



# 10 ZASAD CYBERBEZPIECZEŃSTWA

*Chroń swoje dane w Internecie!*

- 1 Silne hasła to podstawa**  
Używaj długich haseł z liter, cyfr i znaków.
- 2 Nie udostępniaj danych osobowych**  
Nie podawaj PESEL, numerów kart, kodów BLIK.
- 3 Uważaj na podejrzane wiadomości**  
Nie klikaj w linki i nie otwieraj załączników od nieznanych nadawców.
- 4 Sprawdzaj nadawcę**  
Zawsze zwracaj uwagę na adres e-mail i domenę strony.
- 5 Aktualizuj system i programy**  
Aktualizacje chronią przed wirusami i atakami.
- 6 Korzystaj z zaufanych stron**  
Rób zakupy i loguj się tylko na oficjalnych stronach (sprawdź adres – https://).
- 7 Nie klikaj pod presją czasu**  
Oszuści wywołują emocje: strach, presja, pośpiech. Zatrzymaj się – pomyśl – sprawdź.
- 8 Korzystaj z antywirusa**  
Dobre oprogramowanie ochronne to Twoja tarcza.
- 9 Zabezpiecz swoje urządzenia**  
Używaj blokady ekranu, PIN-u lub odcisku palca.
- 10 Rozmawiaj i pytaj**  
W razie wątpliwości zapytaj bliską osobę. Razem jesteśmy bezpieczniejsi!



## PAMIĘTAJ!

- ✓ Nie działaj pod presją.
- ✓ Zawsze sprawdzaj.
- ✓ W razie wątpliwości – zapytaj bliską osobę.
- ✓ Twoje dane są cenne!



*Twoje bezpieczeństwo jest najważniejsze!*



# CO ZROBIĆ, GDY DOJDZIE DO PRZESTĘPSTWA W INTERNECIE?



*Nie jesteś sam – reaguj!*



**1. ZATRZYMAJ SIĘ**  
Nie panikuj.  
Zachowaj spokój.



**2. ZABEZPIECZ DOWODY**  
Zrób zrzuty ekranu, zapisz e-maile, numery, treść wiadomości.



**3. ZABLOKUJ DOSTĘP**  
Zmień hasła, zablokuj kartę, konto bankowe lub aplikację.



**4. SKONTAKTUJ SIĘ Z BANKIEM**  
Poinformuj bank o oszustwie, zablokuj podejrzane transakcje.



**5. ZGŁOŚ PRZESTĘPSTWO**  
Zgłoś sprawę odpowiednim instytucjom (patrz obok).

## GDZIE ZGŁASZAĆ?



**POLICJA**  
112 lub 997

Zgłoś oszustwo telefonicznie lub osobiście.



**TWÓJ BANK**  
Infolinia banku

Natychmiast zgłoś oszustwo i zablokuj środki.



**INFOLINIA DLA SENIORÓW**  
22 505 11 11

(czynna 7 dni w tyg. 8:00–20:00)  
Porozmawiaj, zapytaj, uzyskaj pomoc.



**CERT POLSKA**  
8080 (bezpłatnie)

Zgłaszanie incydentów w internecie.

## WAŻNE!



- ✓ Zgłaszaj każde oszustwo – nawet jeśli straty są niewielkie.
- ✓ Nie wstydź się prosić o pomoc.
- ✓ Im szybciej zareagujesz, tym mniejsze straty.
- ✓ Razem możemy zatrzymać oszustów!



*Bądź czujny. Bądź świadomy. Bądź bezpieczny!*

