

SENIORZY WIRTU@LNIĘ



NEWSLETTER

WRZESIEŃ, 2023

O kampanii Seniorzy Wirtu@lnie

Stowarzyszenie Sąddecki Uniwersytet Trzeciego Wieku prowadzi kampanię informacyjno-edukacyjną pod nazwą „Seniorzy Wirtu@lnie”.

Jej celem jest popularyzowanie wiedzy i podnoszenie świadomości w zakresie cyberzagrożeń, bezpiecznego korzystania z nowych technologii oraz narzędzi teleinformatycznych ułatwiających funkcjonowanie seniorom.

Do komunikacji treści o wskazanej powyżej tematyce wykorzystujemy jeden z najpopularniejszych serwisów społecznościowych - Facebook oraz elektroniczny biuletyn - Newsletter, rozsyłany pocztą elektroniczną i umieszczany na stronie internetowej www.sutw.pl.

Kampania realizowana jest w okresie od 1 czerwca do 31 grudnia 2023 r., w ramach projektu dofinansowanego ze środków Rządowego Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych „AKTYWNI+” - edycja 2023.



Po co aktualizować oprogramowanie w telefonie i komputerze

Systematyczne aktualizacje oprogramowania – czyli instalacje jego nowszych, poprawionych wersji – to podstawa! Pozwalają chronić urządzenia i dbać o bezpieczeństwo w sieci. **Nowe wersje programów czy aplikacji zwykle naprawiają błędy, zawierają nowe funkcjonalności, wpływają również na wygodę użytkownika sprzętów.**

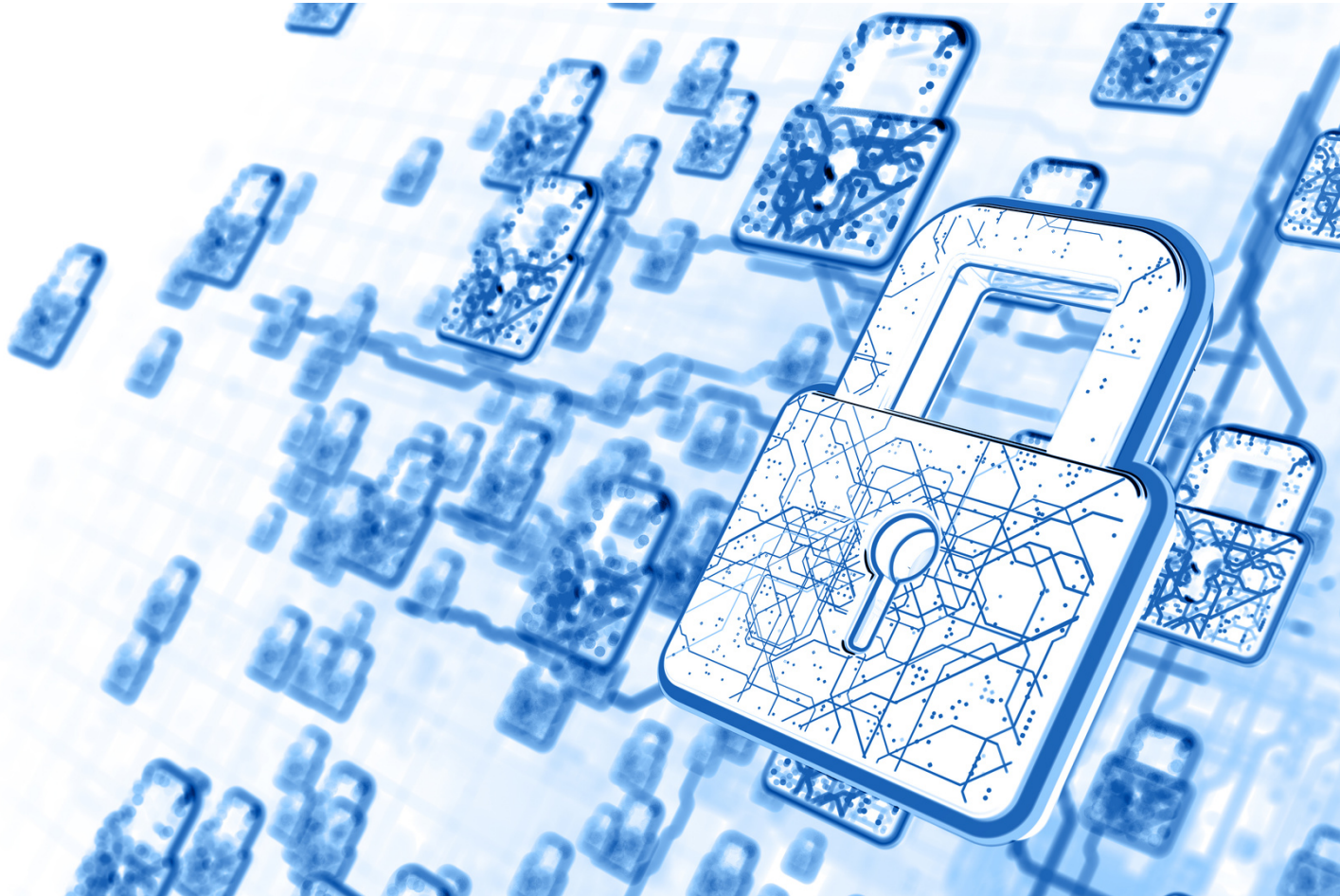
Aby być zawsze na bieżąco z kolejnymi aktualizacjami można np. włączyć automatyczne pobieranie aktualizacji (w ustawieniach telefonu czy komputera).

Źródło:
Poradnik „ABC cyberbezpieczeństwa”, NASK, 2022

www.sutw.pl

@SadeckiUTW

Październik Europejskim Miesiącem Cyberbezpieczeństwa



WARTO WIEDZIEĆ

Październik to Europejski Miesiąc Cyberbezpieczeństwa (European Cyber Security Month).

Ogólnoeuropejska kampania, znana jako ECSM, organizowana jest przez ENISA z inicjatywy Komisji Europejskiej. W 2023 roku będzie miała miejsce 11. edycja tej akcji.

Jakie są postawy Polaków wobec cyberbezpieczeństwa

Z najnowszej edycji badania „Postawy Polaków wobec cyberbezpieczeństwa”, opublikowanego przez Warszawski Instytut Bankowości oraz Związek Banków Polskich wynika, że coraz częściej Polacy wskazują problem dezinformacji jako duże zagrożenie w cyberprzestrzeni, a 9 na 10 ankietowanych przyznaje, że potrzeba większej edukacji cyfrowej.

Więcej na ten temat przeczytasz [TUTAJ](#).



Ataki socjotechniczne - dlaczego oszuści są skuteczni?

Ataki psychologiczne są przeprowadzane w taki sposób, aby wzbudzić w nas określone emocje, a także podjąć określone działania. Podanie się za przedstawiciela urzędu, policji czy też innej instytucji ma na celu wzbudzenie zaufania, a uwiarygodnieniu przedstawianej historii może towarzyszyć podanie szczegółów związanych z wykonywaną pracą.

Oszuści przeważnie oferują pomoc i wsparcie w rozwiązaniu problemu (np. przy zablokowanym koncie bankowym lub nieopłaconej fakturze) i namawiają do podjęcia określonych czynności np. zainstalowanie oprogramowania, kliknięcie w podestany link. Presja czasu dodatkowo potęguję poczucie zagrożenia i nieprzemyślane działania.

Pamiętajmy, że oszuści nie tylko podszywają się pod pracowników instytucji, socjotechniki używają także osoby, które próbują wyłudzić dane czy też pieniądze za pośrednictwem kont w mediach społecznościowych lub przejętych profili innych użytkowników.

Więcej informacji o tym, co powinno nas zaniepokoić, w jaki sposób reagować na podejrzaną wiadomość bądź telefon, gdzie zgłaszać próby oszustwa znajdziecie na stronie:

<https://www.gov.pl/web/baza-wiedzy/socjotechnika--dlaczego-cyberprzestepcy-sa-skuteczni>



Bezpłatny kurs online

Czy słyszeliście już o **Akademii ABCSenior.com**? To platforma, gdzie można nauczyć się czegoś nowego, podsłuchać ciekawostek i porad, porozmawiać ze specjalistami w różnych dziedzinach. Jej pomysłodawcą jest Krajowy Instytut Gospodarki Senioralnej.

W październiku na platformie rozpocznie się nieodpłatny kurs online **"Mój pierwszy smartfon – jak zacząć korzystać ze smartfonu i wykorzystywać jego funkcjonalności na co dzień"**. Zajęcia adresowane są zarówno do osób, które dopiero rozpoczynają przygodę ze smartfonem, jak również osób, które już od dawna go używają.

Łącznie zaplanowanych jest 10 spotkań, każde z nich trwa 1 godzinę zegarową. Pierwsze spotkanie odbędzie się 9 października, o godz. 10.00.

Ze szczegółowym planem zajęć można zapoznać się klikając [TUTAJ](#).





Aplikacja przypomni o lekach

mojelKP to bezpłatna aplikacja na telefon, która daje dostęp do najważniejszych funkcjonalności **Internetowego Konta Pacjenta**. Zapewnia m.in.: wygodny dostęp do e-recept i e-skierowań, ułatwia wykup leków, zapewnia dostęp do dokumentów i osób, które Cię upoważnią.

W aplikacji mojelKP można także uruchomić funkcję, która przypomni o regularnym braniu leków.

Możesz ją pobrać na systemy Android z Google Play lub iOS z App Store.

Więcej informacji na stronie:
<https://pacjent.gov.pl/internetowe-konto-pacjenta/poznaj-mojeikp>

Polecamy Biuletyn OUCH!

OUCH! to wydawany cyklicznie darmowy Biuletyn Bezpieczeństwa Komputerowego. W każdym numerze znajdziecie krótkie, przystępne przedstawienie wybranego zagadnienia z bezpieczeństwa komputerowego wraz z listą wskazówek jak można chronić siebie, swoich najbliższych i swoją organizację.

Biuletyn OUCH! jest wydawany aż w 22 językach. Polska wersja biuletynu ukazuje się od kwietnia 2011 w ramach współpracy CERT Polska i SANS Institute.

Wszystkie wydania znajdziecie na stronie:
<https://cert.pl/ouch>



Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej

Newsletter wydany w ramach projektu
 "Sądecki Seniorzy Wirtu@Inie" współfinansowanego ze środków Rządowego Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych "AKTYWNI+" - edycja 2023

WYDAWCA:

Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku
 33-300 Nowy Sącz, ul. Jagiellońska 18
 tel. 18 443 57 08



www.sutw.pl



@SadeckiUTW