

Drošības noteikumi

ERASMUS+ projekts

2020-1-LV01-KA204-077527

Vieglās valodas veicināšana sociālajai iekļaušanai

PERLSI



Līdzfinansē
Eiropas Savienība

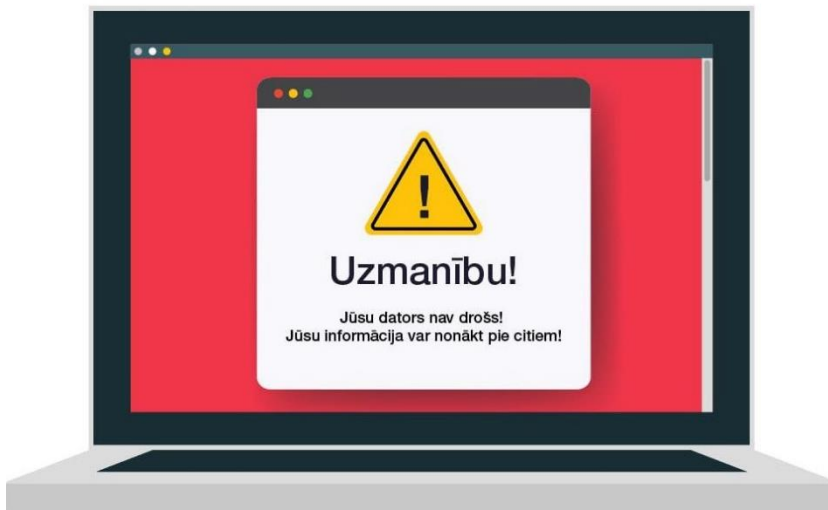


PERLSI

SOLUTION AND IMPACT



1. Noteikumi drošībai internetā



Internetā var atrast ļoti daudz informācijas.

Tā var noderēt darbam, mācībām vai atpūtai.

Taču internetā darbojas arī slikti cilvēki.

Viņi var nozagt jūsu informāciju vai naudu no bankas.

Visas jūsu darbības internetā var redzēt citi cilvēki.

Tāpēc ievērojiet noteikumus drošam darbam internetā!

Sargājiet savu informāciju no citiem cilvēkiem!

Nerakstiet internetā:

- savu telefonu;
- savu adresi;
- personas kodu;
- internetbankas paroles;
- informāciju par bankas karti.

Esiet uzmanīgi ar savām fotogrāfijām!

Nelieciet internetā fotogrāfijas, par ko vēlāk pašiem var būt kauns.

Piemēram, fotogrāfijā jūs muļķojaties vai esat bez drēbēm.

Tādas fotogrāfijas var izmantot citi cilvēki.

Citi cilvēki var piekļūt arī fotogrāfijām jūsu datorā.

Tāpēc neturiet muļķīgas fotogrāfijas datorā, kas pieslēgts internetam.

Uzmanieties no reklāmām internetā!

Nespiediet uz reklāmām!

Ar reklāmām datorā var ielaist vīrusu.

Vīruss var sabojāt jūsu datoru.

Vīruss var nozagt no datora jūsu informāciju.

Tad jālūdz palīdzība datorspeciālistam.

Datoru un arī telefonu var pasargāt īpašas programmas.

Tās sauc par antivīrusa programmām.

Katram datoram vajag antivīrusa programmu.

Skatieties filmas un klausieties mūziku tiešsaistē!

Tiešsaiste nozīmē, ka dators tajā brīdī saņem informāciju no citām ierīcēm.

Par filmu vai mūzikas ielādēšanu jūsu datorā var prasīt maksu.

Bez maksas ielādēt datorā mūziku un filmas nozīmē tās nozagt.

Par to var sodīt.

Filmu un mūzikas mājas lapas var ielaist jūsu datorā vīrusus.

Uzmanieties no svešiem e-pastiem!

E-pasts ir saīsinājums vārdiem “elektroniskais pasts”.

E-pasts ļauj saņemt un sūtīt ziņas citiem cilvēkiem internetā.

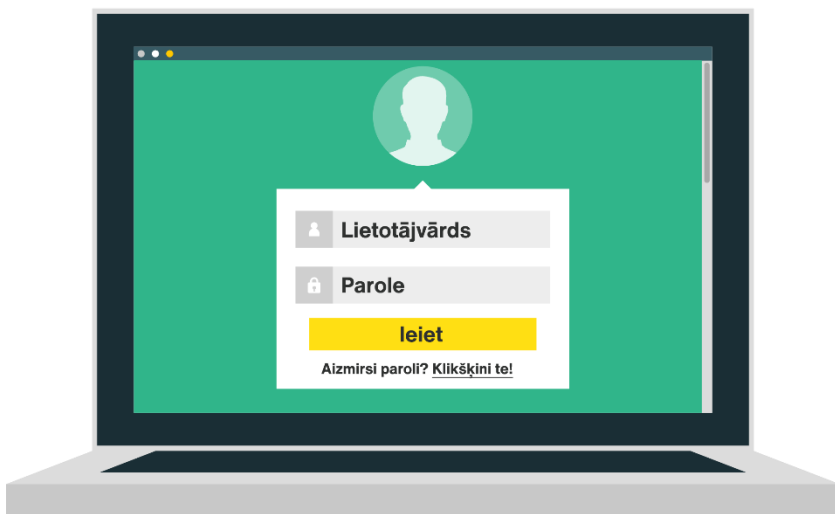
Atveriet e-pastus tikai no pazīstamiem cilvēkiem vai iestādēm.

E-pasta sūtītāju var redzēt adresē.

Adresi redz augšējā e-pasta rindiņā.

Sveši e-pasti var ielaist jūsu datorā vīrusus.

2. Parole jūsu drošībai internetā



Darbam ar datoru visi cilvēki izmanto dažādas paroles.

Piemēram, e-pastam vai internetbankai.

E-pasts ir elektroniskais pasts.

Tas ļauj sūtīt un saņemt ziņas internetā.

Internetbanka ir iespēja kārtot cilvēkiem savas naudas lietas internetā.

Parole ir līdzīga atslēgai.

Tā sargā mūsu datorus no svešiem cilvēkiem.

Tāču parolei jābūt drošai.

Tad neviens nevarēs to uzminēt.

Lietot vienu paroli visur nav droši.

Tāpēc dažādas vietās vajadzīgas dažādas paroles.

Nesakiet savu paroli citiem cilvēkiem!

Kāda ir droša parole?

Drošā parolē ir vismaz 8 simboli.

Simboli ir burti, cipari un citas zīmes.

Piemēram, **a**, **3**, **?** un ***** ir simboli.

Parolē jābūt lieliem un arī maziem burtiem.

Tad parole būs drošāka.

Piemēram, **A** un **b**.

Parasti lielo burtu raksta vārda sākumā.

Parolē lielo burtu var rakstīt arī vārda vidū vai beigās.

Parolēs labāk rakstīt burtus bez garumzīmēm vai mīkstinājumiem.

Piemēram, **ā** burta vietā rakstīt **a**.

š burta vietā labāk rakstīt **s**.

Parolē kāda burta vietā var rakstīt ciparu.

Piemēram, burta **o** vietā rakstīt ciparu **0**.

Kā atcerēties savu drošo paroli?

Atcerēties paroli palīdz dažādi paņēmieni.

Parole var būt vairāki vārdi vai teikums.

Teikumi var būt īsi vai gari.

Parolē var rakstīt visus vārdus kopā.

Atcerieties parolē ierakstīt arī kādu lielo burtu!

Piemēram, **tikai1Kafijudiena**.

Starp vārdiem teikumā var likt kādu simbolu.

Piemēram, @ vai -.

Tad parole ir grūtāka.

Piemēram, **tikai-1-Kafija-diena.**

Citiem cilvēkiem tādu paroli grūti uzminēt.

Gari teikumi ir drošāka parole.

Piemēram, **tikai-1-Kafija-diena-ir-laba-veselibai.**

Parole var būt mīļākās dziesmas vai grāmatas nosaukums.

Piemēram, **Anna/no/Zalajiem/jumtiem.**

Tad pašam to būs viegli atcerēties.

Kāda parole nav droša?

Parole nav droša, ja tajā ir visiem zināma informācija par jums.

Piemēram, jūsu dzimšanas gads, adrese vai kaķa vārds.

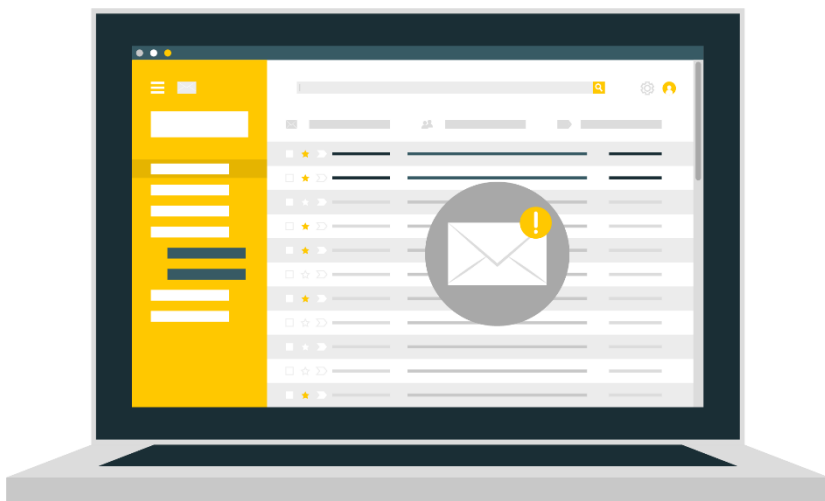
Parolē nav droši rakstīt daudzus vienādus simbolus.

Piemēram, **000** vai **aaaaaaa**.

Parolē nav droši rakstīt simbolus uz blakus esošiem datora taustiņiem.

Piemēram, **123456789**.

3. Drošs e-pasts



Mūsdienās cilvēki reti raksta un sūta vēstules.

Daudz ātrāk un vienkāršāk ir sarakstīties e-pastā.

E-pastā var nosūtīt dažādus dokumentus.

Piemēram, iesniegumu sociālajam dienestam.

E-pastā var saņemt sev svarīgu informāciju.

Piemēram, rēķinu par mobilo telefonu.

Taču ne visas e-pasta vēstules ir drošas.

Tāpēc svarīgi ievērot dažus drošības noteikumus.

Dažreiz slikti cilvēki raksta viltus e-pastus.

Viņi ir krāpnieki.

Krāpnieki grib nozagt jūsu informāciju.

Viņu e-pasta adrese izskatās līdzīga kādas iestādes adresei.

Piemēram, bankas adresei.

Sūtīt informāciju šādiem krāpniekiem nedrīkst.

Tāpēc vienmēr pārbaudiet sūtītāja adresi.

E-pasta sūtītāju var redzēt adresē.

Adresi redz augšējā e-pasta rindiņā.

Iestādes darbinieks parasti neizmanto gmail vai yahoo adresi.

Uz šādu adresi atbildēt nevajag.

Var pārbaudīt arī e-pasta sūtīšanas laiku.

Iestādes parasti sūta e-pastus tikai darba laikā.

Naktī iestādes nestrādā.

Krāpnieku e-pastus var pazīt arī pēc rakstītā teksta.

Viņu e-pastos bieži ir kļūdas.

Krāpnieki e-pastā bieži lūdz atbildēt ļoti ātri.

Viņi bieži draud ar sodu.

Krāpnieki bieži pievieno e-pastam pielikumu.

Šādā pielikumā var būt vīruss.

Tas var sabojāt jūsu datoru vai nozagt informāciju.

Šādus pielikumus atvērt nedrīkst.

Drošāk ir atrast internetā iestādes adresi un telefonu.

Tad var piezvanīt un pajautāt par e-pastu.

4. Kā uzvesties sociālajos tīklos



Sociālos tīklus veido cilvēki, kas sazinās dažādās interneta vietnēs.

Piemēram, draugiem.lv, Facebook vai TikTok.

Cilvēki tajās reģistrējas un izveido savu sociālo kontu.

Cilvēki ieliek internetā savas fotogrāfijas vai uzraksta savas domas.

Citi cilvēki var tās apskatīt un izlasīt.

Savu sociālo kontu cilvēki sargā ar paroli.

Parolei jābūt drošai.

Tajā jābūt lielajiem un mazajiem burtiem.

Parolē jābūt arī dažādiem simboliem.

Simboli ir burti, cipari un citas zīmes.

Piemēram, izsaukuma zīme.

Drošā parolē ir vismaz 15 simboli.

Svarīgi arī dažādās vietās lietot dažādas paroles.

Izmantot vienu paroli visur nav droši!

Izlasiet instrukciju par drošas paroles veidošanu!

Sociālos tīklus izmanto arī slikti cilvēki.

Tāpēc sociālajos tīklos jāievēro drošības noteikumi.

Dzīvē jūs nevienam svešiniekam nedodat savu pasi.

Arī sociālajos tīklos esiet uzmanīgi!

Nestāstiet svešiniekam svarīgu informāciju!

Nelieciet internetā savas paroles vai savu dokumentu fotogrāfijas.

Sveši cilvēki var izmantot jūsu informāciju.

Piemēram, izņemt naudu no jūsu bankas konta.

Par tādu zādzību jāziņo policijai.

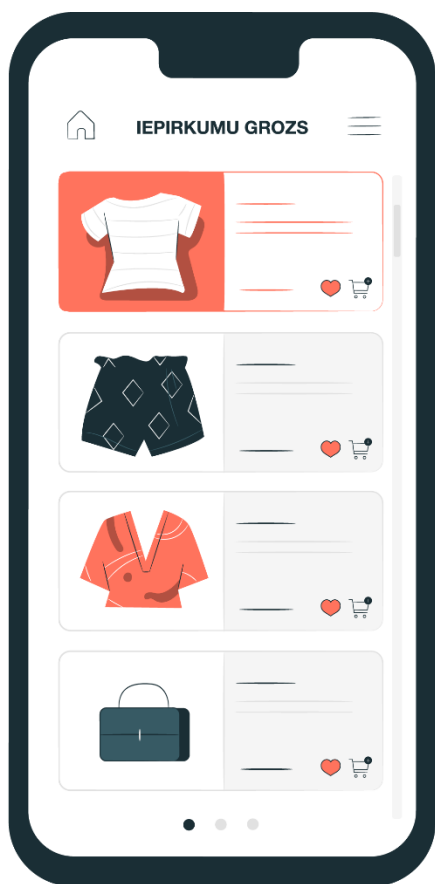
Dažreiz gribas interneta draugiem pastāstīt sev svarīgu informāciju.

Piemēram, par ceļojumu uz ārzemēm.

Tad šo informāciju var atļaut redzēt tikai dažiem draugiem.

Palūdziet kādam no ģimenes, lai uzliek jūsu datoram šādus iestatījumus!

5. Droši pirkumi internetā



Daudzi cilvēki iepērkas internetā.

Veikalus internetā sauc par e-veikaliem.

E-veikalos var nopirkt gandrīz visu.

Piemēram, drēbes vai autobusa biļetes.

Taču jāievēro daži noteikumi.

Tad iepirkties internetā būs droši.

Pārbaudiet e-veikalu!

Īstam e-veikalam vienmēr var atrast adresi, telefonu vai e-pastu.

Par īstu e-veikalu var atrast citu pircēju atsauksmes internetā.

Īstā e-veikalā ir uzrakstīti piegādes noteikumi.

Visām precēm parasti ir apraksts.

Katrā e-veikalā izmantojiet citu paroli!

Parolēm jābūt drošām.

Izlasiet instrukciju par drošām parolēm!

Uzmanieties no neticami labiem piedāvājumiem!

Šādi piedāvājumi bieži vien nav īsti.

Tā slikti cilvēki cenšas nozagt jūsu informāciju.

Piemēram, jūsu bankas kartes informāciju.

Daudz šādu piedāvājumu parasti ir pirms svētkiem.

Izmantojiet drošu internetu!

Drošs internets ir mājās vai jūsu mobilajā telefonā.

Publiskais internets ne vienmēr ir drošs.

Tā slikti cilvēki var piekļūt jūsu informācijai.

Piemēram, jūsu internetbankas informācijai.

Izvēlieties drošu maksāšanas veidu!

Par pirkumiem internetā var maksāt dažādi.

Var maksāt internetbankā vai ar bankas karti.

Tad vajadzīga bankas karte ar iespēju maksāt internetā.

Var maksāt ar pārskaitījumu.

Visdrošāk ir maksāt ar pārskaitījumu.

Tas nozīmē vispirms saņemt rēķinu un tad to apmaksāt.

Seko jiet darījumiem savā bankas kontā!

Piemēram, maksājumiem par pirkumiem.

Visdrošāk ir saņemt ziņojumu par katru maksājumu no bankas konta.

Tā var pamanīt aizdomīgus pirkumus.

Pārbaudiet maksājuma summu!

Dažreiz preces cenai klāt nāk papildus maksājumi.

Piemēram, par piegādi vai pakalpojumu.

Dažreiz šie papildus maksājumi ir lieli.

Maziem pirkumiem tas nav izdevīgi.

Tāpēc vienmēr jāpārbauda gala maksājums.

Pircēja tiesības arī e-veikalā sargā likums.

Pircējam ir tiesības sūtīt atpakaļ sliktu vai nederīgu preci.

Tas jāizdara 14 dienu laikā.

Atpakaļ var sūtīt tikai jaunas preces.

Tās pirms tam nedrīkst lietot vai bojāt.

Jaunām precēm ir 2 gadu garantija.

Tas nozīmē bezmaksas remontu pirmos 2 gadus pēc pirkuma.

Vairāk var uzzināt Patērētāju tiesību aizsardzības centrā.

To var sazināt pa telefona numuru 65452554.