

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΑΣΦΑΛΗΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Το διαδίκτυο είναι ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο. Είναι μια από τις πιο σπουδαίες ανακαλύψεις της σύγχρονης εποχής.

Όμως προσέξτε:

Δικτυωθείτε, αλλά μην μπλεκτείτε...

1. Ποτέ δεν πρέπει να μπαίνεις σε ιστοσελίδες και εφαρμογές που δεν είναι για την ηλικία σου. Ο νόμος απαγορεύει τη χρήση εφαρμογών όπως tik tok, facebook, viber σε παιδιά του Δημοτικού.
2. Ποτέ μην μιλάς σε άγνωστους στο διαδίκτυο. Τα άγνωστα άτομα που σου μιλούν στο διαδίκτυο, δεν είναι πάντα αυτοί που σου λένε.
3. Να είσαι ευγενικός και να σέβεσαι όλους, όταν χρησιμοποιείς το διαδίκτυο, όπως πρέπει να κάνεις στην πραγματική σου ζωή. Να έχεις ενσυναίσθηση.
4. Να έχεις κριτική σκέψη σε ό,τι βλέπεις και ακούς στο διαδίκτυο. Να διασταυρώνεις τις πληροφορίες που βλέπεις, διαβάζεις ή ακούς.
5. Πες όχι στο bullying, όχι στον εκφοβισμό, όχι στην εξάρτηση και τον εθισμό. Μακριά από τη βία και τα σκουπίδια του διαδικτύου.
6. Μείνε μακριά από βίαια παιχνίδια, τυχερά παιχνίδια και ψεύτικες υποσχέσεις για κέρδη. Απλά χαλάς τον χρόνο και τον χαρακτήρα σου...

ΝΑ ΖΗΤΑΣ ΒΟΗΘΕΙΑ ΟΠΟΤΕ ΤΗΝ ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ

Μην αφήσεις τον εαυτό σου να κινδυνεύει στο διαδίκτυο. Να θυμάσαι ότι πάντα υπάρχει κάποιος δίπλα σου να σε βοηθήσει. Είναι οι γονείς σου, οι δάσκαλοί σου, το κράτος.



<http://cybersafety.cy>

1480
Γραμμή Βοήθειας και Καταγγελιών
(ανώνυμα και χωρίς χρέωση)



Γραφείο Καταπολέμησης Ηλεκτρονικού
Εγκλήματος

Αστυνομία Κύπρου

22808200

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΪΜΑΚΛΙΟΥ Β (ΚΒ)



Σχολική χρονιά 2025 - 2026

ΑΣΦΑΛΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

1. Το bullying δεν είναι ποτέ "πλάκα»

Αν κάποιος κάνει κάποιον να νιώθει άσχημα, τότε δεν είναι αστείο. Αν δεις κάποιον να πληγώνεται, **μην γίνεσαι θεατής**. Η σιωπή είναι στήριξη στον θύτη. Μίλα σε έναν ενήλικα—αυτό δεν είναι "κάρφωμα", είναι προστασία.



shutterstock.com · 2398532187

2. Όχι στον εθισμό στις οθόνες: Εσύ έχεις τον έλεγχο, όχι αυτές

Οι εφαρμογές και τα παιχνίδια είναι σχεδιασμένα για να σε κρατούν "κολλημένο". Αν νιώθεις νεύρα όταν πρέπει να κλείσεις το tablet ή αν ξεχνάς να φας και να κοιμηθείς, τότε το εργαλείο σε ελέγχει. **Βάλε όρια** στον εαυτό σου πριν τα βάλουν οι άλλοι.

Η πραγματική ζωή συμβαίνει έξω από το δωμάτιό σου. Ο αθλητισμός, το διάβασμα ενός βιβλίου και οι βόλτες με φίλους προστατεύουν το μυαλό σου από τον εθισμό και το άγχος.

Αποσυνδέσου από το διαδίκτυο. Συνδέσου με τον εαυτό σου και τον πραγματικό κόσμο.



3. Ο σεβασμός ξεκινά από το πώς μιλάς πίσω από μια οθόνη

Ο ψηφιακός σεβασμός είναι δείγμα ανώτερου ανθρώπου. Ο τρόπος που μιλάς στο διαδίκτυο, φανερώνει σε όλους δημόσια, τον χαρακτήρα σου.



4. Η Τεχνητή Νοημοσύνη είναι εργαλείο, όχι το μυαλό σου

Η Τεχνητή Νοημοσύνη μπορεί να σε βοηθήσει να βρεις ιδέες ή να καταλάβεις κάτι δύσκολο, αλλά **δεν πρέπει να σκέφτεται αντί για σένα**. Χρησιμοποίησέ την για να μάθεις, όχι για να αντικαταστήσει τη σκέψη σου. Η δική σου κριτική σκέψη είναι αυτή που θα σε κάνει ξεχωριστό στο μέλλον.



5. Προστάτευσε την ιδιωτικότητά σου σαν θησαυρό

Ποτέ μην δίνεις κωδικούς, τηλέφωνα ή τη διεύθυνσή σου σε άτομα που γνώρισες online, όσο φιλικά κι αν φαίνονται. Στον ψηφιακό κόσμο, ο "φίλος" ενός φίλου, είναι ξένος που μπορεί να είναι και επικίνδυνος.



6. Ότι ανεβαίνει στο διαδίκτυο, μένει εκεί για πάντα

Πριν πατήσεις "δημοσίευση" ή "αποστολή", σκέψου: «Θα ήθελα να το δουν αυτό οι γονείς μου και όλος ο κόσμος ή θα μετανιώσω μετά από λίγα χρόνια;». Η ψηφιακή σου φήμη χτίζεται από τώρα.



7. Η αξία σου δεν μετριέται σε likes

Τα social media δείχνουν μόνο τις "τέλειες" στιγμές των άλλων, οι οποίες συχνά είναι φιλτραρισμένες. Μην συγκρίνεις την πραγματική σου ζωή με τη βιτρίνα κάποιου άλλου. **Είσαι πολύ καλός και έχεις μοναδική αξία έτσι όπως είσαι.**



8. Μην πιστεύεις όλα όσα βλέπεις στο διαδίκτυο. Υπάρχει πολλή παραπληροφόρηση.

Η τεχνολογία μπορεί να φτιάξει ψεύτικες φωτογραφίες ή βίντεο που μοιάζουν αληθινά. Να είσαι καχύποπτος με περίεργες ειδήσεις ή εικόνες. **Μάθε να διασταυρώνεις τις πληροφορίες σου. Να έχεις κριτική σκέψη.**

