



Spolufinancováno
Evropskou unií

Ministerstvo životního prostředí

UNIVERZITA J. E. PURKYNĚ V ÚSTÍ NAD LABEM

OSVĚTOVĚ ODBORNÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM V OBLASTI KYBERNETICKÉ BEZPEČNOSTI

vzdělávací akce realizovaná v rámci projektu

CZ.10.02.01/00/22_002/0000210, Aktivita KA1_B.3.10

RUR – Region univerzitě, univerzita regionu



Centrum
kybernetické
bezpečnosti

RUR - Region univerzitě, univerzita regionu
reg. č. CZ.10.02.01/00/22_002/0000210

RUR



Centrum
Kybernetické
Bezpečnosti

KYBERCHVÍLE



Centrum
Kybernetické
Bezpečnosti

KYBERCHVÍLE

SPOLEČNĚ V BEZPEČÍ

*Centrum kybernetické
bezpečnosti, z.ú.*



O NÁS

Centrum kybernetické bezpečnosti, z.ú.

www.kybercentrum.cz

Kybercentrum dlouhodobě podporuje vzdělávání, osvětu a rozvoj kompetencí v oblasti digitální a kybernetické bezpečnosti. Naším posláním je propojovat odborníky, učitele, studenty i širokou veřejnost a přispívat k bezpečnějšímu digitálnímu prostředí v České republice.





KYBERCHVÍLE



Centrum
Kybernetické
Bezpečnosti

KYBERCHVÍLE

PROJEKTY KYBERCENTRA

*Centrum kybernetické
bezpečnosti, z.ú.*



VÝZNAMNÉ PROJEKTY

- KYBERPOHÁDKY
- **KYBERCHVÍLE**
- KYBERSOUTĚŽ
- KYBER CENA ROKU
- CYBERTHLON
- CYBER ESCAPE ROOM
- CYBER ESEJ
- STUDENTSKÝ
KYBERNETICKÝ
AKCELERÁTOR



CESTA K DIGITÁLNÍMU BEZPEČÍ

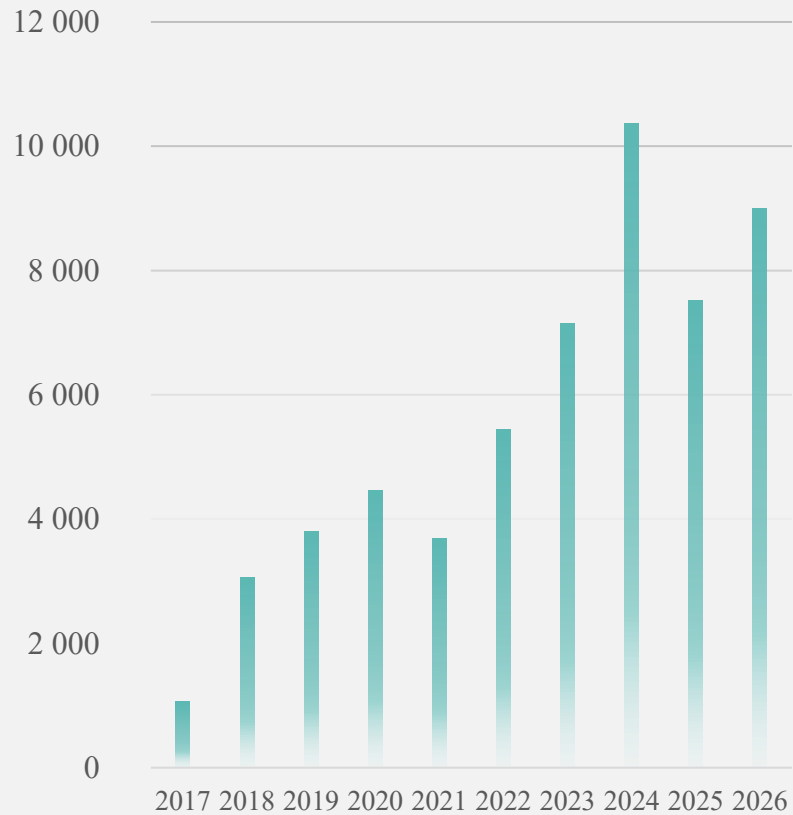
Od prvních doporučení ke Kyberchvílím

- Od roku 1997: soutěže pro studenty, konference a semináře pro odbornou veřejnost.
- Od roku 2016: Národní soutěž ČR v kybernetické bezpečnosti.
- Doporučení Kybernetická hygiena – bezpečně na internetu.
- Osvětové semináře a přednášky pro studenty a učitele.
- Doporučení Ochraňte svůj domov proti hackerům: tipy a doporučení (*s EUROPOL a NÚKIB*).
- Osvětové webináře pro studenty a učitele.
- Doporučení Bezpečná práce na dálku: tipy a doporučení pro zaměstnavatele a zaměstnance.
- Bezpečnostní standard pro videokonference (*s NAKIT a NÚKIB*).
- Základní bezpečnostní doporučení pro školy (*pro MŠMT*).
- Ransomware - Doporučení pro mitigaci, prevenci a reakci (*s NÚKIB*).
- Doporučení Ochrana dětí na internetu – největší rizika a jak jim předcházet.

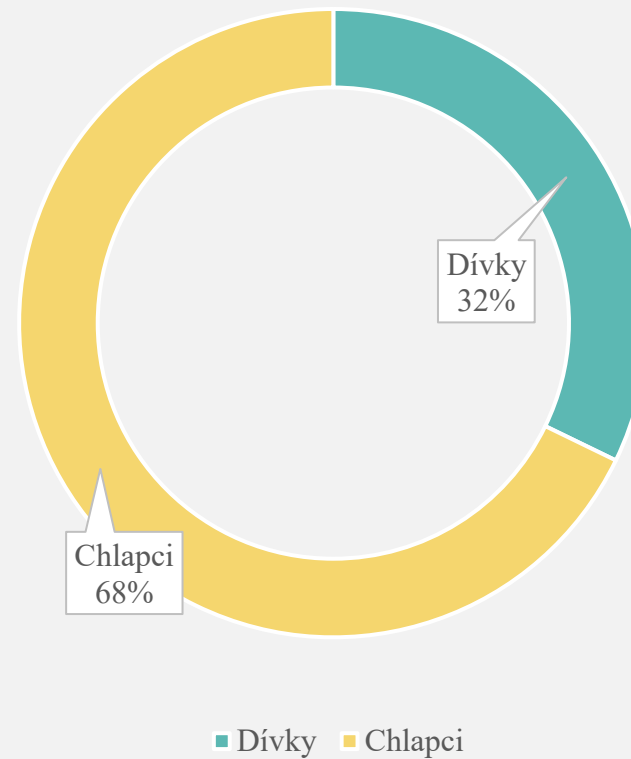
KYBERSOUTĚŽ

Největší evropská soutěž v kybernetické bezpečnosti.

POČTY ÚČASTNÍKŮ



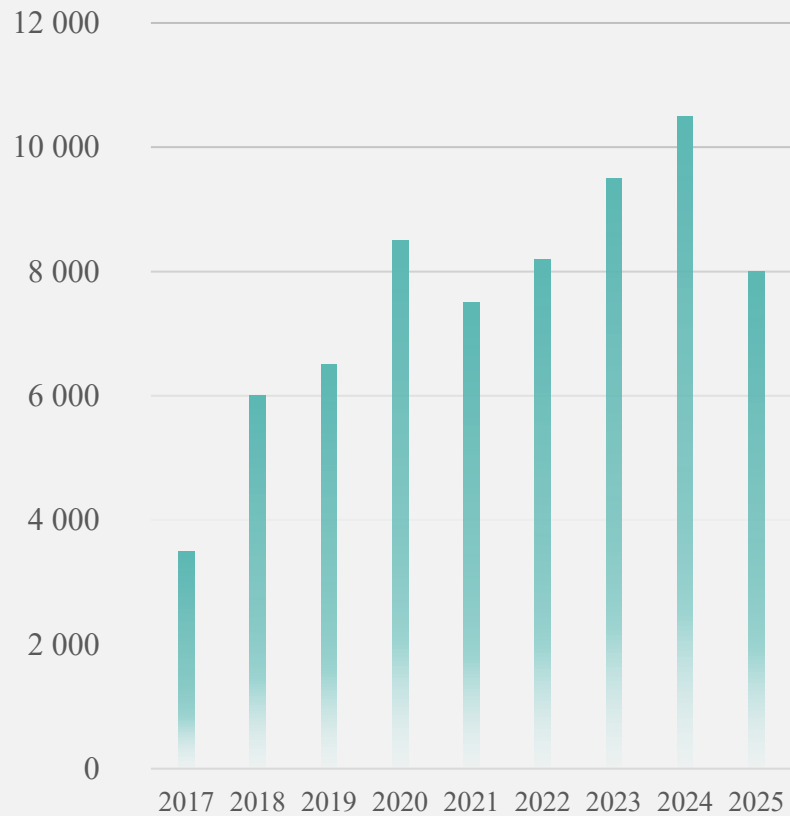
Zastoupení chlapců & dívek



OSVĚTOVÉ PŘEDNÁŠKY, SEMINÁŘE A WEBINÁŘE

Pro studenty ZŠ a SŠ

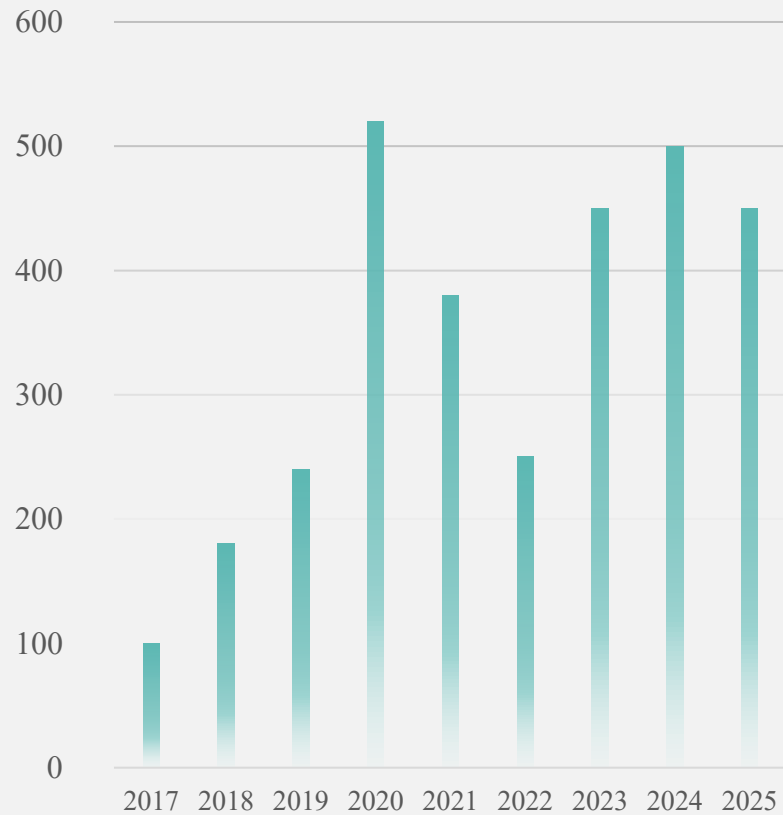
POČTY ÚČASTNÍKŮ



OSVĚTOVÉ PŘEDNÁŠKY, SEMINÁŘE A WEBINÁŘE

Pro učitele MŠ, ZŠ a SŠ

POČTY ÚČASTNÍKŮ



EVROPSKÝ MĚSÍC KYBERNETICKÉ BEZPEČNOSTI

Jsme dlouholetými partnery
Evropské agentury ENISA a
NÚKIB v rámci ECSM:

- Osvětové semináře a webináře pro širokou veřejnost
- Soutěže a semináře pro studenty
- Přednášky a diskuse s učiteli
- Osvětové a metodické materiály
- **Jsme velmi aktivní:**
 - 100+ akcí
 - 70 000+ účastníků



DIGITÁLNÍ ČESKO

Jsme partnery projektu Úřadu vlády
Týden pro Digitální Česko

- Osvětové semináře a webináře pro širokou veřejnost
- Semináře pro učitele a školy
- Osvětové a metodické materiály
- **Jsme velmi aktivní:**
 - 2024 – 2 000+ účastníků
 - 2025 – 10 000+ účastníků



OCHRANA DĚTÍ NA INTERNETU
Největší rizika a jak jim předcházet

Kyberšikana
Obtěžování nebo ponižování přes internet. Diskutujte s dětmi o jejich online zážitcích.

Centrum Kybernetické Bezpečnosti
Centrum kybernetické bezpečnosti, z.ú.
Více informací: www.kybercentrum.cz



CESTA K DIGITÁLNÍMU BEZPEČÍ

Od prvních doporučení ke Kyberchvilím

- Postupně rozvíjíme iniciativy, které podporují bezpečnější digitální svět pro všechny generace.

Czech Cyber Center

Přemýšlejte než kliknete
Pravidelně zálohujte
Používejte VPN

Nepoužívejte neznámé (cizí) flešky
Pravidelně aktualizujte
Používejte silná unikátní hesla
Buďte stále informováni (v obraze)
Nenechávejte své zařízení bez dozoru
Zabezpečte své zařízení heslem (PINem)
Nepoužívejte stejná hesla pro různé služby
Používejte antivirovou ochranu
Nesdílejte údaje ke své platební kartě
Nesděltej na sociálních sítích osobní informace
Vždy změňte výchozí hesla
Nakupujte jen v ověřených e-shopech
Neodpovídejte na podezřelé SMS
Používejte rodičovský zámek (chráňte své děti)
Neotvírejte odkazy, které neznáte
Kontrolujte oprávnění svých aplikací
Nekupujte online věci, které jsou jinde vyprodané
Buďte obezřetní, když na internetu platíte
Neodpovídejte na podezřelé e-maily
Podporujte jen ověřené sbírky (charitu)
Neodpovídejte na podezřelá volání
Neotvírejte přílohy z neověřených e-mailů
Nesdílejte zprávy z neoficiálních zdrojů
Odtáhněte před a zabavte
Mluvte se svými dětmi o kybernetické bezpečnosti
Ověřte si informace, které získáte
Vždy si vše v klidu promyslete
BUĎ KYBER

Bezpečnostní doporučení pro každý den

OCHRANA DĚTÍ NA INTERNETU

Největší rizika a jak jim předcházet

- Kyberšikana**
Oblíbení nebo parování plus internet. Diskutujte s dětmi o jejich online zážitcích.
- Online přednáška**
Ochrana, která manipulují a zneuvěřují děti online. Učte děti, aby neodaly osobní informace.
- Neznámí uživatelé**
Pornografie, rasizmus a další nevhodné obsah. Používejte rodičovské filtry.
- Právce soukromí**
Sdílení příliš mnoha osobních informací. Vytvářejte účet, jak chránit své soukromí.
- Phishing a podvodní**
Podvodní e-maily a zprávy. Naučte děti rozpoznat podezřelé zprávy.
- Závislost na internetu**
Nadměrná používání internetu. Stanovte časové omezení pro online aktivity.
- Sociální izolace**
Nedostatečná osobní interakce. Podporujte děti v offline aktivitách.
- Decipherování a falešné zprávy**
Falešné zprávy a dezinformace. Učte děti ověřovat informace.
- Malware a viry**
Škodlivý software. Instalujte a aktualizujte bezpečnostní software.
- Online hry a náklady**
Mikrotransakce v online hrách. Monitorujte nákupy dětí online.
- Influenci**
Ukazují ideální život, ale není to vždy pravda. Diskutujte s dětmi o reklamách a roztápněte, co je realita. Společně vyberte vhodné obsah.

Centrum Kybernetické Bezpečnosti
www.kybercentrum.cz

SENIOŘI ZÁKLAD KYBERBEZPEČNOSTI

10 doporučení pro seniory - jak se chránit v digitálním světě

- Nikdy nesdílejte osobní ani příbuznostní údaje po telefonu nebo e-mailem.
- Buďte obezřetní na sociálních sítích. Sdílení fotek nebo informací o cestování může přilákat podvodníky.
- Používejte silná hesla a měňte je pravidelně. Neodpovídejte na zprávy, které vyžadují vaše údaje.
- Nebojte se zoplat. Pokud někomu něco zaváhá, je lepší se poradit než kliknout.
- Udržujte telefonní číslo několika z rodiny na blízku. Pro případ pohyblivosti nebo potřeby.
- Neotvírejte podezřelé e-maily nebo přílohy. Ani když se říká, že jde o banku nebo „úspěch“.
- Vyšleďte kurzy nebo besedy o digitální bezpečnosti pro seniory.
- Pamatujte: Pokud něco z vás podezřívá, ať to podezřívá je. Podvodníci často tlačí na čas nebo emoci.
- Udržujte antivirový program a pravidelně aktualizujte zařízení.

Centrum Kybernetické Bezpečnosti
www.kybercentrum.cz

RODINA ZÁKLAD KYBERBEZPEČNOSTI

10 doporučení pro rodinu - základní jednotku kybernetické bezpečnosti

- Beďte se v digitálním světě jako rodina. Sdílejte zkušenosti, rady a ležte - každý svým způsobem, ale společně.
- Zavolejte „digitální pravdělivost“! Například bez mobilu u vešle, neboť ani online sítě, ani ani nezávislé na digitální síti.
- Vytvořte bezpečný prostor pro děti. Každý se může zmyt, ale pokud je, se se o tom dá mluvit.
- Podporujte vzájemnou pomoc. Děti může pomoci obětovat aplikaci, kterou máte naučit dítě správně.
- Udržujte si společný přehled o používání zařízení a sítěch.
- Společně rozpracujte pravidla: Učte se od sebe - dítě zná trendy, senior má zkušenost s povídání.
- Vytvořte si důvěrnost osobní a sítě. Kdo co ví, co se dá zneužít - a proč to chránit digitální svět.
- Mluvte o emocích spojených s online světem. Tráp, závislost, porovnávání, či třeba osamělost - není to jen technika.
- Zapojte se o digitální vzdělávání v rodině. Kurzy pro rodiče, nebo kurzy pro děti, přednáška pro prarodiče - digitální svět se týká všech.
- Buďte komunikativní, ne izolovaní. Rodičovská komunikace, Kybernetická bezpečnost začne důvěrou, komunikací a respektivním domem.

Centrum Kybernetické Bezpečnosti
www.kybercentrum.cz

KYBERCHVÍLE

DIGITÁLNÍM SVĚTEM SPOLEČNĚ

- Pravidelně o heslech
- Společná kontrola nastavení soukromí
- Kyberhra s dětmi
- Offline dny bez mobilu

www.kyberchvile.cz

www.kyberchvile.cz



Centrum
Kybernetické
Bezpečnosti

KYBERCHVÍLE

PROJEKT KYBERCHVÍLE

*Centrum kybernetické
bezpečnosti, z.ú.*



KYBERCHVÍLE

DIGITÁLNÍM SVĚTEM SPOLEČNĚ



Povídání
o heslech



Společná kontrola
nastavení soukromí



Kyberhra
s dětmi



Offline den
bez mobilu



www.kyberchvile.cz



Centrum
Kybernetické
Bezpečnosti

CO TVOŘÍ ZÁKLAD SPOLEČNOSTI?

Fyzická i digitální společnost

- Důvěra
- Respekt k druhým a empatie
- Odpovědnost
- Solidarita
- Spravedlnost a poctivost
- Etika

KDE SE TĚMTO ZÁKLADŮM UČÍME

Fyzická i digitální společnost

- Rodina
- Škola
- Společnost

JSME DIGITÁLNÍ SPOLEČNOST

Fyzická i digitální společnost

Žijeme, komunikujeme a učíme se ve světě, kde se propojuje člověk a technologie.

Digitální společnost znamená:

- propojení lidí, informací a technologií,
- nové příležitosti pro vzdělávání, práci i spolupráci,
- ale i nové výzvy: **důvěra, odpovědnost, respekt a etika on-line.**

PROJEKT KYBERCHVÍLE

Věnujte svůj čas. Kyberchvíle jsou jednoduché a smysluplné okamžiky, kdy se jako rodina nebo komunita zastavíte, mluvíte o digitálním světě a učíte se, jak v něm být bezpečně a s respektem. Krůček po krůčku – zábavně, přirozeně a společně.

Definice

- *Kyberchvíle* je novotvar označující vědomě plánovaný čas strávený v rodině, škole nebo komunitě, během něhož se jednotlivci společně věnují aktivitám souvisejícím s digitálním světem – zejména tématům digitální bezpečnosti, mediální gramotnosti, správného online chování, mezigenerační podpory a rovnováhy mezi online a offline životem.

Cíle

- **rozvítet digitální kompetence** napříč generacemi,
- **posilovat otevřenou komunikaci** o digitálním světě,
- **podporovat prevenci rizikového chování** na internetu,
- **a vytvářet kulturu sdílení a učení**, kde se děti, dospělí i senioři navzájem inspirují a chrání.

PROJEKT KYBERCHVÍLE

Rodinná digitální ústava

- Na velký papír nebo sdílený dokument napište 5–7 pravidel, například:
 - „Nepíšeme si s lidmi, které neznáme i ve skutečném světě.“
 - „Nebereme mobil k jídlu.“
 - „Pomáháme si s technikou bez výsměchu.“
- Každý člen podepíše a může ozdobit.
- Vystavte „ústavu“ na ledničku nebo ji uložíte do rodinné složky.



PROJEKT KYBERCHVÍLE

Rodinné Kyberchvíle

Den	Název scénáře	Klíčová témata
Pondělí	Co o nás ví internet?	Digitální stopa, soukromí
Úterý	Kyberporada u večere	Sdílení, komunikace, důvěra
Středa	Hra na hackera	Hesla, osobní údaje
Čtvrtek	Digitální výměna rolí	Mezigenerační porozumění
Pátek	Rodinná digitální ústava	Pravidla, spolupráce, prevence
Sobota	Phishing detektivové	Podvody, rozpoznání rizika
Neděle	Offline večer	Digitální rovnováha, vztahy

PROJEKT KYBERCHVÍLE

Rodinné Kyberchvíle - Phishing detektivové

- Rodiče připraví 3–5 ukázek podezřelých zpráv (můžete použít printscreeny z internetu nebo vymyslet vlastní – např. SMS od „banky“, e-mail s výhrou, falešná nabídka z bazaru)
- Děti i senioři si zahrají na detektivy – mají za úkol odhalit „podezřelé znaky“:
 - divná adresa odesílatele,
 - gramatické chyby,
 - příliš dobrá nabídka,
 - naléhání (např. „okamžitě klikni“),
 - žádost o údaje.
- Diskuze:
 - Viděli jsme něco podobného v reálném životě?
 - Co bychom v takovém případě udělali?



PHISHING DETEKTIVNÍ PRŮKAZ

FOTO	Jméno detektiva: _____
	Specializace: <input type="checkbox"/> Rozpoznávání podvodných e-mailů <input type="checkbox"/> Odhalování falešných odkazů <input type="checkbox"/> Ověřování identity odesílatele <input type="checkbox"/> Hlášení podezřelých zpráv
Datum vydání průkazu: _____	Hodnocení detektiva: ☆☆☆☆
	Podpis mentora: _____

DŮLEŽITÉ POJMY

Emoce v digitálním světě (Kyberpohádky, Kyberchvíle)

- Radost – když se něco podaří nebo se spojím s kamarádem.
- Zvědavost – když chci něco prozkoumat nebo vyzkoušet.
- Strach – když se bojím, co se stane, nebo když mi někdo píše divné věci.
- Nejistota – když nevím, co mám dělat nebo komu věřit.
- Důvěra – když věřím, že mi někdo pomůže nebo mě ochrání.
- Pochybnost – když si nejsem jistý, jestli je něco pravda.
- Zlost – když mě někdo urazí nebo mi něco zakáže.
- Smutek – když se cítím sám nebo mě někdo zraní.
- Překvapení – když se stane něco nečekaného.
- Zklamání – když něco nevyjde nebo mě někdo zradí.
- Odvaha – když se rozhodnu říct dospělému, že se něco děje.
- Hrdost – když se zachovám správně nebo pomůžu kamarádovi.
- Zmatek – když je něco složité nebo nejasné.
- Empatie – když chápu, jak se cítí někdo jiný.
- Bezpečí – když vím, že jsem chráněný a v pořádku.



DŮLEŽITÉ POJMY

Chování a pravidla (Kyberpohádky, Kyberchvíle)

- Pravidla internetu
- Digitální stopa
- Kyberšikana
- Zodpovědné chování
- Pomoc dospělého
- Zvědavost vs. opatrnost
- Zásady bezpečného sdílení
- Přátelství online
- Závislost na technologiích
- Umělá inteligence (AI)



DŮLEŽITÉ POJMY

Digitální svět (Kyberpohádky, Kyberchvíle)

- Tablet
- Mobil
- Počítač
- Internet
- Wi-Fi
- Aplikace
- Webová stránka
- Tlačítko „Odeslat“ nebo "Klikni"
- Obrázek / Fotka
- Video



DŮLEŽITÉ POJMY

Bezpečnost a ochrana (Kyberpohádky, Kyberchvíle)

- Heslo
- Silné heslo
- Zámek (digitální)
- Soukromí
- Osobní údaje
- Sdílení
- Zabezpečení
- Autentizace (ověření, že jsi to ty) včetně Face ID
- Zámek obrazovky
- Souhlas



DŮLEŽITÉ POJMY

Rizika a hrozby (Kyberpohádky, Kyberchvíle)

- Virus
- Trojský kůň
- Hacker
- Podvodník
- Falešný profil
- Neznámý kontakt
- Nevhodný obsah
- Reklama
- Spam
- Phishing (podvodné zprávy)



JAK NA TO?

Od základních návyků až po expertní rozvoj

- **Rodina a výchova doma** (od raného věku)
 - Diskuse a otevřenost
 - Říkaneky, pohádky, ...
 - Rodič je vzor
 - Sdílení fotek a polohy
- **Škola a mladí uživatelé**
 - Uč se digitální gramotnosti
 - Bezpečně komunikuj on-line
 - Kriticky přemýšlej
- **Dospívající a mladí dospělí**
 - Rozšiřuj své znalosti, trénuj
- **Pracovní život**
 - Dodržuj firemní bezpečnostní politiky
- **Expertíza a celoživotní rozvoj**
 - Sleduj nové hrozby a trendy (kurzy, školení)

CYBER SECURITY COMPETITION CZECH **Czech Cyber Center**

Heslo
Nechci slabé heslo,
co by útok hackerů neuneslo.
Délka, znaky, numera,
velká, malá písmena.
Bezpečnost je oč tu běží
na svazech tu nezděží.
Password spraying, bruteforce attack,
ještě slovník mě s tím napadl!
Útoků jsou všude mraky,
dávej pozor na attacky!
Anna Marešová

Trojský kůň
Hřivu nemá, v Troji nežil,
na pastvinách nikdy nebyl.
Vyzná se však v internetu
a zapíše každou větu.
Když si pozor nedáš,
brzy pak nic nemáš.
Natalie Machková

Virus
Když si stáhneš hru
nebo Google obrázek,
můžeš dostat nejen to
ale taky pohlavek.
Virus ten se zavrtá,
do hlubin jak červ
a pak pěkně zabolí
jak skřípnutý nerv.
Natalie Machková

Focení mobilem
Umíš fotit s mobilem?
Vyfoť Anču s Emilem.
I když si to jen tak zkusíš,
stejně se jich zeptat musíš.
A když jim to nevadí,
zkus je fotit bez hlavy.
Fotky nikam neposílej,
pro radost se na ně dívej.
Václav Marešna

Zámek obrazovky
Co dělají fotky rády?
Ukážou kamarády.
Než dáš mobil do aktovky,
nastav zámek obrazovky.
I kdyby ho někdo vzal,
fotky by z něj nevyndal.
Václav Marešna

Kyberzločin
S počítačem si jen hrát,
to je radost sledovat.
Existují ale lidé,
kterým všechno přijde vtipné.
Bud oloupi online banku
nebo e-mailovou schránku.
Tyhle činy hlást musíš.
Ihned! Rozumiš?!

Slabá hesla
Pokud nastavíš si slabé heslo
- 12345, 54321, či tvé jméno a příjmení,
hacker ho změní
a jen za peněžní částku, přístup smění.
Oliver Hart

Antivirová kontrola
Nedůvěřuj cizím lidem,
ani, jejich fleškám.
Vždy je projev antivirem,
Čechům, ba i Čechkám.
Václav Marešna

Heslo v mobilu
V mobilu je hodně věcí,
které musíš chránit přeci.
Dobře si ho zahesluj,
vždyť je celý jenom tvůj!
Mámě s tátou heslo řekni,
nesdílej ho nikdy s dětmi.
Václav Marešna

Aktualizace
Aktuální aplikace,
ochrání ti informace.
Václav Marešna

www.kybercentrum.cz

PROJEKT KYBERCHVÍLE

- Rodinné Kyberchvíle
- Ochrana dětí na internetu
- Rodina – základ kybernetické bezpečnosti
- Bezpečnost seniorů v digitálním světě

Propojujeme všechny generace



Sdílej – Testuj – Uč se – Diskutuj – Spolupracuj

Kyberchvíle ukazují, jak lze v rodině sdílet informace, testovat znalosti, učit se nové věci, otevřeně diskutovat o problémech i úspěších a spolupracovat jako tým.

Doporučení: *Začněte s jednou Kyberchvílí týdně, projděte si společně denní tipy (31+), pouvažujte nad digitální bezpečností dětí a seniorů, využijte dostupné projekty (Kyberpohádky atd.) a stavte na společném učení.*





DĚKUJEME!

Petr Jirásek

📞 +420 XXX XXX XXX

✉ office@kybercentrum.cz

🌐 www.kybercentrum.cz

www.kybersoutez.cz

www.kyberpohadky.cz

www.kybercena.cz

www.kyberchvile.cz