PADDE
EMÍDIO GARCIA

CiberSegurança

SEGURANET
Navegar em Segurança

NAS ESCOLAS

Segurança Digital – de que se trata?

De modo geral, o termo refere-se às práticas e precauções que devemos observar ao usar a Internet, de modo a garantir que as nossas informações pessoais e o nosso computador permanecem seguros contra a criminalidade informática em geral.

http://en.wikipedia.org/wiki/Internet_safety

http://blog.core-ed.org/blog/2011/05/digital-citizenship-part-2.html (adaptada)

Que sabes tu?

Join

play.kahoot.it

PIN 02516136

https://kahoot.it/challenge/02516136?challenge-id=cf29e825-ff4c-4019-a3a8-17b978e26b1f_1732534129357

Estás protegido?

Tens uma boa password?

Palavras-chave

WWW.SEGURANET.PT

(cc) BY-SA 2011 - NELSON MARTINS

Passwords: algumas regras

https://www.mita.gov.mt/en/Security/SecurityAwareness/Pages/SecurityAwareness.aspx

- Não escrevas a tua password num local onde qualquer pessoa a possa encontrar
- Não reveles a tua password a ninguém
- Não permitas que o website guarde a tua password
- Não uses a mesma password para todos os sites
- Muda de password com alguma regularidade

As piores passwords de 2023

Uma password forte...

- Deve ter dezasseis carateres

- Não deve incluir três ou mais carateres consecutivos do teu login ou do teu nome

- Deve incluir, pelo menos, um carater de uma das seguintes categorias:
  - maiúsculas (A – Z)
  - minúsculas (a – z)
  - algarismos (0 – 9)
  - símbolos (!, #, %, &, etc.)

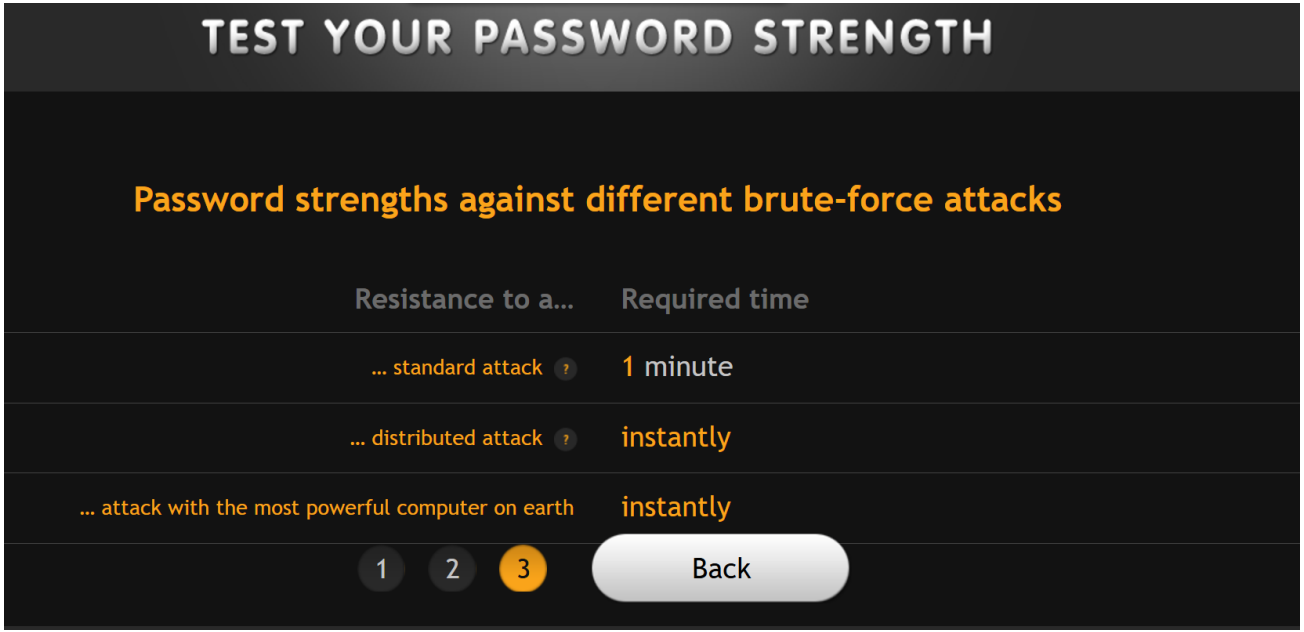
- Diferentes para todos os sites/aplicações

- Criar uma regra mental

BEE SECURE

TEST YOUR PASSWORD STRENGTH

https://pwdtest.bee-secure.lu/?lang=en



How Secure Is My Password?

The #1 Password Strength Tool. Trusted and used by millions.

ENTER PASSWORD

https://www.security.org/how-secure-is-my-password/

How Secure Is My Password?

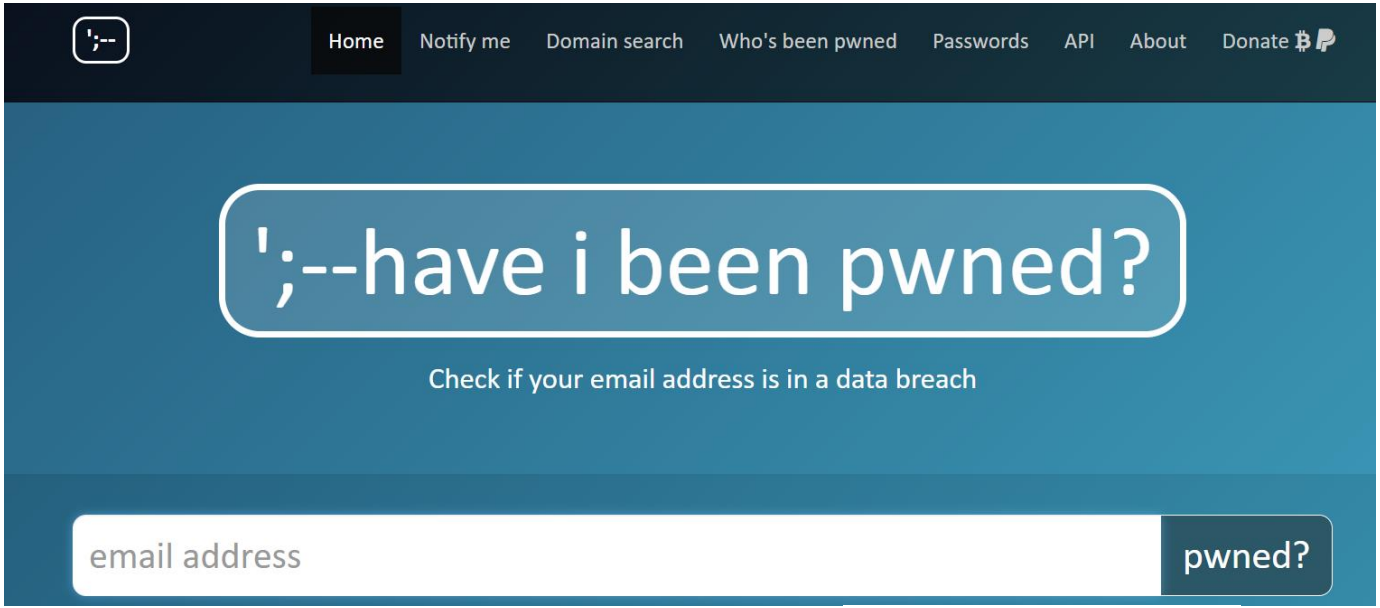
The #1 Password Strength Tool. Trusted and used by millions.

••••••••

It would take a computer about

22 minutes

to crack your password



https://haveibeenpwned.com/

Passwords!

Frase + site + num + carat. especial

Ex:

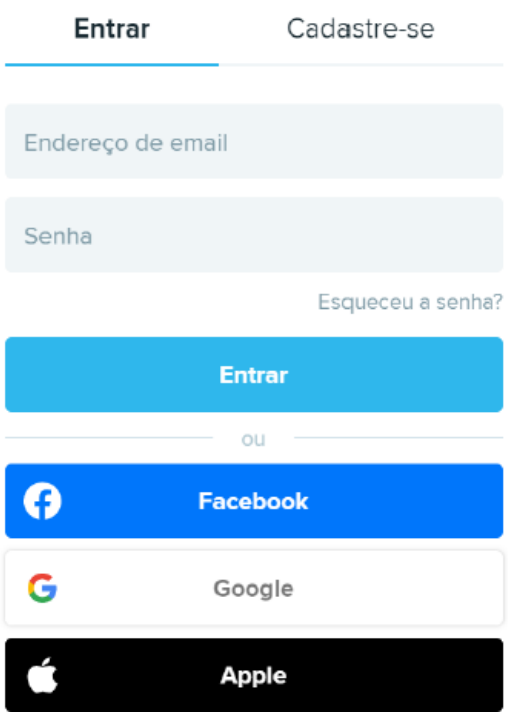
- QuvaaomapeoluZARA1!
- AssaqueutidamialcaCONT1!
- EmcadefeesdepaGMAI1!1T2024

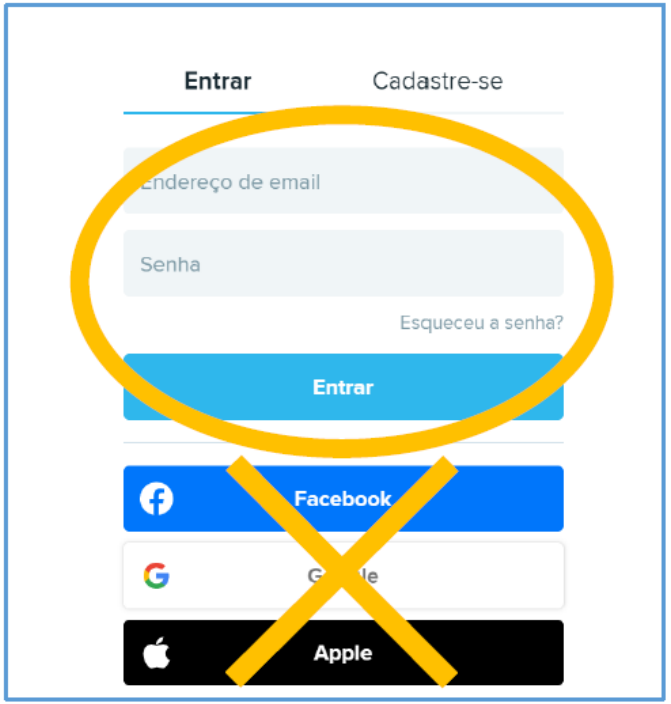
Frase + site + num + carat. especial

QuvaaomapeoluZARA1!

- Quem Vai Ao Mar Perde O Lugar (duas primeiras letras de cada palavra)
- ZARA
- 1
- !

Não aceder a sites usando credenciais de outros sites





http://www.escolafreelancer.com/quanto-cobrar-para-fazer-a-gestao-de-midias-sociais-enquanto-freelancer/

Redes Sociais

Na Internet nunca divulgues...

- passwords
- nome completo
- morada
- telefone
- fotos íntimas
- localização

ELE SABE TUDO SOBRE TI...

Definições e ferramentas de privacidade

Uma vez que tens menos de 18 anos, tomamos medidas adicionais para proteger a tua informação. Sabe mais.

Quem pode ver as minhas coisas?	Quem pode ver as tuas publicações futuras?	**Amigos**	Editar
	Rever todas as tuas publicações e coisas nas quais foste identificado		Usar registo de atividade
	Limitar o público de publicações que partilhaste com amigos de amigos ou o Público?		Limitar publicações antigas
Quem pode contactar-me?	Quem pode enviar-te pedidos de amizade?	**Todos**	Editar
	De quem são as mensagens que quero filtrar na minha Caixa de Entrada?	**Filtragem básica**	Editar
Quem pode procurar por mim?	Quem pode procurar-te através do endereço de e-mail que forneceste?	**Amigos**	Editar
	Quem pode procurar-te através do número de telefone que forneceste?	**Amigos**	Editar
	Queres que outros motores de busca se liguem à tua cronologia?	**Ativado (quando fizer 18 anos)**	Editar

Pensar antes de publicar

WWW.SEGURANET.PT

INFLUENCERS

A imagem Esta Fotografia de Autor Desconhecido está licenciada ao abrigo da CC BY-NC-ND

Comportamentos negativos de Influencers

– Publicidade Enganosa:

. Promoção de produtos ou serviços sem deixar claro que se trata de publicidade paga, o que pode enganar os seguidores

. Promoção de produtos de saúde ou beleza sem comprovação científica, levando os seguidores a fazerem escolhas que podem ser prejudiciais

– Padrões Irreais de Beleza:

. Promoção de padrões de beleza inatingíveis, o que pode vir a afetar negativamente a autoestima dos jovens

– Superexposição e Privacidade:

. Compartilhar excessivamente detalhes pessoais pode incentivar os jovens a fazerem o mesmo, aumentando o risco de exposição a cibercrimes

– Desinformação:

. Espalhar informações falsas ou enganosas, seja sobre saúde, política ou outros tópicos importantes e que pode confundir os jovens e dificultar a distinção entre factos e opiniões

– Comportamento Inadequado:

. Exibir comportamentos inadequados ou perigosos, como desafios arriscados, que podem ser imitados pelos jovens

Tirei uma foto a um amigo. Posso partilhá-la?

- É uma boa foto?
- O meu amigo concordaria?
- O meu amigo vai ter problemas?
- Irá causar controvérsia?
- Estou consciente de que qualquer pessoa a poderá partilhar?
- Qualquer familiar a poderá ver?
- Daqui a algum tempo sentir-me-ei arrependido?

Cyberbullying

Qualquer tipo de comportamento de agressão, ameaça, intimidação, exclusão ou outra interação com o objetivo de causar dor, vergonha, medo e/ou desconforto na vítima, recorrendo à Internet ou outros meios digitais.

Causas e Consequências do Cyberbullying

Causas

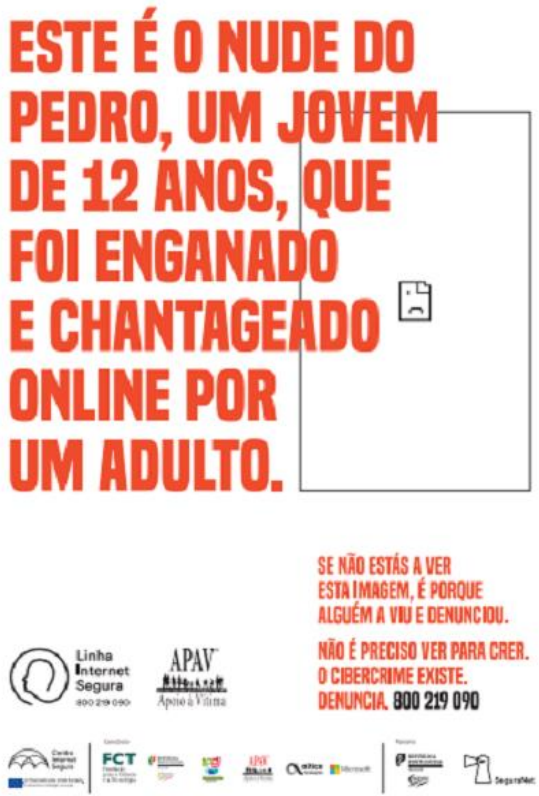
- Insegurança
- Baixa autoestima
- Problemas em casa
- Desejo de afirmação
- Desejo de pertença / aceitação
- Pressão

Consequências

- Falta de atenção na escola
- Agressividade
- Receio de utilizar as tecnologias
- Vergonha de si próprio
- Depressão
- Isolamento
- Baixa autoestima
- Insegurança
- Suicídio

GROOMING

Estratégias que um adulto utiliza para ganhar a confiança de crianças ou jovens através da Internet, de maneira a incentivá-los a produzir e partilhar conteúdos íntimos ou agendar um encontro presencial.



SEXTORTION

Utilização de imagens, geralmente de caráter sexual, para chantagear, coagindo a vítima a enviar mais informações, fazer pagamentos ou a realizar ações indesejadas.

Happy slapping

Quando um episódio de agressão ou de humilhação entre jovens é gravado e posteriormente colocado online e partilhado por uma larga audiência.

Fuga de informação

WWW.SEGURANET.PT

(cc) BY-SA 2011 - NELSON MARTINS

Perigos online

Atenção! Protege o teu computador!

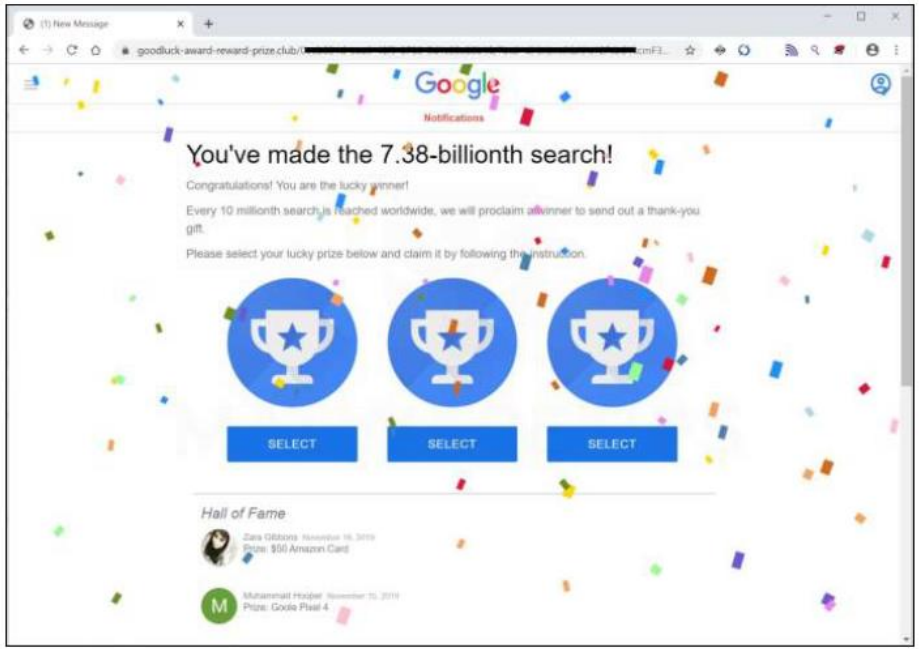
Protege-te a ti mesmo!

Vírus

WWW.SEGURANET.PT

(cc) BY-SA 2010 - NELSON MARTINS

VÍRUS


Google
Notifications
You've made the 7.38-billionth search!
Congratulations! You are the lucky winner!
Every 10 millionth search is reached worldwide, we will proclaim a winner to send out a thank-you gift.
Please select your lucky prize below and claim it by following the instruction.
SELECT
SELECT
SELECT
Hall of Fame
Prize: $50 Amazon Card
Prize: Goole Pixel 4

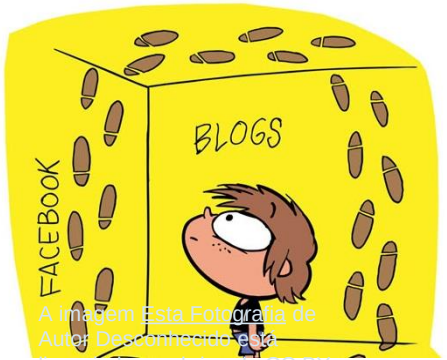
Phishing

Não seguir links suspeitos em emails, SMS ou redes sociais

Pegada digital

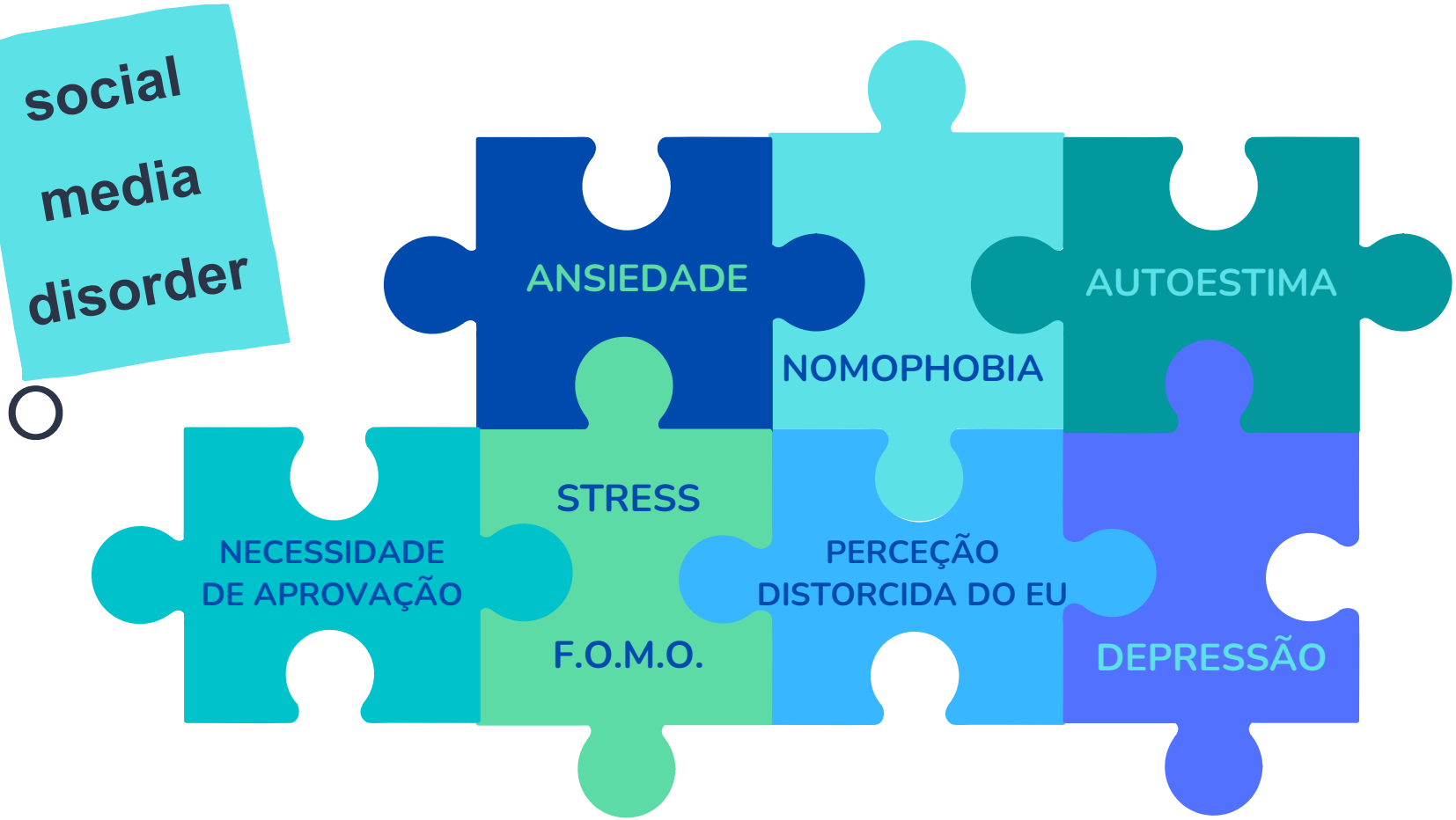
A pegada digital é um conjunto de sinais, registos ou marcas deixado pelos utilizadores nas atividades digitais

VOLUNTÁRIA	INVOLUNTÁRIA
DIRETA	INDIRETA



A imagem Esta Fotografia de Autor Desconhecido está licenciada ao abrigo da CC BY

IMPLICAÇÕES FUTURAS


social
media
disorder
ANSIEDADE
NOMOPHOBIA
AUTOESTIMA
NECESSIDADE
DE APROVAÇÃO
STRESS
F.O.M.O.
PERCEÇÃO
DISTORCIDA DO EU
DEPRESSÃO

Privacidade e Segurança On-line

Proteja a sua privacidade contra o roubo de identidade. Não se deixe enganar por fraudes on-line e por esquemas de correio electrónico. Proteja a sua reputação.

Como...

+ **Obtenha uma actualização de segurança, ferramenta ou análise**
+ **Proteger os meus filhos dos riscos on-line**
+ **Proteger o meu computador**
+ **Proteger-me de esquemas**
- **Proteger as minhas informações pessoais**
  - Proteger a sua privacidade na Internet
  - As suas informações na Internet

Assuma o controlo da sua reputação on-line

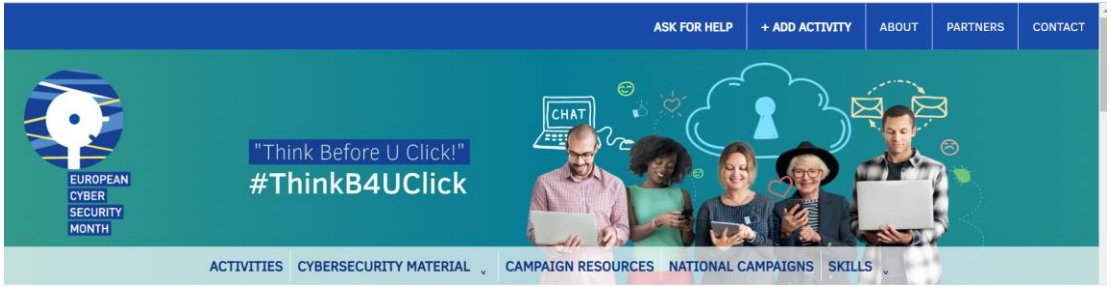
O mais provável é já ter uma reputação on-line, mesmo que não o saiba.

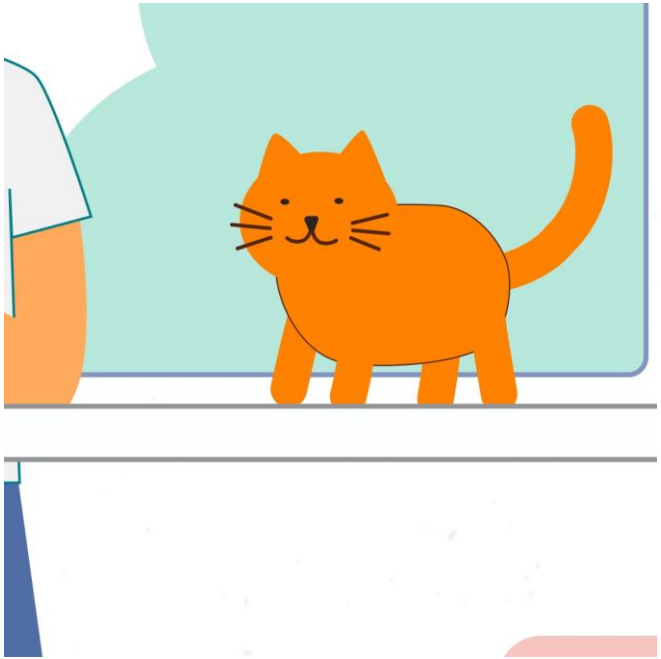
Na Internet, cria uma imagem de si através das informações que partilha em blogues, comentários, tweets, fotografias, vídeos e links. Outros adicionam as suas próprias opiniões (positivas ou negativas), o que contribui para a criação da sua reputação.

Qualquer pessoa pode encontrar estas informações e utilizá-las para fazer juízos sobre a sua pessoa. Por exemplo, uma investigação encomendada pela Microsoft apurou que de todos os gestores de contratação e recrutadores de emprego dos EUA sondados, 79% consultam regularmente informações de reputação on-line ao avaliar os candidatos a um emprego.

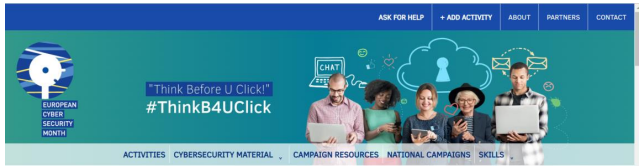
A maior parte dos sondados incluem a reputação on-line no grupo dos principais critérios de selecção. Na realidade, 70% dos gestores de contratação dos EUA admitem ter rejeitado candidatos com base nas informações encontradas. Entre os principais motivos de desqualificação estão fotografias e vídeos impróprios, reservas quanto ao estilo de vida do candidato e comentários impróprios.

- Descubra que informações existem na Internet sobre si
- Avalie a sua reputação on-line
- Proteja a sua reputação on-line
- Melhore a sua reputação profissional
- Restabeleça a sua reputação on-line





https://www.cybersecuritymonth.eu/



#BeSmarterThanAHacker

Comportamentos Aditivos

Acede a join.nearpod.com

e responde!

A imagem Esta Fotografia de Autor Desconhecido está licenciada ao abrigo da CC BY-NC-ND

DEPENDÊNCIA DOS VIDEOJOGOS

Oficializada, pela OMS, a inclusão da dependência dos videojogos no manual de Classificação Internacional de Doenças.

COMPORTAMENTOS ADITIVOS SEM SUBSTÂNCIA

SINAIS

- Frequência
- Intensidade
- Duração

DESINFORMAÇÃO

Em que acreditar?

Utilização de técnicas de comunicação e informação para induzir em erro ou dar uma falsa imagem da realidade, mediante a supressão ou ocultação de informações, minimização da sua importância ou modificação do seu sentido.

DESINFORMAÇÃO

Fake news

Notícias falsas e/ou falsificadas

Deep Fake

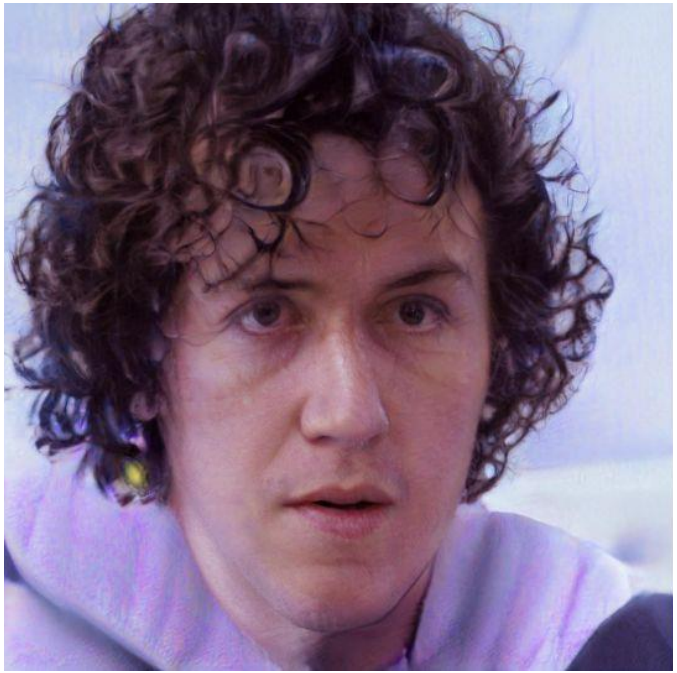
Técnica que permite alterar um vídeo ou foto com ajuda de inteligência artificial (IA).

Clickbait

Criação de imagens e títulos sensacionalistas, muitas vezes, enganosos e/ ou manipulados, para estimular os utilizadores a clicarem

VERDADEIRO

OU FALSO?



✓real

✗fake

Source: Quiz: Can you spot the real images? - BBC Bitesize

Source: Alexander Reben

Is this image real?

Real 32%

Fake ✓

✖ Wrong!

It's a fake!

Incredibly, this person doesn't actually exist! It was made using artificial intelligence and machine learning in order to generate an image of a human (according to a computer).

✓real ✗fake

Is this image real?

Real

Fake 41%

Correct!

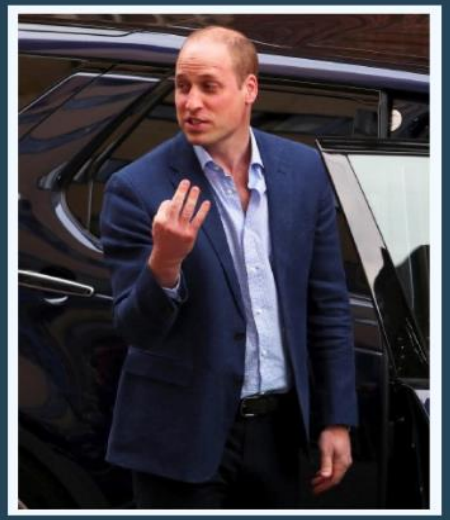
It's real!

This looks gravity defying, as if the pole might be ‘floating’, but it is held in the air by the wires hanging above it.

FAKE NEWS

ÀS VEZES É SÓ UMA QUESTÃO DE PERSPETIVA

=



que fazer?

Analisa a fonte

Verifica o autor

Verifica a data

É piada?
É irónico?

Lê mais e compara

Consulta especialistas/ fact checkers

Plágio e Copyright

https://www.freepik.es/vector-gratis/concepto-plagio_6527982.htm

Para relembrar os princípios de navegação segura...

Não dês os teus dados pessoais a ninguém

Não envies fotos tuas para pessoas desconhecidas

Não marques encontros com pessoas que conheceste na Internet

Mantém em segredo as tuas passwords; muda de password com frequência e usa uma password forte

Não entres em sites desconhecidos ou recomendados por estranhos

Cuidado com o download de conteúdos e com emails estranhos

Para relembrar os princípios de navegação segura...

Usa um antivírus e um firewall

Respeita os outros online

Denuncia conteúdos impróprios ou prejudiciais

Tem cuidado com as redes Wi-Fi públicas

Sê cauteloso com as redes sociais

Conversa com um adulto de confiança se tiver alguma dúvida ou preocupação

Para relembrar o uso responsável das redes sociais...

Pensa antes de publicar:

. Reflete sobre o que vais partilhar e como isso pode ser interpretado pelas outras pessoas.

. Lembra-te que o que publicas online pode ficar online para sempre, mesmo que o tentes apagar

Protege a tua privacidade:

. Evita partilhar informações pessoais como a tua morada, o número de telefone ou a data de nascimento.

. Tem cuidado com quem aceitas como amigo ou seguidor.

Respeita os outros:

. Trata os outros online com o mesmo respeito que os trataria pessoalmente.

. Respeita as diferentes opiniões e crenças.

. Denuncia conteúdo impróprio ou prejudicial.

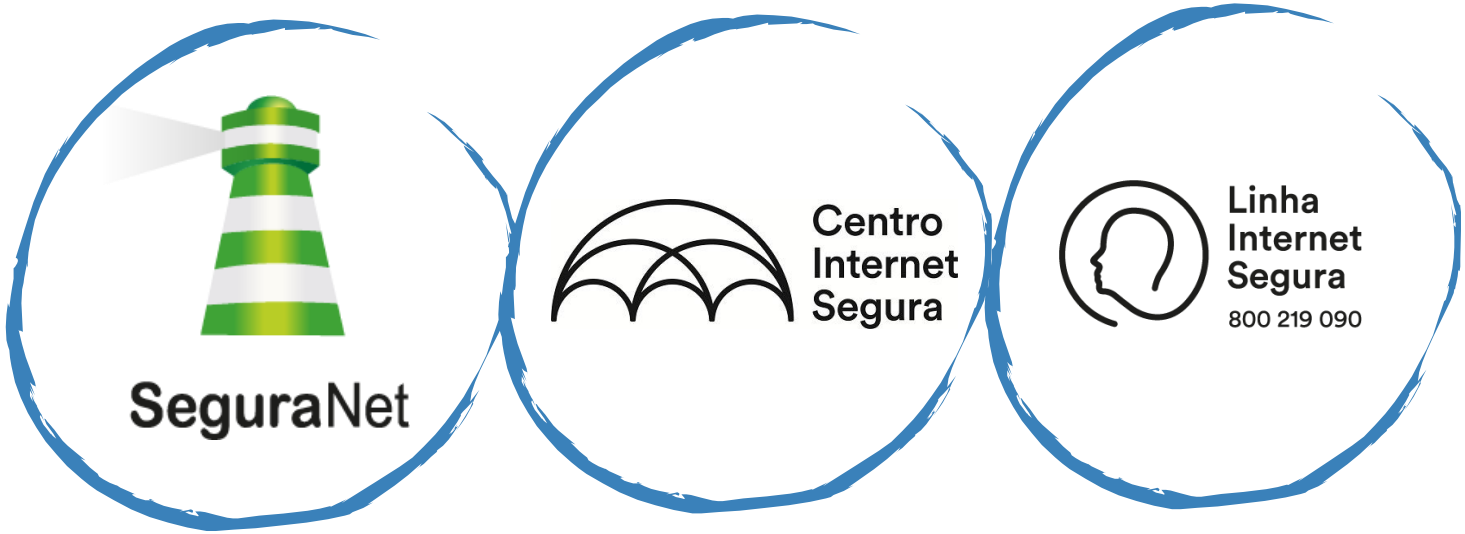
Não te esqueças!

Se tens dúvidas, pergunta...

aos pais, aos professores

internet segura.pt

E se houver problemas?



Obrigada pela vossa atenção!