

# Checklista Cyberbezpieczeństwa

Sprawdź, czy Twoje cyfrowe życie jest bezpieczne. Odznacz punkty, które już stosujesz, i zobacz, nad czym musisz jeszcze popracować!

## Hasła i logowanie

- ☐ Używam **unikalnych haseł** do różnych kont.
- ☐ Moje hasła są **silne** (min. 12 znaków, w tym litery, cyfry, symbole).
- ☐ Mam włączone **2FA (uwierzytelnianie dwuskładnikowe)**.
- ☐ Nie udostępniam nikomu swoich haseł (nawet znajomym).

## Media społecznościowe

- ☐ Mam ustawione konto jako **prywatne** (jeśli to możliwe).
- ☐ Nie publikuję swojej lokalizacji.
- ☐ Sprawdzam, kto może zobaczyć moje posty i relacje.
- ☐ Akceptuję tylko znajomych, których naprawdę znam.

## Wiadomości i linki

- ☐ Nie klikam w dziwne linki (np. „wygrałeś iPhone”).
- ☐ Nie podaję danych logowania przez linki w wiadomościach.
- ☐ Sprawdzam nadawcę wiadomości (czy to na pewno znamy).
- ☐ Wiem, czym jest **Phishing** i **Social engineering**.

## Gry i internet

- ☐ Nie pobieram cheatów, cracków ani „darmowych skinów”.
- ☐ Uważam na kontakty z obcymi (np. w Fortnite czy Roblox).
- ☐ Nie podaję nikomu loginu ani hasła do konta w grze.

## Urządzenia i aplikacje

- ☐ Instaluję aplikacje tylko z oficjalnych sklepów.
- ☐ Regularnie aktualizuję system i aplikację.
- ☐ Korzystam z antywirusa.
- ☐ Blokuję telefon/komputer hasłem lub PIN-em.

## Myślenie i nawyki

- ☐ Zastanawiam się przed kliknięciem („czy to ma sens?”).
- ☐ Pamiętam, że **internet nie zapomina**.
- ☐ Jeśli coś wygląda podejrzanie - ignoruję lub pytam dorosłego.
- ☐ Nie udostępniam prywatnych zdjęć ani informacji.

## Co robię w razie problemu?

- ☐ Natychmiast zmieniam hasło.
- ☐ Zgłaszam konto/wiadomość na platformie.
- ☐ Informuję rodzica, nauczyciela lub zaufanego dorosłego.
- ☐ Nie odpowiadam oszustowi ani hejterowi.

### Najważniejsza zasada

Jeśli coś jest zbyt piękne, by było prawdziwe, to zazwyczaj **nie jest** prawdziwe.

## Rozwijaj swoje kompetencje

Odradzamy dezinformację, promujemy wiedzę.  
Zbuduj fundament pod swoją przyszłą karierę:

[cyber.gov.pl](https://cyber.gov.pl)

[kompetencjefrowe.gov.pl](https://kompetencjefrowe.gov.pl)

### Projekt CyberWizards

#### Zgłoś drużynę na międzynarodowy obóz w Estonii!

Śledź oficjalne kanały Ministerstwa Cyfryzacji i NCC-PL - szczegółowe informacje oraz link do rekrutacji pojawią się już wkrótce.