Не спеши нажимать



Интернет-риски и как их избежать

Пауза → проверка → действие

Сомнительное сообщение, травля или взлом? Выбери ситуацию и узнай, что делать.

С чего начнём?

Ссылки и коды →

Защита аккаунта →

Травля в сети →

Давление и шантаж →

После взлома →

Нужна помощь →

Проверить свои привычки →

Нажимай на карточки и кнопки.
Не нужно вводить имя, пароль или личные данные.

Интерактивная памятка для подростков · Нажимай на кнопки

Подготовил: тьютор Игримского политехнического колледжа Медведева А.А.

Друг пишет. Но точно ли друг?

Учебная ситуация: выбери безопасное действие.

ЛИЧНОЕ СООБЩЕНИЕ

«Я в конкурсе! Перейди по ссылке и пришли код из SMS. Срочно, осталась минута!»

Отправить код: ведь это друг

Связаться с другом другим способом

Сначала проверь

Не передавай коды входа и подтверждения. Открой сервис самостоятельно, а не по ссылке из сообщения.

Спешка, призы и просьба сохранить всё в тайне — повод остановиться.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 1, 2 · Источники ↗

Ключи — только у тебя

Четыре настройки, с которых стоит начать.

01 Разные длинные пароли

Для каждого сервиса — свой. Для хранения удобно использовать менеджер паролей.

02 Второй шаг входа

Включи двухфакторную защиту. Никому не сообщай коды и не подтверждай чужой вход.

03 Проверь восстановление

Убедись, что привязаны твои почта и номер, а в списке устройств нет незнакомых.

04 Настрой приватность

Ограничь сообщения от незнакомых. Не публикуй адрес, документы и текущую геолокацию.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИПК
ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 1, 5 · Источники ↗

Травля — не твоя вина

Повторяющиеся унижения и угрозы в сети — не шутка.

01 Не оставайся один на один

Скажи взрослому, которому доверяешь: родителю, педагогу или психологу.

02 Зафиксируй происходящее

Сохрани текст угроз, адреса страниц, имена аккаунтов, даты и время.

03 Жалоба и блокировка

Пожалуйся на сообщения и аккаунт. Ограничь контакт; не отвечай оскорблениями.

Видишь травлю другого?

Не ставь лайки и не пересылай унижения. Поддержи человека лично и помоги обратиться за помощью.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 3 · Источники ↗

«Никому не говори»

Давление не становится нормальным из-за дружбы.

Три тревожных сигнала

Тебя просят хранить опасный секрет, прислать личные фото или встретиться тайком.

01 Можно прекратить общение

Не отправляй новые фото, деньги или данные. Не соглашайся на тайную встречу.

02 При угрозах позови взрослого

Сохрани текст угроз и сведения об аккаунте. Не скачивай и не пересылай интимные изображения.

03 Пожалуйся и заблокируй

Даже если ты уже что-то отправил, право на помощь остаётся. При опасности сейчас — 112.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИПК
ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 4, 7 · Источники ↗

Ввёл пароль? Действуй сразу

Помощь важнее стыда за ошибку.

01 Открой настоящий сервис

В приложении или по знакомому адресу. Нет доступа — используй официальное восстановление.

02 Смени пароль

Начни с пострадавшего аккаунта и связанной почты. Замени такой же пароль в других сервисах.

03 Закрой чужие сеансы

Проверь устройства и контакты восстановления. Включи двухфакторную защиту.

Пострадали деньги или данные карты?

Сообщи взрослому и свяжись с банком через приложение или номер на карте. Предупреди друзей о взломе.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 2, 5 · Источники ↗

Помощь рядом. Даже онлайн

Можно начать с фразы: «Мне нужна помощь».

ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

124

С мобильного · бесплатно · анонимно

8 800 2000 122

С мобильного или стационарного телефона

О работе службы

telefon-doveria.ru

QR ведёт на сайт службы.
Можно открыть и кнопкой.

Открыть сайт ↗

112 — опасность прямо сейчас

При угрозе жизни или здоровью звони в экстренные службы. Телефон доверия не заменяет их.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 6, 7 · Источники ↗

Что ты можешь сделать сегодня?

Не экзамен. Выбери один полезный шаг.

Защитить аккаунт →
Проверить пароль, второй шаг входа и устройства.

Узнать, как остановить травлю →
Сохранить порядок действий и не поддерживать унижения.

Выбрать взрослого для помощи →
Подумать, кому рассказать о сложной ситуации.

Сохранить контакты →
124, 8 800 2000 122 и 112 для экстренной ситуации.

Запомни главное

Пауза перед действием. Проверка через другой канал. Помощь без стыда.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Основа: 1–7 · Источники ↗

Проверенные источники

Ссылки открывают сайты организаций

1 · NIST ↗
Пароли и дополнительная защита аккаунтов

2 · Банк России ↗
Коды подтверждения и действия при мошенничестве

3 · UNICEF ↗
Как остановить кибербуллинг и получить помощь

4 · eSafety Commissioner ↗
Небезопасное общение, давление и шантаж

5 · Справка Google ↗
Как защитить взломанный аккаунт

6 · Фонд поддержки детей ↗
Детский телефон доверия: номера и принципы

7 · МЧС России ↗
В каких случаях звонить по номеру 112

Ситуация на экране 2 — учебный пример.
Контакты помощи приведены для России.

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИПК ХМАО-ЮГРЫ

Да. Сначала проверка

Безопасный выбор

Почему так

Свяжись с другом другим знакомым способом: например, позвони по сохранённому номеру. Не передавай код. Аккаунт с привычной фотографией тоже может быть взломан.

Вернуться к ситуации →

Как защитить аккаунт →

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИПК
ХМАО-ЮГРЫ

Стоп. Код — не для переписки

Попробуй другой вариант

Почему так

Просьба прислать код — тревожный сигнал. Он может дать доступ к аккаунту или подтвердить операцию. Не отправляй его даже знакомому профилю.

Вернуться к ситуации →

Как защитить аккаунт →

ИГРИМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИПК
ХМАО-ЮГРЫ