



SeguraNet

Linha Alerta LINHA AJUDA internet seguraopt

### Quer saber mais sobre a navegação segura na internet?

Consulte-nos em  
[www.internetsegura.pt](http://www.internetsegura.pt)  
[www.facebook.com/internetsegura.pt](http://www.facebook.com/internetsegura.pt)  
email: [internetsegura@fct.pt](mailto:internetsegura@fct.pt)

### É professor ou educador e quer ter mais informação ou desenvolver atividades com os seus alunos e educandos?

Veja as inúmeras possibilidades que tem em  
[www.seguranet.pt](http://www.seguranet.pt)  
[www.twitter.com/seguranet](http://www.twitter.com/seguranet)  
[www.facebook.com/seguranet](http://www.facebook.com/seguranet)  
email: [seguranet@dge.mec.pt](mailto:seguranet@dge.mec.pt)  
telf: 21 393 68 43 / 44

### Precisa de ajuda sobre qualquer questão ou problema que lhe surgiu?

Ligue para a LINHA AJUDA: 808 91 90 90  
<http://linhaajuda.internetsegura.pt>  
email: [linhaajuda@internetsegura.pt](mailto:linhaajuda@internetsegura.pt)

### Encontrou um site com conteúdos que lhe parecem ilegais?

Contate a LINHA ALERTA e denuncie!  
<http://linhaalerta.internetsegura.pt>  
email: [report@linhaalerta.internetsegura.pt](mailto:report@linhaalerta.internetsegura.pt)

### LEMBRE-SE:

Os aspetos positivos da Internet ultrapassam largamente os negativos.

A Internet é um excelente recurso profissional, educativo e recreativo.

Seja um utilizador consciente e explore todo o potencial oferecido pela Internet.

Encoraje os outros a proceder da mesma forma!



Co-financiado pela Comissão Europeia  
Programa Safer Internet



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA



Milhões de utilizadores de todas as idades usam diariamente a Internet. Hoje em dia, já não dispensamos o correio eletrónico, as redes sociais, os jogos online, as mensagens instantâneas, as compras online e/ou o homebanking. Dependemos da Internet para trabalhar, para aprender, para nos divertirmos e para comunicarmos.

A Internet, apesar de ser um meio versátil e uma fonte de recursos, apresenta alguns riscos associados. As pessoas, em particular crianças e jovens, devem conhecê-los a fim de se protegerem da melhor forma.

**O Centro Internet Segura**, cofinanciado pelo Programa Safer Internet da Comissão Europeia, tem como principais objetivos:

1. Combate a conteúdos ilegais;
2. Minimização dos efeitos de conteúdos ilegais e lesivos nos cidadãos;
3. Promoção de uma utilização segura, crítica e esclarecida da Internet.

O Centro Internet Segura é da responsabilidade de um consórcio coordenado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT) e do qual fazem parte a Direção-Geral da Educação (DGE), o Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ) e a Microsoft Portugal.



### DICAS BREVES

#### **Aumente a segurança do seu computador**

Utilize e mantenha ativa uma firewall, instale antivírus e antispymware, atualize sempre o sistema operativo e os programas que utiliza. Procure utilizar canais seguros (<https://>) se realizar transações em linha.

#### **Preserve a sua privacidade**

Cuidado com a informação pessoal que deixa acessível. Use sempre passwords fortes e não as partilhe com ninguém. Nas redes sociais consulte as definições de privacidade e não se esqueça de que a sua reputação depende do que escreve e publica.

#### **Cuidado com os links e ficheiros que abre**

Desconfie sempre das mensagens de origem desconhecida recebidas por correio eletrónico ou por via de mensagens instantâneas, em especial se contêm ficheiros ou links anexos. Não clique em posts suspeitos partilhados nas redes sociais, por muito apelativos que sejam.

#### **Ao utilizar o smartphone**

Não faça download de aplicações fora do mercado próprio do sistema operativo que usa, desligue a WI-FI e o Bluetooth se não estiverem em uso, desligue o sistema de GPS para não partilhar a sua localização com estranhos.

Se é educador ou tem crianças e jovens em casa ajude-os a usar a Internet em seu benefício. Não precisa de saber muito sobre a Internet, precisa sim de saber sobre como apoiar na, e para, a nova realidade criada pelas novas tecnologias da informação.

Aprenda tudo o que puder sobre a Internet: peça aos jovens e/ou crianças que lhe mostrem os sites de que eles gostam e que preparem consigo atividades utilizando a Internet. Descubra o mundo virtual com eles.

Fale com as crianças e jovens sobre os riscos associados ao uso da Internet: incentive-os a ter cuidado com a informação pessoal que publicam online. Assegure-se de que eles têm a consciência de que um estranho na Internet é como um estranho que bate à nossa porta. Não devemos deixar entrar. Certifique-se de que eles têm confiança suficiente para lhe transmitirem os encontros que têm online, os sites e mensagens estranhas que lhes possam aparecer, as ameaças ou convites que possam receber.

Imponha regras razoáveis: tente compreender as necessidades, interesses e curiosidades dos jovens/crianças. Existem programas informáticos que permitem filtrar e/ou bloquear determinados sites e conteúdos. A decisão de utilizar um destes programas é sua, mas se decidir fazê-lo convém explicar aos seus educandos a razão porque o faz.

Com ou sem filtros os jovens e os seus pais/educadores necessitam de ser navegadores seguros e de dialogar uns com os outros.

**Nunca se esqueça de que a nossa melhor proteção online é o bom senso. Navegue em segurança!**

