

Η Επιβίωση Μου Στο Διαδουκτιο

“Κριτική παρουσία στο ψηφιακό περιβάλλον!”



Τι είναι η Ψηφιακή Ασφάλεια;



Προστασία συσκευών



Προστασία προσωπικών
δεδομένων



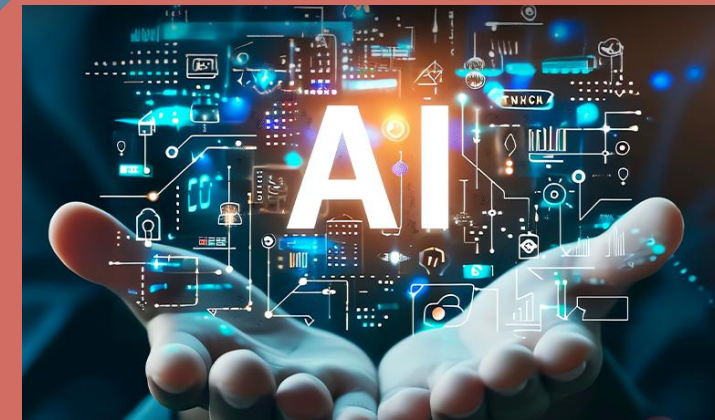
Ψυχική και
συναισθηματική ασφάλεια



Αντιμετώπιση
Παραπληροφόρησης



Ψηφιακά Δικαιώματα,
Επιλογές & Υπευθυνότητα



Υπεύθυνη χρήση
τεχνολογίας



Βασικοί κίνδυνοι στο Διαδίκτυο

Κίνδυνοι κακόβουλου λογισμικού

Το malware εγκαθίσταται χωρίς γνώση και προκαλεί απώλεια δεδομένων και παρακολούθηση συσκευών.

Phishing & ψεύτικα μηνύματα

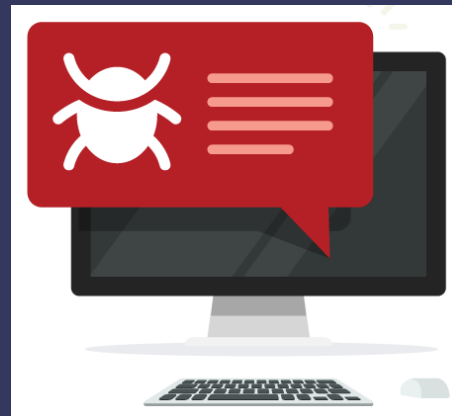
Ψηφιακή απάτη με παραπλανητικά μηνύματα που ζητούν προσωπικά δεδομένα και κωδικούς χρήστη μέσω email.

Απειλές στα κοινωνικά δίκτυα

Πεύτικοι λογαριασμοί (sexting, grooming) εξαπατούν με συναισθηματική χειραγώγηση και κλοπή ταυτότητας.

Cyberbullying και παραπληροφόρηση

Προσβολές και διάδοση ψευδών ή λανθασμένων ειδήσεων επηρεάζουν την κρίση των χρηστών, ιδιαίτερα μέσω social media.



Κακόβουλα λογισμικά



Επίθεση Phishing



Πως προστατεύουμε τις συσκευές και τα δεδομένα μας;



Μεθόδοι προστασίας

🔧 Αναβαθμίσεις συσκευών / εφαρμογών

Κλείνουν κενά ασφαλείας,
Διορθώνουν σφάλματα,
Προσθέτουν νέες λειτουργίες

⚠️ Προσοχή σε άγνωστα links ή αρχεία

προσποιούνται ότι προέρχονται από φίλους, μπορεί να οδηγούν σε ψεύτικες ιστοσελίδες που κλέβουν κωδικούς.

🛡️ Antivirus

firewall (Ελέγχει ποιος μπαίνει και βγαίνει στο δίκτυό μας)
ασφαλείς ρυθμίσεις (Έλεγχος δικαιωμάτων κάμερας, τοποθεσίας)



🔑 Χρήση ισχυρών κωδικών

❌ προσωπικές πληροφορίες
2FA - Διπλός έλεγχος ταυτότητας (χρήση βιομετρικών και εφαρμογών Authenticator/SMS)



Προσωπικά Δεδομένα

όνομα
 συνήθειες
 ο τρόπος που πλοήγησε στο Διαδίκτυο.

εικόνες
 ηλικία

τοποθεσία
 σχολείο

Γιατί έχει σημασία;

- Διαμορφώνει τη φήμη σας στο μέλλον
- Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για παραπλάνηση
- Συνδέεται με δικαιώματα όπως **GDPR** & ιδιωτικότητα

Καλές Πρακτικές:

- Μη δημοσίευση περιεχομένου χωρίς σκέψη
- Κατανόηση όρων χρήσης (που συχνά αγνοούμε)
- Έλεγχος ρυθμίσεων απορρήτου
- Επιλογή εφαρμογών με ασφάλεια



Ψηφιακό αποτύπωμα

Σωματική και ψυχική προστασία



Διαχείριση χρόνου οθόνης

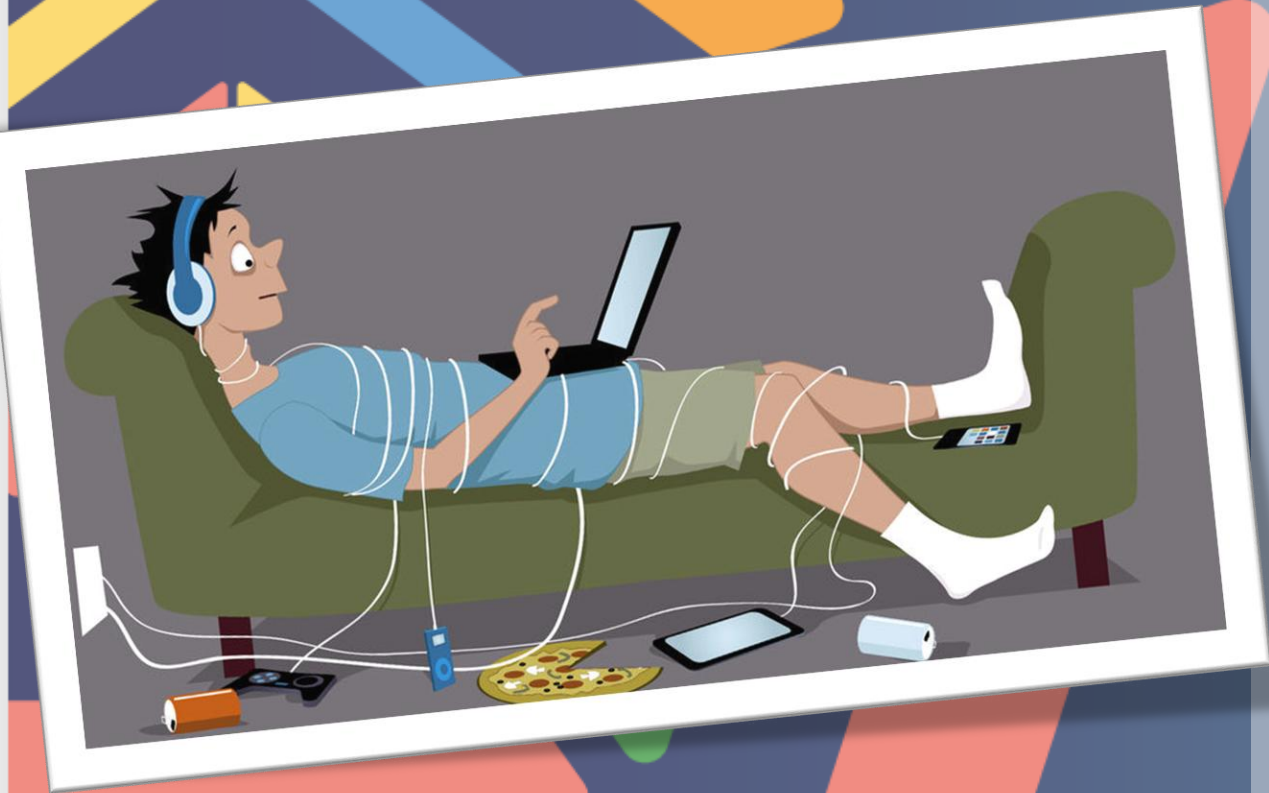
Η θέσπιση ορίων χρόνου, διαλείμματα και αποφυγή συσκευών πριν τον ύπνο μειώνει τον κίνδυνο εθισμού.

Ψηφιακή εξάρτηση

Σίγαση ειδοποιήσεων για λιγότερη διάσπαση

Σκέψου πριν ...

- την επιρροή των social media,
- δημοσιεύσεις,
- απόφυγε άγνωστους,
- μην χρησιμοποιείς δημόσιο Wi-Fi για ευαίσθητα δεδομένα.



Αντιμετώπιση Παραπληροφόρησης & Παραπλανητικού Περιεχομένου



Deepfakes

Αναγνώριση

- fake news & clickbait
- Deepfakes (εικόνες/βίντεο που μοιάζουν πραγματικά)
- Bots & ψεύτικοι λογαριασμοί

Πώς προστατεύομαι;

- Διασταύρωση πληροφοριών σε πολλές πηγές
- Αναγνώριση “σημαδιών” παραπληροφόρησης (τίτλοι που προκαλούν σοκ)
- Κριτική σκέψη απέναντι σε viral περιεχόμενο αξιολόγηση του περιεχομένου σε καθημερινή βάση

Ψηφιακά Δικαιώματα, Επιλογές & Υπευθυνότητα

Συμμετοχή ως
Συνειδητοποιημένος



Ψηφιακός Πολίτης

Ψηφιακά Δικαιώματα

- Επιλέγω ποιος βλέπει τις πληροφορίες μου
- Έχω δικαίωμα να κρατώ ιδιωτικές τις πληροφορίες μου (φωτογραφίες)
- Έχω δικαίωμα πρόσβασης, ενημέρωσης και συμμετοχής (ίσες ευκαιρίες)

Ψηφιακές Επιλογές

- Ποια εφαρμογή ή πλατφόρμα θα χρησιμοποιήσω
- Ποιες ρυθμίσεις θα επιλέξω
- Κάθε ανάρτηση έχει συνέπειες στη φήμη (Digital Footprint) και την ιδιωτικότητα

Υπεύθυνη Ψηφιακή Συμπεριφορά

- Σεβασμός των άλλων χρηστών
- Πνευματικά δικαιώματα προστατεύουν δημιουργούς
- Η ενημερωμένη συγκατάθεση είναι κρίσιμη
- Η αθέμιτη χρήση περιεχομένου (αντιγραφή, κλοπή) έχει συνέπειες!!



Υπεύθυνη Χρήση Τεχνητής Νοημοσύνης (AI)

Πώς λειτουργούν τα εργαλεία AI

- Στην Κύπρο με βάση το υφιστάμενο GDPR χρειάζεται **γόνιμη συναίνεση** για δημιουργία λογαριασμού σε πλατφόρμες GENAI
- Τα εργαλεία AI (π.χ. chatbots, φίλτρα εικόνας) **χρησιμοποιούν αλγορίθμους** που εντοπίζουν μοτίβα και κάνουν προβλέψεις.
- Η AI δεν “σκέφτεται” σαν άνθρωπος.

Πότε μπορεί να είναι **ανακριβή ή παραπλανητικά**

- Τα δεδομένα εκπαίδευσης μπορεί να είναι ελλιπή, προκατειλημμένα ή λανθασμένα.

Τι πρέπει να γνωρίζεις..

- Πολλά συστήματα AI κρατούν τα IP address των συσκευών μας ή χρησιμοποιούν τα δεδομένα που τους δίνουμε.
- Ορισμένα εργαλεία δεν προσφέρουν ισχυρή προστασία απορρήτου.
- Μπορεί να χάσει τον έλεγχο των δεδομένων του (όνομα, διεύθυνση, τηλέφωνο, φωτογραφίες, προσωπικές ιστορίες).



Πού απευθυνθείς αν συμβεί κάτι

Γραμμή Βοήθειας  1480

Γονείς ή κηδεμόνες
Διεύθυνση του σχολείου
Οποιαδήποτε καθηγητή εμπιστεύομαι
(π.χ. Υπεύθυνο Τμήματος, ΣΕΑ, Πληροφορικής)
Αστυνομία (Ηλεκτρονικό Έγκλημα)





Δοκίμασε
τις γνώσεις
σου...

