

Наш адрес:

г. Белгород,
ул. Студенческая д. 17 А
(в здании Центра
молодежных
инициатив)

понедельник – четверг
с 9.00 до 18.00

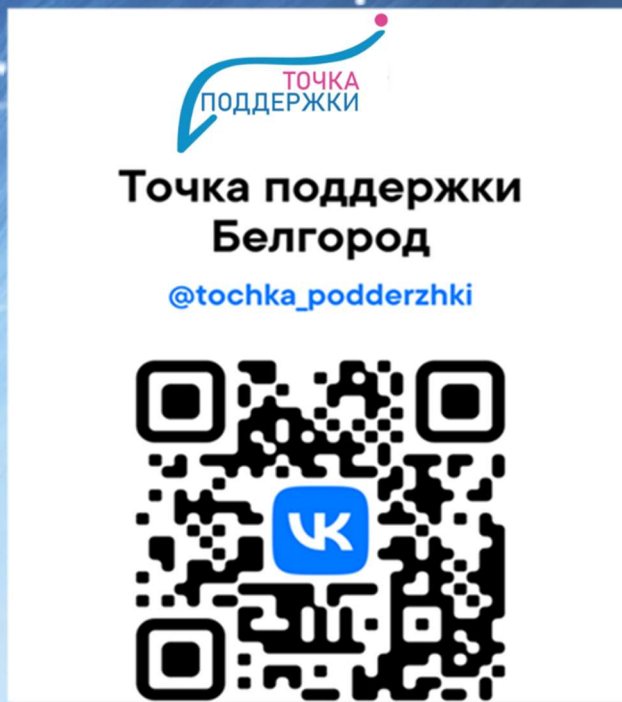
пятница
с 9.00 до 17.00

Тел. 8 (4722) 25-03-89

E-mail: cib@belregion.ru

Единый общероссийский
телефон доверия для
подростков и родителей:

8-800-200-01-22



Полиция России: 02 (102, 112)

Роскомнадзор: eais.rkn.gov.ru/feedback/
(4722)23-27-12

Автономная некоммерческая организация
«Центр изучения и сетевого мониторинга
молодежной среды»: www.cism-ms.ru/ob-organizatsii/

Ассоциация «Лига безопасного
Интернета»: ligainternet.ru/hotline/
тел.: 8 (800-700) 56-76.

«Центр информационной безопасности и психологической помощи»



*Шейфель
Екатерина Борисовна*

Белгород 2022 г.

РЕКОМЕНДАЦИИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ СПРАВИТЬСЯ С КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИЕЙ:

- Следите за собственной реакцией на происшедшее;
- Уделяйте побольше внимания друг другу;
- Говорите с ребенком на понятном ему языке;
- Старайтесь поддерживать обыденный распорядок жизни, формируйте чувство полной безопасности;
- Внимательно следите за проявлением любых признаков стресса;
- Будьте особенно внимательны и чутки с подростками, демонстрирующими симптомы стресса;
- Не забывайте о собственном душевном состоянии.

БЕЗОПАСНОСТЬ В СЕТИ

- Обращайте внимание на то, кого Вы добавляете в друзья;
- Удаляйте аккаунты, которыми Вы не пользуетесь;
- Используйте сложные пароли;
- Настройте усиленную защиту;
- Не используйте конфиденциальную информацию;
- Пользуйтесь сетевым этикетом.
- Интернет помнит всё.



Практические советы:

- ✓ помогите найти хобби;
- ✓ проверяй информацию, которую просматривает ребенок в сети (напр. UniSafeKids, Gerda Bot);
- ✓ совместный семейный досуг;
- ✓ предупредить честно о возможных угрозах в сети;
- ✓ поддерживать

Плохая новость — удалить ничего не получится.

Все, что попало в Сеть или даже в смартфон, останется там навсегда. Стереть данные из Сети – не возможно. Единственный способ избежать утечки информации — не делиться ею.