



Администрация
Томской области



ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ
И ИНТЕРЕСОВ ДЕТЕЙ



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАБОТКИ
ДЕТСКИХ ПРАВ
WWW.CDRAV.TOMSK.RU



ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЙ
ИНФОРМАЦИИ



12+



ТВОЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

часть 2



КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКИ



ПОЧЕМУ ИНТЕРНЕТ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСЕН?



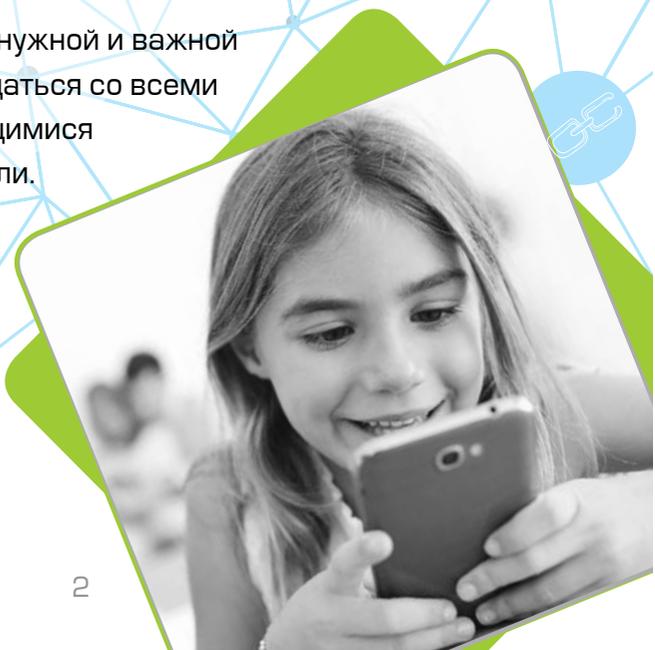
Ты знаешь, что сегодня твоих сверстников часто называют «поколением быстрых кнопок», «цифровым поколением»?

И уж точно знаешь, почему!

Ваш привычный мир — интернет-среда — такое удобное и логичное жизненное пространство.

Интернет — твой незаменимый помощник в учебе и развлечениях.

Здесь ты находишь много нужной и важной информации, можешь общаться со всеми своими друзьями, находящимися даже на другом конце Земли.





НО ВСЕГДА ЛИ ЭТО БЕЗОПАСНО?

Информацию в Интернете трудно проверять, поэтому злоумышленники могут использовать интернет–пространство для распространения информации, опасной для твоего здоровья, развития и даже жизни.



Через Интернет злоумышленники могут получить **ДОСТУП К ТВОЕЙ ЛИЧНОЙ ИНФОРМАЦИИ, СВЕДЕНИЯМ О ТВОЕЙ СЕМЬЕ** и использовать это в преступных целях; вовлечь тебя в опасные игры, группы и сообщества, втянуть в незаконную деятельность и причинить вред.



КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКАМ И КАК САМОМУ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ?



**ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСЕН, ЕСЛИ
ТЫ ИСПОЛЪЗУЕШЬ РАЗРЕШЕННЫЕ
САЙТЫ, УМЕЕШЬ РАБОТАТЬ
С ИНФОРМАЦИЕЙ, КРИТИЧНО
ОТНОСИШЬСЯ К НЕЙ!**



Для обеспечения безопасности при использовании интернета соблюдай простые правила.



ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ–СРЕДЕ



ВСЕГДА СПРАШИВАЙ РОДИТЕЛЕЙ о том, что тебя встревожило в интернете. Они помогут тебе понять, безопасно ли это или нет!



ДОБАВЛЯЙ В ДРУЗЬЯ ТОЛЬКО ЗНАКОМЫХ ТЕБЕ ЛЮДЕЙ.



НЕ ОТПРАВЛЯЙ ФОТОГРАФИИ ЛЮДЯМ, КОТОРЫХ ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ.



НЕ РАССКАЗЫВАЙ О СЕБЕ НЕЗНАКОМЫМ ЛЮДЯМ: где ты живешь, в какой школе учишься, не давай номер телефона.



НЕ ВСТРЕЧАЙСЯ ВЖИВУЮ БЕЗ ВЗРОСЛЫХ С ЛЮДЬМИ ИЗ ИНТЕРНЕТА. В интернете многие люди рассказывают о себе неправду.



НО, В ТО ЖЕ ВРЕМЯ, общаясь в интернете, БУДЬ ДРУЖЕЛЮБЕН С ДРУГИМИ. НЕ ПИШИ ГРУБЫХ СЛОВ, потому что ты можешь нечаянно обидеть человека.

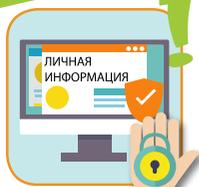


ЕСЛИ ТЕБЯ КТО–ТО РАССТРОИЛ ИЛИ ОБИДЕЛ, ОБЯЗАТЕЛЬНО РАССКАЖИ ВЗРОСЛОМУ.



НЕ НАЖИМАЙ НА ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ ССЫЛКИ.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ–СРЕДЕ



НЕ УКАЗЫВАЙ ЛИЧНУЮ ИНФОРМАЦИЮ ПРИ РЕГИСТРАЦИИ НА САЙТЕ (свое настоящее имя, возраст, город проживания и т.д.), т.к. она может быть доступна незнакомым людям.



ИСПОЛЬЗУЙ ВЕБ–КАМЕРУ ТОЛЬКО ПРИ ОБЩЕНИИ С ДРУЗЬЯМИ.



Нежелательные письма от незнакомых людей **НАЗЫВАЮТСЯ «СПАМ»**. Если ты получил такое письмо, не отвечай на него.



Если тебе пришло сообщение с незнакомого адреса, не открывай его, **ЭТО МОЖЕТ БЫТЬ ВИРУС–ПИСЬМО**.



Если тебе приходят письма с неприятным и оскорбляющим содержанием, если кто–то ведет себя по отношению к тебе неподобающим образом, **СООБЩИ ОБ ЭТОМ РОДИТЕЛЮ ИЛИ ПЕДАГОГУ**.



ВСЕГДА СООБЩАЙ ВЗРОСЛОМУ обо всех случаях в Интернете, которые **ВЫЗВАЛИ У ТЕБЯ СМУЩЕНИЕ ИЛИ ТРЕВОГУ**.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ



НЕ ОТКРЫВАЙ ФАЙЛЫ ОТ НЕЗНАКОМЦЕВ, в них могут быть вирусы или фото/видео с агрессивным содержанием.



Не добавляй незнакомых людей к себе В ДРУЗЬЯ: виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают.



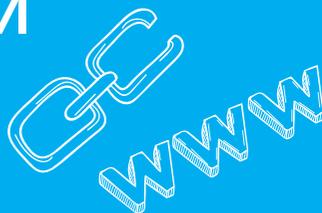
ОСТЕРЕГАЙСЯ ЗАМАНЧИВЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ РАБОТЫ, когда предлагают солидное вознаграждение за обещание легкой и необременяющей работы.



ОБЩАЙСЯ с родителями, педагогами или специалистами твоей школы, если чувствуешь, что ты **ОДИН НЕ МОЖЕШЬ РАЗОБРАТЬСЯ** В СИТУАЦИИ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ.

НАУЧИ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ В ИНТЕРНЕТЕ !

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

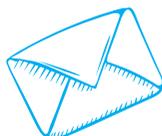


**ВСЕРОССИЙСКИЙ
ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей
(бесплатно, круглосуточно)



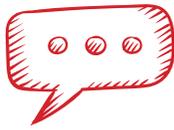
**ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**



fond-detvam.ru



**VK.COM/TRAVLINET
POBEDISH.RU**



**ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ О ВСЕХ
ВИДАХ ЗАВИСИМОСТЕЙ, СВЯЗАННЫХ
С КОМПЬЮТЕРНЫМИ И МОБИЛЬНЫМИ
УСТРОЙСТВАМИ.**

netaddiction.ru/1



ЛИНИЯ ПОМОЩИ «ДЕТИ ОНЛАЙН».

detionline.com/helpline/risks

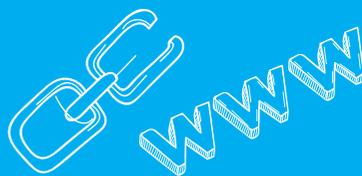


**Специализированные страницы сайта ФГБНУ
«ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ
ДЕТЕЙ»: «ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА»,
«ТВОЕ ПРАВО»,
«ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»,
«ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ»:**

www.fcprc.ru



ПООБЩАТЬСЯ С ПСИХОЛОГОМ ONLINE



**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ОНЛАЙН-ПОМОЩЬ
ПОДРОСТКАМ И МОЛОДЕЖИ ДО 23 ЛЕТ**

ТВОЯТЕРРИТОРИЯ.ОНЛАЙН



**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
ПОДРОСТКАМ «ПОМОЩЬ РЯДОМ.РФ»
В РЕЖИМЕ ПЕРЕПИСКИ**

POMOSCHRYADOM.RU



**КАБИНЕТ
ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ДЛЯ
ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ**

PROPSYTEEN.RU



ПОМОЩЬ ПОДРОСТКАМ В ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ



**Медико-педагогический центр ОГАУЗ
«Томская клиническая психиатрическая
больница» (детское диспансерное
отделение)**

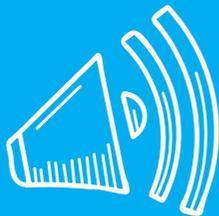
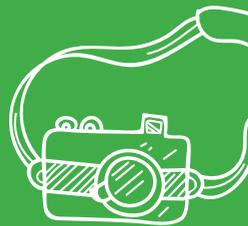
г. Томск, ул. Северный городок, 52.

Это психиатры и психологи, которые ведут прием по разным вопросам.

Регистратура:

**+7 (3822) 469-127
(дети – до 14 лет)**

**+7 (3822) 468-487
(подростки – с 15 лет)**



Изготовлено
ОГАУ "Центр медицинской и
фармацевтической информации"
по материалам
ФГБУ "Центр защиты прав и
интересов детей"
Тираж: 100 000 экз. Томск, 2022 г.