



Minha palavra-passe  
é segura ?

\*\*\*\*\*

# COMO CRIAR UMA PALAVRA-PASSE SEGURA

Uma palavra-passe segura é: Pelo menos 12 caratéres de comprimento, mas 14 ou mais é melhor. Uma combinação de letras maiúsculas, letras minúsculas, números e símbolos.

# PROTEÇÃO DOS DADOS PESSOAIS

Afonso  
6ºA

- A Proteção dos dados pessoais é uma proteção pra os seus dados e apps ele ajuda com vírus, hackers e mais.
- A proteção de dados é o conjunto de medidas para proteger informações pessoais de identificação, como nome, morada ou e-mail, contra acesso não autorizado.



# Segurança nas redes sociais<3

Para ter redes sociais, é preciso ter muitos cuidados como por exemplo:

Criar amigos virtuais não é seguro!

Só ter contas privadas até aos 14\15 anos

Não confiar em tudo que vemos nas redes sociais.



Trabalho realizado por:  
Aimara Sousa e  
Teresa Silva  
6°F

# Ciberbullying

**Cyberbullying** é a intimidação, ameaça ou assédio que ocorre online, através de meios digitais como redes sociais, mensagens de texto ou jogos. É um comportamento repetido e intencional para causar mal, vergonha ou desconforto a outra pessoa.



Para evitar o **cyberbullying**, pense antes de publicar, proteja as suas palavras-passe, não partilhe informações pessoais e bloqueie ou denuncie o agressor. É fundamental falar com um adulto de confiança se se sentir desconfortável ou ameaçado online.



Feito por: Aisha, Victória

Turma: 6ºB

# cyberBULLYING



## O que é cyberbullying?

- É uma forma de bullying praticada através de meios digitais, como telemóveis, computadores e internet.
- Inclui agressões, ameaças e intimidações com o objetivo de causar dor, vergonha ou desconforto.
- Pode ocorrer em plataformas de jogos, redes sociais, chats e por mensagens de texto ou e-mail.

## Exemplos de cyberbullying

- Espalhar mentiras ou fotos constrangedoras sobre alguém nas redes sociais.
- Enviar mensagens ameaçadoras ou humilhantes por chat ou SMS.
- Criar um perfil falso para agir em nome da vítima, enviando mensagens maldosas.
- Publicar imagens alteradas ou comentários jocosos.
- Gravar e publicar conteúdo inapropriado online.
- Realizar chamadas anónimas e repetidas.



Realizado por: Alexandre e Inês do 6E

# CIBERBULLYING

## O que é o Ciberbullying e como evita-lo?

- Ciberbullying é assédio ou intimidação através de redes sociais ou até mesmo jogos on-line pra envergonhar ou magoar alguém.
- Proteger a privacidade on-line bloquear pessoas que não tem confiança ,não partilhar dados pessoais com estranhos.
- Trabalho feito por: Alyssa e Margarita 6ºE



# SEGURANÇA NA REDES SOCIAIS

- ▶ **Para garantir a segurança nas redes sociais, defina perfis privados, utilize senhas fortes e exclusivas, não aceite pedidos de desconhecidos, limite a partilha de dados pessoais e desconfie de links suspeitos.**

Andreia 6ºE

Rafael 6ºE



# PALAVRAS-PASSE FORTES

- PARA CRIAR UMA PALAVRA PASSE FORTE TEM DE CONTER SÍMBOLOS LETRAS E NÚMEROS.
- EXEMPLOS: @L4N0 OU PROF4330R
- NUNCA SE PODE COLOCAR 123456 OU 654321 PORQUE SÃO SENHAS MUITO UTILIZADAS NOS APPS
- A MARIA QUER CRIAR UMA PALAVRA-PASSE FORTE PARA O SEU EMAIL, AJUDE ELA A CRIAR UMA PALAVRA PASSE.
- R: OPÇÕES M@R1A23



# Cuidados com downloads e aplicações

- Utilize lojas oficiais:
- Confira o logotipo
- Utilize software antivírus
- Projeta as tuas informações
- Verifique o desenvolvedor
- Evite downloads de anúncios
- Mantenha o sistema atual
- Faça backups regulares



Bárbara e Diana 6º A

# PROTEÇÃO DOS DADOS PESSOAIS



A proteção de dados pessoais é um direito fundamental que garante a privacidade e a segurança das informações

## O QUE NUNCA DEVEMOS PARTILHAR NA INTERNET?

Não devemos partilhar fotos comprometedoras que possam levar a chantagem ou bullying, palavras passes, chaves e documentos.



# Palavras passes fortes

Cassiano 6ºB

As **palavras passes fortes**, deve focar-se no **comprimento, complexidade e unicidade**. Uma palavra-passe forte deve ser difícil de adivinhar, mas fácil de memorizar para si.

Uma palavra-passe segura deve ser **longa, complexa, única** para cada serviço e **difícil de adivinhar**, mesmo para quem conhece o utilizador.

Considere usar uma "frase-passe" (passphrase), que é uma frase longa e fácil de memorizar, mas que usa palavras aleatórias ou uma estrutura que permite a inclusão de números e símbolos.



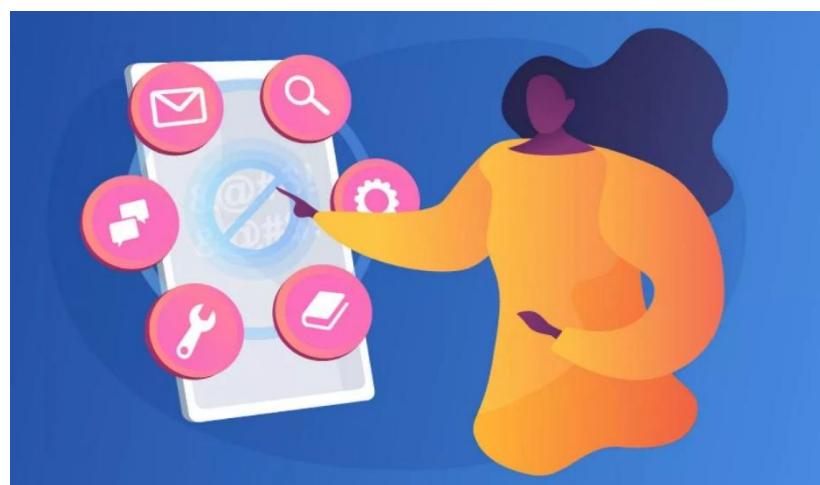
# **O ciberbullying**

O cyberbullying é o assédio praticado através da tecnologia digital, como redes sociais, plataformas de mensagens, jogos e telemóveis. É um comportamento agressivo e repetido com o objetivo de humilhar, ameaçar ou envergonhar alguém, podendo incluir espalhar boatos, partilhar fotos embaraçosas, fazer-se passar por outra pessoa ou enviar mensagens ameaçadoras.



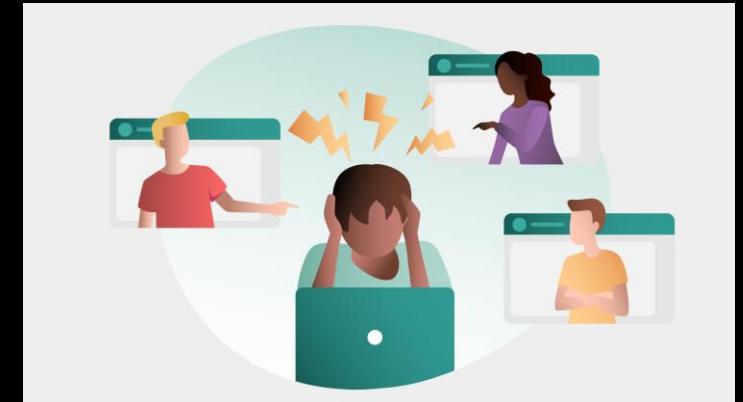
## **Como ajudar as vítimas**

Para ajudar uma vítima de cyberbullying, comece por oferecer apoio incondicional, ouvindo-a sem julgamentos e assegurando que não é culpada pela situação. Incentive a vítima a guardar provas, bloquear e denunciar o agressor nas plataformas online, e procurar ajuda profissional e de uma figura de confiança (como pais, professores ou psicólogos).



# CIBERBULLYING

- Cyberbullying é a prática de assédio, ameaças e intimidação repetidos através de meios digitais, como redes sociais, mensagens de texto, plataformas de jogos e e-mails.
- Para evitar o cyberbullying, é fundamental, proteger informações pessoais. Se for vítima, guarde as provas, use as opções de bloquear e denunciar, e peça ajuda a um adulto de confiança (pais, professores) ou a entidades como a Polícia.
- O phishing e as mensagens falsas são técnicas de fraude digital usadas para roubar dados pessoais e financeiros, como passwords e dados bancários, através de mensagens que parecem autênticas.



# Palavras-passe fortes

**Comprimento:** Deve ter, no mínimo, 12 caracteres.

**Complexidade:** Deve ser uma mistura de diferentes.

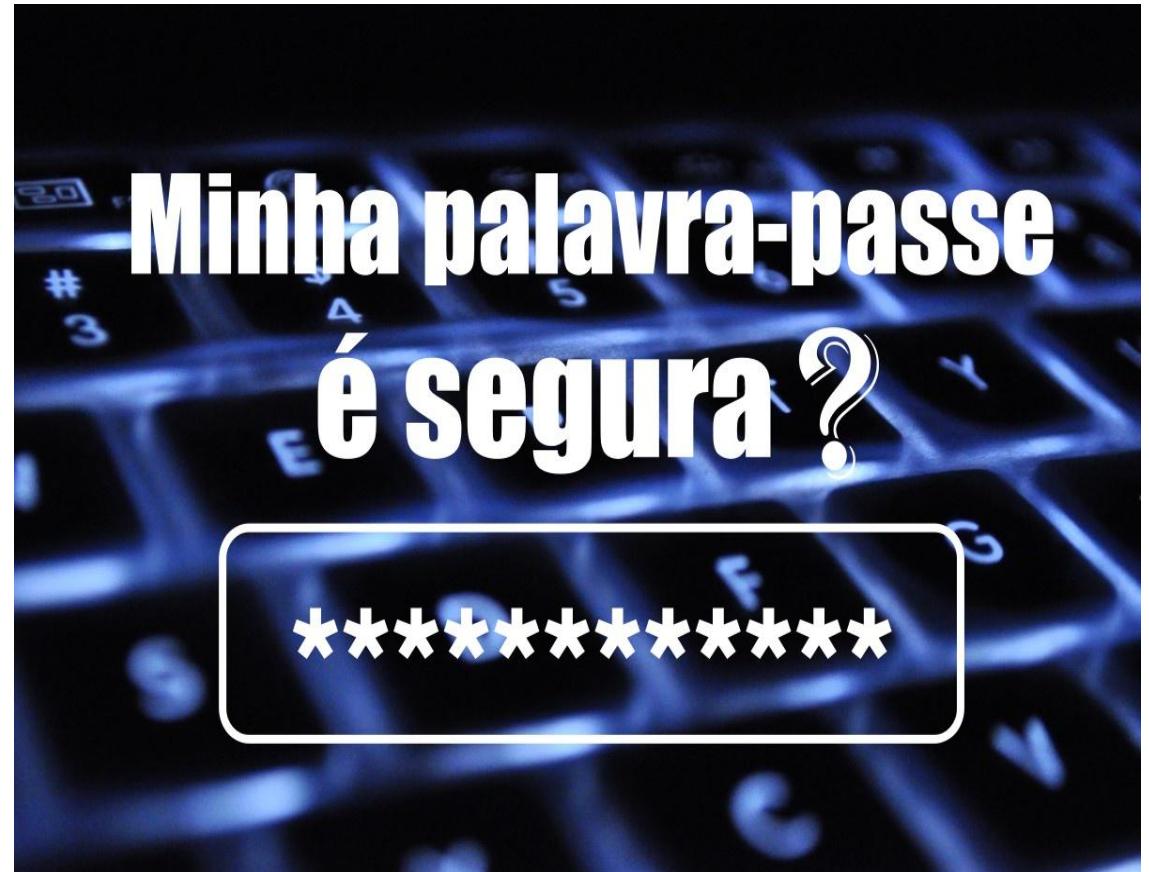
**Tipos de caracteres:**

Letras minúsculas.

Letras maiúsculas.

Números.

Símbolos ou caracteres especiais.



# CIBERBULLYNG

## O QUE É CIBERBULLYNG:

Pessoas na internet se juntam e tratam pessoas de uma forma **horrível**, até com **ameaças**.



## COMO EVITAR O CIBERBULLYNG:

Bloqueie a pessoa, denuncia ou pode se informar aos encarregados (pais) para **ajudarem** ou caso seja necessário **comunica á policia (em casos sérios!)**.



Feito por:  
Diego Leal  
6F

# SEGURANÇA NOS JOGOS ONLINE

- Usar palavras chaves fortes e únicas;
- Proteger os dados pessoais;
- Usar um antivírus e um firewall;
- Usar uma rede segura (VPN);
- Instalar apenas o software;
- Verificar as definições de privacidade;
- Não abrir anexos suspeitos;
- Mantenha o sistema atualizados;
- Ativar a autenticação de 2 fatores (MFA).



**Donatela e Viviane 6ºE**

# Palavras passe fortes

## Características de uma Palavra-Passe Forte

**Comprimento:**

O ideal é ter pelo menos 12 caracteres; quanto mais longa, melhor (14 ou mais é recomendado).

**Diversidade de Caracteres:**

Inclua uma combinação de:

Letras maiúsculas (A, B, C...)

Letras minúsculas (a, b, c...)

Números (1, 2, 3...)

Símbolos/caracteres especiais (!, @, #, \$, %...)

**Exemplo:**

**AlforneOs@456, T1c#193**

**BaS1c@ e 173429.**



**Elmer Semedo 6ºB**

# Ciberbullying

O ciberbullying é um tipo de bullying através de meios digitais, que inclui comentários ofensivos e ameaças.

Como evitar e pedir ajuda ?

- **Não respondas:** Não interaja ou vingue-se do agressor.
- **Bloqueie o agressor:** A maioria das plataformas tem uma opção para bloquear utilizadores.
- **Procure ajuda:** Não hesite em falar com os teus pais ou outra figura de confiança.

Hareem e Emma 6ºD

# Proteção dos dados pessoais

Para a proteção dos dados pessoais, precisamos de cuidados importantes como: Não partilhar *password* nem email; não conversar com estranhos.



Enzo 5ºD

# Proteção dos dados pessoais

- ▶ A proteção de dados pessoais é um conjunto de medidas e leis para proteger a informação que pode identificar um indivíduo, como nome, e-mail, ou número de telemóvel.
- ▶ Esmael e Lucas  
6°F





## Segurança nas redes sociais

- Palavras –passe forte
- Configurações de privacidade
- Informação Pessoal

**Fabiana 6ºD**

# CIBERBULLYING

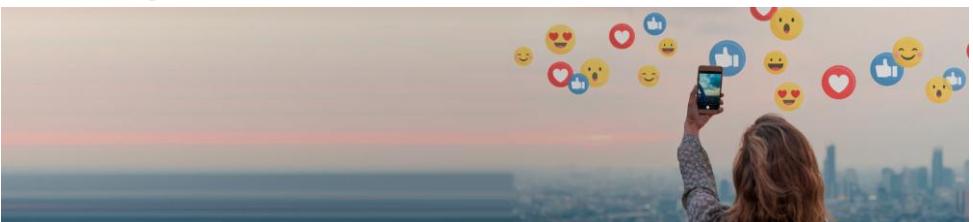
Ciberbullying é o bullying que ocorre no ambiente digital, como redes sociais, mensagens de texto, e-mails, ou outras plataformas online. Ele envolve o uso de tecnologias para assediar, humilhar, ameaçar ou intimidar outra pessoa. Pode incluir ações



# Proteção dos dados pessoais

O que nunca devemos partilhar online:

- Fotos pessoais.
- Segredos de família.
- Rebater pessoas ou comentários que incomodam.
- Falar mal das pessoas, empresas etc...



Trabalho feito por: Andreia e Íris 6C

# Palavra -passe fortes



A palavra passe-forte tem pelo ou menos 12 caracteres de comprimento. A palavra passe é algo pessoal que não partilha-se com outras pessoas devido a nossa privacidade

# Proteção dos dados pessoais

A proteção de dados pessoais é um direito fundamental que garante a privacidade e a segurança das informações de um indivíduo, abarcando a recolha, o processamento e a partilha de dados.



# PROTEÇÃO DOS DADOS PESSOAIS

Documentos de identificação pessoal.  
Mostrar tuas férias. ...  
Tua localização. ...  
Reclamações sobre o teu trabalho. ...  
Selfies tiradas em ocasiões solenes. ...  
Selfies de beijos. ...



LARA NORT 6ºB



- Tratar os outros online com o mesmo respeito que teria pessoalmente.
- Evitar insultos, comentários negativos ou cyberbullying.
- Tenha cuidado com informações pessoais e confidenciais, protegendo a si e a outros.

# NETIQUETA

Netiqueta são regras de como agir online.

Como agir:

mantenha cuidado em partilhar dados pessoais

Evite:

ciberbullying, comentários ofensivos entre outros.



# O CIBERBULLYING

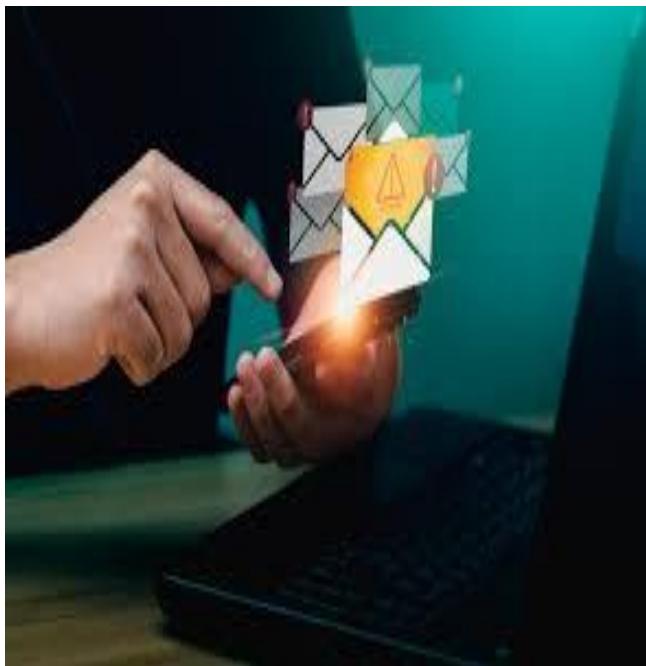
O ciberbullying é a versão online do bullying, onde o assédio, a intimidação e a humilhação são cometidos através de meios digitais como redes sociais, mensagens de texto, e-mails e jogos online.

Feito por :  
Luís - 6ºF



# PHISHING E MENSAGENS FALSAS

Phishing e mensagens falsas são táticas de fraude online usadas por criminosos para roubar informações confidenciais, como dados bancários e senhas.



# Palavra passe forte

## Como criar palavras-passe seguras

- **Seja complexo e longo:** Crie palavras-passe com pelo menos 12-14 caracteres, combinando letras maiúsculas, minúsculas, números e símbolos.
- **Evite informações pessoais:** Não use o seu nome, data de nascimento, o nome dos seus familiares ou animais de estimação, ou qualquer informação que possa ser facilmente encontrada.
- **Use uma frase como base:** Crie uma frase pessoal e use a primeira letra de cada palavra, misturando-as com números e símbolos para criar uma senha mais complexa e fácil de lembrar. Por exemplo, use a frase "Eu gosto muito de pizza" e crie algo como "EGMdP\_7".



Rodrigo Nunes e Margarida Saraiva, 5ºD

# Proteção dos dados pessoais

## O que公开ar

- Podes公开ar coisas que não demonstram dados pessoais .
- Publicar imagens como:



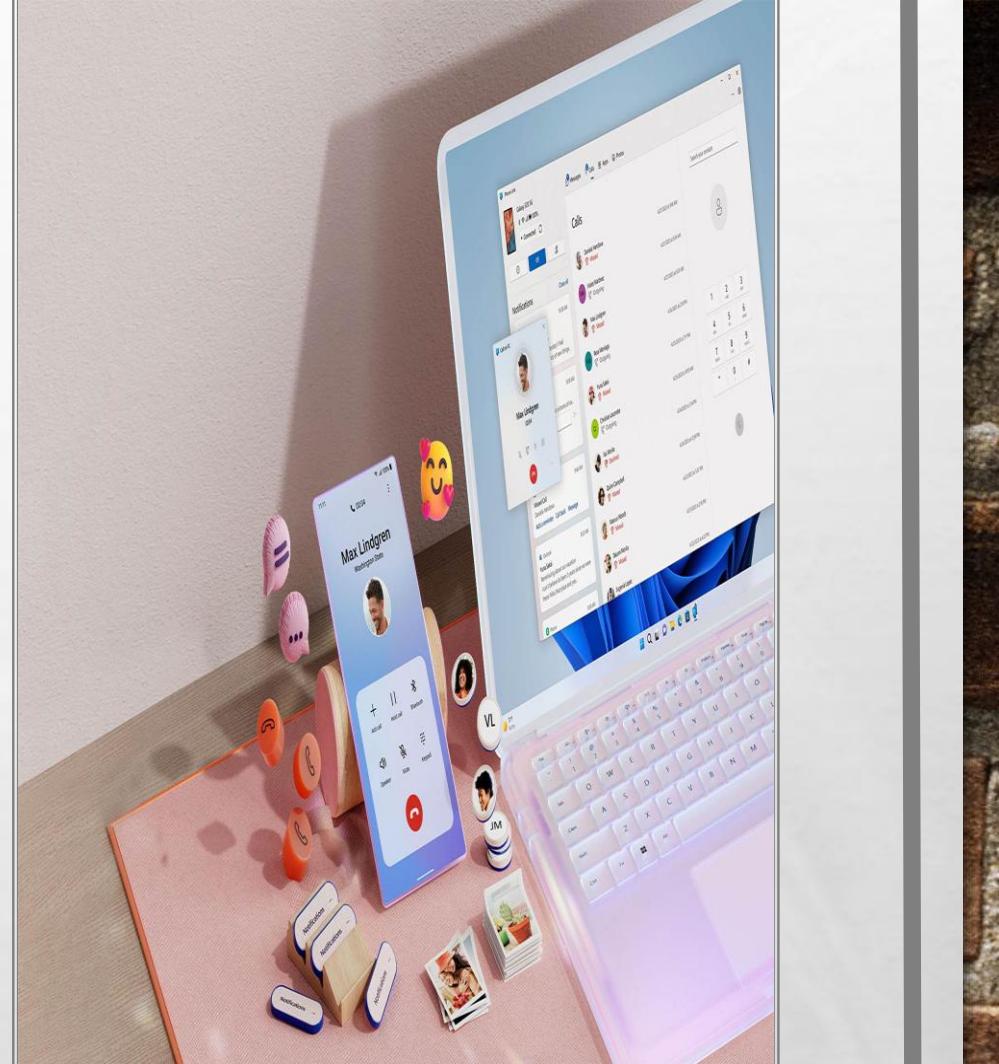
## O que não公开ar

- Não deves公开ar coisas que demonstram imagens inadequadas .
- Tal como:



# A IMPORTÂNCIA DAS ATUALIZAÇÕES

OS COMPUTADORES E AS APPS DEVEM SER ATUALIZADOS PRINCIPALMENTE POR SEGURANÇA (CORRIGINDO FALHAS QUE PODEM SER EXPLORADAS POR HACKERS), PARA TER ACESSO A NOVAS FUNCIONALIDADES E MELHORIAS DE DESEMPENHO, E PARA CORRIGIR ERROS E FALHAS EXISTENTES. AS ATUALIZAÇÕES MANTÊM OS SEUS DADOS SEGUROS E GARANTEM QUE A SUA EXPERIÊNCIA DE UTILIZAÇÃO É MAIS ESTÁVEL E AGRADÁVEL.



## **Ciberbullying**

**O bullying é uma expressão que pode magoar as pessoas ao seu redor .**

**As vezes o bullying não é só bater, as vezes a forma que a pessoa fala também pode magoar.**

### **Exemplos:**

- 1. Bater numa pessoa;**
- 2. Falar duma forma grossa e que pode provocar a pessoa ;**
- 3. Gozar e fazer racismo com a pessoa;**
- 4. E muitos maia exemplos que existem no bullying**

**Mas avisem um adulto caso isso aconteça .**

**E tenham cuidado com as pessoas que vem na rua.**

**Maria Luísa Ferreira 5ºD**

# Cyberbullying

O que é e o que fazemos para o evitar?

By: Maria Luísa Mané

## O que é o cyberbullying?

**Cyberbullying é definido como qualquer comportamento manifestado por um indivíduo ou um grupo de pessoas que, através de meios digitais e de forma deliberada, transmitam mensagens agressivas ou hostis com a intenção de fazer mal ou causar incômodo ao outro.**

## Como o fazer para o evitar?

**Proteger as palavras-passe (passwords). Nunca abrir mensagens sem identificação ou remetente. Fazer sempre log-out das contas de email, Facebook, Instagram ou de quaisquer outras redes sociais. Pensar bem, antes de publicar seja o que for, nomeadamente informações pessoais.**



**Maria Luísa Mané 5ºD**

# Proteção dos dados pessoais

O que nunca devemos partilhar online

- **Morada:** Nunca devemos partilhar a nossa morada pois pode estar um ladrão do outro e ele pega na tua morada e assalta a tua casa.
- **Dados pessoais:** Nunca devemos partilhar contas bancárias, cartões de créditos pois ficamos sujeitos a furtos e roubos.



# Palavras-passe fortes

## Como criar e manter palavras-passe seguras:

- Pelo menos 12 características de comprimento, mas 14 ou mais é melhor.
- Uma combinação de letras maiúsculas, minúsculas, números e símbolos.



Melanie 6ºC

# Segurança nos jogos online

Nos jogos online há muito perigo porque as crianças deixam-se enganar e muitas vezes são burladas por falarem com estranhos.

Há muitos jogos perigosos como:

Roblox

Fortnite



# Palavras-passe fortes



- **Características de uma Palavra-Passe Forte**
- Diversidade de Caracteres: Deve incluir uma combinação dos seguintes elementos:
- Letras maiúsculas (A, B, C, etc.).
- Letras minúsculas (a, b, c, etc.).
- Números (1, 2, 3, etc.).
- Símbolos (por exemplo, !, @, #, \$, %, ^, &, \*).

# CIBERBULLYING

O que é:

É uma forma de violência que ocorre através de tecnologias digitais (**redes sociais, mensagens, plataformas de jogos, email ou aplicações**) e que envolve comportamentos repetidos e intencionais.

- Como evitar:  
**Proteja a sua informação pessoal, use passwords fortes e nunca partilhe as suas passwords.**



# Proteção dos dados

## pessoais

O que devemos fazer para proteger os nossos dados pessoais?

Para proteger os seus dados pessoais, deve adotar uma combinação de hábitos de segurança online e offline, incluindo a utilização de palavras-passe fortes e únicas, a ativação da autenticação de dois fatores e a manutenção do software atualizado.



Rafael 5ºD



# Ciberbullying

1. NÃO DEIXES QUE O CYBERBULLYING TE AFETE, ENFRENTA!
2. PALAVRAS PODEM MACHUCAR TANTO QUANTO UM SOCO. PENSA ANTES DE FALAR!
3. DIZ NÃO AO BULLYING! ANTES DE FAZER, PENSA SE FOSSE A TI.

RAFAEL 6ºF

## ♥ PROTEÇÃO DOS DADOS PESSOIAS ♥

Como proteção de dados pessoais entende-se a possibilidade de cada cidadão determinar de forma autônoma a utilização que é feita de seus próprios dados pessoais, em conjunto com o estabelecimento de uma série de garantias para evitar que estes dados pessoais sejam utilizados de forma a causar discriminação, ou danos de qualquer espécie, ao cidadão ou à coletividade.



Raissa 5º D

# A IMPORTÂNCIA DAS UTILIZAÇÕES

**PORQUE É QUE COMPUTADORES E APPS PRECISAM DE SER ATUALIZADOS.**

Computadores precisam ser atualizados para corrigir vulnerabilidades de segurança, melhor o desempenho (corrigindo falhas e otimizando a velocidade), adicionar novas funcionalidades e recursos, e garantir a compatibilidade com novo hardware e software.



Rodrigo e Duarte - 6C

# PALAVRAS PASSE FORTES



- como criar palavras passes
- Quanto mais palavras melhor
- Mínimo recomendado 12-16 caracteres
- combine diferentes tipos de caracteres
- Letras maiúsculas (A=Z)
- Letras minúsculas (a=z)



Rodrigo e Henrique 6°E

# CIBERBULLYING



- O ciberbullying é uma forma de te julgar pela internet.
- Tu podes te proteger disso se bloqueares a pessoa que está a falar mal.



# Ciberbullying

*Não pratiquem o  
ciberbullying !!*

É uma forma de **violência psicológica** que ocorre no ambiente digital, através de tecnologias de informação e comunicação.

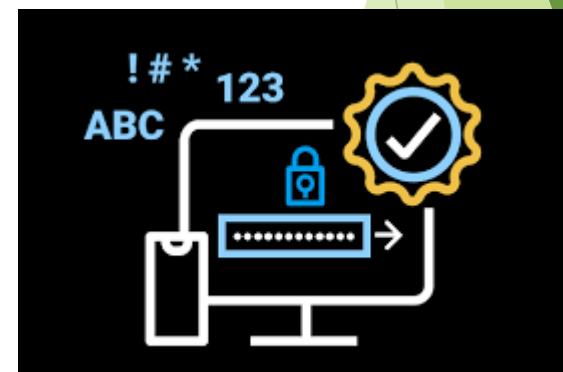


**Samuel e Pedro 6ºC**



# **COMO TER UMA PALAVRA PASSE FORTE**

- Pelo menos 12 caratéres de comprimento, mas 14 ou mais é melhor.
- Uma combinação de letras maiúsculas, letras minúsculas, números e símbolos.
- Não é uma palavra que possa ser encontrada num dicionário ou no nome de uma pessoa, caratéres , produto ou organização.
- Significativamente diferente das palavras-passe anteriores.
- É fácil lembrar-se, mas difícil de adivinhar por outros.
- 6ºE - SANTIAGO DIONISIO CUNHA



## PALAVRAS-PASSE FORTES

As palavras-passe são a nossa primeira linha de defesa sem elas podemos ser hackeados.

Para termos uma palavra-passe forte ela tem de ter: letras minúsculas e maiúsculas, números e caracteres como ponto de exclamação ou de interrogação.

Exemplos de palavras-passes forte: Sk83-!!kk/?,  
Hw11(!?) ou M@riM+I\*rIS.



Feito por: Leonor e Santiago 6<sup>a</sup> C

# SEGURANÇA NOS JOGOS ONLINE

- A segurança nos jogos online envolve a proteção contra várias ameaças, como roubo de dados pessoais.
- **Como:**
- Phishing e Roubo de Credenciais.
- Malware e Vírus
- Não falar com estranhos!





# **Segurança nas redes sociais**

## **O que é a segurança virtual?**

É o conjunto de práticas, tecnologias e processos para proteger sistemas, redes, dispositivos e dados digitais contra ataques maliciosos, roubo de informação ou acesso não autorizado.



## **Como funciona tal segurança?**

A segurança oferece ferramentas para prevenir ataques de malware.

Também inclui proteção de informação pessoal, e monitora sistemas que detetam vírus e vulnerabilidades.

# *Palavras passe fortes*



UMA PALAVRA PASSE FORTE É BASICAMENTE NÃO DIZER A NINGUÉM INDEPENDENTE DE SER PEQUENA E FÁCIL MAS CLARO QUE É PREFERÍVEL METER UMA PALAVRA PASSE FORTE E DEVE SER LONGA, COMPLEXA E ÚNICA PARA PROTEGER AS SUAS CONTAS ONLINE DE ACESSOS NÃO AUTORIZADOS. EX:

**z23QUOX5CGKU0MM3; RCz9TRZ8KBYPVFQO;  
0kQKM5NO4YE9HP7s.**

Santiago e Samuel 6ºB



# Segurança nos jogos online

## Como ter segurança nos jogos

-  Crie senhas fortes e únicas
-  Proteja os seus dados pessoais
-  Tenha cuidado com o que descarrega
-  Mantenha tudo atualizado
-  Tenha atenção às informações de pagamento



# Ciberbullying

*Swikar Subedi e Umaro Embalo  
Turma de 6ºB*



*Como evitar ciberbullying?*

*A sua informação pessoal, use passwords fortes, não abra mensagens de remetentes desconhecidos e faça logout das suas contas e bloquear a pessoa.*

# A importância das atualizações

- Devemos , atualizar certos computadores para garantir a segurança contra o malware e também, corrigir erros que o afetam o desempenho.



Tchawana 6ºD

# Segurança nos jogos online



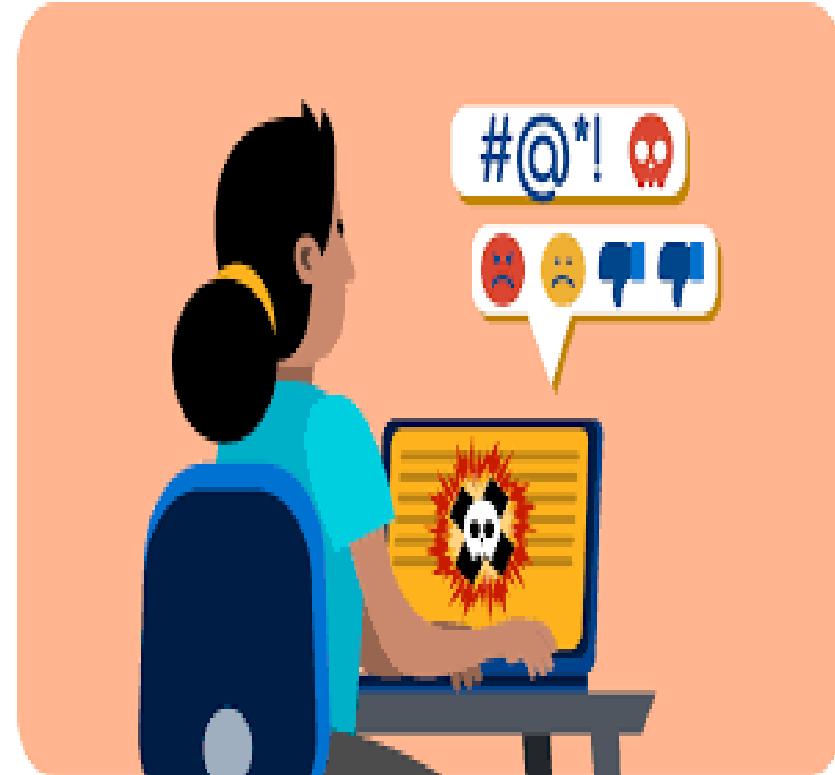
Como ter segurança nos jogos online

1. Usa senhas fortes
2. Não partilhes dados pessoais
3. E evita links desconhecidos



# Ciberbullying

- Não partilhe informações privadas
- Tenha cuidado com os “amigos”
- Pense antes de publicar
- Verifique a sua presença online
- Proteja as publicações online



# Cuidados com Downloads e Aplicações

- ▶ Usa lojas oficiais
- ▶ Verifica o desenvolvedor
- ▶ Lê avaliações e comentários
- ▶ Analisa as permissões
- ▶ Desativa a localização
- ▶ Verifica a extensão do ficheiro
  
- ▶ Yasser 6ºE

