



Pomáhat a chránit

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY
KRAJSKÉ ŘEDITELSTVÍ POLICIE MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJE

kancelář ředitele krajského ředitelství
oddělení prevence



Ostrava 11. února 2026

BEZPEČNOST V ONLINE PROSTORU – PREVENCE A OCHRANA

V dnešní digitální době se internet stal neodmyslitelnou součástí našich každodenních životů. Je to prostor, kde pracujeme, učíme se, komunikujeme a je zdrojem zábavy. S rostoucími možnostmi však přicházejí i rizika. Kyberkriminalita, kyberšikana, nebezpečný obsah a zneužívání osobních údajů jsou pouze některé z faktorů, které mohou ohrozit nás i naše děti. Přestože Den bezpečnějšího internetu letos vyšel na 10. února, je potřeba se tomuto tématu věnovat celoročně a připomenout si prevenci těchto nebezpečí a zlepšení ochrany online prostoru.

DŮLEŽITÉ BODY DIGITÁLNÍ BEZPEČNOSTI

1. Ochrana osobních údajů:

Všichni jsme si vědomi, že naše osobní údaje jsou na internetu cenným zbožím. Hackeři, podvodníci a různé zneužívající subjekty mohou získat přístup k citlivým informacím, jako jsou naše jména, adresy, bankovní údaje nebo zdravotní historie. Opatrnost při sdílení informací na sociálních sítích, silná hesla a používání dvoufázového ověření jsou základními kroky ochrany.

2. Kyberšikana a její rizika:

Kyberšikana je v současnosti jedním z nejzávažnějších problémů, zejména mezi mladými lidmi. Pomluvy, výhrůžky, urážky a šíření ponižujících obrázků mohou mít devastující dopad na psychiku obětí. V prevenci kyberšikany je klíčové podporovat otevřenou komunikaci mezi dětmi a rodiči, učiteli a kolegy, a také se učit, jak se správně bránit.

3. Nelegální obsah a internetové hrozby:

Na internetu se často vyskytují nelegální a nevhodné materiály, včetně pornografie, násilí nebo extremismu. Významným krokem v ochraně mladších uživatelů je nastavení ochranných prvků a pravidelný dohled nad aktivitami dětí na internetu.

4. Digitální zodpovědnost

Každý uživatel by měl být odpovědný za své chování online. Zároveň by měla být věnována pozornost etickému jednání, jako je ochrana duševního vlastnictví a odpovědnost za sdílený obsah.

Špálova 3
702 00 Ostrava

www.policie.cz

Tel.: +420 974 722 233
Email: krpt.prevence@pcr.cz

JAK CHRÁNIT SEBE A SVÉ BLÍZKÉ?

Nastavte bezpečnostní opatření:

- Používejte silná, unikátní hesla pro každý účet a pravidelně je měňte.
- Aktivujte dvoufázové ověření pro důležité účty.
- Nastavte filtry pro rodičovskou kontrolu a sledujte, co děti na internetu dělají.

Buďte opatrní při sdílení informací:

- Nezveřejňujte příliš mnoho osobních údajů na sociálních sítích.
- Buďte obezřetní při klikání na odkazy, zejména pokud pocházejí z neznámých zdrojů (phishing).

Komunikujte s dětmi:

- Učte děti o rizicích internetu jako je kyberšikana nebo online komunikaci s cizími lidmi.
- Povzbuzujte je k tomu, aby o svých zkušenostech mluvily a věděly, kde hledat pomoc, pokud se dostanou do problémů.

Naučte se rozpoznat varovné signály:

- Mějte na paměti, že každý kyberútok může mít různé podoby (podvodné e-maily, nelegální software a nebezpečné aplikace).
- Pokud se nabídka tváří příliš dobře, zpozorněte! Může se jednat o podvod.

Den bezpečnějšího internetu je nejen příležitostí k zamyšlení nad tím, jak se chováme online, ale také k tomu, abychom společně vytvořili bezpečnější a zodpovědnější internet pro všechny. Nezapomínejme, že každé kliknutí a každý sdílený obsah má své důsledky. Zodpovědné používání internetu je klíčem k ochraně nejen našich osobních údajů, ale i bezpečnosti nás všech.

Pamatuj: **INTERNET JE DOBRÝ SLUHA, ALE ZLÝ PÁN!**

Krajské ředitelství policie Moravskoslezského kraje
nprap. Mgr. Bc. Lenka Stočes Hubertová
oddělení prevence



Špálova 3
702 00 Ostrava

Tel.: +420 974 722 233
Email: krpt.prevence@pcr.cz