

Tavam bērnam sola  
bezmaksas balvas?

**Ož pēc shēmas!**



**KIBERDROŠĪBAS  
EKSELENCES**

**FONDS**

**ĢIMENĒM AR BĒRNIEM**

**Kibernozieguma** veicēji mēģina ieliet datoros, telefonos, interneta mākoņos un bankas kontos, lai cilvēku dati un naudiņa kļūtu par viņējo.

## Kiberdraudi bērniem

- **Grooming:** pieaugušais izliekas par vienaudzi un ar manipulācijām mēģina panākt tikšanos vai iesaistīties intīmās sarunās.
- **Kiberhulīgānisms:** apcelšana, izsmiešana vai draudi internetā, bieži publiski.
- **Kaitīgs saturs:** pornogrāfija, vardarbība, atkarību veicinošas spēles, kas var emocionāli traumēt.
- **Krāpniecība:** viltoti konkursi, balvas vai spēles, kurās prasa naudu vai datus.

## Draudi, ko varam radīt paši. No kā uzmanīties?

- **Privātu datu izpaušana:** vārda, adreses, skolas vai fotogrāfiju publicēšana.
- **Sekstings:** bērns nosūta savus kailfoto vai video, kas var tikt izplatīti un izmantoti šantāžai.
- **Pārmērīga ierīču lietošana:** laiks pie ekrāniem ietekmē miegu, pašsajūtu un sociālās prasmes.

## Kā pasargāt bērnu no kiberuzbrukuma?

- **Saruna.** Aicini vienmēr nākt runāt, jautāt, rādīt, pastāstīt, atzīties. Nekad nenosodi un nepārmet.
- **Virtuālās drošības ABC.** Iepazīstini bērnu ar padomiem no **Drossinternets.lv**
- **Iestatījumi.** Aktivizē piekļuves kodus, paroles, vecāku kontroli, ierobežojumus un privātuma iestatījumus.
- **Cieņa.** Māci bērnam, ka nevar darīt otram to, ko negribi, lai nodara tev.
- **Domā pirms like un share.** Atgādini pārbaudīt faktus, nešērot visu pēc kārtas, neklikšķināt uz aizdomīgām saitēm.
- **Draudzība internetā.** Izskaidro, ka nekad nedrīkst komunicēt un apstiprināt draudzības aicinājumus no svešiniekiem.
- **Ekrāna laiks.** Uzraugi, cik daudz laika bērns pavada pie ekrāniem.

## Noderīgi

**Drossinternets.lv** par bērnu drošību

**CERT.LV** padomi un brīdinājumi

**Uzticībastālrunis.lv** psihologa atbalsts bērniem problēmsituācijās

**Dnsmuris.lv** drošības rīks aizsardzībai no kiberapdraudējumiem

**Drossinternets.lv**

Uzticības tālrunis **116111**  
Valsts policija **110**



Nacionālais  
kibersdrošības  
centrs



Tevi steidzina un liek  
pieņemt lēmumu uzreiz?

**Ož pēc shēmas!**



**KIBERDROŠĪBAS  
EKSELENCES  
FONDS  
UZŅĒMUMIEM**

**Kibernozieguma** veicēji mēģina ielst datoros, telefonos, interneta mākoņos un bankas kontos, lai cilvēku dati un naudiņa kļūtu par viņējo. Uzņēmumi un pašvaldības glabā svarīgus datus. Ja šie dati noplūst vai tiek bloķēti, sekas var būt nopietnas.

## Kiberdraudi uzņēmumiem un pašvaldībām

- **Pikšķerēšana (phishing)** – krāpnieciski e-pasti vai ziņas, kas uzdodas par banku, kolēģi vai partneri, lai iegūtu paroles vai piekļuvi sistēmām.
- **Izspiedējvīrusi (ransomware)** – bloķē datorus vai failus un prasa izpirkuma maksu.
- **Datu noplūdes** – neatļauta piekļuve darbinieku vai klientu datiem.
- **Viltus rēķini un krāpniecība** – īpaši bieži vērsti pret pašvaldībām un uzņēmumiem.
- **Nepareiza darbinieku rīcība** – piemēram, uzklikšķināšana uz aizdomīgas saites vai paroles noplūde.

## Kā pasargāt uzņēmumus un pašvaldības no kiberuzbrukumiem?

- **Paroles** – drošas, katram kontam sava. Ieteicams lietot paroli pārvaldniekus un divfaktoru autentifikāciju (2FA).
- **Ierīču aizsargāšana** – bloķē ekrānus, nelieto svešus USB, regulāri atjaunini programmatūru.
- **Rezerves kopijas (backups)** – veido regulāras datu rezerves kopijas un pārlicinies, ka tās darbojas.
- **Drošības politika** – noteikumi, ko visi darbinieki zina un ievēro, skaidras procedūras maksājumu apstrādei, elektroniski parakstītu dokumentu izmantošana.
- **Darbinieku apmācības** – organizē un apmeklē regulāras darbinieku apmācības par kiberdrošību.
- **Situācijās** – ja atver aizdomīgu saiti vai pielikumu – atvieno datoru no tīkla un nekavējoties ziņo IT speciālistam.

## Kā rīkoties, ja ir aizdomas par kiberuzbrukumu?

- **Nekavējoties pārtraukt aizdomīgas darbības**, nespīest uz jaunām saitēm, neatvērt pielikumus.
- **Ziņot** IT nodaļai vai atbildīgajam par drošību.

## Noderīgi

**CERT.LV** padomi un brīdinājumi

**Financelatvia.eu** finanšu drošības ieteikumi

**Naudasskola.lv** finanšu drošība

**Dnsmuris.lv** drošības rīks aizsardzībai no kiberapdraudējumiem

Ja noticis **kiberdrošības incidents** – sazināties ar **CERT.LV**

Ja notikusi **finanšu krāpniecība** – ziņot **Valsts policijai**

Tev zvana un prasa  
kartes datus?

Ož pēc shēmas!



**KIBERDROŠĪBAS  
EKSELENCES  
FONDS  
SENIORIEM**

**Kibernozieguma** veicēji mēģina ieliet datoros, telefonos, interneta mākoņos un bankas kontos, lai cilvēku dati un naudiņa kļūtu par viņējo.

## Kiberdraudi senioriem – populārākās situācijas

- Zvanītāji **izliekas par komunālo pakalpojumu sniedzējiem** un piedraud atslēgt elektrību vai gāzi, ja netiks veikts tūlītējs maksājums.
- Krāpnieki ar balss klonēšanas palīdzību **uzdodas par radnieku**, kuram "steidzami vajadzīga nauda" drošības naudas, ārstēšanās vai ceļojuma izdevumu segšanai.
- Maldinoši e-pasti un īsziņas, kas šķiet **no bankas, valsts iestādes vai pazīstama uzņēmuma**, mudinot klikšķināt uz saitēm vai lejupielādēt pielikumus.
- Piekļājīgs cilvēks **ar jauku balsi pārliecinoši aicina investēt** un sola lielu peļņu.
- Internetā iepazīti "**draugi**", kas sāk prasīt naudu.
- "**Jūs esat vinnējis loterijā**", tikai jāsamaksā nodeva.

## Kā sevi pasargāt no kiberuzbrukuma, ja esi seniors

- **Nekad nenosauc PIN kodus vai paroles**, neļauj svešiniekiem pieslēgties attālināti datoram vai telefonam.
- **Neklikšķini uz aizdomīgām saitēm** un regulāri pārlūko savus bankas izrakstus.
- Ja zvana no "bankas" vai "policijas", noliec klausuli un **pārzvani uz oficiālo numuru**.
- **Pārrunā aizdomīgus zvanus ar tuviniekiem**. Bloķē aizdomīgus zvanītājus un izmanto zvanu filtrēšanu telefonā.
- **Netici pārāk labiem piedāvājumiem**, jo laimestus un mantojumus par brīvu nedod.

## Kiberdrošības pamati

- **Drošas paroles**: katram kontam sava parole – sarežģīta, ar dažādiem simboliem
- **Divu soļu pārbaude (2FA)**: parole + kods telefonā
- **Programmu atjauninājumi**: vienmēr uzstādītas jaunākās versijas
- **Uzmanība**: pārliecināties par e-pastu un saiti pirms atvēršanas
- **Drošs Wi-Fi**: lietot tikai savu vai aizsargātu tīklu

## Noderīgi

**CERT.LV** padomi un brīdinājumi

**Esidross.lv** video un raksti par drošību

**Melnsuzbalta.lv** padomi dezinformācijas atpazīšanai un apkarošanai

**Dnsmuris.lv** drošības rīks aizsardzībai no kiberapdraudējumiem

**Zīņo un konsultējies**

**cert.lv**

**Valsts policija 110**