



## **SZKOLENIE ONLINE: Moja tożsamość cyfrowa - jak ją chronić i zarządzać?**

2025-02-06

**Centrum Obywatelskie - ul. Reymonta 20 wraz z Krakowskim Forum Organizacji Społecznych KraFOS zapraszają na szkolenie, podczas których uświadomimy uczestnikom, czym jest tożsamość cyfrowa, jak ją chronić oraz jak świadomie zarządzać swoją obecnością w internecie, by uniknąć zagrożeń związanych z jej kradzieżą lub niewłaściwym wykorzystaniem.**

Tożsamość cyfrowa to kluczowy element naszego życia w erze cyfrowej. Szkolenie „Moja tożsamość cyfrowa” pozwala zrozumieć, czym jest cyfrowa tożsamość, jakie zagrożenia się z nią wiążą oraz jak skutecznie ją chronić. Uczestnicy dowiedzą się, jak świadomie zarządzać swoją obecnością w sieci i minimalizować ryzyko związane z kradzieżą danych. Program łączy teorię z praktyką, dając uczestnikom konkretne narzędzia i umiejętności do ochrony swoich danych w cyfrowym świecie.

### **Korzyści dla uczestników:**

- Zrozumienie zagrożeń związanych z kradzieżą tożsamości.
- Nabycie umiejętności świadomego zarządzania swoją tożsamością cyfrową.
- Praktyczne ćwiczenia z konfiguracji ustawień prywatności i ochrony danych.
- Gotowe rozwiązania do monitorowania i zabezpieczania cyfrowej obecności.

**Kiedy?** Czwartek 20 lutego godz. 16.00 – 20.00

**Gdzie?** ONLINE

Formularz zapisu: <https://forms.gle/WmghtR25XaQDc1Uy9>

### **Program szkolenia:**

#### **1. Wprowadzenie do tożsamości cyfrowej**

- Czym jest tożsamość cyfrowa?
- Jakie elementy składają się na naszą tożsamość w sieci (dane osobowe, profile społecznościowe, aktywność online)?
- Przykłady realnych zagrożeń związanych z kradzieżą tożsamości cyfrowej.

#### **0. Bezpieczne zarządzanie tożsamością cyfrową (45 minut)**

- Jak chronić swoje dane w internecie?
  - Bezpieczne hasła i ich zarządzanie.
  - Uwierzytelnianie wieloskładnikowe.



- Jak unikać nadmiernego udostępniania informacji w mediach społecznościowych?
- Zrozumienie ustawień prywatności na platformach cyfrowych.

#### **0. Zagrożenia związane z kradzieżą tożsamości**

- Jakie metody wykorzystują cyberprzestępcy, aby przejąć naszą tożsamość?
  - Phishing, kradzież haseł, malware.
- Jak rozpoznać potencjalne zagrożenia (fałszywe e-maile, wiadomości, strony internetowe)?
- Co zrobić w przypadku kradzieży tożsamości cyfrowej?

#### **0. Zarządzanie swoją obecnością w sieci**

- Jak budować świadomy i pozytywny wizerunek cyfrowy?
- „Cyfrowy ślad” – co zostawiamy po sobie w internecie i jak to kontrolować?

#### **0. Warsztaty praktyczne: moja tożsamość cyfrowa w praktyce**

- Sprawdź swoją obecność w sieci: co wyszukiwarki wiedzą na Twój temat?
- Ćwiczenie: konfiguracja ustawień prywatności na platformach społecznościowych.

#### **0. Podsumowanie i sesja pytań**

- Najważniejsze zasady ochrony tożsamości **cyfrowej**.
- **Odpowiedzi na pytania uczestników.**