



Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

Eurhope

EU as a solidarity's house for minors out of home
Erasmus+ project n. 2023-2-IT03-KA220-YOU-
000184370



**Agenzia Italiana
per la Gioventù**



**Co-funded by
the European Union**

Digital Skills Module 3

Sicurezza

CUORE
IMPRESA SOCIALE



**Ca cordoba
acoge**
RED **acoge**



**HELLENIC
AMERICAN
UNION**



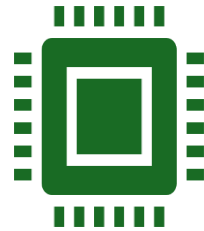
PROGETTO FAMIGLIA
CENTRO STUDI AFFIDO

In questo modulo parleremo di:



Protezione dei dati e della Privacy

Comprendere l'importanza della protezione della privacy
Comprendere e gestire il footprint digitale



Strategie per la protezione della privacy

Pratiche online sicure (Truffe informatiche, frode, addestramento minorile, impostazione privacy dei social media)



Impatto delle nuove tecnologie sul benessere

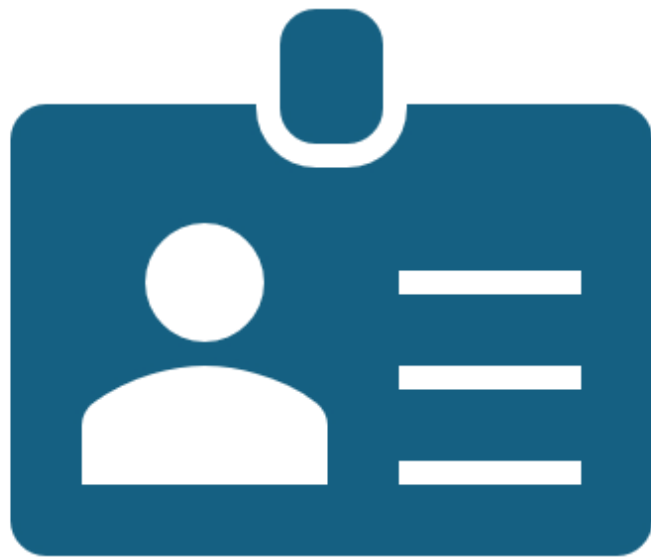
Discussione sui potenziali rischi e benefici dell'uso della tecnologia

L'impatto dei social media, dello stare costantemente connessi e del tempo trascorso davanti allo schermo sulla salute mentale.

Strategie per il mantenimento del benessere digitale (bilanciamento dell'uso della tecnologia, pratiche di disintossicazione digitale)

Protezione dei dati e della privacy





Perché la protezione dei dati personali è importante?

- 1. Tutela della privacy:** informazioni personali (indirizzi, numeri di telefono e account di social media). Se queste informazioni cadono nelle mani sbagliate, ciò può comportare una perdita di privacy e un potenziale uso improprio.
- 1. Prevenire il furto di identità:** i ladri di identità possono utilizzare le tue informazioni personali per commettere frodi, aprire conti o contrarre debiti a tuo nome.
- 1. Sicurezza online:** la condivisione di informazioni personali online può renderti vulnerabile al cyberbullismo, ai predatori online e alle truffe.
- 1. Implicazioni future:** le informazioni condivise online possono rimanere accessibili per anni. Post imbarazzanti o inappropriati possono influenzare le opportunità future, come l'ammissione all'università o le prospettive di lavoro.

Ma non ho nulla da nascondere...

Proteggere le tue informazioni personali non significa nasconderle ma avere l'autonomia e la libertà di prendere le tue decisioni.

E::

Devi proteggerti dalle minacce che ancora non esistono.

Non si sa mai quale sarà la combinazione di informazioni personali e nuove tecnologie che porterà a minacce future. Per prepararti a questi assalti sconosciuti ai tuoi dati, l'unica cosa che puoi fare è renderli meno accessibili.





Qual è la tua impronta digitale?

- Lasciamo impronte sulla sabbia mentre camminiamo. In modo simile, lasciamo impronte digitali mentre facciamo qualsiasi cosa online.
- Guarda il seguente video

<https://www.youtube.com/watch?v=7bRZdUtmH8k>

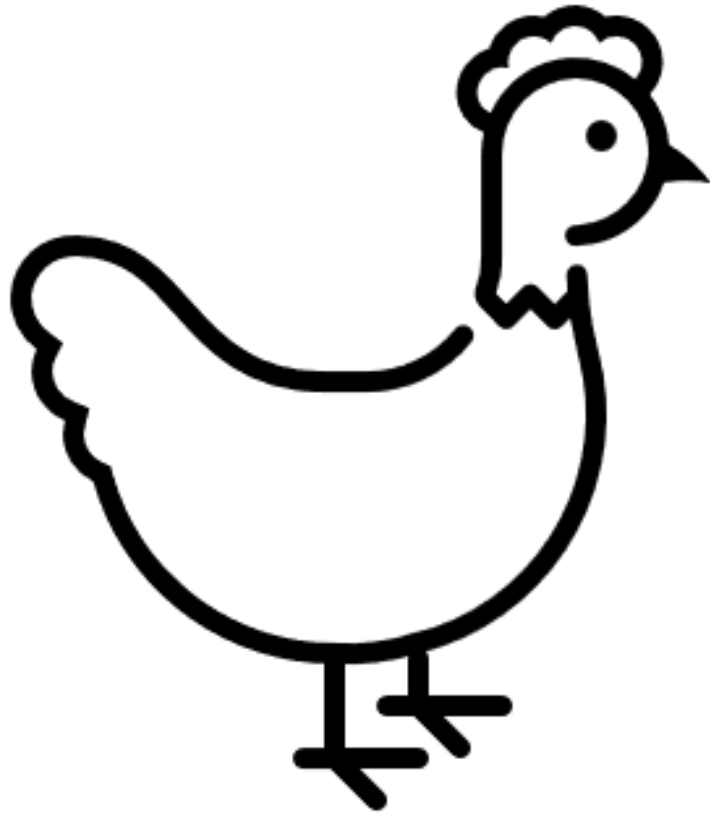
Perché dovrebbe interessarti?

- Perché tutto ciò che cerchi, sfogli, scrivi, scrivi, carichi, su cui fai clic, metti mi piace, ecc. è **PERMANENTE** e può influenzare la tua vita oggi e domani.

Il “privacy chicken”

Il pollo della privacy

<https://www.nytimes.com/interactive/2020/01/21/opinion/privacy-chicken-game.html>



È facile vincere! Rinuncia semplicemente alle tue informazioni personali. O anche tu sei un pollo?



Strategie di tutela della privacy

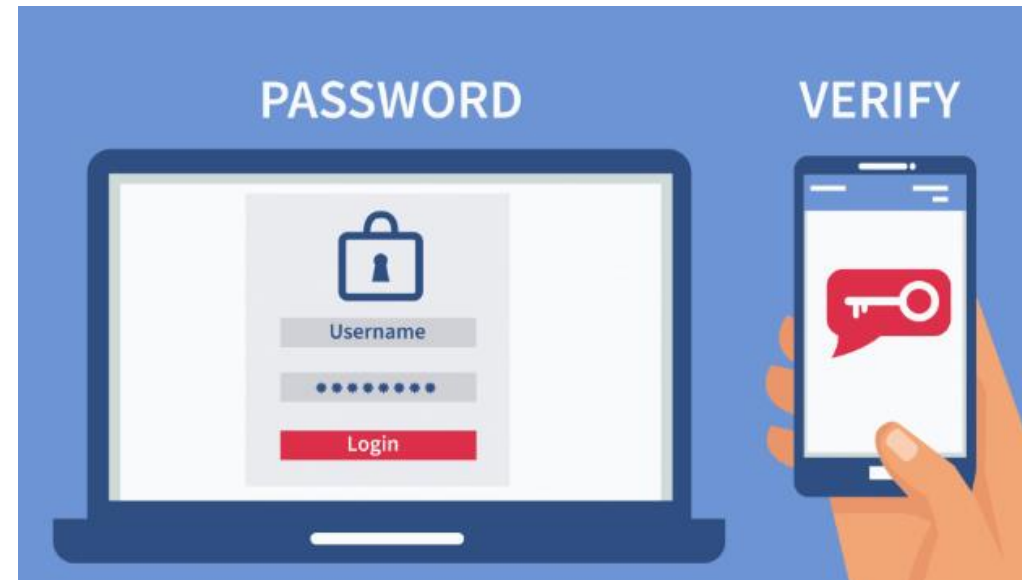
Password complesse e autenticazione a due fattori

Utilizza combinazioni di lettere maiuscole e minuscole, numeri e simboli per password complesse e difficili da indovinare. Prova a impostare password lunghe con 8-12 caratteri. Mantieni le tue password private.

Compara:

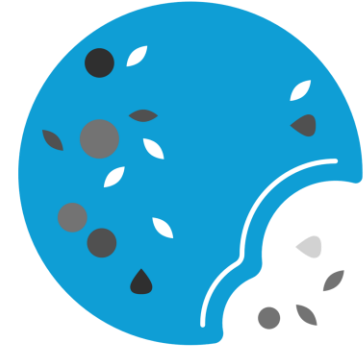
john23102015 and **j0hn2eF@!**

Quando viene fornita un'opzione di autenticazione a due fattori, accettala. Aggiunge un altro livello di sicurezza ai tuoi account.





Blocca i cookie di tracciamento



We and our partners process data to provide:

Store and/or access information on a device. Personalised advertising and content, advertising and content measurement, audience research and services development.

IAB and Google Vendors

I Accept

Reject All

[Manage Choices](#)

Rendi privati i tuoi account sui social media

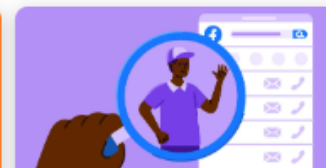
- Aggiungi solo le persone che conosci come amici. Pulisci spesso l'elenco dei tuoi amici.
- Modifica le impostazioni dei social media su "Solo amici" per ridurre il numero di persone che possono visualizzare i tuoi post.
- Utilizza il controllo della privacy
- Su Facebook, attiva la "Revisione sequenza temporale" in modo da poter rivedere e approvare tutti i contenuti in cui sei stato taggato prima che vengano visualizzati sulla

Privacy checkup

We'll guide you through some settings so you can make the right choices for your account. What topic do you want to start with?



Who can see what you share
● 2 years ago



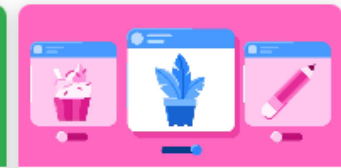
How people can find you on Facebook
● More settings



How to keep your account secure
● 2 years ago



Your data settings on Facebook
● 2 years ago



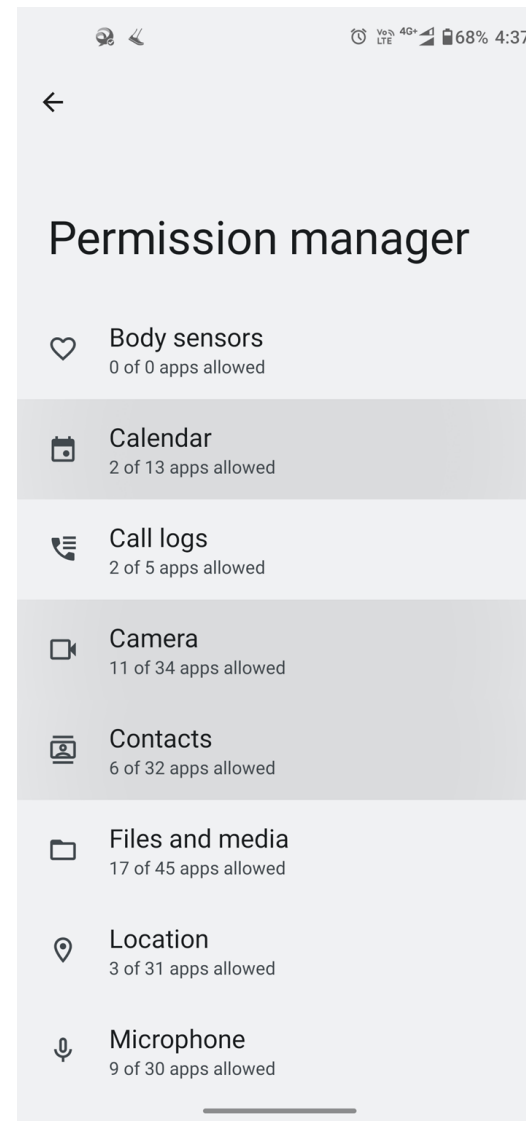
Your ad preferences on Facebook
● 2 years ago

Modifica le impostazioni sulla privacy e le autorizzazioni per le app

Personalizza le impostazioni sui tuoi dispositivi e all'interno delle applicazioni più diffuse, per avere il controllo sui tuoi dati.

Questo vale per le app scaricate sul cellulare e per le app disponibili sui social media, ad es. Facebook.

Vai su Impostazioni, Privacy, Gestione autorizzazioni per vedere che tipo di diritti hanno le tue app



Navigazione sicura

- Dovresti evitare la rete Wi-Fi pubblica per attività sensibili, al fine di ridurre al minimo l'esposizione a potenziali malware.



Fai attenzione alle truffe di phishing/smishing

Si tratta di e-mail o sms che cercano di indurti con l'inganno a fornire le tue informazioni personali. Evita di fare clic su collegamenti sospetti o di scaricare allegati.

Il seguente video fornisce alcuni consigli utili:

<https://www.youtube.com/watch?v=DA4ubFS11gE&list=PL-VLWao2gONvMXuGsFVDA6xXvVILHXZbz&index=7>

Attention! Your PayPal account will close soon!

Dear Member,

We have faced some problems with your account Please update the account .If you do not update will be Closed.

To Update your account, just confirm your informations.(It only takes a minute.)

It's easy:

1. Click the link below to open a secure browser window.
2. Confirm that you're the owner of the account, and then follow the instructions.

[Relog in your account now](#)

Attenzione all'adescamento online

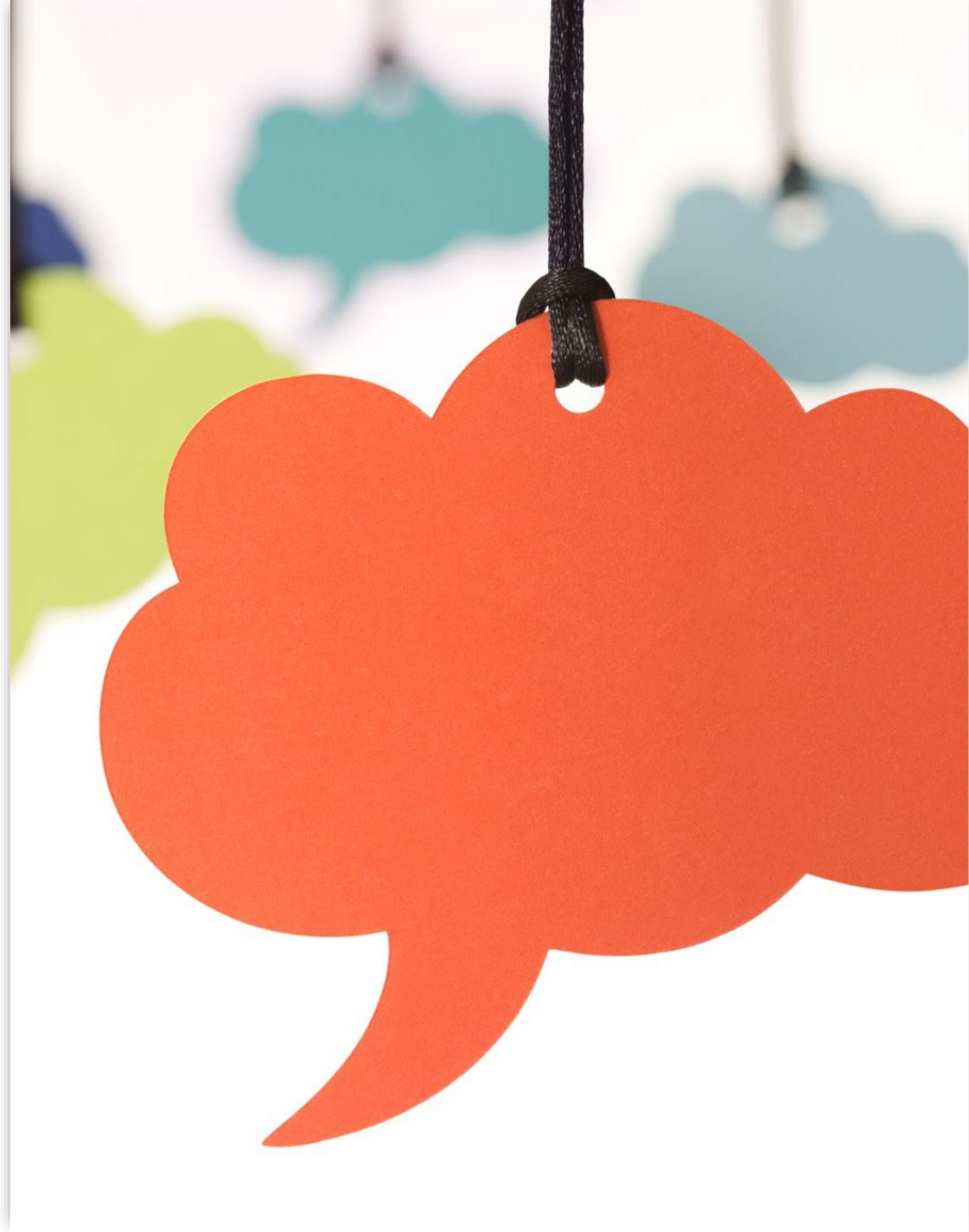
L'adescamento online è il momento in cui qualcuno fa amicizia con un bambino online e costruisce la sua fiducia con l'intenzione di sfruttarlo e causargli del male.

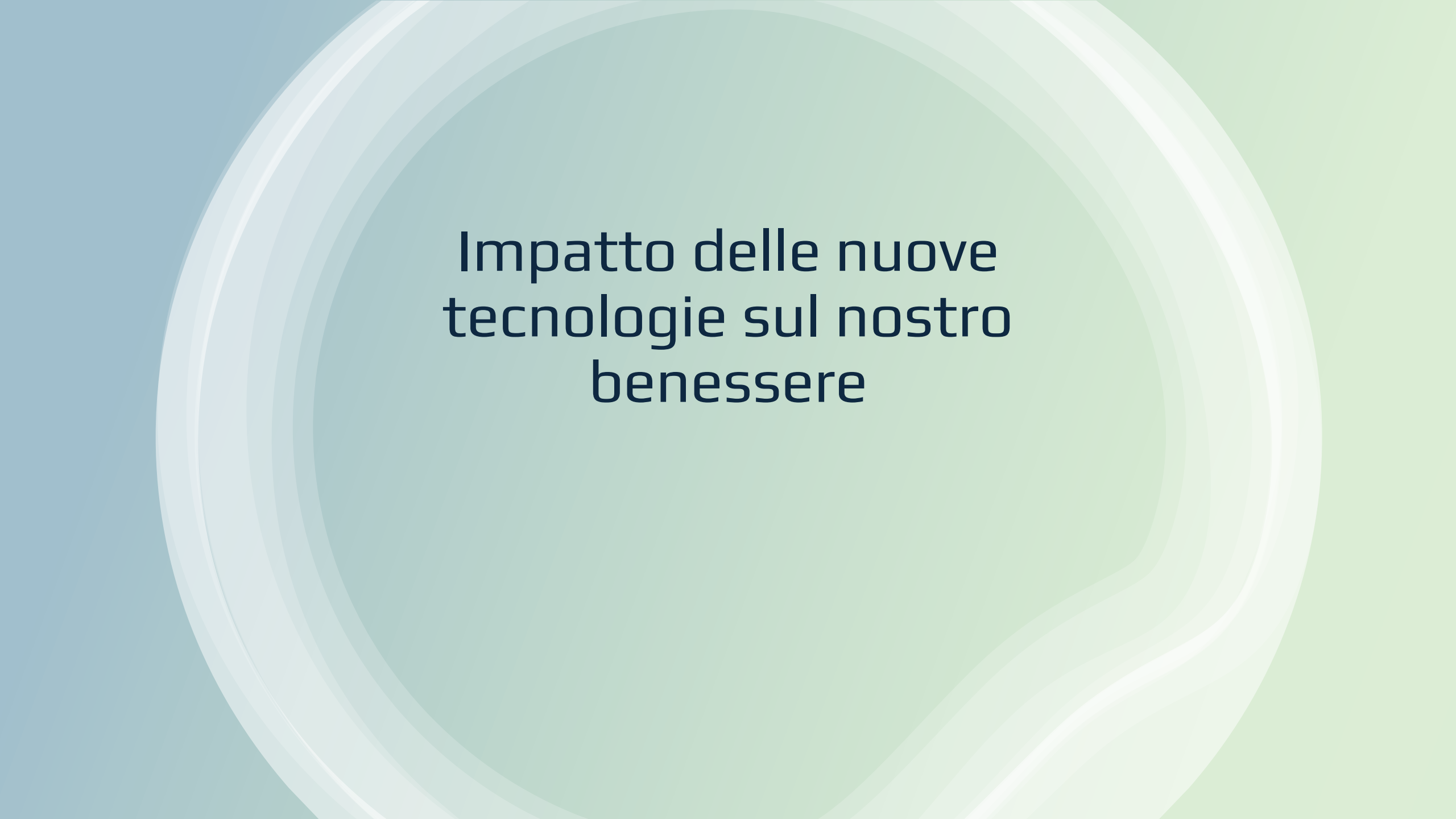
- <https://www.youtube.com/watch?v=TZ6bvYydog4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=kCX8f4j6wmc>



Evita il sexting

- Il sexting consiste nell'**invio**, nella **ricezione** o nell'**inoltrato** di **messaggi**, **fotografie** o **video sessualmente espliciti**, principalmente tra telefoni cellulari.
- E, questa non è una buona idea. Vediamo perchè: <https://youtu.be/r7GPpSwzeT0>





**Impatto delle nuove
tecnologie sul nostro
benessere**

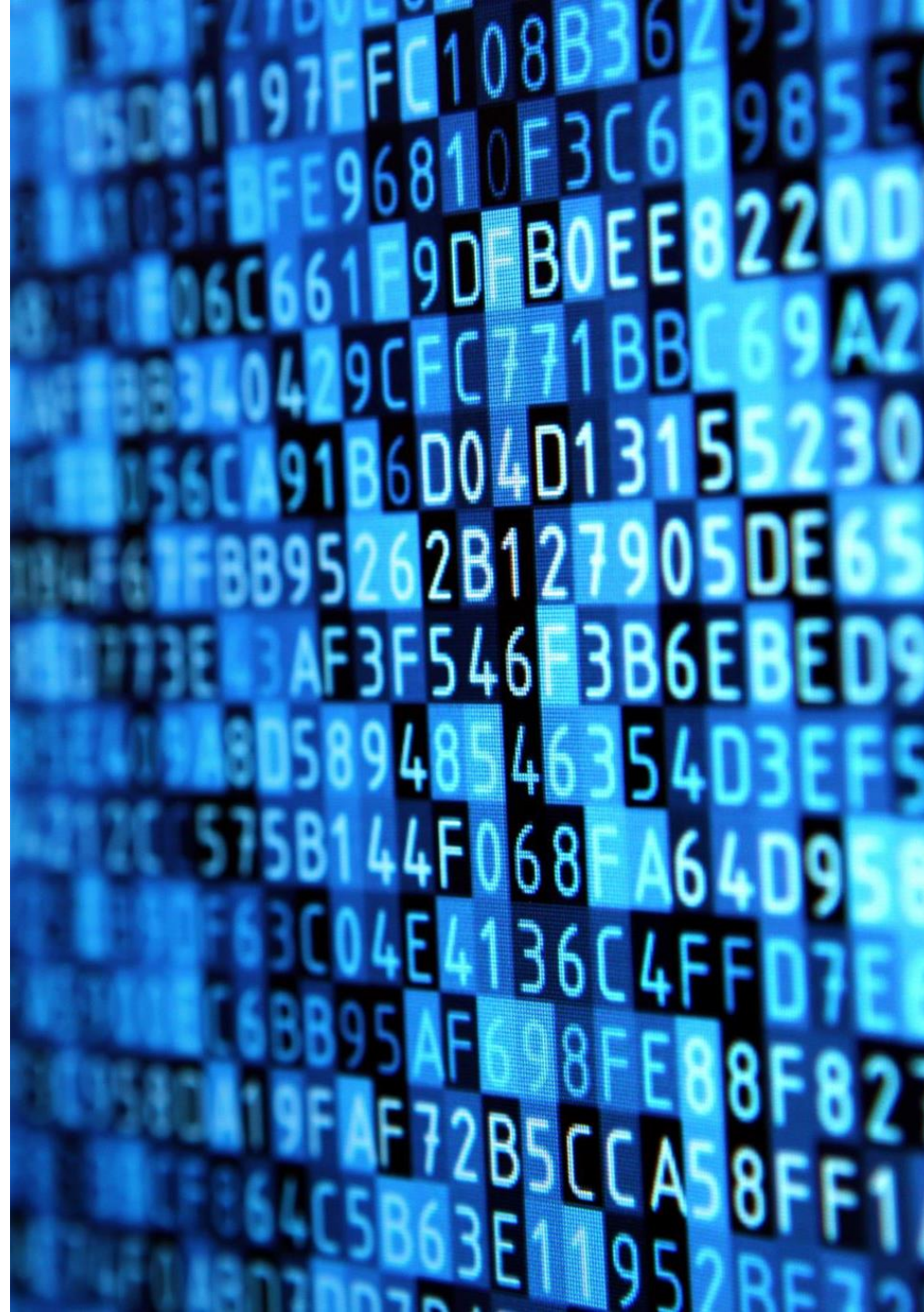
In che modo l'uso eccessivo della tecnologia può influire sulla nostra salute?

- Lo stare connessi costantemente (tramite smartphone e piattaforme di social media) può portare a sentimenti di sopraffazione ed esaurimento. La ricerca suggerisce che il tempo eccessivo trascorso davanti allo schermo e il multitasking digitale possono disturbare i ritmi del sonno e contribuire a creare sentimenti di isolamento.
- L'uso eccessivo della tecnologia può sottrarre tempo ad attività come il sonno, l'esercizio fisico e la socializzazione, che sono tutte importanti per il nostro benessere.



Individua i segni della dipendenza digitale e del burndown

- Ansia costante
- Ritmi di sonno irregolari
- Bassi livelli di energia
- Segni di irritabilità e stanchezza costante
- Sfuggire alle interazioni faccia a faccia



Creare il tuo piano di disintossicazione digitale



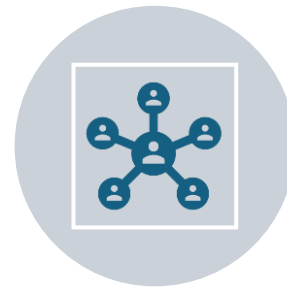
Bilancia la tua giornata in modo che ci sia abbastanza tempo per dormire, mangiare, studiare, fare esercizio, incontrare amici e trascorrere del tempo online



Valuta di quanti social media hai veramente bisogno e mantieni solo un paio di account



Imposta un piano di notifica. Non consentire notifiche praticamente per tutto.



Prova a incontrare gli amici di persona. Questo è il tuo mondo reale. 1000 amici o follower digitali non ti rendono popolare o felice. 2 amici nella vita reale possono farti sentire più connesso.

COSE DA TENERE IN MENTE

- L'informazione è denaro. Le tue informazioni consentono ad altri di guadagnare denaro
- Non vittimizzarti sovraesponendo la tua vita
- Niente è gratis
- Non tutti online sono chi dicono di essere
- Se qualcosa è troppo bello per essere vero, probabilmente non lo è
- Non restare a lungo nella tua vita digitale dimenticando quella reale





Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

Eurhope

EU as a solidarity's house for minors out of home
Erasmus+ project n. 2023-2-IT03-KA220-YOU-
000184370



Agenzia Italiana
per la Gioventù



Co-funded by
the European Union

Thank You

CUORE
IMPRESA SOCIALE



Ca cordoba
acoge
RED acoge



HELLENIC
AMERICAN
UNION



PROGETTO FAMIGLIA
CENTRO STUDI AFFIDO