

ΕΧΕΙΣ ΦΩΝΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ

#exeisfoni

ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΤΕΙΛΕ
SMS ΣΤΟ 100
www.yptp.gr
www.hellenicpolice.gr

Μάθε πώς να
προστατευτείς
εδώ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη



Οδηγίες προς ανηλίκους για την προστασία στο διαδίκτυο



✓ Τήρησε στο διαδίκτυο τους κανόνες που τηρείς και στην πραγματική ζωή.



✓ Μοιράσου τα διαδικτυακά ενδιαφέροντά σου με τους γονείς σου.



✓ Έλεγξε τις ρυθμίσεις απορρήτου και ασφάλειας των λογαριασμών σου (διπλός έλεγχος ταυτότητας / two step verification, σύνθετος κωδικός πρόσβασης).



✓ Απόφυγε την ανάρτηση ή αποστολή προσωπικών στοιχείων και φωτογραφιών στους λογαριασμούς σου όπως ονοματεπώνυμο, διεύθυνση, τηλέφωνο, σχολείο, φωτογραφίες δικές σου ή των συμμαθητών σου.



✓ Μην ανοίγεις μηνύματα/e-mail ή link από αγνώστους.



✓ Τσέκαρε ξανά τους φίλους που έχεις στους λογαριασμούς σου. Τους γνωρίζεις και στην πραγματική ζωή;



✓ Απόφυγε τις συνομιλίες με αγνώστους και μην ανοίγεις ποτέ την κάμερα. Οι κακόβουλοι χρήστες προσπαθούν να κερδίσουν την εμπιστοσύνη σου, δείχνοντας πάντα συμπαθητικοί και διαθέσιμοι.



✓ Ειδοποίησε αμέσως τους γονείς σου αν κάποιος χρήστης σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα σε μια συνομιλία, καθώς και όταν σου ζητήσει να του στείλεις φωτογραφία σου ή να συναντηθείς μαζί του.



✓ Θυμήσου: αν σου συμβεί κάτι που σε φέρνει σε δύσκολη θέση στο διαδίκτυο πρέπει να το πεις και όχι να το υποστείς. Συζήτησέ το με κάποιον ενήλικο που εμπιστεύεσαι, δείχνοντας θάρρος και αποθήκευσε τα όποια αποδεικτικά στοιχεία έχεις στη διάθεσή σου (screenshot φωτογραφιών/ μηνυμάτων).

Μάθε περισσότερα για την ασφαλή πλοήγηση στο www.cyberkid.gov.gr ή κατεβάζοντας την εφαρμογή Cyberkid. Σε περίπτωση ανάγκης, επικοινωνήσε με τη Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος στο 11188 ή στέλνοντας email στο ccu@cybercrimeunit.gov.gr

ΕΧΕΙΣ ΦΩΝΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ

#exeisfoni

ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΤΕΙΛΕ
SMS ΣΤΟ 100
www.yptp.gr
www.hellenicpolice.gr

Μάθε πώς να
προστατευτείς
εδώ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη



Οδηγίες προς ανηλίκους για την προστασία στο διαδίκτυο

Το διαδίκτυο είναι ένας καινούριος κόσμος και για πολλούς πρωτόγνωρος. Προσφέρει διαδραστικότητα, έντονη εναλλαγή εικόνων και συναισθημάτων. Είναι μια εικονική κοινωνία, η οποία διαμορφώνεται παράλληλα με την πραγματικότητα.

Η ασφάλεια του σπιτιού μας όμως, στο οποίο βρίσκεται ο υπολογιστής, μπορεί να μας οδηγήσει στο να μην αντιληφθούμε την απειλή, καθώς ο κίνδυνος δεν είναι άμεσος και ορατός.

Ας δούμε μαζί τους κινδύνους που μας αφορούν!

1. Τα **προσωπικά δεδομένα** όπως το ονοματεπώνυμο, η ηλικία, η κατοικία, το επάγγελμα, η εκπαίδευση, η οικογενειακή και οικονομική κατάσταση, χρησιμοποιούνται σε καθημερινή βάση κατά την περιήγηση στο διαδίκτυο.
2. Τα **μέσα κοινωνικής δικτύωσης** στα οποία βρισκόμαστε καθημερινά δημιουργούν μια εικονική πραγματικότητα πολύ ελκυστική και διαδραστική, η οποία όμως κρύβει και κινδύνους (προβολή τέλειου προτύπου ανθρώπου, παραπλανητικές ειδήσεις/fake news, παραβίαση ιδιωτικότητας κ.α.).
3. Ο **ψηφιακός εκφοβισμός** είναι οποιαδήποτε επαναλαμβανόμενη πράξη εκφοβισμού, επιθετικότητας, παρενόχλησης, απειλητικής συμπεριφοράς που πραγματοποιείται μέσω του διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων.
4. Χρησιμοποιούμε το διαδίκτυο με όρια και κανόνες χωρίς να χάνουμε τον έλεγχο του χρόνου που βρισκόμαστε σε αυτό. Με αυτό τον τρόπο αποφεύγουμε τον **εθισμό στο διαδίκτυο** και περνάμε δημιουργικά τον ελεύθερό μας χρόνο στην πραγματική ζωή.
5. **Σεξουαλικός εκβιασμός και εξαναγκασμός ανηλίκων.** Πολλές φορές προσπαθούν να συνομιλήσουν διαδικτυακά μαζί μας γνωστοί ή όχι χρήστες, οι οποίοι θέλουν να μας πείσουν να τους στείλουμε προσωπικά στοιχεία, φωτογραφίες ή video, χρήματα ή να συναντηθούν μαζί μας. Η ενδεχόμενη αποστολή φωτογραφιών ακόμα και σε γνωστό άτομο, μια δεδομένη στιγμή, μπορεί να έχει αρνητικές συνέπειες μελλοντικά.

Μάθε περισσότερα για την ασφαλή πλοήγηση στο www.cyberkid.gov.gr ή κατεβάζοντας την εφαρμογή Cyderkid. Σε περίπτωση ανάγκης, επικοινωνήστε με τη Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος στο 11188 ή στέλνοντας email στο ccu@cybercrimeunit.gov.gr

ΕΧΕΙΣ ΦΩΝΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ

#exeisfoni

ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΤΕΙΛΕ
SMS ΣΤΟ 100
www.yptp.gr
www.hellenicpolice.gr

Μάθε πώς να
προστατευτείς
εδώ



Συμβουλές

- ✓ Τήρησε στο διαδίκτυο τους κανόνες που τηρείς και στην πραγματική ζωή.
- ✓ Συζήτησε με τους γονείς σου για τη διαδικτυακή σου ζωή, όπως κάνεις και για την πραγματική και πληρογήσου μαζί τους στο διαδίκτυο για να τους δείξεις τα ενδιαφέροντά σου.
- ✓ Βεβαιώσου για την ασφάλεια των λογαριασμών που διατηρείς στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, στα διαδικτυακά παιχνίδια και στις εφαρμογές, ελέγχοντας σχολαστικά τις ρυθμίσεις ασφάλειας αυτών και χρησιμοποιώντας σύνθετο κωδικό πρόσβασης και τη δυνατότητα διπλού ελέγχου ταυτότητας (two step verification).
- ✓ Αν έχεις λογαριασμό σε κάποια ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης, απόφυγε την ανάρτηση προσωπικών στοιχείων (ονοματεπώνυμο, διεύθυνση, τηλέφωνο, σχολείο), καθώς και δικών σου φωτογραφιών ή των συμμαθητών σου.
- ✓ Ρύθμισε τους λογαριασμούς σου προκειμένου να είναι ιδιωτικοί και μην αποδέχεσαι αιτήματα φιλίας από αγνώστους ούτε από «φίλους φίλων». Θυμήσου ότι και στους ιδιωτικούς λογαριασμούς δεν υπάρχει απόλυτη ασφάλεια καθώς υπάρχει πάντα η πιθανότητα να παραβιαστεί τόσο ο λογαριασμός σου, όσο και των φίλων σου και να εκτεθεί το υλικό που έχει αναρτηθεί.
- ✓ Απόφυγε ιστοσελίδες στις οποίες μπορείς να συνομιλήσεις με αγνώστους ή δεν εμφανίζεται το username τους ή απαιτείται χρήση κάμερας.
- ✓ Παίξε διαδικτυακά παιχνίδια με όρια και κανόνες, αποφεύγοντας τη συνομιλία με άγνωστους χρήστες.
- ✓ Μην ανοίγεις ποτέ την κάμερα για να συνομιλήσεις διαδικτυακά με αγνώστους.
- ✓ Οι κακόβουλοι χρήστες που προσεγγίζουν ανηλίκους διαδικτυακά είναι αρχικά πάντα διαθέσιμοι, υποστηρικτικοί και γνωρίζουν τα ενδιαφέροντά σου προκειμένου να σε προσεγγίσουν.
- ✓ Αν κάποιος χρήστης σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα σε μια διαδικτυακή συνομιλία ή σου ζητήσει να βγάλεις φωτογραφία που να δείχνει το σώμα σου και να τη στείλεις, μην το κάνεις σε καμία περίπτωση και ειδοποίησε αμέσως έναν ενήλικο που εμπιστεύεσαι.
- ✓ Μην αποστέλλεις προσωπικές φωτογραφίες ακόμα και σε γνωστά σου άτομα.
- ✓ Μην ανοίγεις μηνύματα/e-mail και κυρίως συνδέσμους (link) που υπάρχουν σ' αυτά, ειδικά αν σου τα έχει στείλει κάποιος άγνωστος.
- ✓ Θυμήσου: αν σου συμβεί κάτι που σε φέρνει σε δύσκολη θέση στο διαδίκτυο πρέπει να το πεις και όχι να το υποστείς. Συζήτησέ το με κάποιον ενήλικο που εμπιστεύεσαι δείχνοντας θάρρος και αποθήκευσε τα όποια αποδεικτικά στοιχεία έχεις στη διάθεσή σου (screenshot φωτογραφιών/μηνυμάτων).



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη



Οδηγίες προς τους πολίτες για την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας

Αν είστε θύμα:

ΕΧΕΙΣ
ΦΩΝΗ
ΕΙΜΑΣΤΕ
ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ
#exeisfoni



ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΤΕΙΛΕ
SMS ΣΤΟ 100
www.yptp.gr
www.hellenicpolice.gr

Μάθε πώς να
προστατευτείς
εδώ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη



- Καλέστε το 100.



- Αν δεν μπορείτε να μιλήσετε, στείλτε SMS στο 100, με την ακριβή διεύθυνση, το ονοματεπώνυμο & το είδος της επείγουσας ανάγκης (π.χ. «κινδυνεύει η ζωή μου», «δέχομαι βία από το/την σύζυγό μου»)



- Εάν δεν μπορείτε εσείς να επικοινωνήσετε με το 100, ζητήστε από κάποιον οικείο ή το γιατρό σας να ειδοποιήσει τις Αρχές για εσάς.



- Αναζητήστε ιατρική περίθαλψη & πείτε στο γιατρό όλη την αλήθεια.



- Υποβάλλετε μήνυση στο πλησιέστερο Αστυνομικό Τμήμα.



- Για κατευθύνσεις και οδηγίες, τηλεφωνήστε ή στείλτε μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail) στις Υπηρεσίες Αντιμετώπισης Ενδοοικογενειακής Βίας της Ελληνικής Αστυνομίας, που βρίσκονται σε όλη την επικράτεια.

- Καλέστε τη γραμμή SOS 15900 της Γενικής Γραμματείας Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων, που απευθύνεται σε γυναίκες για ψυχοκοινωνική στήριξη, νομική συμβουλευτική και φιλοξενία σε ξενώνες. Επικοινωνία και μέσω e-mail στο sos15900@isotita.gr



ΕΧΕΙΣ ΦΩΝΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ

#exeisfoni

ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΤΕΙΛΕ
SMS ΣΤΟ 100
www.yptp.gr
www.hellenicpolice.gr

Μάθε πώς να
προστατευτείς
εδώ



Οδηγίες προς τους ανηλίκους για την προστασία από την σεξουαλική κακοποίηση

Ο παρακάτω ενδεικτικός οδηγός μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τα παιδιά, είτε διαβάζοντάς τον απευθείας, είτε μπορεί να διαβαστεί από τους γονείς, προκειμένου να πάρουν ιδέες για το πώς μπορούν να μιλήσουν με απλό τρόπο στα παιδιά τους για το τι να αποφεύγουν.

Να θυμάσαι ότι:

- ✓ Το σώμα σου είναι δικό σου και κανένας δεν έχει το δικαίωμα να σε αγγίζει με τρόπο που δε θέλεις ή που σε κάνει να νιώθεις άβολα.
- ✓ Δεν υπάρχει κανένα «καλό» άγγιγμα που να είναι ταυτόχρονα και «μυστικό».

Πες «όχι» όταν:

- ✓ Κάποιος σου ζητά να κάνεις κάτι που ξέρεις ότι είναι λάθος.
- ✓ Κάποιος θέλει να σε αγγίξει κάπου που δεν θέλεις εσύ.
- ✓ Κάποιος κάνει κάτι στο σώμα σου, που σε κάνει να νιώθεις περίεργα ή και να πονάς.
- ✓ Κάποιος σου ζητά να κάνεις κάτι και να μην το πεις στους γονείς σου.
- ✓ Κάποιος σου ζητάει να κάνεις κάτι που αφορά το σώμα σου και θέλει να το κρατήσεις μυστικό.

● Ξεχώρισε το «δώρο» από τη «δωροδοκία»: Δώρο είναι κάτι που σου δίνει κάποιος γιατί σε αγαπάει, δωροδοκία είναι όταν κάποιος σου δίνει κάτι ή σε αφήνει να κάνεις κάτι και ζητάει αντάλλαγμα για αυτό.

● Αν σε προβληματίζει ο τρόπος που σε προσεγγίζει ένας ενήλικος, μίλησε σε κάποιον άνθρωπο που εμπιστεύεσαι. Μίλα και μη σταματήσεις να μιλάς μέχρι κάποιος να σε ακούσει.

Μπορείς να απευθυνθείς και μόνος-η σου:

- 1 στην Υποδιεύθυνση Προστασίας Ανηλίκων της Διεύθυνσης Ασφάλειας Αττικής - Γενική Αστυνομική Διεύθυνση Αττικής (ΓΑΔΑ): Λεωφ. Αλεξάνδρας 173, τηλ. 210 6476370, email: ypa.daa@hellenicpolice.gr
- 1 στην Υποδιεύθυνση Προστασίας Ανηλίκων της Διεύθυνσης Ασφάλειας Θεσσαλονίκης: Μοναστηρίου 326, τηλ. 2310 388456.
- 1 στις κατά τόπους Υπηρεσίες Ασφάλειας των Νομών των υπόλοιπων Υπηρεσιών της Ελληνικής Αστυνομίας.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη

