



Bezpieczeństwo w Internecie

Ochrona danych osobowych i prywatności

Zajęcia te stanowią rozwinięcie tematu bezpieczeństwa w Internecie poruszanego na dwóch pierwszych spotkaniach.

O CZYM BĘDĄ ZAJĘCIA?

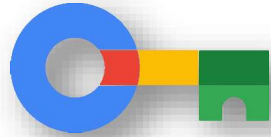
1. Tworzenie silnych, unikalnych haseł do różnych kont (8-16 znaków)

2. Korzystanie z menedżerów haseł lub zapisywanie haseł w bezpiecznym miejscu

3. Nigdy nie udostępnianie swoich haseł nikomu przez telefon, czy e-mail



1. Menedżery wbudowane w przeglądarkę:

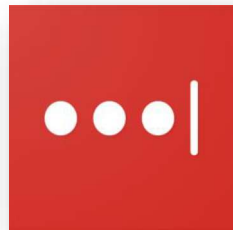


Google chrome manager



Firefox manager

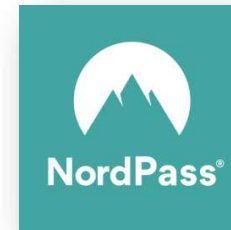
2. Menedżery niezależne:



Lastpass



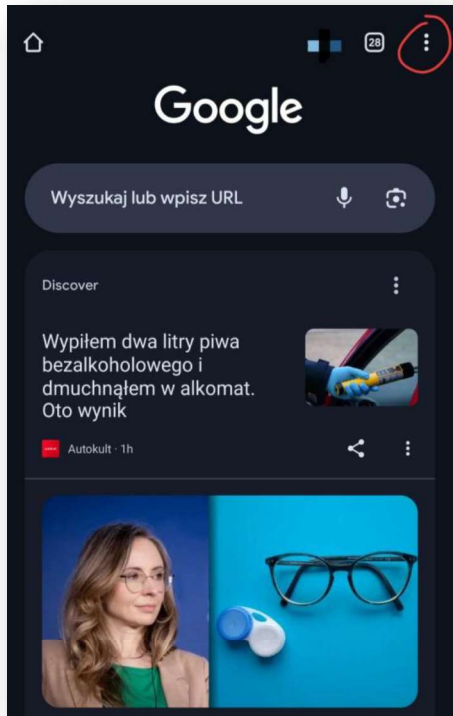
Bitwarden



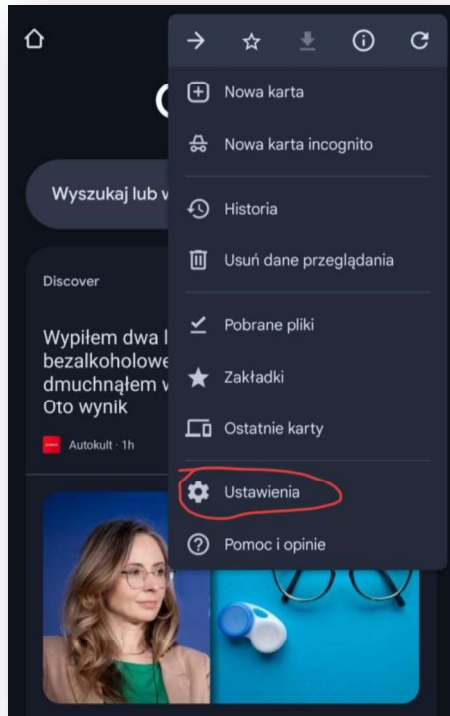
NordPass

1. Bezpieczne hasła -> menedżery haseł

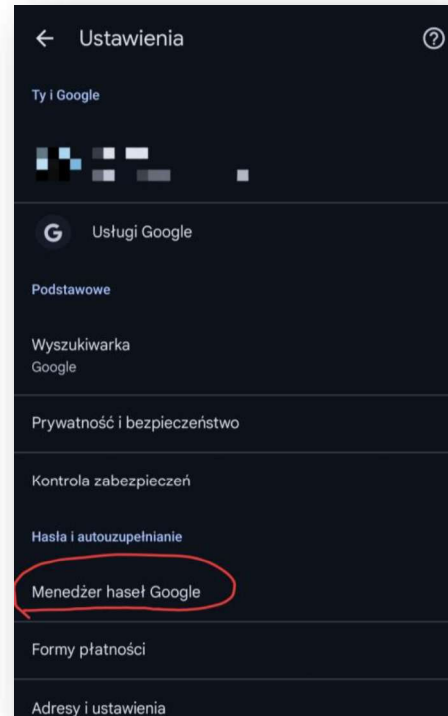
1.



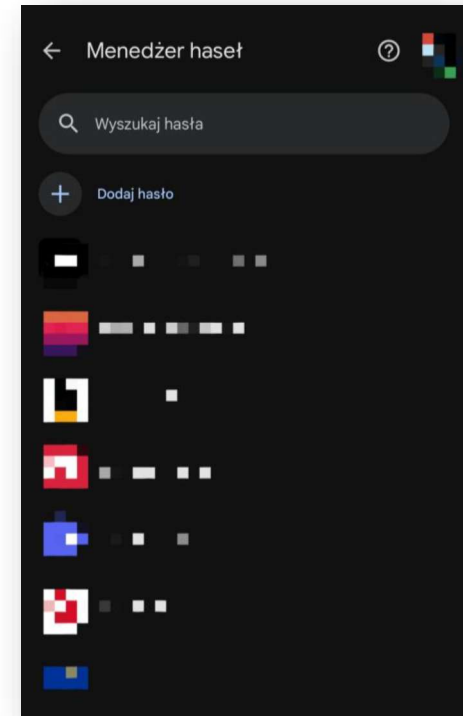
2.



3.



4.

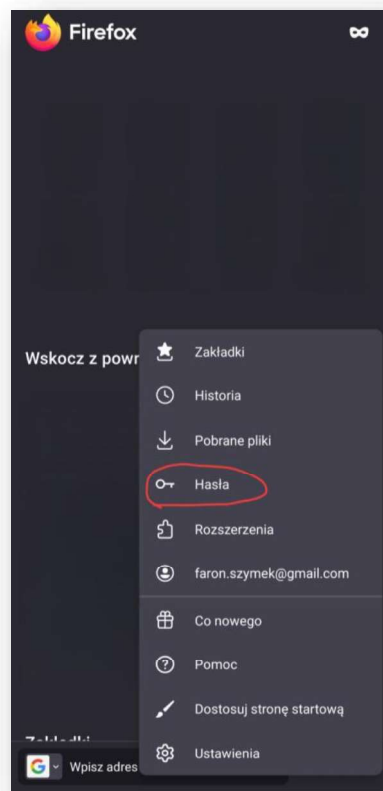


1. Bezpieczne hasła -> menedżer haseł google chrome

1.



2.



1. Bezpieczne hasła -> menedżer haseł firefox

1. Uwaga na e-maile, SMS-y i telefony od „urzędów” czy „banków”, które proszą o dane osobowe lub hasła

2. Nie klikać w podejrzane linki i nie otwierać załączników od nieznanym nadawców

OSZUST!



1. Strzec się przed metodą „na wnuczka” – nie ulegać presji czasu kiedy ktoś podszyje się pod członka rodziny
2. Unikać „cudownych inwestycji” – ludzi obiecujących łatwy zarobek



Źródło: mazowiecka.policja.gov.pl

Analiza fałszywego e-maila

Temat:eDoręczenie: przypomnienie o oczekujących przesyłkach.

Data:Tue, 1 Apr 2025 12:15:21 +0200

Nadawca:Poczta Polska <fabrizio@grafichecalabria.it>

Odpowiedź-Do:fabrizio@grafichecalabria.it

Dzień dobry

Informujemy, że dla adresu do doręczeń elektronicznych **AE:PL-38996-59390-TFCUS-41**, założonego dla Państwa, oczekują na pobranie już od co najmniej 7 dni przesyłki numer: **PPSA-E-94eeaa6c-9416-4c0f-9465-85098dd19118**.

Zgodnie z Ustawą o doręczeniach elektronicznych z dnia 18.11.2020 r. (D. U. poz. 2320) za datę doręczenia korespondencji będzie uznany:

- dzień następujący po upływie 7 dni od dnia przygotowania przesyłki do pobrania przez adresata (jeżeli ostatni dzień terminu odbioru przypada w sobotę lub dzień ustawowo wolny od pracy to ten termin zostaje przedłużony do kolejnego dnia roboczego)

Przypominamy, że nieodebranie przesyłki skutkuje jej usunięciem z systemu po 7 dniach od dnia przygotowania przesyłki do pobrania.

Z przesyłkami zapoznasz się po zalogowaniu do skrzynki doręczeń poprzez:

- <https://konto.biznes.gov.pl/pl/moje-konto/e-doreczenia/>
- zintegrowany system kancelaryjny.

Operator Wyznaczony - Poczta Polska S.A.

#nowoczesna #bezpieczna #szybka

www.poczta-polska.pl

E-mail: kontakt@poczta-polska.pl



Źródło: www.infor.pl

2. Rozpoznawanie oszustw

Analiza fałszywych SMS'ów

[ORANGE] Szanowny Kliencie, Pańska umowa kończy się dzisiaj i została nie zablokowana. Prosimy o przedłużenie umowy na stronie: infoaktywowac2025.com

[BNP Paribas] Twoje konto BNP Paribas wymaga weryfikacji do 13.04, by uniknąć blokady dostępu. Zaloguj się i zaktualizuj dane: <https://shrtn.sbs/auqauqd>

NETFLIX: Twoja ostatnia płatność została odrzucona. Zaktualizuj proszę swoje dane płatności natychmiast, aby móc dalej korzystać z Netflixa: Net-service.info

Źródło: www.infor.pl



CERT (ang. Computer Emergency Response Team –
pl. Zespół Reagowania na Incydenty Komputerowe)

Monitorowanie zagrożeń cyberbezpieczeństwa, koordynacja obsługi incydentów na poziomie krajowym, przeciwdziałanie im oraz budowanie świadomości w obszarze cyberbezpieczeństwa.

2. Rozpoznawanie oszustw -> Trochę o CERT Polska

1. Kupowanie tylko na znanych, bezpiecznych stronach internetowych (kłódeczka na pasku adresu)

2. Zachowanie ostrożności wobec „super okazji” – mogą to być próby wyłudzenia danych lub pieniędzy



Strona: pacjent.gov.pl/internetowe-konto-pacjenta

3. Bezpieczne przeglądanie oraz zakupy online

1. Ograniczyć lub opóźnić udostępnianie informacji osobistych w mediach społecznościowych i komunikatorach
2. Zastanowić się dwa razy, czy na pewno trzeba podać PESEL, numer dowodu osobistego itp.



4. Bezpieczeństwo na portalach społecznościowych

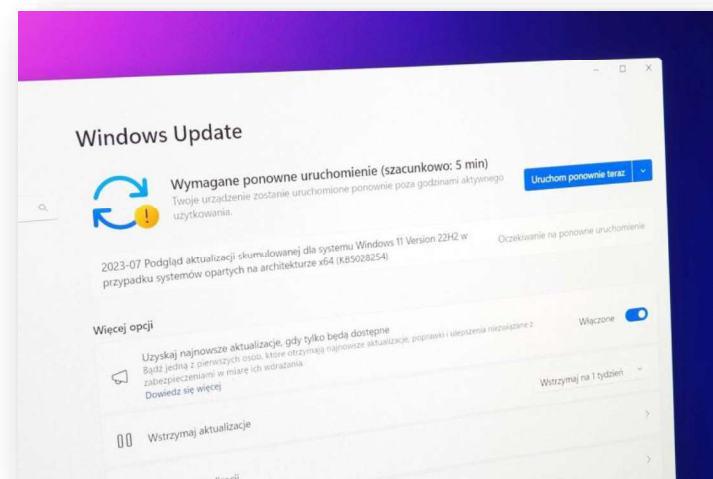
3. Dobra praktyka: przyjmować do znajomych tylko osoby, które poznało się osobiście

4. Ustawienie postów na widoczne tylko dla znajomych



1. Nie odkładać aktualizacji systemu – często zawierają bardzo ważne łatki bezpieczeństwa

2. Być podejrzliwym – najlepszym antywirusem jest **ostrożny użytkownik**



Źródło: dobreprogramy.pl



Źródło: tech-mate.pl

5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne

AhnLab

Avast

AVG

Bitdefender

Check Point
SOFTWARE TECHNOLOGIES LTD

COMODO

BlackBerry | CYLANCE

ENSIL

eset
Digital Security
Progress. Protected.

F-Secure

FIREEYE

FORTINET

G DATA

kaspersky

Malwarebytes

McAfee

Microsoft

paloalto
NETWORKS

PC Matic

SANGFOR

SentinelOne

SEQRITE

SOPHOS

Symantec.
A Division of Broadcom

Trellix

TREND
MICRO

VIPRE

vmware Carbon Black

WEBROOT

W / T H
secure

AVIRA

norton

5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> wybrane antywirusy PC

Warto zajrzeć:

1. <https://www.av-test.org/en/antivirus/home-windows/>
2. <https://www.av-comparatives.org/consumer/latest-tests/>
3. <https://www.amtso.org/tests/>
4. <https://www.mrg-effitas.com/test-reports/>
5. <https://selabs.uk/reports/>
6. <https://avlab.pl/en/advanced-in-the-wild-malware-test/recent-results/>
7. <https://www.youtube.com/@jitechsolutions>

5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> testy antywirusów

Polecane rozszerzenia do blokowania reklam:



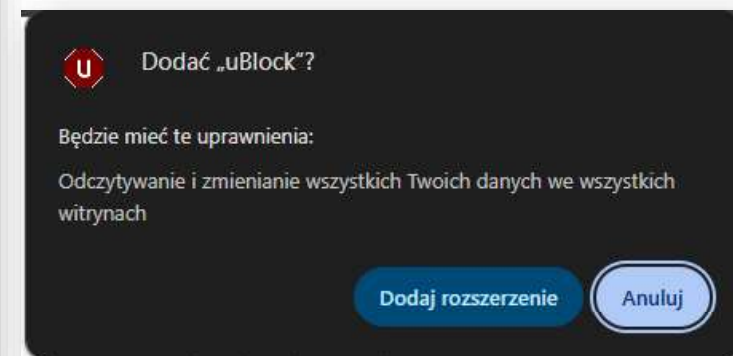
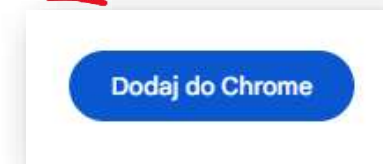
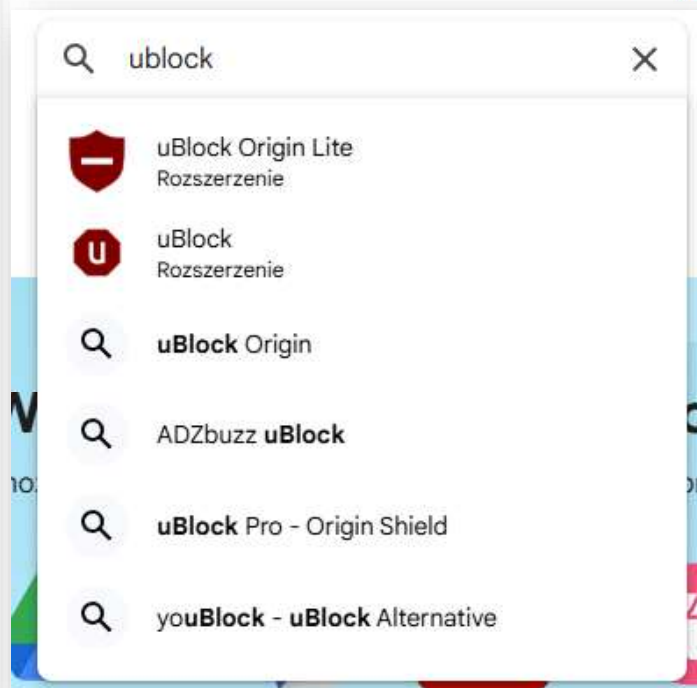
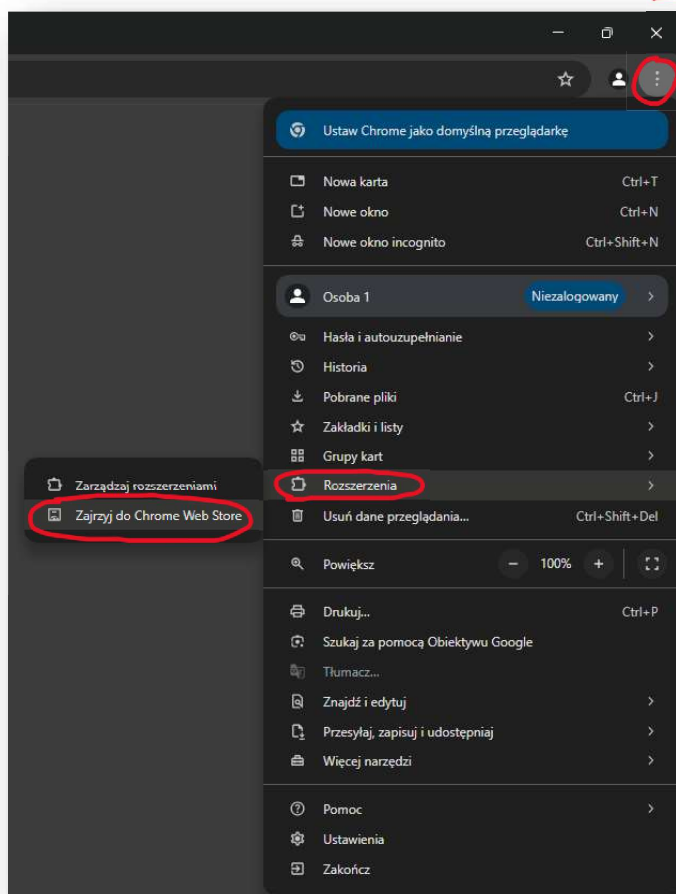
Ublock Origin



Adblock Plus

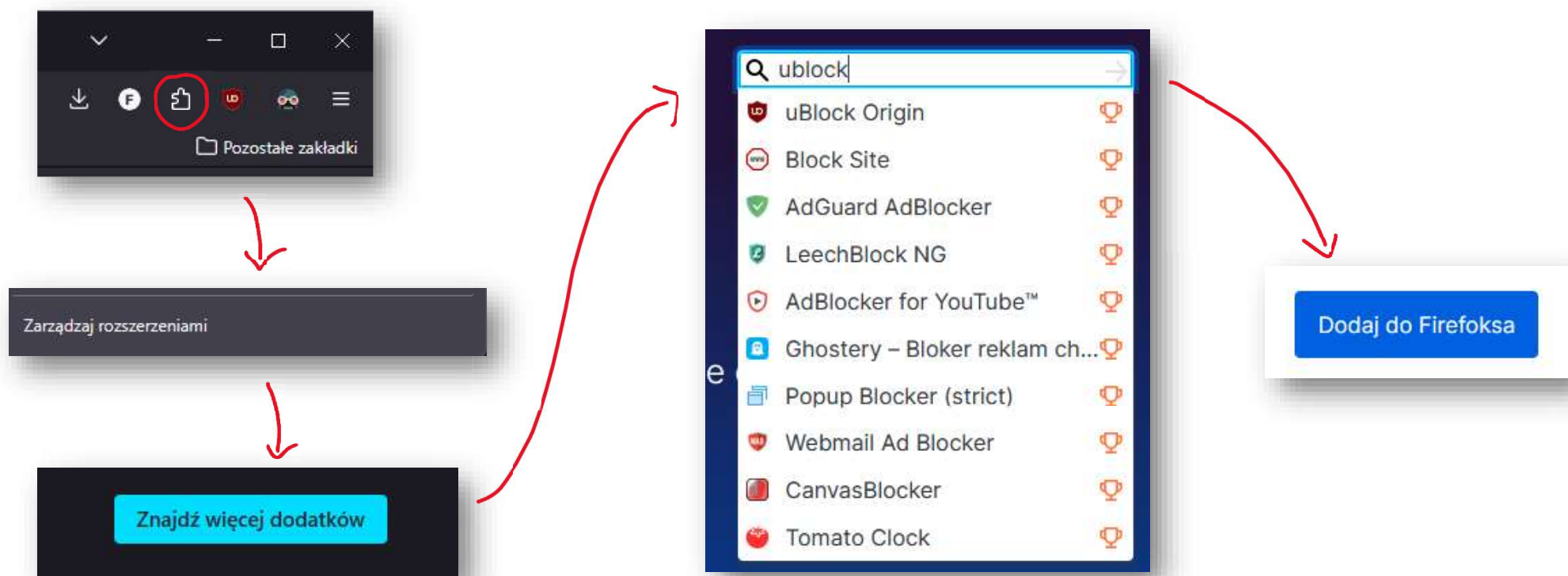
5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> adblock

Instalacja rozszerzeń na komputerze w przeglądarce Google Chrome



5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> adblock

Instalacja rozszerzeń na komputerze w przeglądarce Mozilla Firefox



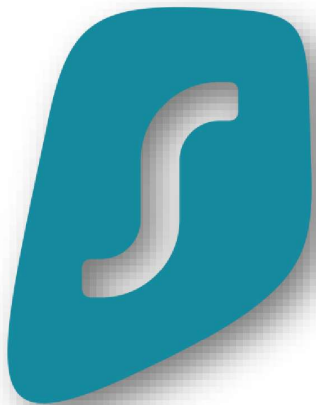
5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> adblock



ProtonVPN



Private Internet Access



Surfshark



ExpressVPN



NordVPN

5. Aktualizacje i oprogramowanie ochronne -> VPN