



cyberseniors

ACTIVE AGEING THROUGH ICT

MODUL 2: Utilizarea responsabila si in siguranta a TIC



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

CIBER
VOLUNTARIOS.org



SYNTHESIS
CENTER FOR RESEARCH AND EDUCATION



Vienna Association
of Education Volunteers



Age &
Opportunity



cyberseniors

ACTIVE AGEING THROUGH ICT

MODUL 2:
Utilizarea responsabila si in siguranta a TIC

Durata: 40 m inute

Cuprins:

- 1.Importanta alfabetizarii digitale in secolul 21**
- 2.Utilizarea in siguranta a dispozitivelor TIC**
- 3.Utilizarea responsabila a instrumentelor TIC**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

CIBER
VOLUNTARIOS.org



A stylized graphic on the left side of the slide. It features a hand with the index finger pointing towards a large rectangular screen. Behind the hand and screen is a circular pattern of small squares, resembling a gear or a signal. The entire graphic is rendered in a lighter shade of purple than the background.

2.1 Importanta alfabetizarii digitale in secolul 21.

- Evolutia tehnologiei digitale **a transformat** felul in care **noi interactionam cu mediul inconjurator si ne desfasuram activitatile zilnice.**
- Necesitatile contemporane zilnice :
 - Email
 - Comunicare virtuala
 - Tranzactii digitale
 - Atentionari pe telefon



=>

Alfabetizarea digitala reprezinta o abilitate fundamentala a tuturor pentru a invata cum sa navigam in lumea digitala contemporana si sa ne adaptam la nevoile in continua miscare.

DEFINITIA ALFABETIZARII DIGITALE

• ALFABETIZAREA digitala se refera la:

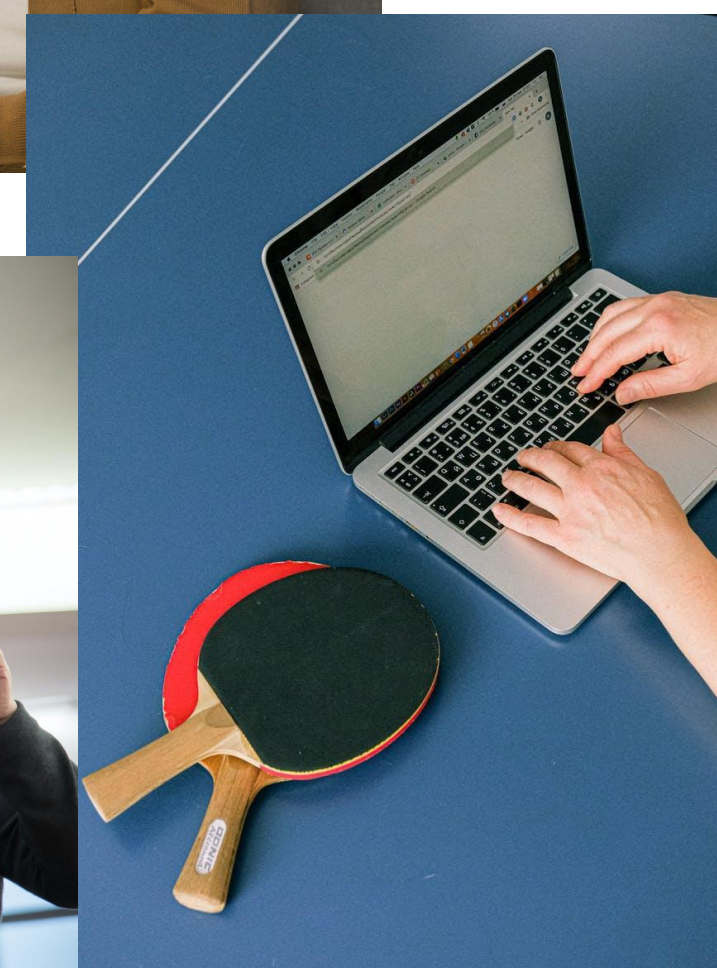
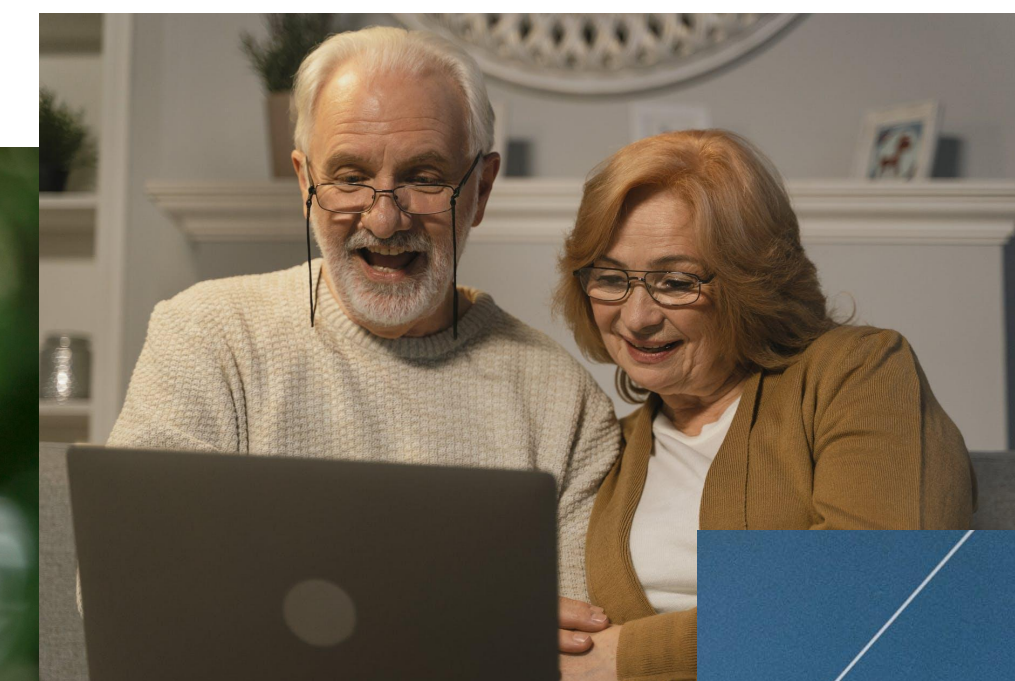
- 1) Aptitudini necesare pentru atingerea competentelor digitale;
- 2) Utilizarea sigura si selectiva a tuturor mijloacelor cu care manuiam Tehnologia Comunicarii si Informarii (TIC) la munca, in timpul liber, invatare si comunicare. (Eurostat Glossary, 2019);
- 3) Familiarizarea cu elementele de baza ale sigurantei digitale si folosirea unui continut autorizat.

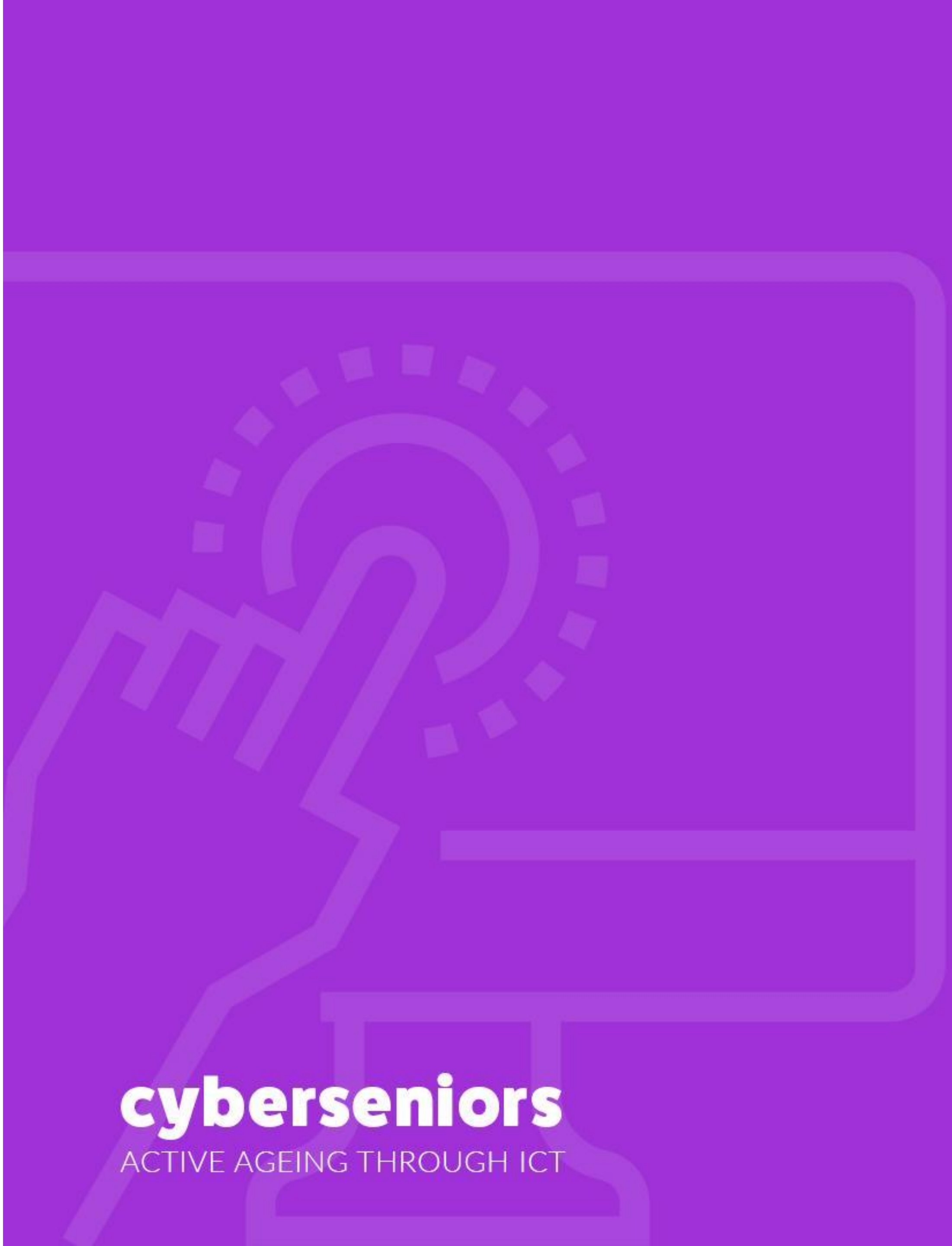


BENEFICIILE ALFABETIZARII DIGITALE

- Alfabetizarea digitala:

- 1) deschide o lume cu multe oportunitati;
- 2) aduce oamenii mai aproape unii de altii;
- 3) in era Covid, permite realizarea unor lucruri de la distanta;
- 4) imbunatateste abilitatile si permite invatarea de-a lungul intregii vietii;
- 5) creaza independenta si incredere in noi insine.



A stylized graphic on the left side of the slide. It features a hand with the index finger pointing towards a large rectangular screen. Inside the screen, there is a gear icon with a dashed outer ring. The entire graphic is rendered in a lighter shade of purple against the background.

2.2 Utilizarea in siguranta a TIC

Prezentare generala a amenintarilor online

Pentru a folosi instrumentele TIC in siguranta, dorim sa va prezentam cateva dintre **amenintarile/pericolele majore online**. Criminalii care creaza amenintarile online urmaresc, in general, sa va fure informatiile private, acces la conturi, accesarea fondurilor fara acordul vostru sau stoarcerea de bani prin santaj. Iata cateva din cele mai utilizate pe internet:

- Adware
- Malvertising
- Pretexting
- Phishing
- Spear phishing
- Vishing
- Spyware
- Smishing





cyberseniors
ACTIVE AGEING THROUGH ICT

Setari de confidentialitate si siguranta



Creati parole care sa fie rezistente lasandu-le la dispozitia orcu ar vrea sa le ia.

Jumatate dintre seniori nu folosesc parole pentru securizare a macar unuia dintre dispozitivele de acces la internet, lasandu-le la dispozitia orcu ar vrea sa le ia.

Securizati cu parole sigure toate dispozitivele digitale pe care le aveti: computer, tableta, smartfon. Asta va tine curiosii la distanta si constituie o linie de aparare in cazul in care ati pierdut dispozitivul sau a fost furat.

O parola sigura inseamna utilizarea unui amestec de litere mari si mici, numere si simboluri.



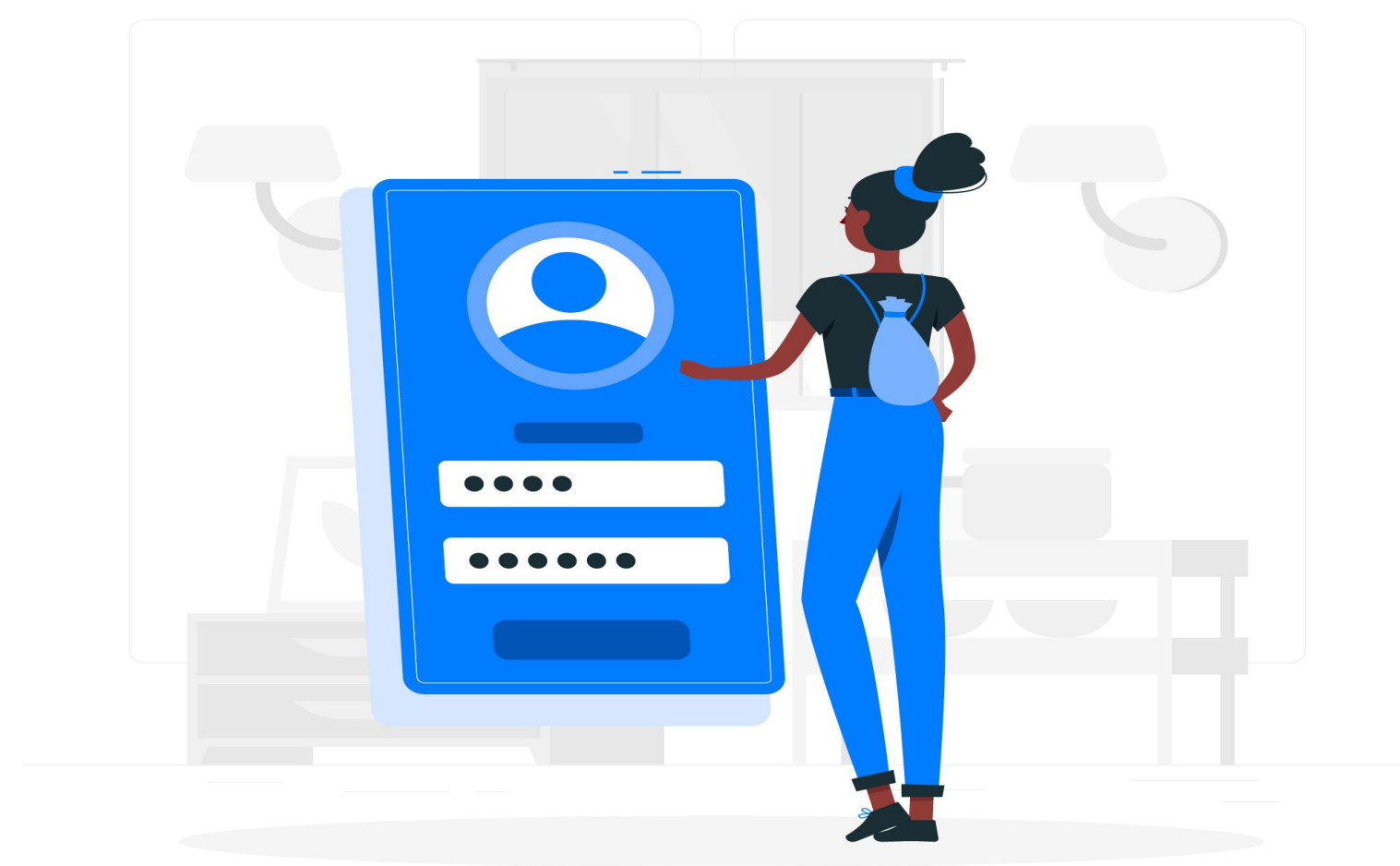
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Setari pentru SECURITATE si INTIMITATE

Cat de des trebuie sa schimbam parola ?

Daca veti constata ca parola a fost sparta schimbati-o; daca aveti o parola unica si rezistenta, nu este cazul sa o schimbati des.

Totusi, daca veti constata ca unul din conturile voastre a fost atacat, schimbati parola imediat.



Securitate pe Retelele Sociale

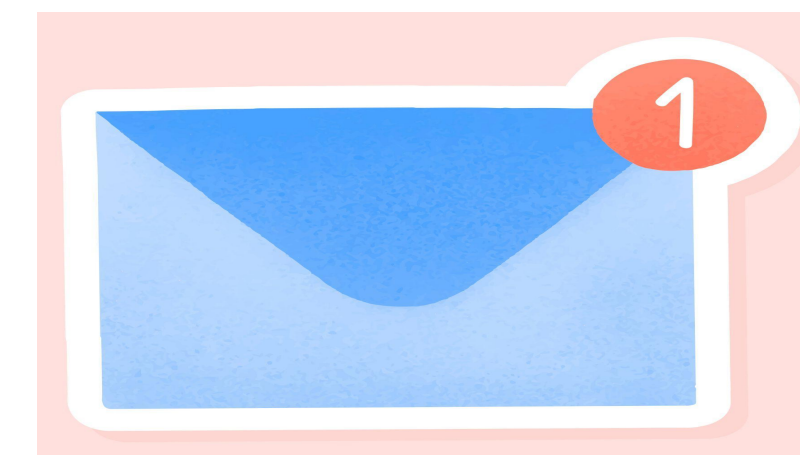
Setari private pe retelele sociale .

Cand faceti postari in retelele media, puteti alege **setari de confidentialitate**, adica cine poate vedea postarea. Pot fi prieteni pe care i-ati adaugat pe retelele de socializare, poate fi o postare publica pentru toata lumea, sau poate fi o **postare privata**-doar pentru voi. Puteti, de asemenea sa mentionati, sau nu, locatia voastra. Asigurati-va ca informatiile private nu sunt transmisibile (parole, numar telefon, e-mail, etc.)



Securitate pe rețelele media

Reguli de securitate pe rețelele media, messengers și e-mailuri



În comunicarea prin rețelele sociale, messengers și e-mail, trebuie să fii foarte atenți să nu dai click pe linkuri trimise de persoane necunoscute. Criminalii cibernetici pot pretinde, de exemplu, că sunt angajați ai serviciilor de securitate Facebook sau Instagram. Nu aveți încredere în aceste mesaje, dacă le primiți pe un canal obișnuit de comunicare, poșta electronică sau pagina Facebook. Mesajele de securitate vă vor fi trimise prin notificări sau vor fi accesibile în setări. Angajații din rețelele media nu vor cere niciodată parola sau informații personale.

Securitate in Social Media

Va cere cineva bani ?

Daca un prieten sau membru al familiei va cere sa-l ajutati ca are o urgenta, intotdeauna sunati si vorbiti direct cu acea persoana pentru a confirma mesajul primit de la ei. Altfel, aceste mesaje pot fi de la criminali cibernetici.

Ei pot crea profiluri identice cu al vostru sau al unui membru al familiei voastre sau al unui prieten, si incearca sa scoata bani de la voi.





Ce sa fac daca mi-am pierdut telefonul ?

Puteti folosi **instrumentul „Gaseste-mi telefonul”** de pe Google, daca esti logat la contul Google(gmail) pe telefonul tau. Mai intai trebuia sa-i permiti lui Google sa foloseasca datele locatiei, informatii despre dispozitiv si evenimente de conectare, pentru localizare aparatului tau si a accesoriilor acestuia. Localizarea aparatului nu poate fi intotdeauna exacta, dar va aparea o harta cu locatia curenta a telefonului tau. Date despre nivelul de incarcare a bateriei sau conectarea la retea mobila vor fi de asemenea accesibile. Ai cateva optiuni:

- Accesezi alarma pe telefon .Aparatul va suna timp de 5 minute chiar daca telefonul este pe mod silentios.
- Blocheaza telefonul si sterge contul Google. Poti de asemenea sa inchizi telefonul si sa-ti stergi contul Google. Poti, de asemenea sa afisezi un text pe ecranul telefonului.
- Sterge datele aparatului prin resetarea lui la datele de setare din fabrica. Dupa aceea nu vei mai putea sa monitorizezi telefonul.

9 Sfaturi pentru siguranta ta online

1. Securizeaza accesul la conturi.
2. Gandeste inainte de a actiona.
3. Daca ia dubii, inchide.
4. Ai grija ce transmiti mai departe.
5. Foloseste softul de securitate.
6. Adauga browser-ului tau setari de siguranta.
7. Foloseste protectia implicita firewall pe computerul tau.
8. Deconecteaza-te.
9. Solicita ajutor.



2.3 Utilizare responsabila a TIC



cyberseniors
ACTIVE AGEING THROUGH ICT

BUNASTARE DIGITALA

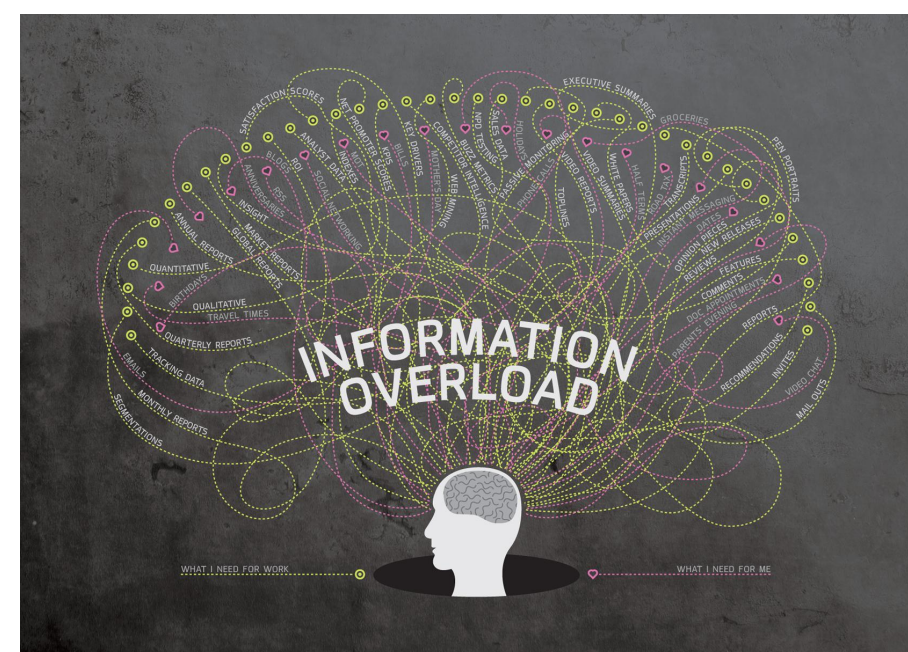


Mentine un echilibru mintal si fizic .

Managementul interactiunii cu instrumentele digitale.



• Riscuri ale utilizarii excesive a dispozitivelor si instrumentelor TIC:



Existenta unei balante a folosirii poate asigura bunastarea digitala !



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

PONTURI PENTRU BUNASTAREA DIGITALA

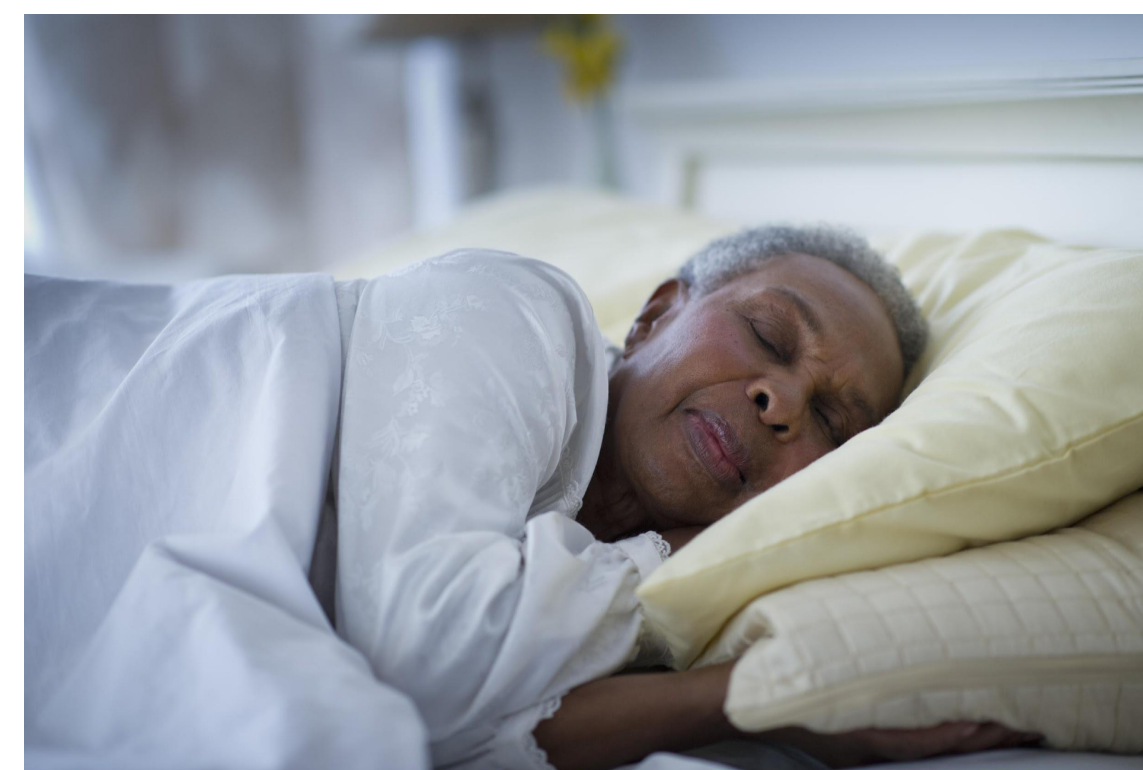
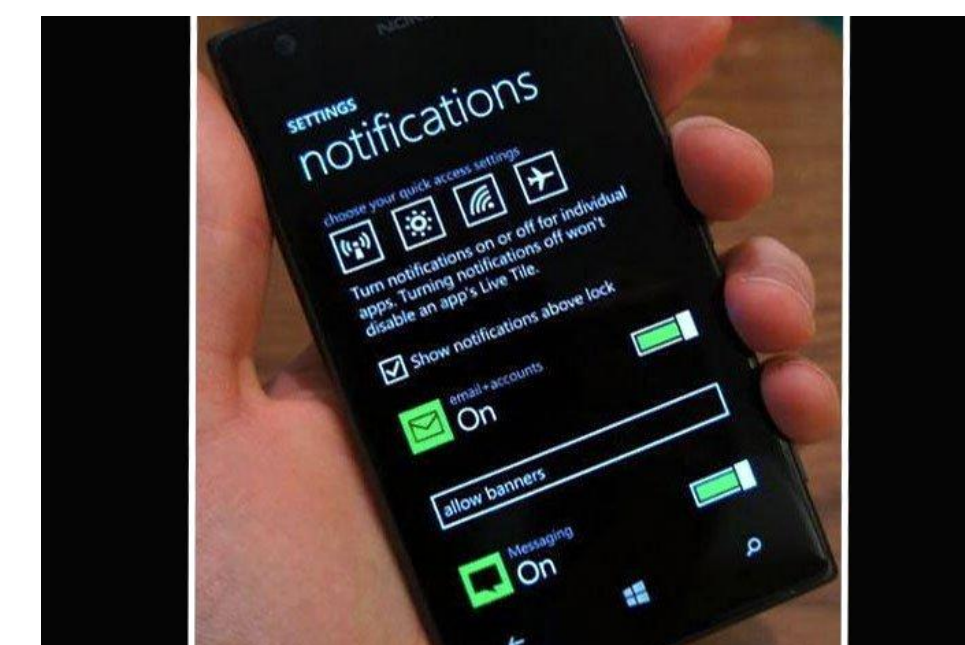
1. Intelegeți și monitorizați-vă deprinderile digitale.

2. Stabiliți limite.

3. Gestionați mai bine conexiunile.

4. Faceți pauze regulate.

5. Asigurați-vă un somn bun noaptea.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



RESPONSABILITATEA DE A TE OBISNUI CU SIGURANTA ONLINE SI FOLOSIREA CONSTIENTA A CONTINUTULUI!

- © Dreptul de copiere- Toate drepturile rezervate: protejarea integrala a drepturilor producatorilor.
- CC Bunuri comune – Unele drepturi sunt rezervate: conform atributiilor, o a treia persoana poate folosi continutul (in anumite conditii)
- PD Domeniul public – Nici-un drept rezervat : continutul este permis tuturor, fara restrictii.

• Pentru mai multe informatii urmariti:

Maiden E. (2015, April 30). "Introducere in copiere, domeniul public si bunuri comune". YouTube video pe :

<https://www.youtube.com/watch?v=mgFlaYj34vs&t=47s> (08/11/2021).





cyberseniors

ACTIVE AGEING THROUGH ICT



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

VA MULTUMIM!

Mai multe informatii pe www.cyberseniors.eu

Conținutul prezentului material reprezintă
responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar
Comisia Europeană nu este responsabilă pentru modul în
care va fi folosit conținutul informației

CIBER
VOLUNTARIOS.org



SYNTHESIS
CENTER FOR RESEARCH AND EDUCATION

**Vienna Association
of Education Volunteers**

**Age &
Opportunity**