

### Prawa autorskie w Internecie

W kontekście wykorzystywania zasobów sieci do własnych prac i projektów, koniecznie musimy uświadomić naszym uczniom (a także i nam samym!), że nie wszystko, co znajduje w sieci mogą swobodnie upublicznić. Uczmy dzieci już od najmłodszych lat, że zawsze, gdy wykorzystują cudzy tekst, zdjęcie czy film, muszą podać autora i źródło, a w przypadku upubliczniania (np. na stronie internetowej szkoły czy projektu, lub też na własnym blogu itp.) powinni sprawdzić, czy nie naruszają cudzych praw.

Zasady korzystania z cudzych utworów reguluje ustawa o prawie autorskim i prawach pokrewnych, zwana prawem autorskim. Art. 1 tej ustawy stwierdza, że przedmiotem prawa autorskiego jest *każdy przejaw działalności twórczej o indywidualnym charakterze, ustalony w jakiegokolwiek postaci, niezależnie od wartości, przeznaczenia i sposobu wyrażenia*. Każdy taki „przejaw działalności twórczej”, czyli po prostu utwór, podlega ochronie prawnej, a więc – w przypadku nieuprawnionego wykorzystania – jego autor ma możliwość egzekwowania odpowiedzialności cywilnej i karnej. Oczywiście, możemy korzystać z utworów rozpowszechnionych w sieci, w tym z filmów, nagrań, zdjęć itp., (nawet ściągając je na dysk naszego komputera), mieści się to bowiem w zakresie pojęcia dozwolony użytek osobisty. Jednak dalsze udostępnianie takich plików bez zgody autora jest naruszeniem jego praw, nawet jeśli nie wiąże się z uzyskaniem korzyści majątkowych. Prawo cytatu, a więc wykorzystanie fragmentu utworu, podając autora i źródło, także mieści się w zakresie dozwolonego użytku.

Zapewne zetknęli się też Państwo z pojęciem dozwolony użytek edukacyjny. Mówi o nim artykuł 27 prawa autorskiego, wskazując, że instytucje oświatowe (oraz instytucje naukowe, które tutaj pomijamy) mogą w celach dydaktycznych korzystać z rozpowszechnionych utworów w oryginale i w tłumaczeniu bez zgody twórców, jeśli łącznie spełnione są następujące warunki:

1. Z utworów tych korzysta instytucja oświatowa, czyli jednostki systemu oświaty, a więc – publiczne i niepubliczne przedszkola i szkoły różnego typu.
2. Utwory wykorzystywane są w celach dydaktycznych.
3. Wykorzystywane utwory były wcześniej rozpowszechnione, czyli pokazane jakimkolwiek odbiorcy, publiczności.
4. Jeśli sporządzane są egzemplarze utworu, to zawierają one jedynie jego fragmenty. Przez słowo *egzemplarz* rozumie się tutaj materialny przedmiot, na którym utwór został utrwalony, jak np. kserokopia, płyta CD itp.

Kwestia dozwolonego użytku edukacyjnego budzi jednak wiele kontrowersji. Różnie interpretowane bywają np. tzw. noce filmowe, czyli wieczorne projekcje filmów w szkole (czy to jeszcze cel dydaktyczny?), czy też rozpowszechnianie całości utworów np. w wewnętrznej sieci komputerowej szkoły bez generowania fizycznych egzemplarzy utworu. Aby pogłębić wiedzę na ten temat odsyłamy Państwa do broszury opracowanej przez Koalicję Otwartej Edukacji wraz z Fundacją Nowoczesna Polska, p.t. Prawo autorskie w edukacji, jak unikać naruszeń?, która w sposób przystępny, a przy tym dogłębny podejmuje m.in. właśnie tematykę dozwolonego użytku edukacyjnego. Znajdą tam Państwo również informacje dotyczące bibliotek szkolnych (art. 28 prawa autorskiego dotyczy właśnie działalności bibliotek) oraz wyjaśnienia odnoszące się do art. 29 prawa autorskiego, mówiącego o warunkach, na jakich można wykorzystywać „urywki utworów” lub całość „drobnych utworów” w nowym utworze. Broszura dostępna jest pod linkiem:

[http://koed.org.pl/wp-content/uploads/2015/06/prawo-autorskie-w-edukacji-jak-unikac-naruszen\\_KOED.pdf](http://koed.org.pl/wp-content/uploads/2015/06/prawo-autorskie-w-edukacji-jak-unikac-naruszen_KOED.pdf)

Warto też rozpowszechnić w szkole skierowaną do nauczycieli infografikę wraz z towarzyszącym jej artykułem, opracowaną przez Centrum Cyfrowe, która w jasny i bardzo czytelny sposób systematyzuje najważniejsze informacje dotyczące dozwolonego użytku w edukacji.

<https://centrumcyfrowe.pl/czytelnia/dozwolony-uzytek-w-edukacji-infografika/>


## Licencje


Licencja, to nic innego jak rodzaj zgody właściciela autorskich praw majątkowych na wykorzystanie jego utworu. Określa ona warunki, na jakich zgoda ta jest udzielana, pola eksploatacji i wiążące się z nimi zobowiązania finansowe. Obok tradycyjnych, znanych wszystkim licencji Wszystkie Prawa Zastrzeżone, od kilkunastu lat rozwijają się w Internecie innego typu licencje, tzw. licencje Creative Commons (CC). Jest to system licencji, w ramach którego właściciel praw autorskich upoważnia innych do wykorzystania jego dzieła pod pewnymi warunkami. Ideą tych licencji jest bowiem znalezienie rozwiązania pośredniego między pełną ochroną praw autorskich a chęcią autorów do dzielenia się własną twórczością z innymi. Coraz więcej państw, także i Polska włącza licencje Creative Commons do własnej polityki edukacyjnej, wdrażając w ten sposób ideę otwartych zasobów edukacyjnych. Mówi się, że już ponad miliard utworów udostępniono w Internecie na tych właśnie licencjach.

Zamieszczając nasz utwór w Internecie na licencji CC, zachowujemy nasze prawa autorskie, a równocześnie dajemy innym prawo do kopiowania i rozpowszechniania go na wskazanych przez nas zasadach – możemy np. określić, czy możliwe jest komercyjne wykorzystanie utworu lub też czy można tworzyć utwory zależne od oryginału i na jakiej licencji miałyby być one dalej rozpowszechniane.

Cztery podstawowe warunki licencji CC to:

	<p><b>Uznanie autorstwa</b> – można kopiować, rozprowadzać, przedstawiać i wykonywać objęty prawem autorskim utwór oraz opracowane na jego podstawie utwory zależne pod warunkiem, że zostanie przywołane nazwisko autora pierwowzoru.</p> <p>Uznanie autorstwa określa się też akronimem <b>BY</b> (z angielskiego By Attribution).</p>
	<p><b>Użycie niekomercyjne.</b> Wolno kopiować, rozprowadzać, przedstawiać i wykonywać objęty prawem autorskim utwór oraz opracowane na jego podstawie utwory zależne jedynie do celów niekomercyjnych.</p> <p>Użycie niekomercyjne określa się też akronimem <b>NC</b> (z angielskiego Non Commercial).</p>
	<p><b>Na tych samych warunkach.</b> Wolno rozprowadzać utwory zależne (czyli utworzone z wykorzystaniem danego utworu) jedynie na licencji identycznej do tej, na jakiej udostępniono utwór oryginalny.</p> <p>Na tych samych warunkach określa się też akronimem <b>SA</b> (z angielskiego Share Alike)</p>
	<p><b>Bez utworów zależnych.</b> Wolno kopiować, rozprowadzać, przedstawiać i wykonywać utwór jedynie w jego oryginalnej postaci – tworzenie utworów zależnych nie jest dozwolone.</p> <p>Bez utworów zależnych określa się też akronimem <b>BA</b> (z angielskiego No Derivatives)</p>

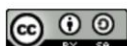
	<p>Do oznaczania utworów, wykorzystuje się też znak informujący o tym, że utwór został udostępniony na licencji CC.</p>
---	---

	<p>Gdy taka sytuacja ma miejsce, możemy też posłużyć się znakiem <b>domeny publicznej</b>, informującym o tym, że utwór został zidentyfikowany jako niepodlegający znanym ograniczeniom prawa autorskiego, łącznie z prawami pokrewnymi lub podobnymi. A więc, wolno zwielokrotnić, zmieniać i rozpowszechniać oraz wykonywać utwór, nawet w celach komercyjnych, bez konieczności pytania o zgodę. Jak wiemy, do domeny publicznej mogą trafić utwory, gdy wygaśnie ochrona praw majątkowych do utworu, a dzieje się tak po 70 latach od chwili śmierci autora.</p>
---	--

### Jak to funkcjonuje w praktyce?

Zamieszczając w Internecie swój utwór, autor określa zakres licencji, na który się zdecydował, oznaczając go odpowiednio dobranymi symbolami. Takie oznaczenie może odnosić się do pojedynczego utworu, jak i całej strony www czy bloga. Wówczas możemy rozumieć, że wszystkie utwory tam zamieszczone udostępnione są na tej samej licencji. Dla przykładu zerknijmy na informację o licencji udostępnioną na blogu facebookowej grupy innowacyjnych nauczycieli, Superbelfrzy RP.<sup>1</sup>

#### Licencja CC BY-SA



BLOG SuperbelfrzyRP by Grupa SuperbelfrzyRP  
is licensed under a [Creative Commons Uznanie  
autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0  
Międzynarodowe License](#)

Pierwsze dwie litery CC informują nas, że blog jest udostępniony właśnie na licencji Creative Commons. Drugie BY (uznanie autorstwa) – że znajdujące się tam teksty oraz opracowane na ich podstawie utwory zależne możemy kopiować, rozprowadzać, przedstawiać i wykonywać pod warunkiem, że zostanie podane nazwisko autora pierwowzoru. Ostatni akronim SA mówi o tym, że jeśli wykorzystamy teksty z bloga we własnych utworach, musimy udostępnić je na takiej samej licencji. Ponieważ autorzy nie umieścili znaku NC,

<sup>1</sup> [www.superbelfrzy.edu.pl](http://www.superbelfrzy.edu.pl)

znaczy to, że utwory z bloga Superbelfrów możemy wykorzystywać także w celach komercyjnych.

## Zagrożenia

Jednym z najbardziej rozpowszechnionych zagrożeń związanych z obecnością w sieci jest **cyberprzemoc (ang. cyberbulling)**, czyli internetowa agresja. Przybiera ona różne formy, jak na przykład wyzywanie (**hejt**), ośmieszanie, poniżanie ofiary z powodu wyglądu, zachowania, postawy itp., rozsyłanie dyskredytujących wiadomości, zbieranie informacji, a następnie wykorzystywanie ich do zastraszania, czy poniżania ofiary on-line. Cyberprzemocą jest również włamanie na pocztę elektroniczną, na konto w komunikatorze, kradzież tożsamości w sieci, czy też podszywanie się pod kogoś. Czasem są to też działania, które pozornie wydają się nieistotne. Chodzi o coraz częstsze, pozornie błahe, a jednak niezwykle dotkliwe emocjonalnie, przypadki wykluczania. Są to sytuacje, w których grupa rówieśników w jednej chwili usuwa z grona znajomych kolegę, czy koleżankę, wyrzuca z zamkniętych grup lub pomija w ich tworzeniu.

Według danych NIK, z cyberprzemocą zetknęło się ok. 40% dzisiejszych nastolatków. Co więcej, prawie połowa przyznała, że gdyby była ofiarą agresji online, nikomu by o tym nie powiedziała! Między innymi dlatego, co pewien czas opinię publiczną poruszają tragiczne informacje o samobójstwach młodych ludzi – ofiar cyberbullingu.

Praca szkoły na rzecz przeciwdziałania cyberprzemocy powinna mieć charakter systemowy. Z jednej strony, chodzi o właściwe zabezpieczenie infrastruktury informatycznej, uniemożliwiając anonimowe korzystanie z urządzeń i sieci WIFI w szkole oraz filtrowanie treści. Z drugiej strony, niezbędne jest, aby w ramach programu profilaktyczno-wychowawczego, zaplanować i regularnie prowadzić z uczniami zajęcia dotyczące nie tylko wiedzy o zagrożeniach w sieci i sposobach ochrony własnej prywatności online, ale też – kształtujących postawy szacunku, empatii i tolerancji, a także umiejętności asertywnej odmowy. Ważne jest również, by szkoła wypracowała procedury reagowania na cyberprzemoc, określając w nich, jak postępować wobec sprawców, ofiar i świadków, jak zabezpieczać dowody przemocy, jeśli do takich zdarzeń doszło czy też informuj.

Trzeba też wiedzieć (i przekazać te informacje uczniom), że **pomoc dzieciom i młodzieży doświadczającym przemocy w sieci oferuje (anonimowo) Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży pod numerem 116 111. Rodzice i nauczyciele mogą natomiast zasięgnąć porady w sprawach bezpieczeństwa dzieci, dzwoniąc pod numer 800 100 100.**

Przepisy prawne, do których można się odwołać w przypadkach przemocy rówieśniczej w sieci to następujące artykuły kodeksu karnego: art. 216 (zniewaga), art. 212 (zniesławienie),

art. 267 i 268a (włamanie), art. 190 i 191 (groźby), art. 190a (nękanie) oraz artykuły 23 i 24 kodeksu cywilnego (naruszenie wizerunku dziecka).<sup>2</sup>

Poważnym problemem staje się też ostatnio **seksting**, czyli przesyłanie przez urządzenia mobilne, media społecznościowe bądź komunikatory internetowe intymnych zdjęć, filmów, czy tekstów. Termin ten powstał z połączenia słów „sex” i „texting”. Jak wskazują badania NASK, w Polsce takie fotografie lub filmy otrzymał co czwarty nastolatek, a co dziewiąty samodzielnie wysłał komuś własne rozneglizowane zdjęcie i stracił nad nim kontrolę. Związane jest to z trendem erotycznego prezentowania się w sieci. Z prowadzonych badań wynika, że problem ten w większym stopniu dotyczy dziewcząt, niż chłopców. Co więcej, niejednokrotnie dziewczęta wysyłają nagie selfie, filmy czy też rozbierają się podczas rozmów na wideoczatach nie z własnej inicjatywy, lecz na czyjąś prośbę, także w wyniku nacisków osoby proszącej. Zdarza się, że utrata kontroli nad zdjęciem czy filmem wiąże się z jego późniejszym upublicznieniem, a osoba nań widniejąca staje się ofiarą cyberprzemocy. Dobrze jest wiedzieć, że kodeks karny zakazuje utrwalania treści pornograficznych z udziałem małoletniego do 18 roku życia (art. 202 § 4), a więc takie działanie jest to prostu przestępstwem.

Warto wspomnieć także o innym współczesnym trendzie, czyli modzie na **pokonywanie wyzwań**. Zapewne pamiętają Państwo, jak kilka lat temu portale społecznościowe zalane zostały filmikami prezentującymi ludzi wylewających sobie na głowę kubel zimnej wody. Był to jeden z popularniejszych „challengów”, którego celem było wsparcie fundacji pomagającej chorym cierpiącym na stwardnienie zanikowe boczne. Nie zawsze jednak wyzwania są tak nieszkodliwe i zabawne. Rok temu z przerażeniem czytaliśmy w mediach o grze zatytułowanej Niebieski Wieloryb, której uczestnicy otrzymywali różne wyzwania, polegające np. na samookaleczaniu się, pozbawianiu snu, czy też oglądaniu przerażających dla nich treści. Jak zapewne Państwo pamiętają, mówiło się i o tym, że żniwem tej gry w Rosji było kilka samobójstw nastolatków.

Jak to możliwe, że mądre, wydawać by się mogło, rozsądne dzieciaki dopuszczają się takich głupot, jak samookaleczenie, czy wysyłanie komuś własnych nagich zdjęć? Jedną z przyczyn jest ogromne znaczenie, jakie w okresie dojrzewania młodzież przypisuje grupie rówieśniczej. Jest ona dla nich niejednokrotnie najważniejszym punktem odniesienia, określającym wartości, normy, styl życia. Często wsparcia w Internecie poszukują dzieci, które mają niską samoocenę, zaburzone relacje z rodzicami, czują się odrzucone przez rówieśników... I trafiają na ludzi wykorzystujących ich łatwowierność i samotność. Jak możemy uchronić ich przed takimi doświadczeniami? Jak zawsze: poprzez rozmowę, prowadzenie w szkole warsztatów kształtujących postawy asertywne, pedagogizację rodziców odnośnie zagrożeń w sieci oraz ich odpowiedzialności za bezpieczeństwo ich dzieci własnych online.

---

<sup>2</sup>źródło: [https://akademia.nask.pl/publikacje/Bezpieczestwo\\_dzieci\\_online.pdf](https://akademia.nask.pl/publikacje/Bezpieczestwo_dzieci_online.pdf)

Powiedzmy teraz parę słów na temat **nadużywania Internetu**. Dzieje się tak, gdy osoba, której problem dotyczy nie kontroluje czasu oraz intensywności korzystania z sieci, a do tego jej aktywność online sprawia, że zaniedbuje inne sfery swojego życia, np. naukę, pracę zawodową, relacje z bliskimi, dotychczasowe pasje itp. Często prowadzi to do konfliktów rodzinnych, ukrywania przez osobę uzależnioną długości czasu spędzanego online, agresywnych reakcji, gdy ktoś próbuje ograniczyć lub uniemożliwić jej korzystanie z komputera. Nadużywanie Internetu może przybierać różne formy, jak np. nadmierne korzystanie z gier online, uzależnienie od portali społecznościowych, hazard online, czy też (w przypadku osób starszych) nadużywanie pornografii i usług seksualnych online. U dzieci i młodzieży często diagnozowanymi przyczynami tego typu uzależnień są niepowodzenia szkolne, brak akceptacji ze strony rówieśników, konflikty z rodzicami, czy też inne kłopoty rodzinne, jak np. rozwód, utrata pracy przez rodzica będącego jedynym żywicielem rodziny, czy też przeprowadzka za granicę. Jeśli obawiamy się, że naszego ucznia dotyczy problem uzależnienia od Internetu, wówczas, oprócz rozmowy z rodzicami, warto poprosić o pomoc szkolnego psychologa.

Niejednokrotnie słyszymy także o wykorzystywaniu niefrasobliwości i naiwności dzieci, młodzieży (ale często też i dorosłych) w celu **wyłudzenia danych osobowych, numerów kart kredytowych**, czy też narażenia na poniesienie **ukrytych kosztów** w wyniku kliknięcia w jakiś link, czy też ściągnięcia na urządzenie mobilne aplikacji je zawierającej. Jest też coraz więcej aplikacji na smartfony i tablety z tzw. *in-app purchase* (czyli zawierających zakupy wewnątrz aplikacji), skierowanych właśnie do dzieci. Pojawiają się też bardzo wciągające gry z mikropłatnościami, w których – aby wejść na wyższy poziom – trzeba dokonać drobnego zakupu. Buszując w Internecie, nasze dzieci mogą też natknąć się na **szkodliwe treści** (pornografia, przemoc, drastyczne zdjęcia, materiały nawołujące do nietolerancji itp.), które mogą wywołać negatywne emocje i wpływać na psychikę dziecka, a także zachęcać do zachowań niebezpiecznych czy też niechcianych). Jak ich przed tym wszystkim ochronić?

Jak mówiliśmy na początku naszego dzisiejszego spotkania, podstawowym działaniem jest rozmowa i edukacja dziecka (zarówno w domu, przez rodziców, jak i w szkole). Czy tylko?

1. Udostępniając dzieciom jakiegokolwiek urządzenie z dostępem do Internetu (komputer, tablet czy smartfon) musimy zadbać o włączenie ustawień kontroli rodzicielskiej na wykorzystywanym przez dziecko sprzęcie. Funkcje takie posiadają systemy operacyjne naszych urządzeń, jak i wyszukiwarki internetowe (filtry safe search). Wielu dostawców sprzętu i Internetu oferuje też własne programy służące ochronie dzieci przed szkodliwymi treściami. Trzeba poinformować dziecko o tym, że takie funkcje są w urządzeniu włączone oraz wyjaśnić, czemu służą. Uwaga ta dotyczy młodszych dzieci. W przypadku nastolatków, ważne jest, aby – przekazując dorastającemu dziecku smartfon, tablet czy komputer – rodzice ustalili z nim zakres zabezpieczeń i ustawień bezpieczeństwa, a następnie – zadbali, by ustawienia te zostały do urządzenia wprowadzone.
2. Można także zwrócić uwagę rodziców żeby, udostępniając dziecku urządzenie mobilne, w ustawieniach kontroli rodzicielskiej wyłączyli możliwości dokonywania zakupów w aplikacjach, a w przypadku dziecka starszego zadbali o to, by nie korzystało z konta rodziców w sklepie Google Play, (iTunes, App Store lub innym) połączonym z ich kartą kredytową. Lepiej jest stworzyć dla dziecka oddzielne konto.

- Warto też zainteresować rodziców młodszych dzieci bezpłatną przeglądarką bezpiecznych stron internetowych dla dzieci w wieku od 3 do 10 lat o nazwie **BeSt**. Zapewnia ona dostęp do katalogu przyjaznych i bezpiecznych dla dzieci serwisów internetowych, blokując dostęp do stron spoza tego katalogu. Katalog stron podzielony jest na trzy kategorie wiekowe: 3+, 6+, 9+ lat oraz na osiem kategorii tematycznych: gry i rozrywka; książka i prasa; film i muzyka; edukacja; kultura; sport i turystyka; czas wolny; zwierzęta. Przeglądarka działa na systemach operacyjnych Windows i Android. Program można pobrać na stronie [www.best.fdn.pl](http://www.best.fdn.pl) lub znaleźć pod linkiem: <http://goo.gl/KDJyJ4> Katalog stron, na bazie którego działa przeglądarka dostępny jest też tutaj: <https://sieciaki.pl/dla-rodzicow-i-nauczycieli/katalog-bezpiecznych-stron>
- Innym bardzo użytecznym serwisem, o którym każdy rodzic powinien wiedzieć jest obowiązujący w Polsce od 2009 r. Ogólnoeuropejski System Klasyfikacji Gier (PEGI): <https://pegi.info/pl> Określa on kategorie wiekowe dla sprzedawanych gier komputerowych. Przyznaje im także opisy zawartości treści według następujących kategorii: przemoc, nagość, dyskryminacja, używki, strach, wulgarny język oraz PEGI Online informujący o tym, że gra posiada tryb dla wielu graczy. Stosowane w PEGI piktogramy wyglądają tak:



- Warto w domu (oraz w szkole, jeśli tutaj także uczniowie mają dostęp do sieci poza zajęciami szkolnymi, np. w szkolnej bibliotece) przygotować wraz z dziećmi regulamin korzystania z Internetu, który określałby długość czasu oraz zasady bezpieczeństwa korzystania z sieci, dostosowane do wieku młodych internautów, do których jest skierowany).
- Bardzo zależy nam także, aby przekazali Państwo swoim uczniom, a także ich rodzicom następujące dodatkowe informacje. Jest to rodzaju dekalogu bezpiecznego korzystania z zasobów sieci. A więc:

### Dekalog bezpiecznego internauty

1. Chroń siebie i swoje dane online – nie podawaj innym loginów i



haseł, korzystaj z oprogramowania antywirusowego, unikaj klikania w nieznane linki i załączniki w wiadomościach e-mail, zadbaj o ustawienia bezpieczeństwa na portalach społecznościowych, na których jesteś, stosuj trudne do odgadnięcia hasła.

2. Nie zapominaj, że w Internecie nie ma nic za darmo. Za to, co pobieramy płacimy w różny sposób: czasem pieniędzmi, a czasem własnymi danymi, zgodą na oglądanie reklam lub też nieświadomym ściąganiem szkodliwego oprogramowania, które może przejąć kontrolę nad naszym urządzeniem.
3. Pamiętaj, że Internet nie zapomina. Z rozwagą zamieszczaj zdjęcia (własne i innych) na portalach społecznościowych, bądź też rozważna/y, gdy w inny sposób udostępniasz je znajomym. Zanim wyślesz komuś zdjęcie, na którym nie jesteś całkowicie ubrany/a lub które w inny sposób może cię kompromitować, zastanów się, czy jesteś na 100% pewny/a, że nie utracisz nad nim kontroli. Gdy udostępniasz cudze zdjęcia – pytaj o zgodę!
4. Poznając nowych znajomych online, bądź nieufny/a. Pamiętaj, że osoba po drugiej stronie nie musi być tym, za kogo się podaje. Nawet jeśli widzisz ją na wideo czacie – nie wiesz, czy wszystko, co ci mówi jest prawdą.
5. Nigdy nie wyśmiewaj, nie poniżaj, nie zastraszaj nikogo online! A jeśli dzieje się tak w gronie twoich znajomych – masz obowiązek powiedzieć o tym dorosłemu, któremu ufasz!
6. Jeśli w sieci spotka Cię jakaś przykrość, lub ktoś będzie na tobie wymuszał zachowania, na które nie masz ochoty, domagał się pieniędzy itp. musisz poprosić o pomoc kogoś dorosłego – rodziców, psychologa w szkole. Możesz też zadzwonić na anonimowy **Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży pod numer: 116 111**. Tam na pewno znajdziesz pomoc.
7. Jeśli trafisz w Internecie na treści, które uznasz za podejrzane – informuj o tym natychmiast zaufanego dorosłego. Unikaj stron z treściami, budzącymi u ciebie silne emocje.
8. Nie ściągaaj prac domowych z Internetu. To jest plagiat, a więc kradzież, czyli przestępstwo, a do tego zachowanie nieuczciwe. Podobnie – nie ściągaaj filmów, muzyki itp. z nielegalnych źródeł. To jest ściągane prawem przestępstwo, a robiąc tak stajesz się złodziejem!
9. Wykorzystując w swoich pracach domowych, referatach, prezentacjach itp. materiały znalezione w Internecie, zawsze podaj imię i nazwisko cytowanego autora oraz link do miejsca, z którego te materiały pobrałeś.
10. Staraj się mieć dużo innych aktywności, poza obecnością online. Uprawiaj sport, czytaj książki, spotykaj się w wolnym czasie z

przyjaciółmi, opiekuj się zwierzętami. Unikniesz w ten sposób zagrożenia uzależnieniem od sieci.