

# CYBERBEZPIECZEŃSTWO

Powiatowy Urząd Pracy w Rypinie Data publikacji: 19.05.2023

---

**Realizując zadania, wynikające z art. 22 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 5 lipca 2018 r. o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa (Dz.U. z 2020 r. poz. 1369, z późn.zm.), przekazujemy Państwu informacje pozwalające na zrozumienie zagrożeń występujących w cyberprzestrzeni oraz porady jak skutecznie stosować sposoby zabezpieczenia się przed tymi zagrożeniami.**

**Cyberbezpieczeństwo** zgodnie z obowiązującymi przepisami to „odporność systemów informacyjnych na działania naruszające poufność, integralność, dostępność i autentyczność przetwarzanych danych lub związanych z nimi usług oferowanych przez te systemy” (art. 2 pkt 4) Ustawy z dnia 5 lipca 2018 r. o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa (tj. Dz.U. 2020 poz. 1369).

## Najpopularniejsze zagrożenia w cyberprzestrzeni:

- ataki z użyciem szkodliwego oprogramowania (malware, wirusy, robaki, itp.),
- kradzieże tożsamości,
- kradzieże (wyłudzenia), modyfikacje bądź niszczenie danych,
- blokowanie dostępu do usług,
- spam (niechciane lub niepotrzebne wiadomości elektroniczne),
- ataki socjotechniczne (np. phishing, czyli wyłudzenie poufnych informacji przez podszywanie się pod godną zaufania osobę lub instytucję).

## Sposoby zabezpieczenia się przed zagrożeniami:

- Zainstaluj i używaj oprogramowania przeciw wirusom i spyware. Najlepiej stosuj ochronę w czasie rzeczywistym.
- Aktualizuj oprogramowanie antywirusowe oraz bazy danych wirusów (dowiedz się czy twój program do ochrony przed wirusami posiada taką funkcję i robi to automatycznie),
- Aktualizuj system operacyjny i aplikacje bez zbędnej zwłoki,
- Nie otwieraj plików nieznanego pochodzenia,
- Nie korzystaj ze stron banków, poczty elektronicznej czy portali społecznościowych, które nie mają ważnego certyfikatu, chyba, że masz stuprocentową pewność z innego źródła, że strona taka jest bezpieczna,
- Nie używaj niesprawdzonych programów zabezpieczających czy też do publikowania własnych plików w Internecie (mogą one np. podłączać niechciane linijki kodu do źródła strony),
- Co jakiś czas skanuj komputer i sprawdzaj procesy sieciowe – jeśli się na tym nie znasz poproś o sprawdzenie kogoś, kto się zna. Czasami złośliwe oprogramowanie nawiązujące własne połączenia z Internetem, wysyłające twoje hasła i inne prywatne dane do sieci może się zainstalować na komputerze mimo dobrej ochrony – należy je wykryć i zlikwidować,
- Sprawdzaj pliki pobrane z Internetu za pomocą skanera,
- Staraj się nie odwiedzać zbyt często stron, które oferują niesamowite atrakcje (darmowe filmiki, muzykę, albo łatwy zarobek przy rozsyłaniu spamu) – często na takich stronach znajdują się ukryte wirusy, trojany i inne zagrożenia,
- Nie zostawiaj danych osobowych w niesprawdzonych serwisach i na stronach, jeżeli nie masz absolutnej pewności, że nie są one widoczne dla osób trzecich,
- Nie wysyłaj w e-mailach żadnych poufnych danych w formie otwartego tekstu – niech np. będą zabezpieczone hasłem i zaszyfrowane – hasło przekazuj w sposób bezpieczny,
- Pamiętaj o uruchomieniu firewalla,
- Wykonuj kopie zapasowe ważnych danych,
- Pamiętaj, że żaden bank czy Urząd nie wysyła e-maili do swoich klientów/interesantów z prośbą o podanie hasła lub loginu w celu ich weryfikacji.

**Więcej informacji znajdziecie Państwo na stronie Ministerstwa Cyfryzacji** <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja>

oraz

- portalu, którego celem jest podnoszenie poziomu świadomości społecznej i promowanie bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni: [www.stojpomyslpolacz.pl](http://www.stojpomyslpolacz.pl)
- Biuletyn Ouch! – darmowy zestaw porad bezpieczeństwa dla użytkowników komputerów: [www.cert.pl/ouch](http://www.cert.pl/ouch)
- Artykuły z zakresu cyberbezpieczeństwa: [www.cert.pl](http://www.cert.pl)