

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa w Internecie



Zabezpiecz swój komputer, tablet lub telefon w taki sam sposób jakbyś zabezpieczył swój dom czy samochód.



Ustaw silne hasło. Niech będzie długie, spróbuj uwzględnić numery, symbole, duże i małe litery.



Jeśli zapisujesz gdzieś swoje hasło żeby nie zapomnieć, schowaj je w bezpieczne miejsce i trzymaj z dala od komputera.



Nie spiesz się. Wiadomości w których proszą cię o zrobienie czegoś natychmiast mogą być oszustwem.



Pomyśl zanim umieścisz coś w mediach społecznościowych.



Czy ujawniasz swoje dane osobowe, takie jak miejsce zamieszkania?



Skasuj maile które wydają ci się podejrzane i nie klikaj na linki w nich.

Na podstawie wskazówek dotyczących prywatności dla osób starszych od National Cyber Security Alliance:

<https://staysafeonline.org/stay-safe-online/managing-your-privacy/privacy-tips-older-adults/>

Oszustwa związane z koronawirusem

Oszustwa mogą się zdarzyć w internecie lub w realnym życiu.

Ostatnio, doszło do wielu oszustw związanych z:

- Fałszywymi e-mailami, oferującymi zwrot pieniędzy lub zwrot podatku
- Ludźmi sprzedającymi nieskuteczne maseczki na twarz
- Osobami sprzedającymi środki do dezynfekcji rąk, które są szkodliwe dla ludzi
- Ludźmi pukającymi do drzwi prosząc o darowiznę
- Ludźmi pukającymi do drzwi i udającymi pracowników służby zdrowia „testujących” na koronawirusa

Poniższe instrukcje zawierają porady, jak unikać oszustw związanych z koronawirusem.

Jak unikać oszustw związanych z koronawirusem

Wskazówki jak się chronić



Przed zaakceptowaniem oferty pomocy sprawdź ją z przyjaciółmi i rodziną.



Masz prawo do odmawiania lub ignorowania ofert.



Nie spiesz się z podjęciem decyzji, zwłaszcza przed przekazaniem pieniędzy lub danych osobowych.



Jeśli coś brzmi zbyt pięknie aby było prawdziwe prawdopodobnie nie jest.



Kupuj tylko od zaufanych sprzedawców

Gdzie uzyskać pomoc:

Skontaktuj się z **Infolinią Porad Konsumentckich** pod numerem **0808 223 11 33**, aby uzyskać porady dotyczące oszustw.

Zadzwoń pod numer **0300 123 2040** (infolinia **Action Fraud**), aby zgłosić oszustwo. Skontaktuj się ze swoim **bankiem**, jeśli uważasz, że zostałeś oszukany.

Ogólne wskazówki dotyczące unikania oszustw



Twój bank nie poprosi Cię o numer PIN przez telefon ani nie poprosi Cię o wydanie karty kurierowi.



Kiedy usłyszysz dzwonek do drzwi, pamiętaj: zanim odpowiesz na dzwonek zatrzymaj się, zamknij drzwi na klucz, zabezpiecz drzwi blokadą łańcuchową jeżeli taką posiadasz.



Uzyskaj niezależną poradę przed podjęciem decyzji o emeryturach.



Nie otwieraj e-maili ani załączników od nieznanej osoby.



Ignoruj listy lub e-maile z informacją, że wygralesz miliony, jeśli nie wzięlesz udziału w konkursie.



Zawsze możesz odmówić, rozłączyć się lub poprosić kogoś o wyjście. Nie przejmuj się tym.

Na podstawie wskazówek dotyczących unikania oszustw z Age UK:
https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/information-guide/ageukig05_avoiding_scams_inf.pdf

Kluczowe kontakty do zgłaszania oszustw

Kluczowe numery telefonów i strony internetowe do zgłaszania oszustw.

Numery telefoniczne

Operacja Oszustwo (Action Fraud)
0300 123 2040

Porady Obywatelskie Manchester
03444 111 222

Linia Wsparcia dla Ofiar
0808 16 89 111

Strony internetowe

Operacja Oszustwo (Action Fraud)
www.actionfraud.police.uk

Policja w Greater Manchester
www.gmp.police.uk

Przewodniki online dotyczące bezpieczeństwa w Internecie

Kliknij poniższe linki, aby znaleźć informacje online na temat bezpieczeństwa w Internecie.

Age UK - Bezpieczeństwo w Internecie

<https://www.ageuk.org.uk/information-advice/work-learning/technology-internet/internet-security/>

Age UK - Przewodnik po bezpieczeństwie w Internecie

https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/information-guides/ageukil4_internet_security_inf.pdf

Learn My Way - kurs szkoleniowy dotyczący bezpieczeństwa online

<https://www.learnmyway.com/subjects/online-safety/>

Dalsze wsparcie

Wsparcie telefoniczne od Manchester Digital Champions

Posiadasz urządzenie z połączeniem do Internetu? Potrzebujesz pomocy w obsłudze? Mamy zespół osób które mogą zaoferować pomoc mieszkańcom Manchesteru. Wsparcie telefoniczne jest dostępne w 15 językach.

Wyślij smsa na 07860 064128 lub email na adres digitalinclusion@manchester.gov.uk zostaw swoje imię i nazwisko a my oddzwonimy i pomożemy!

Pozostań w kontakcie w czasie pandemii COVID-19

Jeśli potrzebujesz pomocy i wsparcia w uzyskaniu dostępu do Internetu, zadzwoń na infolinię wsparcia Community COVID-19 Support Helpline pod numer **0800 234 6123** lub wyślij e-mail na adres

digitalinclusion@manchester.gov.uk

Dowiedz się więcej na:

https://www.manchester.gov.uk/downloads/download/7239/stay_connected_through_covid-19_leaflets

Ten przewodnik powstał we współpracy z następującymi grupami oraz organizacjami:



MANCHESTER
CITY COUNCIL



Wszystkie informacje podane w czasie pisania i dystrybucji są prawdziwe i poprawne, ale mogą ulec zmianie bez powiadomienia. Dołożymy wszelkich starań, aby informacje były aktualizowane co miesiąc. Odwiedź stronę internetową, aby uzyskać najnowszą wersję do pobrania: www.buzzmanchester.co.uk

Aby uzyskać więcej informacji na temat tego przewodnika wyślij e-mail na: simon.kitchin@gmmh.nhs.uk lub lorna.dawson@gmmh.nhs.uk

[Wersja 7 Android - sierpień 2020]