



SaferInternet4Kids.gr

www

ΓΙΑ ΕΝΑ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

# CYBER-HYGIENE

Η υγιεινή των συσκευών μας



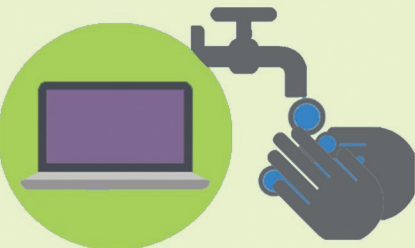
# Η υγιεινή των συσκευών μας και γιατί είναι σημαντική...

Η υγιεινή των συσκευών μας συχνά συγχρίνεται με την προσωπική υγιεινή. Όπως ένα άτομο ασχολείται με ορισμένες πρακτικές προσωπικής υγιεινής για τη διατήρηση της καλής υγείας και ευεξίας, οι πρακτικές υγιεινής στον κυβερνοχώρο μπορούν να διατηρούν τα δεδομένα ασφαλή και καλά προστατευμένα. Με τη σειρά του, αυτό βοηθά στη διατήρηση σωστά λειτουργούντων συσκευών, προστατεύοντάς τις από εξωτερικές επιθέσεις, όπως κακόβουλο λογισμικό, το οποίο μπορεί να παρεμποδίσει τη λειτουργικότητα. Η διαδικτυακή υγιεινή σχετίζεται με τις πρακτικές και τις προφυλάξεις που λαμβάνουν οι χρήστες με στόχο τη διατήρηση των ευαίσθητων δεδομένων και της ασφάλειάς τους από κλοπή και εξωτερικές επιθέσεις.



## Τα συνηθέστερα προβλήματα που προκύπτουν:

- ✓ Απώλεια δεδομένων από επιθέσεις κακόβουλου λογισμικού.
- ✓ Παραβίαση ασφαλείας από χάκερ, επιθέσεις phishing, κακόβουλα προγράμματα, ανεπιθύμητα μηνύματα, ιούς και διάφορες άλλες απειλές.
- ✓ Κακή λειτουργία της συσκευής.



## ΔΕ ΞΕΧΝΩ ΝΑ...



Χρησιμοποιώ προγράμματα antivirus και firewall. Δεν αρκεί μόνο να τα τοποθετήσω αλλά πρέπει να τα ενημερώνω σε τακτά χρονικά διαστήματα έτσι ώστε να μπορούν να με προστατεύουν από νέους κινδύνους που προκύπτουν.



Χρησιμοποιώ έναν ισχυρό κωδικό πρόσβασης ο οποίος θα πρέπει να περιέχει τουλάχιστον 8 χαρακτήρες που θα αποτελούνται από γράμματα αριθμούς και σύμβολα. Φροντίζω να αλλάζω τον κωδικό ασφαλείας μου συχνά και να μην τον εμπιστεύομαι σε κανέναν. Επίσης δε χρησιμοποιώ τον ίδιο κωδικό πρόσβασης σε όλους τους λογαριασμούς μου.



Να μην εισέρχομαι σε «ευαίσθητες» ιστοσελίδες όπως web banking από δημόσια WiFi. Όταν μπαίνω σε λογαριασμούς μου από άλλους υπολογιστές να θυμάμαι πάντα να αποσυνδέομαι και να σβήνω και το ιστορικό.



Είμαι επιφυλακτικός σε μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου από άγνωστο ή ύποπτο αποστολέα που με προτρέπει να πατήσω σε κάποιο σύνδεσμο ή να ανοίξω κάποιο αρχείο. Γενικότερα αρχεία που μου αποστέλλονται δεν τα ανοίγω αν δεν είμαι σίγουρος για το περιεχόμενό τους.



Η διαδικτυακή υγιεινή  
στοχεύει στη διατήρηση των  
ευαίσθητων δεδομένων και της  
ασφάλειας τους.



**ITE**

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ



Συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση  
Διευκόλυνση «Συνδέοντας την Ευρώπη»

«Την αποκλειστική ευθύνη της παρούσας έκδοσης φέρει ο συγγραφέας της. Η Ευρωπαϊκή Ένωση δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των περιεχομένων σ' αυτήν πληροφοριών.»