SociALL

ZPŘÍSTUPNĚNÍ TECHNOLOGIÍ SOCIÁLNÍ PÉČE VŠEM

Téma 1.4. Bezpečné a snadné používání mobilních zařízení

Financováno Evropskou unií. Názory vyjádřené jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za vyjádřené názory nenese odpovědnost.

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.

MedicalCar

åpenhet

Co-funded by the European Union

Obsah

1. Úvod do kurzu
2. Snadné používání mobilních zařízení
3. Bezpečné používání mobilních zařízení
4. Přílohy

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

SociALL

1. Úvod do kurzu

1.1. O kurzu

1.2. Cílová skupina

1.3. Cíle školení

1.4. Formát a ukazatele

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

1. Úvod do kurzu

1.1. Přehled kurzů

O čem je kurz?

Cílem kurzu je zvýšit dovednosti a znalosti pečovatelů, aby mohli bezpečně a efektivně používat mobilní zařízení při každodenní práci. Nabízí jim snadno proveditelná opatření, nástroje a osvědčené postupy pro zlepšení využívání mobilních zařízení, která mají k dispozici. Aby bylo zajištěno co nejefektivnější využití získaných znalostí v praxi, je nezbytné vycházet ze zkušeností a stávajících zdrojů cílové skupiny a využívat/prohlubovat zavedené nástroje.

Proč na tom záleží?

Nadnárodní výzkum projektu SociALL poukázal na to, že mobilní zařízení se stala důležitým tématem napříč zeměmi. Většina pečovatelů je již používá pro osobní potřebu a je do značné míry obeznámena s jejich funkcemi, operačním systémem, aplikacemi atd. Tento kurz jim nabízí možnost rychleji a snadněji plnit úkoly v jejich každodenní práci, cítit se pohodlněji, a tím se stát produktivnějšími.

Co-funded by the European Union

1. Úvod do kurzu

1.2. Cílová skupina

Pro koho je kurz určen?

Cílovou skupinou jsou prakticky všichni odborníci pracující v oblasti péče, včetně sociálních pracovníků, poradců, zdravotníků, managementu a podpůrného personálu. Všichni tito lidé totiž denně používají mobilní zařízení, přinejmenším pro osobní použití a zpravidla také pro pracovní účely.

Mohu se jím řídit?

Předpokládá se, že mobilní zařízení pravidelně používáte alespoň pro osobní potřebu a máte základní praktické zkušenosti s poměrně základními funkcemi a příkazy. Abyste si vytvořili přístup k digitálnímu vzdělávání a v ideálním případě i k samostatnému dalšímu vzdělávání, budete vedeni prostřednictvím osobních seminářů. K prohloubení a upevnění znalostí budou nabízeny online workshopy, online koučink a výukové materiály v různých formách.

Co-funded by the European Union

1. Úvod do kurzu

1.3. Cíle školení

Co se mohu z kurzu naučit?

- Pochopení **významu** používání **mobilních zařízení v sociální péči**
- Použití cílených **tipů a triků** specifických pro **používání** mobilních zařízení **v terénu.**
- Naučit se a zavést **základní bezpečnostní opatření pro** zvýšení své digitální bezpečnosti.

Co se tím změní?

Na konci školení budou účastníci :

- **Zvýšení produktivity** při realizaci úkolů cíleným **využíváním mobilních zařízení** v terénu.
- **Zvýšení objemu úkolů a komunikace** realizované prostřednictvím mobilních zařízení
- **Získat důvěru ve** vlastní schopnost řešit složité problémy a spolupracovat prostřednictvím mobilních zařízení.
- **Zlepšit** jejich **digitální bezpečnost** na mobilních zařízeních a snížit riziko bezpečnostních incidentů.

Co-funded by the European Union

1. Úvod do kurzu

1.4. Formát a ukazatele

Jak se toto školení provádí?

Pro vytvoření přístupu k digitálnímu vzdělávání a v ideálním případě i pro samostatné další vzdělávání je nutné účastníky vést a aktivizovat prostřednictvím osobních seminářů. Pro prohloubení a upevnění jsou nabízeny online workshopy, online koučink a výukové materiály v různých formách digitální/online.

Jak je školení organizováno?

- **Dva osobní workshopy** a 3-4 jednotky
- Max. **10** účastníků/workshop
- Doporučuje se **zúčastnit se obou seminářů,** aby byla zajištěna **návaznost** a **maximální úspěch při učení.**

Co-funded by the European Union

SociALL

2. Workshop Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

2.2. Praktické využití, užitečné tipy a triky

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

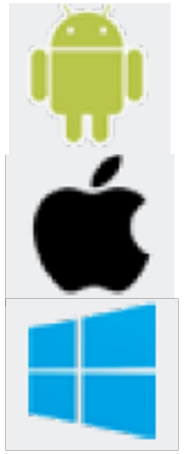
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Výrobci zařízení a operační systémy

Operační systém

Operační systém je základní software, který lze použít k ovládání počítače, chytrého telefonu nebo tabletu. Nejběžnější operační systémy jsou



Android - Google, Samsung, LG, HTC, Huawei atd.

iOS - Apple, iPhone, iPad

Windows - Nokia, Microsoft

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Vysvětlení pojmů

Android
Android je operační systém společnosti Google.

Aplikace
"Aplikace" jsou programy pro mobilní zařízení, které usnadňují každodenní život nebo poskytují zábavu. Existují bezplatné a placené aplikace.

Obchod s aplikacemi
Obchod s aplikacemi. Nejdůležitější obchody s aplikacemi: Nejdůležitější obchody s aplikacemi: App Store (Apple), Play Store (Android), Phone Store (Windows).

Záloha
Kopírování pro zabezpečení dat.

Bluetooth
Bluetooth označuje technologii bezdrátového přenosu mezi zařízeními na krátkou vzdálenost prostřednictvím rádia.

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Vysvětlení pojmů

Cloudové služby
Cloudové služby jsou služby, které jsou dostupné prostřednictvím internetu, např. úložný prostor, výpočetní výkon nebo uživatelský software.

GPS
GPS je zkratka pro Global Positioning System, který se používá k navigaci nebo určování polohy pomocí satelitních signálů.

Číslo **IMEI**
15místné mezinárodní sériové číslo smartphonu (číslo IMEI: International Mobile Station Equipment Identity).

iOS
iOS je operační systém společnosti Apple.

Online bankovnictví
Zpracování bankovních transakcí přes internet se nazývá online bankovnictví nebo elektronické bankovnictví (eBanking).

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Vysvětlení pojmů

Phishing
Pokusy o podvodné získání vašich osobních údajů a údajů o účtu nebo peněz prostřednictvím e-mailu nebo webových stránek.

PIN
Osobní identifikační číslo.

Zámek obrazovky
Zámek obrazovky zabraňuje přístupu k mobilnímu zařízení a po určité době se automaticky zapne, pokud zařízení nebylo používáno. Existují různé možnosti odemykání: Zadání kódu PIN, odemknutí pomocí vzoru, čtečka otisků prstů, rozpoznání obličeje.

Karta SIM
Čipová karta v různých formátech, která se vkládá do chytrého telefonu nebo tabletu. To umožňuje jednoznačnou identifikaci podobně jako u členské karty.

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Vysvětlení pojmů

Smartphone
Chytrý telefon je mobilní telefon pro volání, posílání a přijímání krátkých zpráv. Kromě toho smartphone nabízí další funkce pomocí aplikací, jako je přístup k e-mailu, internetu, fotografiím atd.

Tablet
Tablet je mobilní zařízení podobné smartphonu, ale s větším displejem. Dalším podstatným rozdílem je, že se ne vždy používá SIM karta, místo toho se při používání internetu musíte spolehnout na WiFi.

Aktualizace
Aktualizace je nová verze nainstalovaného programu/aplikace.

WLAN / WiFi
WLAN je zkratka pro "Wireless Local Area Network", nazývaná také WiFi. Místní bezdrátová síť, která poskytuje přístup k internetu.

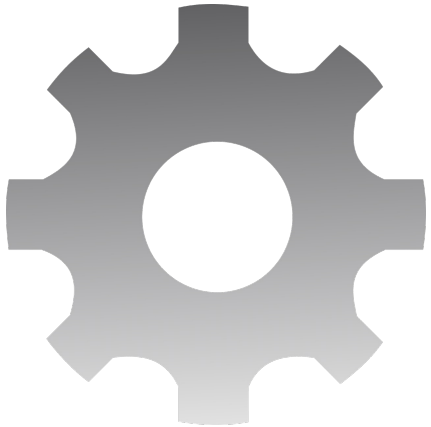
Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Aplikace Nastavení

Aplikace se symbolem ozubeného kola nabízí mnoho nastavení pro vaše mobilní zařízení.



Tipy

- ✓ lépe nastavit zařízení (např. nastavení displeje, zvuku, snadnější ovládání)
- ✓ Nastavení připojení (použití Wi-Fi, Bluetooth, hotspot...)

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Centrum oznámení a rychlý přístup

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Centrum oznámení a rychlý přístup

Na pravé straně:

- Čas
- Úroveň nabití baterie
- Aktuální připojení (mobilní příjem, WLAN, Bluetooth...)

Ikony se zobrazují vlevo, pokud vám operační systém nebo jednotlivé aplikace zasílají oznámení.

Například:

- Obchod Google Play: Aktualizace aplikace jsou k dispozici nebo byly nainstalovány
- WhatsApp / E-mail: Máte nové zprávy
- Telefon: Zmeškaný hovor
- Systém Android: K dispozici je aktualizace operačního systému
- ...

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Přístup k centru **oznámení**

Pro přístup do Centra oznámení musí být obrazovka odemčená. Poté přejeďte prstem shora dolů, počínaje mimo dotykovou obrazovku. Možná bude nutné přejet prstem podruhé, aby se Centrum oznámení zobrazilo úplně.

Co-funded by the European Union

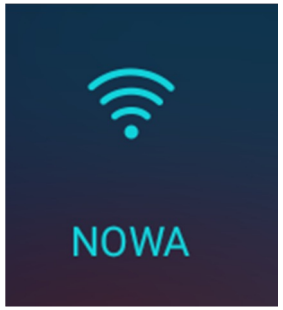
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**

V závislosti na výrobci zařízení a čísle verze operačního systému se zde zobrazují různé symboly a lze zde zapínat a vypínat funkce. Pokud je funkce aktivována, změní se barva nebo jas symbolu.

Zde je několik příkladů:



WLAN

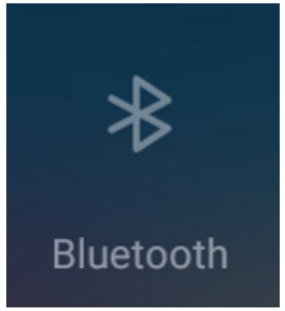
V tomto případě je typ připojení Wi-Fi aktivní a zařízení je připojeno k síti Wi-Fi "NOWA". Zkratka WLAN znamená "bezdrátová místní síť". místní (internetové) připojení". Takové připojení k internetu je často k dispozici v obchodech, barech a hotelech; k přístupu k němu často potřebujete heslo.

Co-funded by the European Union

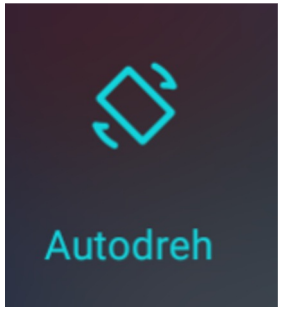
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**



Bluetooth
Na tomto obrázku je Bluetooth vypnuto.
Bluetooth je také typ rádiového spojení, ale mezi dvěma zařízeními s podporou Bluetooth (například sluchátka a chytrý telefon).

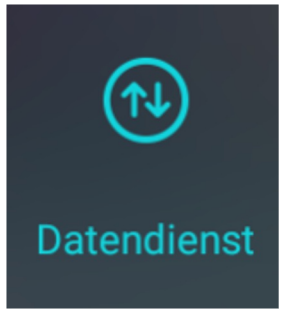


Automatické otáčení (obrazovky)
Pokud je tato funkce povolena, obrazovka se při vodorovném držení zařízení otočí z polohy na výšku do polohy na šířku a naopak.
Pokud vás to obtěžuje, můžete zobrazení uzamknout jeho deaktivací, pak se pro režim na výšku zobrazí "Portrét".

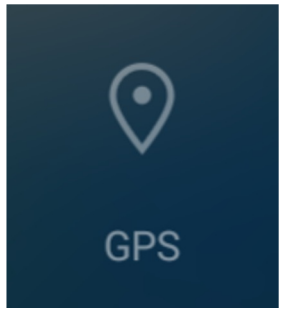
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**



Mobilní data
Pokud je v zařízení vložena karta SIM mobilního operátora, zobrazí se tato ikona.
V zemích mimo EU nebo pokud jste již vyčerpali datový kredit, je pravděpodobně lepší tuto funkci deaktivovat. Budete pak nadále přijímat hovory a SMS, ale nebudete již přijímat e-maily a zprávy z aplikací pro zasílání zpráv, jako je WhatsApp.

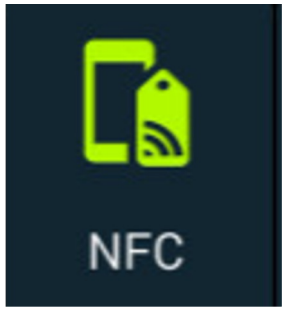


GPS (globální polohový systém)
Pokud je tato funkce aktivována, může zařízení využívat satelity k určení své polohy. To může být užitečné, pokud se pohybujete v neznámé oblasti pomocí mapové aplikace.
I bez GPS je poloha vašeho zařízení vždy určena, například podle blízkosti různých rádiových věží vašeho operátora.

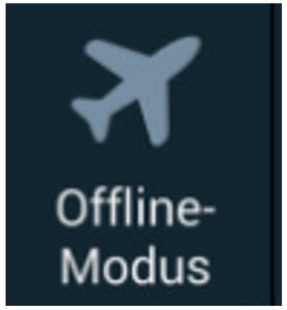
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**



NFC (komunikace v blízkém poli)
Tento typ připojení je relativně nová technologie, kterou již znáte z každodenního života z bankomatů: V případě malých částek lze kartu jednoduše přiložit ke čtečce a zaplatit. Nový chytrý telefon nebo tablet má nyní také čip, který je po připojení k vhodnému přijímacímu zařízení schopen vyměňovat si informace pouhým dotykem.



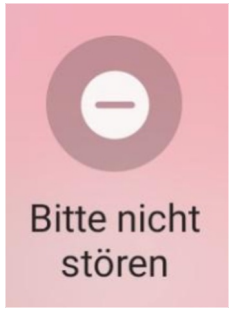
Režim letadlo
Po aktivaci tohoto režimu se odpojí mobilní a datové připojení. To znamená, že nebudete přijímat hovory ani nové zprávy a nebudete moci surfovat na internetu. Přesto je možné používat "offline" funkce zařízení (poznámky, poslech hudby, používání mnoha aplikací a her).
Při cestování letadlem je nutné toto opatření z bezpečnostních důvodů přijmout.

Co-funded by the European Union

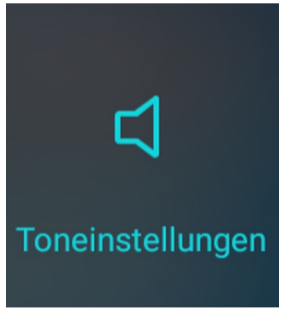
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**



Nerušit
Pokud tento režim aktivujete, budou hovory a zprávy (SMS, WhatsApp, ...) ztlumeny. Volající budou přesměrováni přímo do hlasové schránky a zobrazí se jako zmeškané hovory.
V nastavení můžete definovat výjimky (kdo projde) a denní plán.



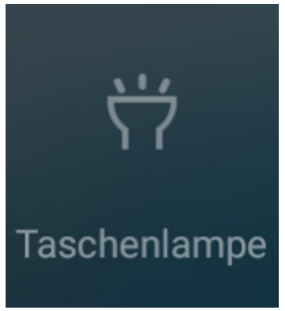
(Vyzváněcí) tóny
Klepnutím na tuto ikonu ztlumíte vyzvánění, dalším klepnutím vibrace deaktivujete.
Ideální pro návštěvu koncertu nebo kina i pro nerušený spánek!
Dlouhým klepnutím se dostanete přímo ke všem nastavením hlasitosti. Například videa a hudbu (média) lze ztlumit, zatímco příchozí hovory budou nadále vyzvánět.

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

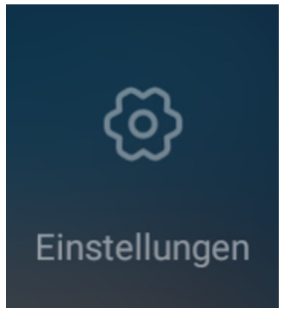
2. Snadné používání mobilních zařízení

2.1. Úvod a obecné informace

Ikony **Centra oznámení**



Svítilna
Tento symbol zapne funkci blesku fotoaparátu telefonu, dokud na něj znovu neklepnete. S chytrým telefonem máte vždy u sebe svítilnu, abyste ve tmě našli klíčovou dírku nebo si lépe osvětlili cestu.



Nastavení
Přestože aplikaci Nastavení zařízení najdete i jinde, rychlý přístup z Centra oznámení je stále pohodlný.

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Použití hlasového vstupu (převod řeči na text) a hlasového asistenta

Ikona mikrofonu se nachází na klávesnici nebo jinde v aplikacích a umožňuje diktovat text místo jeho psaní.

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Instalace **aplikace**

Požadavek: Účet Google (Android) nebo Apple ID

- Odemkněte zařízení a otevřete plochu
- Klepněte na Obchod Play (Android) nebo App Store (Apple).
- Po otevření obchodu se nejprve doporučí aktuální a nové aplikace v různých kategoriích.
- Chcete-li vyhledat konkrétní aplikaci, klepněte na ikonu vyhledávání (Android: vyhledávací pole nahoře, Apple: vyhledávání dole).
- Zadejte název aplikace nebo hledaný výraz

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Instalace **aplikace**

- Pokud jste zadali obecný vyhledávací výraz (např.: hra na paměť), zobrazí se seznam výsledků a vy se můžete rozhodnout, který se vám líbí, na základě hodnocení hvězdičkami a popisu aplikací.
- Po výběru aplikace klepněte na možnost "Instalovat" (Android) nebo "Stáhnout" a zadejte heslo Apple ID (Apple).
- Poté se aplikace nainstaluje. Po jejím dokončení lze aplikaci otevřít.
- Při prvním spuštění aplikace můžete být požádáni o udělení určitých oprávnění. Chvíli si je přečtěte, abyste pochopili, jaké informace z vašeho tabletu bude aplikace používat nebo ke kterým senzorům zařízení chce mít přístup.

Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Widgety

Anglický výraz "widget" je složeninou slov "window" pro okno a "gadget" pro doplňkové zařízení. Jedná se o grafická okna na domovské obrazovce smartphonu, která obsahují odkaz na aplikaci.

Na rozdíl od ikon aplikací je grafická podoba proměnlivá. Widget navíc vždy nabízí "více" informací. Například widget počasí zobrazuje aktuální povětrnostní situaci a teplotu v nastaveném místě.

Chcete-li přidat nový widget, přejeďte na odemčené obrazovce dvěma prsty směrem dovnitř, jako když zmenšíte obrázek. Ve spodní části se nyní zobrazí tlačítko, které zobrazí všechny widgety dostupné v zařízení:

V závislosti na zařízení stačí klepnout na požadovaný widget nebo jej přetáhnout na požadované místo na obrazovce.

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

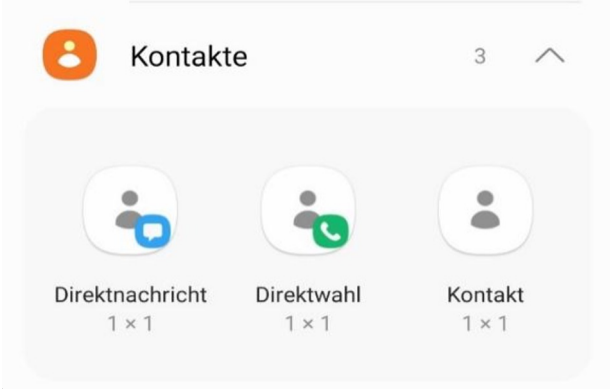
2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Widgety

Mezi praktické widgety patří kromě počasí, vyhledávacího panelu a kalendáře také widgety kontaktů:

Můžete ji použít k uložení osob z adresáře přímo na domovské obrazovce, a to buď jako rychlou volbu (klepnutím na ni se ihned zahájí hovor), jako přímou zprávu (spustí se SMS dané osobě), nebo jako zástupce kontaktu v aplikaci Kontakty (adresář).

Některé widgety jsou k dispozici při zakoupení zařízení. Další si můžete nainstalovat prostřednictvím obchodu Playstore. K tomu stačí nainstalovat příslušnou aplikaci.



Co-funded by the European Union

2. Snadné používání mobilních zařízení

2.2. Praktické použití, užitečné tipy a triky

Plánování tras a navigace pomocí chytrého telefonu prostřednictvím mapové aplikace (pro automobily a veřejnou dopravu).

Baterie

Tipy

- ✓ Zkontrolujte spotřebu (odinstalujte aplikace "žroutů energie")
- ✓ V případě potřeby aktivujte režim úspory energie, použijte powerbanku

Správa oznámení

Tip

- ✓ V případě potřeby odeberte oprávnění aplikace

Co-funded by the European Union

SociALL

3. Workshop Bezpečné používání mobilních zařízení

3.1. Nastavení prohlížeče

3.2. Soubory cookie

3.3 Viry a trojské koně

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

3.5. Užitečné odkazy

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

SociALL

Mobilní zařízení jsou věrnými společníky v mnoha situacích.

Ukládáme účty, kontakty, data, schůzky, zaznamenáváme zážitky v obrazech a zvucích, komunikujeme prostřednictvím různých aplikací a provádíme bankovní transakce online.

V našich zařízeních je uloženo mnoho citlivých informací, které je třeba chránit.

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.1. Nastavení prohlížeče

V mnoha aplikacích můžete provést nastavení nejrůznějších funkcí; například v prohlížeči můžete změnit domovskou stránku, aktivovat nebo deaktivovat soubory cookie a odstranit uložená hesla.

Nastavení aplikace prohlížeče pravděpodobně najdete v nabídce, která se skrývá za symbolem tří čar nebo tří teček.

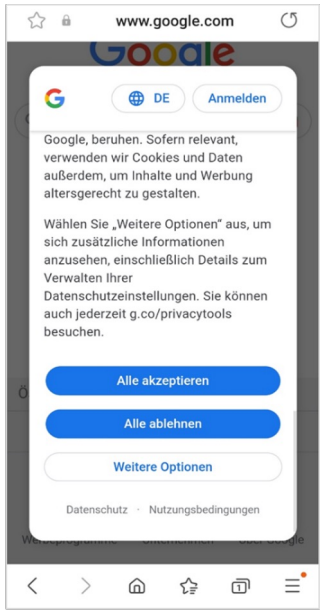
3. Bezpečné používání mobilních zařízení

SociALL

3.2. Soubory cookie

Soubory cookie

V původní podobě je soubor cookie textový soubor v počítači. Obvykle obsahuje údaje o navštívených webových stránkách, které ukládá software prohlížeče při surfování na internetu. Protože se do vašeho zařízení něco ukládá, budete o tom informováni prostřednictvím otravných vyskakovacích oken.



Tip

✓ Pokud je k dispozici možnost odmítnout všechny soubory cookie, můžete si vybrat.

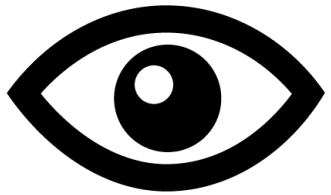
že. Všechny základní funkce webu budou stále aktivní.

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.2. Soubory cookie

Soubory cookie



- Existují funkční soubory cookie, které se používají například k tomu, abyste se nemuseli znovu přihlašovat, když znovu navštívíte zašifrovanou stránku. Tyto soubory cookie také pomáhají webovým stránkám zapamatovat si informace o vaší návštěvě, například preferovaný jazyk a další nastavení. To vám pomůže rychleji se na webových stránkách orientovat a při příští návštěvě je používat efektivněji.
- Další soubory cookie se používají pro statistiku navštívených webových stránek a pro marketingové a PR účely. Pro vás osobně nemají žádný význam.
- Kromě toho existují také sledovací soubory cookie, které se neomezují na konkrétní webové stránky, ale sledují vaše chování při surfování, aby o vás shromažďovaly informace a mohly vás lépe vyhodnotit jako spotřebitele. V zájmu ochrany vašeho soukromí můžete tyto soubory odhlásit, pokud je to možné.

Co-funded by the European Union

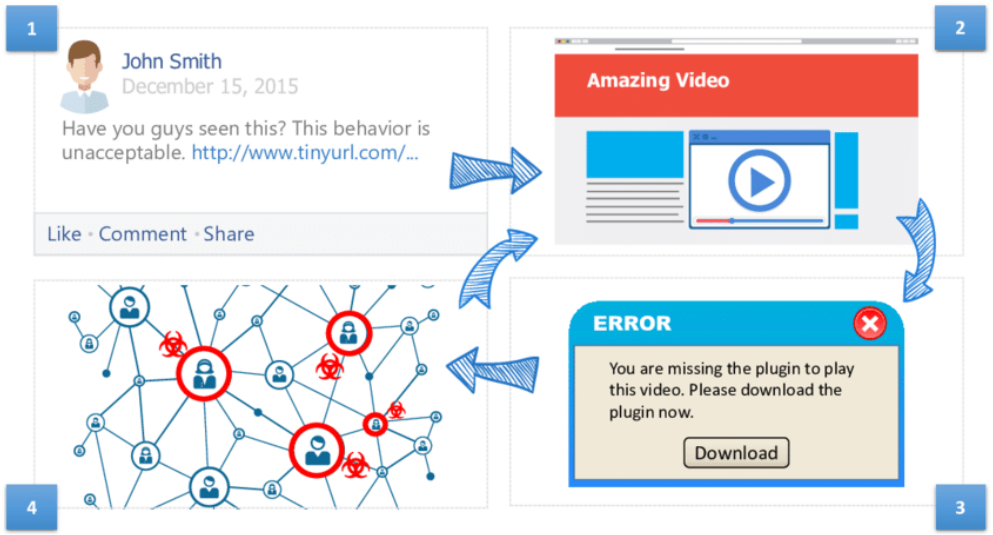
3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3 Viry a trojské koně

Webové stránky / Google / Sociální média

- Chcete-li se chránit před malwarem, nenavštěvujte pochybné webové stránky, které se vám snaží prodat pochybné aplikace pomocí četných vyskakovacích oken nebo se vás snaží nalákat k účasti v soutěžích. Cílem je často instalace malwaru nebo špehování vašich osobních údajů.

- Buďte opatrní na sociálních sítích, jako je Facebook a WhatsApp. Neklepejte rychle na odkazy nebo aplikace, které vám slibují obzvláště působivá videa nebo fotografie, výhodné nabídky nebo poukázky.



Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

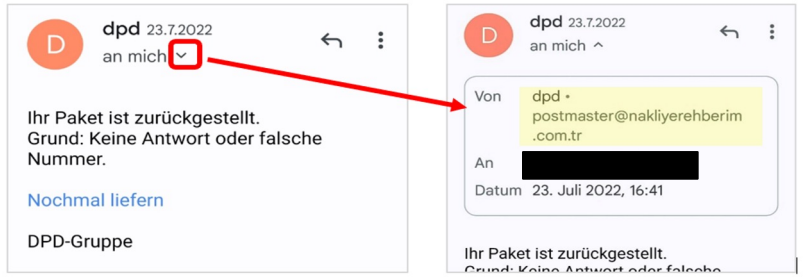
3.3 Viry a trojské koně

E-mail

Stejně tak je důležité neotevírat přílohy souborů v e-mailech nebo chatových zprávách od lidí nebo společností, které neznáte. Zločinci často používají podvodné e-maily (například falešné faktury), aby se pokusili získat vaše peníze nebo informace o vašem účtu - **phishing.**

Tipy

✓ Vždy zkontrolujte e-mailovou adresu odesílatele, než klepnete na tlačítka nebo odkazy v aplikaci.



✓ označte podvodné e-maily jako spam a okamžitě je odstraňte

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3. Viry a trojské koně

E-mail

Pro registrace, objednávky atd. na internetu můžete místo své hlavní adresy použít další e-mailovou adresu. Za tímto účelem si vytvořte bezplatnou e-mailovou adresu u poskytovatelů, jako je Gmail nebo gmx, kde není tak nepříjemné, pokud je vaše schránka zaplavena pochybnými e-maily.

Každým zadáním své e-mailové adresy online zvyšujete riziko, že budete dostávat nevyžádané, a tedy podvodné e-maily.

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3 Viry a trojské koně

Aktualizace operačního systému a aplikací

- Obecně platí, že byste měli instalovat pouze aplikace z obchodu Playstore, jinak nelze vyloučit, že se jedná o skrytý malware.

- Zločinci využívají bezpečnostní mezery v operačních systémech a aplikacích k cíleným útokům na své oběti. Napomáhá jim k tomu skutečnost, že mnoho uživatelů internetu neaktualizuje svůj software. A to i přesto, že již existují aktualizace, které bezpečnostní nedostatky opravují.

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3 Viry a trojské koně

Aktualizace operačního systému a aplikací

Některé aplikace jsou skutečnými špehy dat - buďte skeptičtí, pokud například jednoduchá aplikace s baterkou chce přístup k vaší aktuální poloze, telefonnímu seznamu atd. Tyto informace by neměly být pro používání svítilny relevantní!

Tipy

- ✓ Provádějte pravidelné aktualizace aplikací a odstraňte již nepoužívané aplikace.
- ✓ Operační systém obvykle odesílá oznámení, jakmile jsou k dispozici aktualizace.

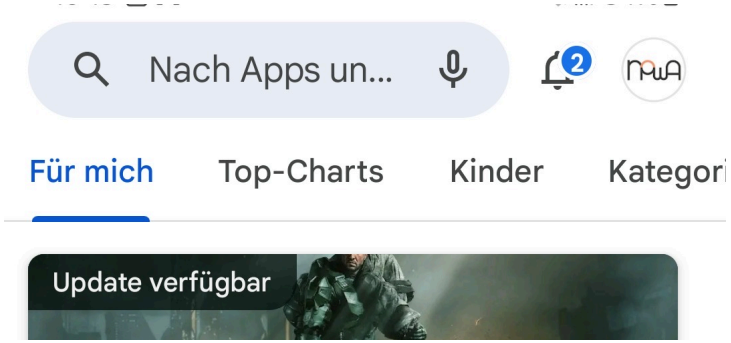
Chcete-li ručně aktualizovat aplikace, otevřete PlayStore (Android) nebo AppStore (iOS).

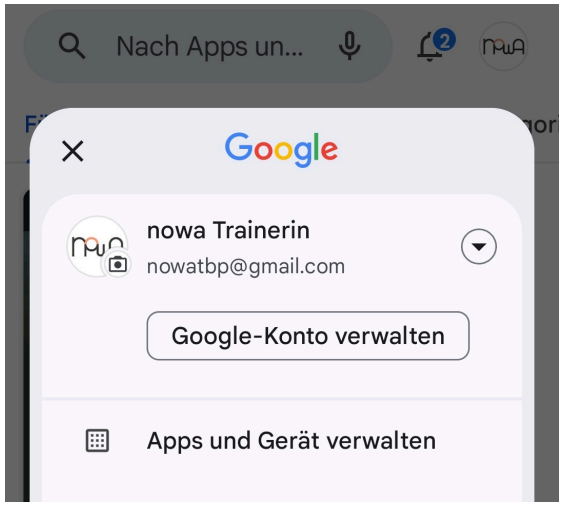
Co-funded by the European Union

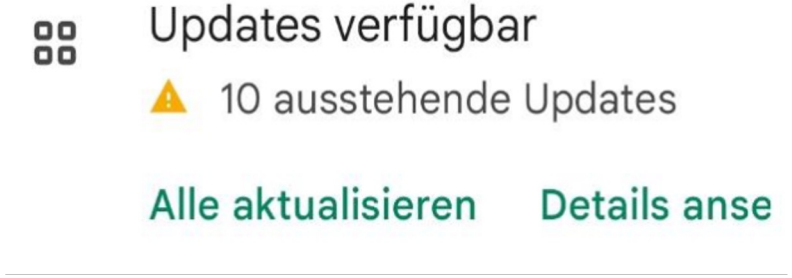
3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3. Viry a trojské koně

Ruční aktualizace aplikací v Obchodě Play







Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.3 Viry a trojské koně

Používání antivirových aplikací

Pro detekci a odstranění malwaru doporučujeme nainstalovat antivirovou aplikaci nebo ji aktivovat v nastavení. To má tu výhodu, že lze prověřit všechny procesy na pozadí a identifikovat a odstranit nebezpečí. Všechny antivirové aplikace nabízejí automatickou aktualizaci, kterou byste rozhodně měli využívat.

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Zamknutí mobilního zařízení (aplikace nastavení)

Tipy

- ✓ Použití hesla PIN, vzoru nebo biometrického odemykání chrání data na vašem počítači. mobilní zařízení
- ✓ Nainstalujte si zámek obrazovky, abyste chránili zařízení před neoprávněným přístupem na svém nastavení a aplikace

Používejte silná hesla

Tipy

- ✓ Bezpečná hesla se skládají z kombinace písmen (nejlépe velkých a malých) a malá písmena), čísla a speciální znaky
- ✓ Čím delší je heslo, tím je bezpečnější (lépe 14 než 8 znaků).
- ✓ Používejte alespoň dvě různá hesla: jedno velmi bezpečné heslo k ochraně e-mailu. účet a jeden nebo více pro všechny ostatní aplikace
- ✓ Použijte aplikaci pro správu hesel, abyste bezpečně spravovali více hesel a vyhnuli se se je musí naučit nazpaměť

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Udržujte své osobní přístupové údaje (např. PIN, hesla) v tajnosti.

Buďte opatrní při používání veřejných zařízení

- ✓ Pokud jste se přihlásili na konkrétní webovou stránku (např. poskytovatel e-mailu, sociální síť) na adrese cizího zařízení, měli byste se vždy odhlásit.
- ✓ Nedovolte cizím lidem, aby vám při zadávání osobních údajů nahlíželi přes rameno.

Instalace aktualizací

Aktualizace přinášejí nové funkce a odstraňují mezery v zabezpečení, operační systém upozorní na dostupnost aktualizací.

- ✓ Okamžitě nainstalujte aktualizace nebo
- ✓ Aktivace automatických aktualizací v zařízení

Co-funded by the European Union

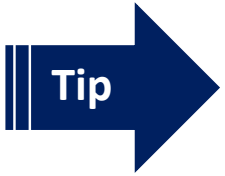
3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Stahujte aplikace pouze z oficiálního obchodu s aplikacemi svého poskytovatele.

Kontrola oprávnění

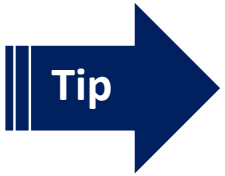
Aplikace potřebují různá oprávnění (např.: přístup k mikrofonu, kontaktům, internetu).



✓ Zkontrolujte a upravte oprávnění pro své aplikace

Deaktivace služeb

Mobilní zařízení si mohou vyměňovat data prostřednictvím různých služeb. Aplikace mohou například určovat polohu a vytvářet profily pohybu prostřednictvím GPS a sítí WiFi.



✓ Wi-Fi, Bluetooth a GPS aktivujte pouze v případě potřeby.

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Zacházejte s daty svých pacientů a organizace opatrně.

✓ Nepřenášejte data přes veřejné sítě WiFi (např. zdravotní aplikace).
✓ Zvažte GDPR a jednejte podle něj

Pravidelné zálohování

Pokud mobilní zařízení ztratíte, je vám ukradeno nebo rozbito, všechna vaše data jsou pryč - pokud je pravidelně nezálohujete.

✓ Přenos dat do počítače pomocí kabelu
✓ Používejte cloudovou službu pro zálohování dat a povolte automatickou synchronizaci pro kritická data / složky

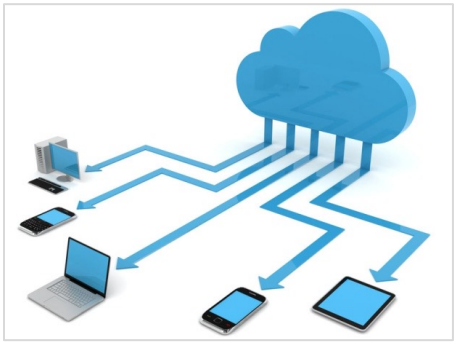
Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Pravidelné zálohování

Pokud mobilní zařízení ztratíte, je vám ukradeno nebo rozbito, všechna vaše data jsou pryč - pokud je pravidelně nezálohujete.



Tipy

✓ Přeneste data do počítače pomocí kabelu (USB), na obrazovce se objeví nastavení.
obrazovka mobilního zařízení - povolit přístup přes počítač

✓ Používejte cloudovou službu pro zálohování dat a povolte automatickou synchronizaci pro kritické události.
data / složky (poskytovatelé: Dropbox, Google , Apple, Microsoft,....).

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Instalace antivirového softwaru

Tip

✓ Vždy udržujte antivirovou aplikaci aktuální, jinak nové hrozby nelze aktualizovat.

odhalit a zabránit jim.

Aktivace ochrany proti krádeži

Neexistuje žádná aplikace, která by vaše mobilní zařízení ochránila před krádeží, ale existují programy, které vám pomohou ho snadněji najít. Tato "aplikace proti krádeži" dokáže na dálku lokalizovat ztracené nebo odcizené zařízení, uzamknout ho nebo dokonce vymazat data. Často je součástí antivirového softwaru.

Tipy

✓ Nainstalujte nebo aktivujte aplikaci/funkci proti krádeži a aktivujte GPS v zařízení.

✓ Poznamenejte si sériové číslo smartphonu (číslo IMEI).

v případě krádeže je třeba ji nahlásit policii.

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.4. Tipy pro zabezpečení mobilních zařízení

Jak zjistit sériové číslo smartphonu (číslo IMEI)

Tipy

- ✓ Smartphone se systémem Android - Nastavení → v telefonu
- ✓ iPhone - Nastavení → Obecné → Informace
- ✓ *Nebo*: Zadejte následující kód na numerické klávesnici telefonu: *#06#

Co-funded by the European Union

3. Bezpečné používání mobilních zařízení

3.5. Užitečné odkazy

Tato sbírka odkazů slouží jako příklad a musí být upravena v příslušné partnerské zemi.

www.saferinternet.at	Tipy a brožury pro různé cílové skupiny
www.watchlistinternet.at	Informační platforma o internetových podvodech a podvodům podobných online pastech v Rakousku
www.ombudsstelle.at	Pomůže vám zdarma, pokud máte stížnost na konkrétní společnost nebo obecný dotaz týkající se online nakupování.
checkdeinpasswort.de	Zjistěte, jak zvolit bezpečné heslo (stránka a základ hodnocení bezpečnosti z Německa)

Co-funded by the European Union

SociALL

4. Přílohy *(ve vývoji)*

4.1. Pokyny pro školitele

4.2. Prezentace PowerPoint pro workshopy

4.3. Materiály pro účastníky školení

4.4. Výukové materiály (videa, odkazy, kvízy, platformy atd.)

4.5. GDPR

JIHOMĚSTSKÁ SOCIÁLNÍ a.s.
Medicalscar
åpenhet
Co-funded by the European Union