

Студенты  
стр.1

Час  
информации  
стр.2

Россия  
стр.3

Памятник  
стр.4

Страничка  
психолога  
стр. 5

История  
стр. 6

Конкурс  
стр. 7

Памятки  
стр.8 - 14

## Девчонки поры огневой

2024  
ГОД СЕМЬИ

Мы гордимся, что студенты школы медицинских сестёр,  
выпуск 1941-1942 год, патриоты Родины.

### Ушли на фронт



Сажасва  
Анна Кириловна



Пенских  
Анна Ивановна



Полякова Екатерина  
Васильевна



Савчук  
Анна Яковлевна



Афанасьева  
Мария Николаевна



Егорова  
Александра Ивановна



Соболева Антонина  
Васильевна



Коротких  
Анна Ивановна



Мещерякова  
Лидия Евдокимовна



Нохрина  
Нина Николаевна



Сысолятина  
Анна Кузьминична



Ушкова  
Софья Васильевна

С традициями милосердия  
в век инноваций

# **Информационный час: «День Победы Бессмертный полк»**



07.05.2024 в Сухоложском филиале ГБПОУ «СОМК», проведён час информации «День Победы Бессмертный полк», цель данного мероприятия, уважительного отношения к таким ценностям, как долг и служение Отечеству, патриотизм, способствовать сохранению исторической памяти.

Увековечить память о людях Великой Отечественной войны. Не дать забыть нам, кто и какой ценой выиграл самую страшную войну прошлого века, чем и кем мы должны гордиться, о ком помнить. В каждой семье хранится память о солдатах Великой Отечественной войны.

Движение «Бессмертный полк» было придумано почти 10 лет назад в Томске. И тогда парад «Бессмертный полк» в городе Томске насчитал более шести тысяч добровольных участников.

1 апреля 2012г в теле радио эфире г.Томска прозвучал призыв ко всем, кто чтит память о воинах Великой Отечественной войны записать ушедших солдат – своих родственников – в Бессмертный полк и 9 мая пройти с портретами отцов и дедов в общей Победной колонне.

В 2023 году в акциях «Бессмертный полк» в разных городах России 9 мая приняли участие свыше 12 миллионов человек.

Один философ говорил, что новая война начинается тогда, когда вырастает поколение, забывшее войну предыдущую. Чтобы не повторялись войны на Земле, люди должны помнить о том, ЧТО война несёт с собой и ЧТО она забирает...



Статью подготовила зав.библиотекой Гасанова Н.В.

## **«Нет в России семьи такой, где б не памятен был свой герой»**

О тех, кто уже не придет никогда, - помните!  
Мечту пронесите через года и жизнью наполните!  
Но о тех, кто уже не придет никогда, - закликаем, - помните!

Р. Рождественский

К празднованию 79-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне в Сухоложском филиале ГБПОУ «СОМК», оформлена книжная выставка: **«В сердцах и книгах память о войне».**

Для обучающихся представлены художественные, публицистические и энциклопедические книги о Великой Отечественной войне, о героическом подвиге всего народа нашей многонациональной страны. Мы должны помнить тех (читая книги), кто завоевал победу в мае 1945 года.



**В честь 79-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне обучающиеся присоединились к ставшей уже традиционной для жителей нашей страны Всероссийской акции «Окна Победы».**



**Пусть встанет в строй народ моей страны, Пусть помнят села, города, станицы  
Своих героев праведные лица, Великого достоинства полны.  
Чтоб слава их пережила века, Чтоб помнили об этом наши дети,  
Чтоб знали цену той святой Победе, Вставай в ряды Бессмертного полка!**

Статью подготовила Торговкина Анастасия группа 191Ф

## Памятник героям-молодогвардейцам

13 марта 2024 года в Москве на Молодогвардейской улице в сквере рядом с домом 27, к. 1, состоялось торжественное открытие памятника

### «Героям-молодогвардейцам».

Памятник установлен Российским военно-историческим обществом по Поручению



Президента России Владимира Путина. Героические образы молодогвардейцев воплотил в скульптуре Михаил Баскаков, автор скульптур писателей Николая Гоголя и Михаила Булгакова. Это первый памятник героически погибшим молодогвардейцам, на котором изображены вместе Герои Советского Союза, Ульяна Громова, Любовь Шевцова, Иван Земнухов, Олег Кошевой, Сергей Тюленин, Иван Туркенич и ранее забытый Виктор Третьякевич, получивший звание Героя Российской Федерации (посмертно) в 2022 году. Судьба группы ужасна — гитлеровцы бесчеловечно пытали их и казнили.

Председатель Московской городской Думы Алексей Шапошников сказал на церемонии открытия памятника: «Никто не забыт и ничто не забыто! И не забыт подвиг героев-молодогвардейцев.

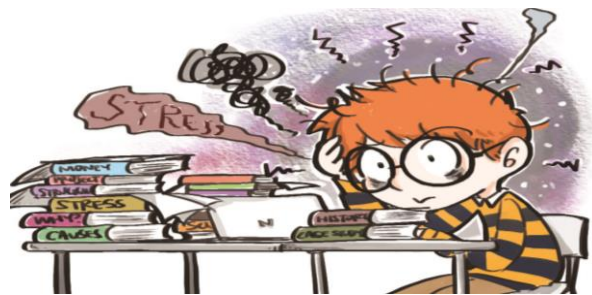
Героям антифашистской организации «Молодая Гвардия» на Молодогвардейской улице. Подвиг молодогвардейцев будет жить в веках. Наше поколение воспитывалось на этом подвиге, на подвиге наших дедов и прадедов, которые были участниками Великой Отечественной войны. Сегодня, в XXI веке, современные молодогвардейцы – это элита России. Они также защищают Родину: на передовой, на освобожденных территориях, работают волонтерами. Они с честью несут знамя победы наших предков. Поэтому нет никакого сомнения, что враг будет разбит и Победа будет за нами!»

Внучатый племянник Героя Советского Союза Сергея Тюленина Юрий Галкин сказал: «Очень важно, что спустя столько лет на улице Молодогвардейской появился памятник ребятам, которые отдали свою жизнь за наше будущее.

Появление таких памятников имеет огромное значение для нашего будущего поколения, для ребят, которые теперь будут изучать и знать историю «Молодой Гвардии».

Коновалова Евгения, студентка 191Ф,  
член научно – практического кружка «Хронос»,  
Булыгина Карина Сергеевна, преподаватель

### Как справиться с экзаменационным стрессом?



Многим хорошо известно паническое состояние перед экзаменами:

**Ничего не знаю! Ничего не помню!** Важную роль в преодолении стрессовой ситуации играет мотивация, вера в собственные силы и умение справиться с волнением.

Существуют правила, следуя которым, можно преодолеть стресс:

**Во-первых**, легкое волнение перед экзаменом - это вполне естественное и даже необходимое состояние. Оно мобилизует, настраивает на интенсивную умственную работу. Иногда отсутствие «предстартового» волнения даже мешает хорошим ответам.

**Во-вторых**, не думайте о провале на экзамене. Если мы будем настроены на провал, то, как правило, это и произойдет. Наоборот, надо мысленно рисовать картину уверенного, четкого ответа, полной победы. Обязательно настраивайте на успех с помощью формул самовнушения:

- **«Я спокоен и уверен в себе. Я готов к диалогу и взаимопониманию. У меня все получится».**
- **«Я с легкостью преодолеваю волнение и все препятствия на своем пути».**

**В-третьих**, для успешной сдачи экзамена необходимо быть в эффективном ресурсном состоянии. Чтобы создать ресурсное состояние, обратитесь к прошлому успешному опыту достижения любых результатов: «Помнишь, у тебя уже получалось это, и сейчас получится», «Ты смог справиться с той сложной ситуацией, значит, и сейчас тебе это удастся».

**В-четвертых**, перед устным экзаменом обязательно «проиграйте» ситуацию экзамена, представьте во всех деталях обстановку, комиссию, ответ. Хорошо попробовать ответить на вопросы перед зеркалом (желательно таким, чтобы видеть себя в полный рост), обращая внимание на позу, жесты, выражение лица.

**В-пятых**, успокоиться перед экзаменом помогут дыхательные упражнения: при каждом вдохе и выдохе, который должен быть более длительным, необходимо представить, что вы вдыхаете радостные мысли, а выдыхаете усталость, волнение, страхи. Но ни в коем случае нельзя принимать седативные лекарственные средства в день экзамена. Под действием успокоительных средств, в состоянии абсолютного спокойствия человек лишен достаточной мотивации для достижения успеха и не может сосредоточиться.

При возникновении вопросов, обращайтесь:  
Сухоложский филиал ГБПОУ «СОМК»  
кабинет №3, педагог-психолог  
Диденко Жанна Анатольевна

Первые медицинские сестры не имели медицинского образования – за больными и умирающими ухаживали служительницы церкви и монахини. В XI веке в Европе существовали целые ордена и общины, которые посвятили себя именно этой цели. В XVIII веке они занимались только уходом за больными и умирающими, но затем их обязанности расширились – помощью медицинских сестер стали пользоваться на поле боя.

В 1617 году во Франции священник Викентий Поль организовал первую общину сестер милосердия и впервые предложил название "сестра милосердия", "старшая сестра".

Британская аристократка Флоренс Найтингейл навсегда изменила отношение к этой профессии. Несмотря на богатство и происхождение, главной целью девушки была забота о людях, избавление их от страданий и болезней. Против воли семьи она получила сестринское образование в христианской общине, а в 1854 году с группой сестер милосердия и монахинь добровольно отправилась на Крымскую войну. Когда война завершилась, в Англии женщину приняли как национальную героиню. В июне 1860 года Найтингейл организовала в больнице Святого Томаса в Лондоне первую школу профессиональных медсестер.

В Российской империи медсестер официально стали привлекать к уходу за больными при Петре I. Его начинание продолжила Екатерина II. Роль первых медицинских сестер исполнили вдовы солдат и монахини.

В 1803 году стали появляться приюты для бедных вдов. Женщин привлекали к уходу за сиротами и бедными пациентами.

В середине 1930-х годов в СССР ввели единую систему подготовки медсестер и медбратьев, спустя 10 лет около тысячи учреждений занимались их подготовкой. Их помощь сыграла огромную роль во время Великой Отечественной войны – медицинские сестры спасли жизни тысячам советских солдат.

**1 сентября 1938 года начались занятия в школе медицинских сестер с двухгодичным сроком обучения. Ежегодный набор для школы был запланирован в количестве 60 человек.**



Руководитель кружка «Здоровячок»  
Дерябина О.М.

# 2024 ГОД СЕМЬИ В РОССИИ

15.05.2024 в ГБПОУ «Свердловском областном медицинском колледже», в Центре духовно нравственной культуры и традиции милосердия медицины, прошёл конкурс чтецов: **«Моя семья – моё богатство»**. В конкурсе приняли участие тридцать студентов, из двенадцати филиалов.

Обучающиеся Сухоложского филиала Абдулова Виктория группа 192Ф, Торговкина Анастасия, Садыкова Карина группа 191Ф, приняли участие в конкурсе.



**Молодцы!!!**

**Молодцы!!!**

**Напиши свою новость!**

**Хотите поучаствовать в выпуске газеты? Тогда присылайте свои сообщения, статьи о событиях, новости на электронную почту [biblioteka.2022@yandex.ru](mailto:biblioteka.2022@yandex.ru)**

## **Памятка для обучающихся об информационной безопасности детей**

### **НЕЛЬЗЯ**

1. Всем подряд сообщать свою частную информацию (настоящие имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы, а также фотографии свои, своей семьи и друзей);
2. Открывать вложенные файлы электронной почты, когда не знаешь отправителя;
3. Грубить, придирается, оказывать давление - вести себя невежливо и агрессивно;
4. Не распоряжаться деньгами твоей семьи без разрешения старших - всегда спрашивай родителей;
5. Не встречайся с Интернет-знакомыми в реальной жизни - посоветуйся со взрослым, которому доверяешь.

### **ОСТОРОЖНО**

1. Не все пишут правду. Читаешь о себе неправду в Интернете - сообщи об этом своим родителям или опекунам;
2. Приглашают переписываться, играть, обмениваться - проверь, нет ли подвоха;
3. Незаконное копирование файлов в Интернете - воровство;
4. Всегда рассказывай взрослым о проблемах в сети - они всегда помогут;
5. Используй настройки безопасности и приватности, чтобы не потерять свои аккаунты в соцсетях и других порталах.

### **МОЖНО**

1. Уважай других пользователей;
2. Пользуешься Интернет-источником - делай ссылку на него;
3. Открывай только те ссылки, в которых уверен;
4. Обращаться за помощью к взрослым - родители, опекуны и администрация сайтов всегда помогут;
5. Пройди обучение на сайте «Сетевичок» и получи паспорт цифрового гражданина!



---

# **Информационная памятка для обучающихся для размещения на официальных Интернет-ресурсах**

С каждым годом молодежи в интернете становится больше, а школьники одни из самых активных пользователей Рунета. Между тем, помимо огромного количества возможностей, интернет несет и проблемы. Эта памятка должна помочь тебе безопасно находиться в сети.

## **Компьютерные вирусы**

Компьютерный вирус - это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. В дополнение к этому, вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, подконтрольные пользователю, от имени которого была запущена заражённая программа, а также повредить или даже уничтожить операционную систему со всеми файлами в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через интернет.

Методы защиты от вредоносных программ:

1. Используй современные операционные системы, имеющие серьёзный уровень защиты от вредоносных программ;
2. Постоянно устанавливай пачти (цифровые заплатки, которые автоматически устанавливаются с целью доработки программы) и другие обновления своей операционной системы. Скачивай их только с официального сайта разработчика ОС. Если существует режим автоматического обновления, включи его;
3. Работай на своем компьютере под правами пользователя, а не администратора. Это не позволит большинству вредоносных программ устанавливаться на твоём персональном компьютере;
4. Используй антивирусные программные продукты известных производителей, с автоматическим обновлением баз;
5. Ограничь физический доступ к компьютеру для посторонних лиц;
6. Используй внешние носители информации, такие как флешка, диск или файл из интернета, только из проверенных источников;
7. Не открывай компьютерные файлы, полученные из ненадёжных источников. Даже те файлы, которые прислал твой знакомый. Лучше уточни у него, отправлял ли он тебе их.

## **Сети WI-FI**

Wi-Fi - это не вид передачи данных, не технология, а всего лишь бренд, марка. Еще в 1991 году нидерландская компания зарегистрировала бренд "WESA", что обозначало словосочетание "Wireless Fidelity", который переводится как "беспроводная точность".

До нашего времени дошла другая аббревиатура, которая является такой же технологией. Это аббревиатура "Wi-Fi". Такое название было дано с намеком на стандарт высшей звуковой техники Hi-Fi, что в переводе означает "высокая точность".

Да, бесплатный интернет-доступ в кафе, отелях и аэропортах является отличной возможностью выхода в интернет. Но многие эксперты считают, что общедоступные Wi-Fi сети не являются безопасными.

Советы по безопасности работе в общедоступных сетях Wi-fi:

1. Не передавай свою личную информацию через общедоступные Wi-Fi сети. Работая в них, желательно не вводить пароли доступа, логины и какие-то номера;
2. Используй и обновляй антивирусные программы и брандмауер. Тем самым ты обезопасишь себя от закачки вируса на твоё устройство;
3. При использовании Wi-Fi отключи функцию "Общий доступ к файлам и принтерам". Данная функция закрыта по умолчанию, однако некоторые пользователи активируют её для удобства использования в работе или учебе;
4. Не используй публичный WI-FI для передачи личных данных, например для выхода в

---

социальные сети или в электронную почту;

5. Используй только защищенное соединение через HTTPS, а не HTTP, т.е. при наборе веб-адреса вводи именно "https://";

6. В мобильном телефоне отключи функцию "Подключение к Wi-Fi автоматически". Не допускай автоматического подключения устройства к сетям Wi-Fi без твоего согласия.

### **Социальные сети**

Социальные сети активно входят в нашу жизнь, многие люди работают и живут там постоянно, а в Facebook уже зарегистрирован миллиард человек, что является одной седьмой всех жителей планеты. Многие пользователи не понимают, что информация, размещенная ими в социальных сетях, может быть найдена и использована кем угодно, в том числе не обязательно с благими намерениями.

Основные советы по безопасности в социальных сетях:

1. Ограничь список друзей. У тебя в друзьях не должно быть случайных и незнакомых людей;  
2. Защищай свою частную жизнь. Не указывай пароли, телефоны, адреса, дату твоего рождения и другую личную информацию. Злоумышленники могут использовать даже информацию о том, как ты и твои родители планируете провести каникулы;

3. Защищай свою репутацию - держи ее в чистоте и задавай себе вопрос: хотел бы ты, чтобы другие пользователи видели, что ты загружаешь? Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить;

4. Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь, не используй свое реальное имя и другую личную информации: имя, место жительства, место учебы и прочее;

5. Избегай размещения фотографий в Интернете, где ты изображен на местности, по которой можно определить твое местоположение;

6. При регистрации в социальной сети необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8;

7. Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли. Тогда если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному месту, а не во все сразу.

### **Электронные деньги**

Электронные деньги - это очень удобный способ платежей, однако существуют мошенники, которые хотят получить эти деньги.

Электронные деньги появились совсем недавно и именно из-за этого во многих государствах до сих пор не прописано про них в законах.

В России же они функционируют и о них уже прописано в законе, где их разделяют на несколько видов - анонимные и не анонимные. Разница в том, что анонимные - это те, в которых разрешается проводить операции без идентификации пользователя, а в неанонимных идентификации пользователя является обязательной.

Также следует различать электронные фиатные деньги (равны государственным валютам) и электронные нефитные деньги (не равны государственным валютам).

Основные советы по безопасной работе с электронными деньгами:

1. Привяжи к счету мобильный телефон. Это самый удобный и быстрый способ восстановить доступ к счету. Привязанный телефон поможет, если забудешь свой платежный пароль или зайдешь на сайт с незнакомого устройства;

2. Используй одноразовые пароли. После перехода на усиленную авторизацию тебе уже не будет угрожать опасность кражи или перехвата платежного пароля;

3. Выбери сложный пароль. Преступникам будет не просто угадать сложный пароль. Надежные пароли - это пароли, которые содержат не менее 8 знаков и включают в себя строчные и прописные буквы, цифры и несколько символов, такие как знак доллара, фунта, восклицательный знак и т.п. Например, \$tR0ng!;;

4. Не вводи свои личные данные на сайтах, которым не доверяешь.

### **Электронная почта**

**Электронная почта** - это технология и предоставляемые ею услуги по пересылке и получению электронных сообщений, которые распределяются в компьютерной сети. Обычно электронный почтовый ящик выглядит следующим образом; имя\_пользователя@имя\_домена. Также кроме передачи простого текста, имеется возможность передавать файлы.

---

Основные советы по безопасной работе с электронной почтой:

1. Надо выбрать правильный почтовый сервис. В интернете есть огромный выбор бесплатных почтовых сервисов, однако лучше доверять тем, кого знаешь и кто первый в рейтинге;
2. Не указывай в личной почте личную информацию. Например, лучше выбрать "музыкальный\_фанат@" или "рок2013" вместо "тема13";
3. Используй двухэтапную авторизацию. Это когда помимо пароля нужно вводить код, присылаемый по SMS;
4. Выбери сложный пароль. Для каждого почтового ящика должен быть свой надежный, устойчивый к взлому пароль;
5. Если есть возможность написать самому свой личный вопрос, используй эту возможность;
6. Используй несколько почтовых ящиков. Первый для частной переписки с адресатами, которым ты доверяешь. Это электронный адрес не надо использовать при регистрации на форумах и сайтах;
7. Не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы;
8. После окончания работы на почтовом сервисе перед закрытием вкладки с сайтом не забудь нажать на "Выйти".

### **Кибербуллинг или виртуальное издевательство**

Кибербуллинг - преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

Основные советы по борьбе с кибербуллингом:

1. Не бросайся в бой. Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше разожжешь конфликт;
2. Управляй своей киберрепутацией;
3. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом;
4. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно;
5. Соблюдай свой виртуальную честь смолоду;
6. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии;
7. Бан агрессора. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов;
8. Если ты свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

### **Мобильный телефон**

Современные смартфоны и планшеты содержат в себе вполне взрослый функционал, и теперь они могут конкурировать со стационарными компьютерами. Однако, средств защиты для подобных устройств пока очень мало. Тестирование и поиск уязвимостей в них происходит не так интенсивно, как для ПК, то же самое касается и мобильных приложений.

Современные мобильные браузеры уже практически догнали настольные аналоги, однако расширение функционала влечет за собой большую сложность и меньшую защищенность.

Далеко не все производители выпускают обновления, закрывающие критические уязвимости для своих устройств.

Основные советы для безопасности мобильного телефона:

1. Ничего не является по-настоящему бесплатным. Будь осторожен, ведь когда тебе предлагают бесплатный контент, в нем могут быть скрыты какие-то платные услуги;
  2. Думай, прежде чем отправить SMS, фото или видео. Ты точно знаешь, где они будут в конечном итоге?
  3. Необходимо обновлять операционную систему твоего смартфона;
  4. Используй антивирусные программы для мобильных телефонов;
  5. Не загружай приложения от неизвестного источника, ведь они могут содержать вредоносное
-

---

программное обеспечение;

6. После того как ты выйдешь с сайта, где вводил личную информацию, зайти в настройки браузера и удалить cookies;

7. Периодически проверяй какие платные услуги активированы на твоём номере;

8. Давай свой номер мобильного телефона только людям, которых ты знаешь и кому доверяешь;

9. Bluetooth должен быть выключен, когда ты им не пользуешься. Не забывай иногда проверять это.

### **Online игры**

Современные онлайн-игры - это красочные, захватывающие развлечения, объединяющие сотни тысяч человек по всему миру. Игроки исследуют данный им мир, общаются друг с другом, выполняют задания, сражаются с монстрами и получают опыт. За удовольствие они платят: покупают диск, оплачивают абонемент или приобретают какие-то опции.

Все эти средства идут на поддержание и развитие игры, а также на самую безопасность: совершенствуются системы авторизации, выпускаются новые патчи (цифровые заплатки для программ), закрываются уязвимости серверов.

В подобных играх стоит опасаться не столько своих соперников, сколько кражи твоего пароля, на котором основана система авторизации большинства игр.

Основные советы по безопасности твоего игрового аккаунта:

1. Если другой игрок ведет себя плохо или создает тебе неприятности, заблокируй его в списке игроков;

2. Пожалуйся администраторам игры на плохое поведение этого игрока, желательно приложить какие-то доказательства в виде скринов;

3. Не указывай личную информацию в профайле игры;

4. Уважай других участников по игре;

5. Не устанавливай неофициальные патчи и моды;

6. Используй сложные и разные пароли;

7. Даже во время игры не стоит отключать антивирус. Пока ты играешь, твой компьютер могут заразить.

### **Фишинг или кража личных данных**

Обычной кражей денег и документов сегодня уже никого не удивишь, но с развитием интернет-технологий злоумышленники переместились в интернет, и продолжают заниматься "любимым" делом.

Так появилась новая угроза: интернет-мошенничества или фишинг, главная цель которого состоит в получении конфиденциальных данных пользователей - логинов и паролей. На английском языке phishing читается как фишинг (от fishing - рыбная ловля, password - пароль).

Основные советы по борьбе с фишингом:

1. Следи за своим аккаунтом. Если ты подозреваешь, что твоя анкета была взломана, то необходимо заблокировать ее и сообщить администраторам ресурса об этом как можно скорее;

2. Используй безопасные веб-сайты, в том числе, интернет-магазинов и поисковых систем;

3. Используй сложные и разные пароли. Таким образом, если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному твоему профилю в сети, а не ко всем;

4. Если тебя взломали, то необходимо предупредить всех своих знакомых, которые добавлены у тебя в друзьях, о том, что тебя взломали и, возможно, от твоего имени будет рассылаться спам и ссылки на фишинговые сайты;

5. Установи надежный пароль (PIN) на мобильный телефон;

6. Отключи сохранение пароля в браузере;

7. Не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы.

### **Цифровая репутация**

Цифровая репутация - это негативная или позитивная информация в сети о тебе. Компрометирующая информация, размещенная в интернете, может серьезным образом отразиться на твоей реальной жизни. "Цифровая репутация" - это твой имидж, который формируется из информации о тебе в интернете.

---

Твое место жительства, учебы, твое финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких - все это накапливается в сети.

Многие подростки легкомысленно относятся к публикации личной информации в Интернете, не понимая возможных последствий. Ты даже не сможешь догадаться о том, что фотография, размещенная 5 лет назад, стала причиной отказа принять тебя на работу.

Комментарии, размещение твоих фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как ты их удалишь. Ты не знаешь, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о тебе окружающие люди, которые найдут и увидят это. Найти информацию много лет спустя сможет любой - как из добрых побуждений, так и с намерением причинить вред. Это может быть кто угодно.

Основные советы по защите цифровой репутации:

1. Подумай, прежде чем что-то опубликовать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;
2. В настройках профиля установи ограничения на просмотр твоего профиля и его содержимого, сделай его только "для друзей";
3. Не размещай и не указывай информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.

### **Авторское право**

Современные школьники - активные пользователи цифрового пространства. Однако далеко не все знают, что пользование многими возможностями цифрового мира требует соблюдения прав на интеллектуальную собственность.

Термин "интеллектуальная собственность" относится к различным творениям человеческого ума, начиная с новых изобретений и знаков, обозначающих собственность на продукты и услуги, и заканчивая книгами, фотографиями, кинофильмами и музыкальными произведениями.

Авторские права - это права на интеллектуальную собственность на произведения науки, литературы и искусства. Авторские права выступают в качестве гарантии того, что интеллектуальный/творческий труд автора не будет напрасным, даст ему справедливые возможности заработать на результатах своего труда, получить известность и признание. Никто без разрешения автора не может воспроизводить его произведение, распространять, публично демонстрировать, продавать, импортировать, пускать в прокат, публично исполнять, показывать/исполнять в эфире или размещать в Интернете.

Использование "пиратского" программного обеспечения может привести к многим рискам: от потери данных к твоим аккаунтам до блокировки твоего устройства, где установлена нелегальная программа. Не стоит также забывать, что существуют легальные и бесплатные программы, которые можно найти в сети.

### **О портале**

Сетевичок.рф - твой главный советчик в сети. Здесь ты можешь узнать о безопасности в сети понятным и доступным языком, а при возникновении критической ситуации обратиться за советом. А также принять участие в конкурсах и стать самым цифровым гражданином!



ДЛЯ ОПОВЕЩЕНИЯ ОБ ОПАСНОСТЯХ, ВОЗНИКАЮЩИХ ПРИ ВОЕННЫХ КОНФЛИКТАХ ИЛИ ВСЛЕДСТВИЕ ЭТИХ КОНФЛИКТОВ, А ТАКЖЕ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИМЕНЯЕТСЯ ЕДИНЫЙ СИГНАЛ

# «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»

## ДЕЙСТВИЯ ПО СИГНАЛУ:

- Включить радио, телевизор, интернет для прослушивания/просматривания экстренного сообщения. **НЕ ПАНИКОВАТЬ!**
- Действовать в соответствии с полученными инструкциями.

Экстренные сообщения передаются в виде речевой информации, повторяясь в течение пяти минут

## СПОСОБЫ ОПОВЕЩЕНИЯ:



Радио



Сирены



Телевизор



Телефон



Автомобиль

При внезапном нападении противника укрытие населения осуществляется в ближайшем заглубленном помещении (подвале), или сооружении подземного пространства (паркинге), включая метрополитен:



Единый телефон вызова экстренных служб

**112**