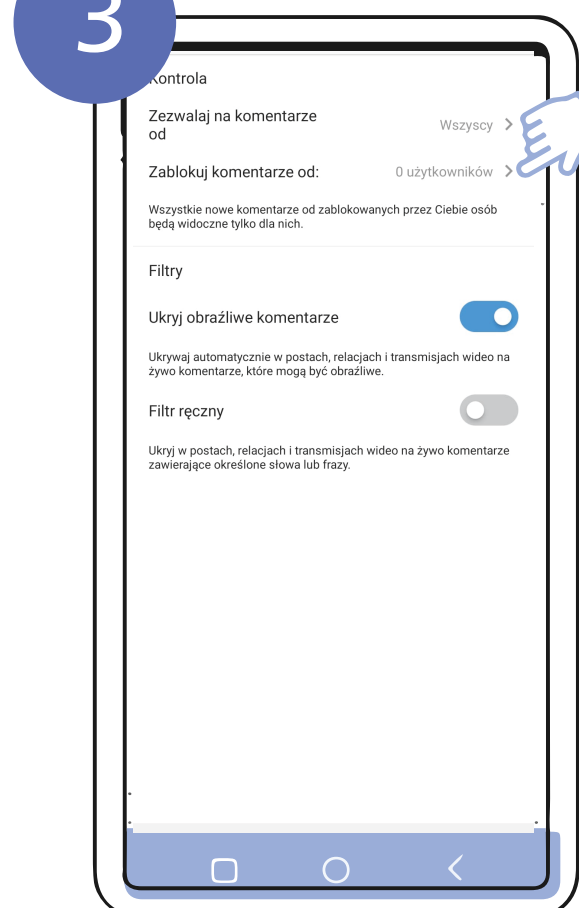
1

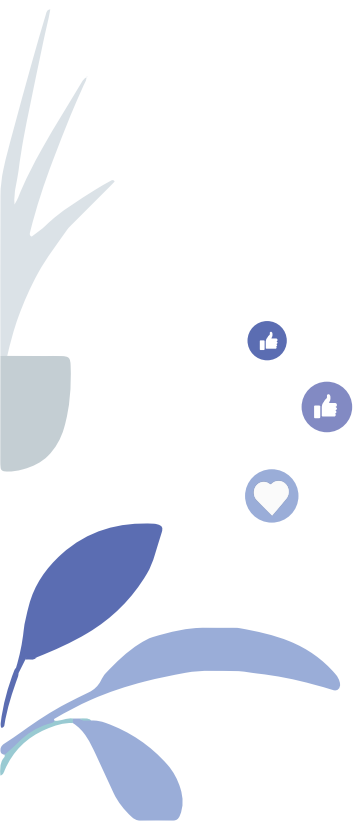
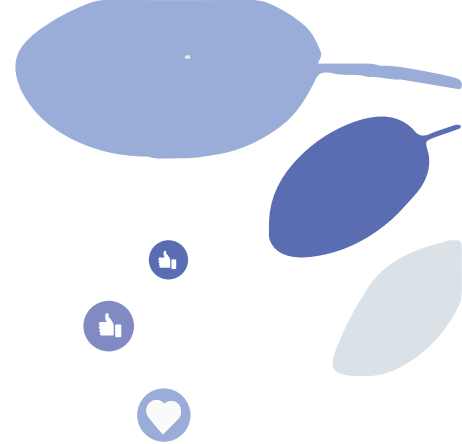
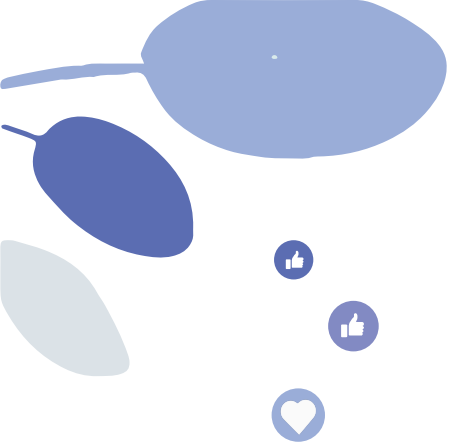


2



3



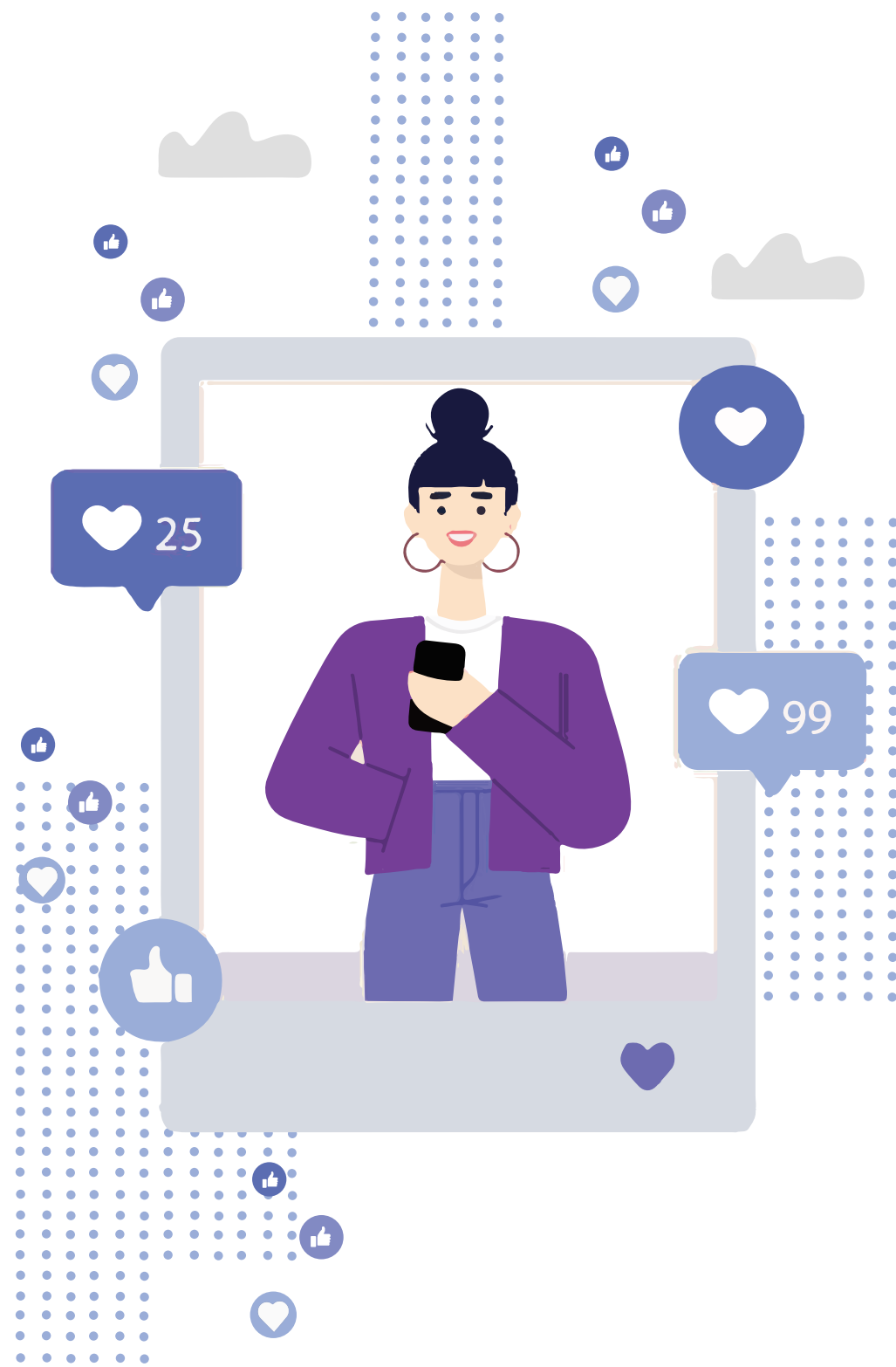


Gotowe!

Drogi użytkowniku, właśnie ukończyłeś krótki kurs jak być bezpiecznym w sieci. Poznałeś proste triki, które zabezpieczą Twoje informacje publikowane w mediach społecznościowych.

Pozwoli to uchronić Cię w jakimś stopniu przed niebezpieczeństwem jakie kryje się za ekranem Twojego telefonu czy też komputera.

Dbaj o to co udostępniasz!



Kilka Informacji o Twórcy Internet Safety

Zobacz kim jesteśmy



Klaster Innowacji Społecznych

Jesteśmy konsorcjum śląskich organizacji i przedsiębiorstw społecznych z Gliwic. Działamy na terenie województwa śląskiego, realizując projekty w obszarze edukacji, cyfryzacji i polityki międzynarodowej. W naszych działaniach uczestniczy i uczestniczyło tysiące młodych ludzi, seniorów, uczniów, studentów czy osób pokrzywdzonych przestępstwami.

Projekt w którym wzięłeś udział: “#InternetSafety” realizowany jest przez Fundację Instytut Pracy i Edukacji, która jest częścią Klastra.

Jeżeli chcesz dowiedzieć się więcej o naszych działaniach i zespole wejdź na stronę:

www.klaster.org.pl/

www.facebook.com/klasterinnowacjispolecznych/

Serdecznie zapraszamy Cię do udziału w kolejnych organizowanych przez Nas projektach!

Na pewno znajdziesz coś dla siebie!





Dziękujemy za udział w warsztatach!

Klaster Innowacji Społecznych
ul. Siemińskiego 22, 44-100 Gliwice

Dane Kontaktowe:

tel.: +48 732 259 513

e-mail: kontakt@klaster.org.pl

www.klaster.org.pl

Redakcja:

Petros Tovmasyan

Robert Kłosowski

Piotr Czarnojańczyk

Dominika Paliczka



Rzeczpospolita
Polska



CENTRUM
PROJEKTÓW
POLSKA
CYFROWA



Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



„#InternetSafety - program rozwoju kompetencji cyfrowych osób w wieku 18-34” w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa nr 3
„Cyfrowe kompetencje społeczeństwa” Działanie nr 3.1 „Działania szkoleniowe na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych”. Numer projektu: POPC.03.01.00-00-0185/19-00.
Beneficjent: Instytut Pracy i Edukacji. Wartość projektu: 531 305,00 zł w tym wartość dofinansowania wynosi: 526 605,00 zł.