

A stylized, white and blue robot character with a yellow and red crest on its head. The character has blue eyes and the word "INES" written in red on its chest. It is standing on a grey, blocky cityscape. The character's right arm is raised, and its left hand is near its chest.

A INES enviou-te um convite para ser tua amiga. Desejas aceitar?

**CONHECE A INES,  
A INTERNET NAVEGÁVEL  
EM SEGURANÇA.  
Visita-a em  
[www.internetsegura.pt](http://www.internetsegura.pt).**

# HÁ JÁ ALGUM TEMPO QUE A INTERNET TRANSFORMOU A FORMA COMO VIVEMOS.

// No trabalho ou nos tempo livres, individualmente ou em comunidade, o mundo mudou no dia em que alguém teve a ideia de ligar dois computadores em rede.

Com a generalização do uso da internet surgiu a necessidade de transformar a rede num ambiente seguro para todos os utilizadores. E foi assim que nasceu a INES, a Internet Navegável em Segurança, com uma única missão: garantir a segurança dos internautas. //



## AUMENTA A SEGURANÇA DO TEU COMPUTADOR

Quando navegares na internet lê atentamente todas as mensagens com avisos de sistema que sugirem. Alguns poderão dar origem à instalação de programas concebidos para roubar informação do teu computador e enviá-la para terceiros mal intencionados, ou danificar o teu sistema. Para aumentar a segurança do teu computador, segue os conselhos da INES.

**// Utiliza uma firewall** - Ligares-te à internet sem firewall é como deixares a porta da tua casa aberta. Desta forma estarás a impedir o acesso ao teu computador por parte de estranhos.

**//Actualiza o computador** - Permitir que o sistema operativo e os programas instalados apresentem as últimas versões é um importante reforço da segurança do teu computador.

**// Instala Antivírus e Antispyware** - É importante que o computador tenha estes programas instalados e actualizados, já que permitem detectar e eliminar os vírus e spywares informáticos.

**// Utiliza canais seguros nas tuas transacções on-line** - Se na barra de endereço do teu navegador aparecer **https://** significa que estás num canal seguro. Adicionalmente deverá aparecer um ícone representando um cadeado ou uma chave.

**// Utiliza um bloqueador de pop-ups** - Pode acontecer que, em sites pouco fidedignos, os pop-ups transportem código malicioso de informações enganadoras e/ou endereços manipulados.

**//Certifica-te que visitas sites seguros** - Desta forma evitas os esquemas de phishing. Nunca sigas os endereços que te são enviados por correio electrónico.



## AS REDES SOCIAIS E AS MENSAGENS INSTANTÂNEAS

As mensagens instantâneas são ferramentas úteis não apenas como forma de diversão mas também para efeitos de trabalho. Já as redes sociais têm vindo a ganhar cada vez mais adeptos nos últimos anos. Para tua protecção nestas plataformas a INES sugere:

**// Evita usar o nome verdadeiro** – Certifica-te que é seguro usar o teu nome verdadeiro em determinados sites ou chats.

**// Nunca combines encontros com estranhos** – Caso o faças debes garantir que mais pessoas estão informadas do teu paradeiro.

**// Não aceites ficheiros enviados por desconhecidos** – É muito comum os computadores serem infectados com vírus, cavalos de Tróia ou spywares enviados por correio electrónico ou através da própria plataforma de conversação.



## O CORREIO ELECTRÓNICO

Um dos potenciais perigos associados ao correio electrónico é a possibilidade de criação de mailing lists, o que permite o envio de mensagens infectadas para diversos utilizadores em poucos segundos. Segue estas sugestões da INES e protege o teu computador:

**Suspeita de todas as mensagens de correio electrónico de origem desconhecida, mesmo que o seu conteúdo pareça inofensivo à primeira vista.**

Não cliques em links que apareçam no corpo da mensagem de correio electrónico. É aconselhável copiá-lo e colá-lo no navegador de internet.

**Desconfia sempre dos ficheiros em anexo, mesmo enviados por quem conheces. O endereço do remetente poderá ter sido forjado (esquema conhecido por spoofing).**

Utiliza uma aplicação de antivírus actualizada para verificar os ficheiros em anexo das mensagens de correio electrónico. Só deves abrir ficheiros depois de confirmar que não estão infectados.





SeguraNet

## CONSELHOS PARA OS PAIS:

Cada vez mais a Internet é vista pelos jovens como uma ferramenta de aprendizagem indispensável, mas também como fonte de entretenimento. Por razões óbvias, os mais novos estão mais vulneráveis aos riscos do ciberespaço. O papel dos pais e educadores é fundamental. A segurança é uma questão de educação. Por isso, converse com os seus filhos e acordem um conjunto de regras para navegar em casa. Tenha em conta o local onde deve estar o computador, os horários e os tempos de utilização. Informe-se no portal da **INES** e contribua para a educação dos seus filhos.

Explique-lhes que:

**É importante que saibam aferir a fiabilidade de um sítio;**

**É importante que saibam validar a informação que lhes ofereça dúvidas;**

**É importante que na Internet, tal como na vida real, saibam ser e estar, para tal devem conhecer as regras de (net)etiqueta;**

**Em termos técnicos é importante que conheçam e saibam evitar os riscos que eventualmente correm, se não tiverem o sistema operativo, anti-vírus, firewall e demais programas no PC, actualizados;**

Encontre informação complementar e mais desenvolvida no [www.seguranet.pt](http://www.seguranet.pt).

O SeguraNet é um projecto, sediado no Ministério da Educação e criado para promover a utilização esclarecida, crítica e segura da Internet, por parte dos jovens e demais comunidade educativa. Para que os alunos aprendam mais e melhor. Para que façam jus ao lema: Tu decides por onde vais.



A Linha Alerta é um serviço criado para possibilitar as denúncias de conteúdos ilegais na Internet.

Estes conteúdos tanto poderão estar alojados em sites ou redes sociais, como anexados a mensagens de correio electrónico. Em qualquer dos casos, o anonimato será garantido a quem fizer a denúncia.

A Linha Alerta visa, nomeadamente, conteúdos do tipo:

- Pornografia Infantil;
- Apologia do racismo e xenofobia;
- Apologia do terrorismo e da violência.

Para comunicar conteúdo ilegal visita [linhaalerta.internetsegura.pt](http://linhaalerta.internetsegura.pt)

COMO PODES VER,  
NÃO CUSTA MUITO NAVEGAR  
EM SEGURANÇA NA  
INTERNET. E COM A AJUDA  
DA INES É AINDA MAIS  
FÁCIL. VISITE A INES EM  
[WWW.INTERNETSEGURA.PT](http://WWW.INTERNETSEGURA.PT)





A utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) tem transformado profundamente a maneira como as pessoas vivem – como aprendem, trabalham, ocupam os tempos livres e interagem, tanto nas relações pessoais como com as organizações.

A par de todas as possibilidades e benefícios da utilização das TIC, nomeadamente no acesso ao conhecimento, na colaboração entre pessoas e organizações, na inclusão social e na criação de riqueza, é necessário assegurar, como para qualquer outro meio de interacção, mecanismos e estratégias apropriados para minimização de eventuais abusos ou ilegalidades que ocorram com a utilização destas tecnologias.

O projecto Internet Segura, co-financiado pelo Programa Safer Internet da Comissão Europeia contribui para a concretização desta orientação estratégica. Este projecto é da responsabilidade de um consórcio coordenado pela UMIC – Agência para a Sociedade do Conhecimento e que também envolve a Direcção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação - DGIDC-ME, a Fundação para a Computação Científica Nacional – FCCN e a Microsoft Portugal.

**A Internet Segura e Acessível está em InternetSegura.pt.**

LigarPortugal



Co-financiado pela União Europeia,  
Safer Internet plus

**FCCN**  
Fundação para a Computação Científica Nacional

**Microsoft**

**ME** Ministério da Educação

**dgidc**  
Direcção-Geral de Inovação  
e de Desenvolvimento Curricular

**UMIC**  
Agência para  
a Sociedade  
do Conhecimento  
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR