

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΩΡΟ

ΣΚΕΨΟΥ

Ποιός είναι πίσω από την οθόνη..



ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕ

Ασφαλείς κωδικούς πρόσβασης



ΔΩΣΕ ΧΡΟΝΟ..

Και σε άλλες δραστηριότητες πέρα από τον υπολογιστή και το διαδίκτυο



ΑΝΤΙΔΡΑΣΕ!

Όταν κάποιος ενοχλεί εσένα ή κάποιον που γνωρίζεις διαδικτυακά..



ΜΑΘΕ ΝΑ ΔΙΑΚΡΙΝΕΙΣ..

Τι είναι αλήθεια και τι ψέματα απ' όσα διαβάζεις στο διαδίκτυο



ΕΝΤΟΠΙΣΕ!

Την απάτη στο διαδίκτυο.

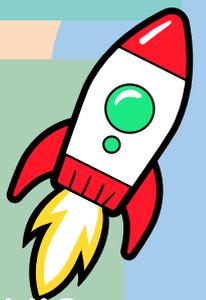
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ

Την κριτική σκέψη για να μείνεις ασφαλής



ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Είσαι ασφαλής για εξερεύνηση;



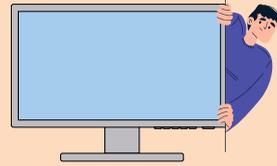
ΣΚΕΨΟΥ

Ποιός είναι πίσω από την οθόνη..

Ήξερες οτι...

Τα προσωπικά σου δεδομένα είναι όλες οι πληροφορίες που αναφέρονται σε σένα:

- το όνομά σου
- η διεύθυνσή σου
- ο αριθμός του κινητού σου
- το σχολείο στο οποίο πηγαίνεις
- τα μέρη όπου συχνάζεις
- οι φωτογραφίες σου



και άλλα σχετικά στοιχεία..

Πώς μπορείς να τα διαφυληλάξεις;

Σκέψου..πριν δημοσιεύεις δεδομένα σου. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν από άτομα που δε γνωρίζεις, με κακόβουλο σκοπό. Ρώτησε.. πριν δημοσιεύσεις κάτι που αφορά κάποιον τρίτο, στα κοινωνικά δίκτυα.

ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

το βίντεο..



την παρουσίαση



επιπλέον
πληροφορίες

Παίξε το βουνό
της επίγνωσης

PLAY

ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕ

Ασφαλείς κωδικούς πρόσβασης



Ήξερες ότι...

Τα πολύ εύκολα passwords μπορεί να μας διευκολύνουν γιατί τα θυμόμαστε εύκολα, αλλά το ίδιο εύκολα μπορεί να παραβιαστούν από τρίτους;

Πώς μπορείς να δημιουργήσεις έναν ασφαλή κωδικό πρόσβασης..

- Απόφυγε τα πολύ εύκολα όπως 12345 ή abcd. Επίλεξε σύνθετους και τυχαίους συνδυασμούς χαρακτήρων για μεγαλύτερη ασφάλεια.
- Φρόντισε κάθε λογαριασμός σου να προστατεύεται από ένα ξεχωριστό συνθηματικό
- Φρόντιζε να κάνεις πάντα αποσύνδεση (Log out) μετά το τέλος της περιήγησής σου.
- Κράτησε τους κωδικούς σου μόνο για τον εαυτό σου, ανεξάρτητα από το πόσο εμπιστεύεσαι κάποιον.

ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

το βίντεο..

παίξε τον πύργο
του θησαυρού



την παρουσίαση



ΔΩΣΕ ΧΡΟΝΟ..

Και σε άλλες δραστηριότητες πέρα από
τον υπολογιστή και το διαδίκτυο



Ήξερες οτι...

Σύμφωνα με την πρόσφατη πανελλήνια έρευνα του Ελληνικού Κέντρου Ασφαούς Διαδικτύου (ITE) που δημοσιεύτηκε το 2025, οι Έλληνες έφηβοι περνούν κατά μέσο όρο 6-7 ώρες της ημέρας τους, μπροστά από κάποια οθόνη; Πολλά παιδιά δαπανούν πάνω από 4 ώρες ημερησίως σε πλατφόρμες όπως το TikTok, το Instagram και το YouTube. Η καθημερινή χρήση ξεκινά πλέον από τις τάξεις του Δημοτικού, με το YouTube να είναι η κυρίαρχη πλατφόρμα στις μικρές ηλικίες.

Αυτό μπορεί να έχει άσχημες επιπτώσεις όπως...

Προβλήματα Υγείας (όρασης, μυοσκελετικά, παχυσαρκία)
Άγχος/Κατάθλιψη
Διαταραχές ύπνου
Μείωση κοινωνικών επαφών
Μειωμένες επιδόσεις στο σχολείο



Τι μπορείς να κάνεις;

- Βγες έξω, παίξε με φίλους και ασκήσου.
- Πέρασε ποιοτικό χρόνο με την οικογένειά σου.
- Θυμήσου: Το διαδίκτυο είναι εργαλείο, όχι όλη σου η ζωή!

ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

το βίντεο..



επιπλέον
πληροφορίες



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

ΑΝΤΙΑΡΧΑΣΕ!

Όταν κάποιος ενοχλεί εσένα ή κάποιον που γνωρίζεις διαδικτυακά..



Ήξερες ότι...

Μπορεί κάποιος να σε ενοχλήσει ή να σε προσβάλλει διαδικτυακά; Αυτό λέγεται διαδικτυακός εκφοβισμός ή αλλιώς cyberbullying. Οι συμπεριφορές στο διαδίκτυο είναι μεταδοτικές.. Έχοντας σωστή/θετική συμπεριφορά, βοηθάμε στο να διαδίδεται το θετικό κλίμα σε αυτό.

Τι μπορείς να κάνεις;

- Αναγνώρισε τις άσχημες συμπεριφορές
- Απομόνωσε/Μπλόκαρε τους εκφοβιστές
- Βοήθησε κάποιον αν ξέρεις ότι δέχεται διαδικτυακό εκφοβισμό
- Συζήτησε με τους γονείς σου για όσα αντιμετωπίζεις στο διαδίκτυο



ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

το βίντεο..



επιπλέον
πληροφορίες

ανακάλυψε
το βασίλειο της ευγένειας

PLAY

ΜΑΘΕ ΝΑ ΔΙΑΚΡΙΝΕΙΣ

Τι είναι αλήθεια και τι ψέματα απ' όσα διαβάζεις στο διαδίκτυο



Ήξερες ότι...

Οι ψευδείς ειδήσεις (fake news) είναι ιστορίες οι οποίες παρουσιάζονται κυρίως ως δημοσιογραφικές. Είναι όμως κατασκευασμένες εσκεμμένα για να εξυπηρετήσουν κάποιο σκοπό.



Πώς μπορείς να τις καταλάβεις;

- Αν το κείμενο σας προτρέπει να το αναπαράγετε αυτό θα πρέπει να σας υποψιάσει.
- Οι υπερβολικοί τίτλοι ή τίτλοι που δεν έχουν σχέση με το κείμενο της ανάρτησης πρέπει να σε προβληματίσουν.
- Αν το κείμενο είναι προϊόν αυτόματης μετάφρασης.
- Αν δεν υπάρχει συντάκτης.
- Αν στο κείμενο υπάρχουν πολλά ορθογραφικά λάθη είναι μια ακόμη ένδειξη.
- Χρησιμοποίησε τον κανόνα των τριών πηγών
- Προσοχή στην ημερομηνία! Πρέπει να υπάρχει ημερομηνία. Αν δεν υπάρχει, είναι ένδειξη ότι κάτι δεν πάει καλά.



ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

τα βίντεο..



παίξτε το παιχνίδι



επιπλέον πληροφορίες



ΕΝΤΟΠΙΣΕ

Την απάτη στο διαδίκτυο.

Ήξερες ότι...

Όπως και στον πραγματικό κόσμο, έτσι και στο διαδίκτυο υπάρχουν απατεώνες που σκοπό έχουν να κλέψουν, πέρα από τα προσωπικά σου δεδομένα, τα χρήματά σου;



Πώς μπορείς να το προλάβεις;

- Να παρατηρείς πάντα τη διεύθυνση του αποστολέα ενός μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.
- Να μην απαντάς ποτέ σε ύποπτα email. Καμία υπηρεσία π.χ. τράπεζα δε θα ζητήσει διαδικτυακή ενημέρωση για προσωπικά δεδομένα ή κωδικούς.
- Να πραγματοποιείς αγορές από αξιόπιστα και γνωστά ηλεκτρονικά καταστήματα, πάντα μαζί με τους γονείς σου.
- Να ελέγχεις, πριν από την πλήρωσή ότι ο ιστότοπος παρέχει ασφαλή σύνδεση. Να βεβαιώνεσαι δηλαδή, ότι το σύμβολο ασφαλούς μετάδοσης δεδομένων εμφανίζεται στο πεδίο «διεύθυνση του προγράμματος περιήγησης» με τη μορφή HTTPS.



ΔΕΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΟΥ

το βίντεο..



παίξε το ποτάμι
της αλήθειας



επιπλέον
πληροφορίες



ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ

Την κριτική σκέψη για να μείνεις ασφαλής

Ήξερες ότι...



Το να σκέφτεσαι πριν κάνεις κάτι στο διαδίκτυο, θα σε βοηθήσει να παραμείνεις ασφαλής;

Πώς θα το κάνω αυτό; 

Δώσε 3 λεπτά στον εαυτό σου για να σκεφτεί...

Πρέπει να δημοσιεύσεις;

Πρέπει να δώσεις πληροφορίες;

Ποιός είναι πίσω από την οθόνη;

Γιατί θέλει να μάθει αυτές τις πληροφορίες;

Είναι ασφαλής η ιστοσελίδα που έχω επισκεφθεί

για να κάνω αγορές;

Είναι αλήθεια αυτό που διαβάζω;

Μήπως ξοδεύω πολύ χρόνο στο διαδίκτυο;

**Και μην ξεχνάς..
ΖΗΤΗΣΕ ΒΟΗΘΕΙΑ**

#ανήλικοι_διαδίκτυο
_ε_ασφάλεια

help 
saferinternet **line**



CyberKid App



2106007686



111 88

ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



Έλεγξε τις γνώσεις σου πριν ξεκινήσεις:

- Σκέφτεσαι πριν δημοσιεύσεις κάτι;
- Ξέρεις πώς να προστατεύεις τους κωδικούς σου;
- Γνωρίζεις τι να κάνεις αν δεις κάτι που σε στενοχωρεί;
- Δίνεις περισσότερο χρόνο σε δραστηριότητες πέρα από την οθόνη;
- Μπορείς να αναγνωρίσεις μια ψευδή είδηση στο διαδίκτυο;
- Έμαθες τρόπους για να αποφεύγεις τις διαδικτυακές απάτες;
- Δίνεις χρόνο στον εαυτό σου να σκεφτεί πριν κάνεις κάτι στο διαδίκτυο;

Αν απάντησες "ΝΑΙ" σε όλα, μπορείς να έχεις μια ασφαλή
πλοήγηση!

Έρθε η ώρα να απαντήσεις μόνος, με τους
συμμαθητές σου, με τους δασκάλους σου, ή και
με τους γονείς σου..στα παρακάτω
ερωτηματολόγια και να παίξεις το παιχνίδι



ερωτηματολόγιο
για μαθητές/τριες

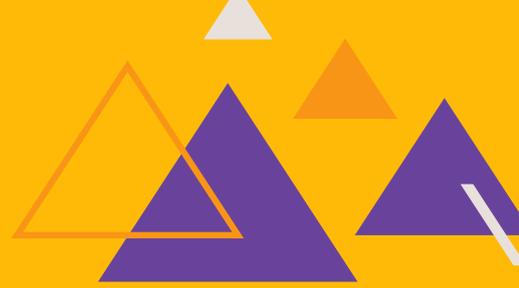


ερωτηματολόγιο
για γονείς



ερωτηματολόγιο για
εκπαιδευτικούς





Πηγές

- Εθνική Ακαδημία Ψηφιακών Ικανοτήτων
<https://nationaldigitalacademy.gov.gr/>
- SaferInternet4Kids <https://saferinternet4kids.gr>
- Γίνε ήρωας του διαδικτύου
<https://beinternetawesome.withgoogle.com>
- Cambridge Social Decision-Making Lab
<https://www.getbadnews.com/gr>
- Educational TV Greece
<https://www.youtube.com/user/EducationalTVGreece>
- Cyber Alert <https://www.youtube.com/@cyberalert11188>
<https://cyberalert.gr/>
- YouthLife <https://youth-life.gr/el/>
- Κοινό Κέντρο Ερευνών (Joint Research Centre - JRC) της Ευρωπαϊκής Επιτροπής https://joint-research-centre.ec.europa.eu/scientific-tools-and-databases/happy-onlife-play-learn-about-online-safety_el
- Help Line <https://www.help-line.gr/>
- CyberKidgov <https://www.cyberkid.gov.gr/>

