

AwareNessi

Co to
jsou hesla?

O klíčích k internetu, tajných kódech
a hradech bez brány

Fantastická kniha o
bezpečnosti
s mnoha aktivitami
pro děti i dospělé



Obsah

Všichni jsou online!
Jsou ale všichni v bezpečí?
Snadné jako facka!

Milé děti, milí dospělí,

internet mnoho věcí usnadňuje a dokáže být hodně zábavný. Přesto pozor – na internetu číhají také různá nebezpečí. V tomto vydání vám dráček AwareNessi povypráví, proč jsou hesla tak důležitá a co to vlastně je. Mnoho zábavy při ponoření do světa internetu.





Poznámka na závěr: Při čtení slov v mužské podobě však oslovujeme všechny malé i velké čtenáře.

Historie (část 1) 03
Zapomenutý klíč

 **Omalovánka** 04

AwareNessi vysvětluje 05
Klíč z čísel, znaků a písmen


 **Rébus** 06
Perfektní klíč ke každému zámku

 **Nápad na hru** 07
Pexeso


AwareNessi vysvětluje 09
Bezpečný hrad má pořádnou bránu


 **Omalovánka** 10


AwareNessi vysvětluje 11
Hra na jistotu

 **Rébus** 12
Vyznáte se v tom?

Historie (část 2) 13
Nový začátek s novým heslem


 **Kvíz** 14
Víte už něco o heslech?

 **Nápad na hru** 15
Najděte klíč

 **Recept na pečení** 17
Pizza

Shrnutí od AwareNessi 19
Vše o heslech na jednom místě

 **Bezpečnostní jóga** 20
Chtělo by to změnu

 **Řešení kvízu** 21

Všimli jste si ikonek u některých kapitol? Tyto ikonky vám oznamují, na kterých stránkách na vás čekají pěkné, napínavé a relaxační aktivity.

Zapomenutý klíč



Dnešní den tráví Daniela se svými kamarády Samuelem, Monikou a Emou. Maminka jim uvařila špagety s rajčatovou omáčkou a potom si pochutnali na zmrzlině s čerstvými jahodami. Teď si všichni čtyři hrají v pokoji Daniely s plyšovými zvířátky. Samuel právě drží v ruce plyšového slona „Rózu“ od Daniely a pyšně prohlašuje: „Byl jsem teď v zoo. Viděl jsem tam opravdového slona.“ „Jé, to muselo být super“, radují se s ním ostatní.

„Moje teta je teď na dovolené. Dokonce se mohla na slonovi svézt“, vypráví Daniela. „Fakt?“ „Ano, včera nám poslala e-mail s fotkami z dovolené.“ „Ukaž nám je!“ Daniela na všechny tři mávne, aby šli za ní, a jde k počítači do obývacího pokoje. Pouští počítač a otevírá program s e-maily. Žádné

e-maily se ale nezobrazují, jen nějaká zpráva: „Zadejte prosím své přihlašovací údaje.“ „Ale ne“, zlobí se Daniela, „asi jsem zapoměla heslo...“ „Co teď?“, ptá se Monika. A Ema by chtěla vědět: „Co je to vůbec heslo a co jsou přihlašovací údaje?“

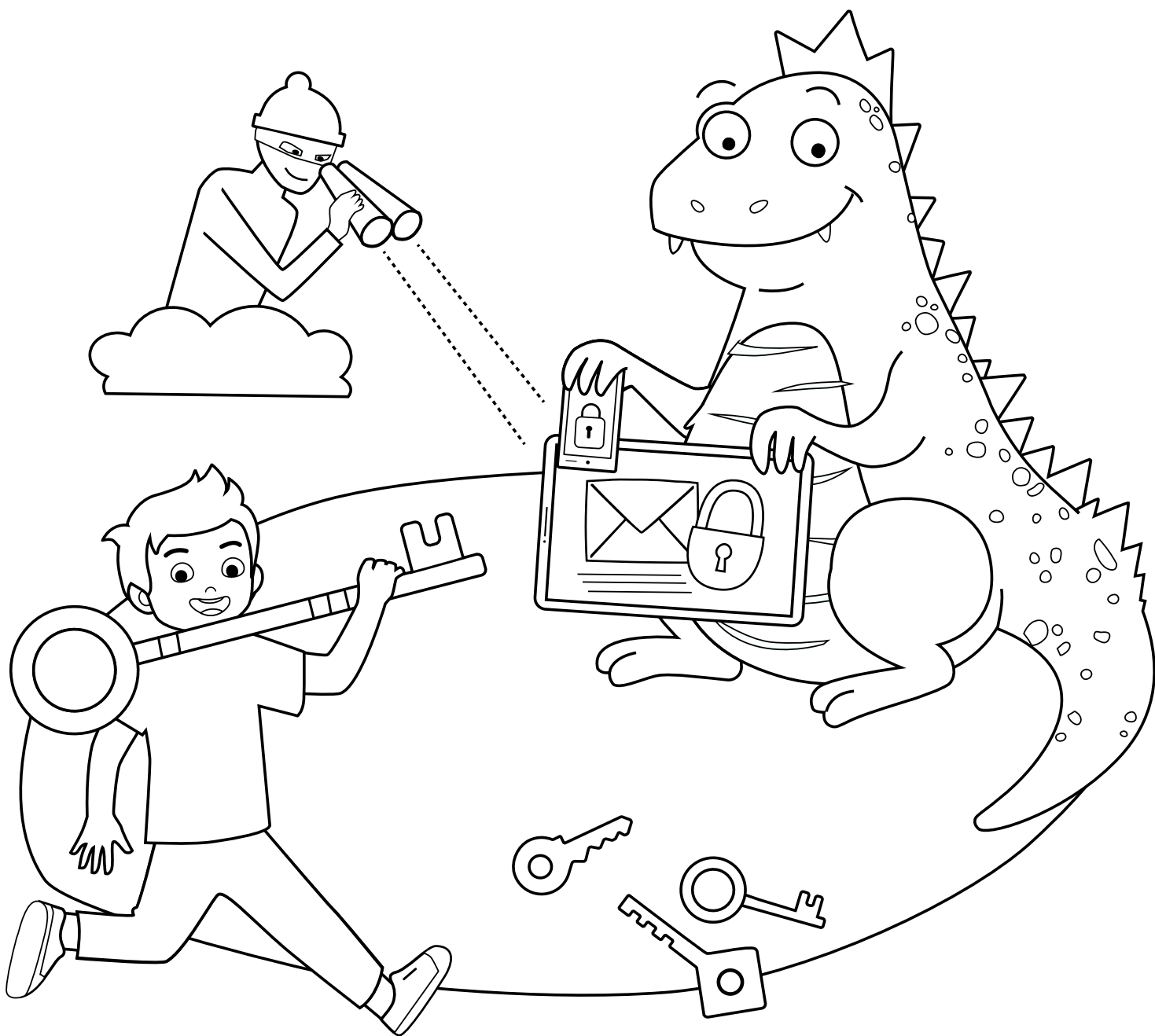
Daniela si sama není jistá. Jen ví, že se bez přihlašovacích údajů nedostane do e-mailové schránky. Co se týče internetu, může se naštěstí zeptat dráčka AwareNessi. Chytrý dráček je rychle na místě a vysvětluje: „Heslo je něco jako klíč. U e-mailové schránky by se dalo říct: Heslo je klíč k vaší poštovní schránce.“

Hesla se však používají také u mnoha dalších věcí na internetu. Starají se o to, aby se k vašim osobním údajům a věcem nedostal nikdo jiný kromě vás. Raději ale přeci jen začnu od začátku.





Pomocí hesla získáte přístup k věcem, které byly zakódovány jen pro vás a které vám poslal někdo jiný – například e-mail s fotkami z dovolené, jak jsme vyprávěli v příběhu. Než vám k tomu řeknu více, vybarvěte si tento obrázek.



Klíč z čísel, znaků a písmen

Na internetu je hodně služeb, platforem a stránek, do kterých se můžete přihlásit – například do e-mailové schránky, na sociální sítě nebo do obchodů. Vytvoříte si takzvaný Account – česky se to řekne uživatelský účet. Jsou to vaše osobní dveře, kterými můžete vstoupit na webovou stránku nebo do vaší osobní oblasti. U domovních dveří nebo dveří od bytu byste taky nechtěli, aby mohl kdokoliv snadno vejít. Aby se to nestalo, existuje klíč. U vašeho uživatelského účtu na internetu je tímto klíčem heslo.



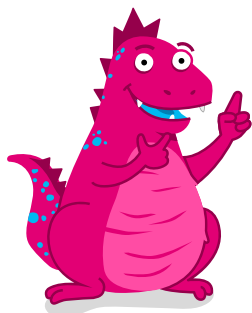
Na rozdíl od klíče není heslo vyrobeno z kovu, ale z písmen, čísel a dalších znaků. Svě heslo si můžete sami vymyslet – stejně jako uživatelské jméno svého uživatelského účtu. Heslo a uživatelské jméno tvoří společně přihlašovací údaje. Jakmile chcete svůj účet používat, musíte zadat na webové stránce přihlašovací údaje. Říká se tomu „přihlásit se“.

Heslo je tajný kód, který chrání vaše údaje. Proto ho nesmíte nikomu prozradit a musíte

ho držet v tajnosti. Existují také počítačové programy, takzvaní správci hesel. Ty vám pomáhají ukládat vaše přihlašovací údaje.

Nejbezpečnější skrýš je však vaše hlava. Nejlepší tedy je, když si vymyslíte hesla, která si dokážete dobře zapamatovat. Hesla jsou velmi oblíbená také u záluďných podvodníků: Díky nim se mohou dostat k tajným informacím a vydělat tak spoustu peněz.

Rozlouskněte obrázkový oříšek



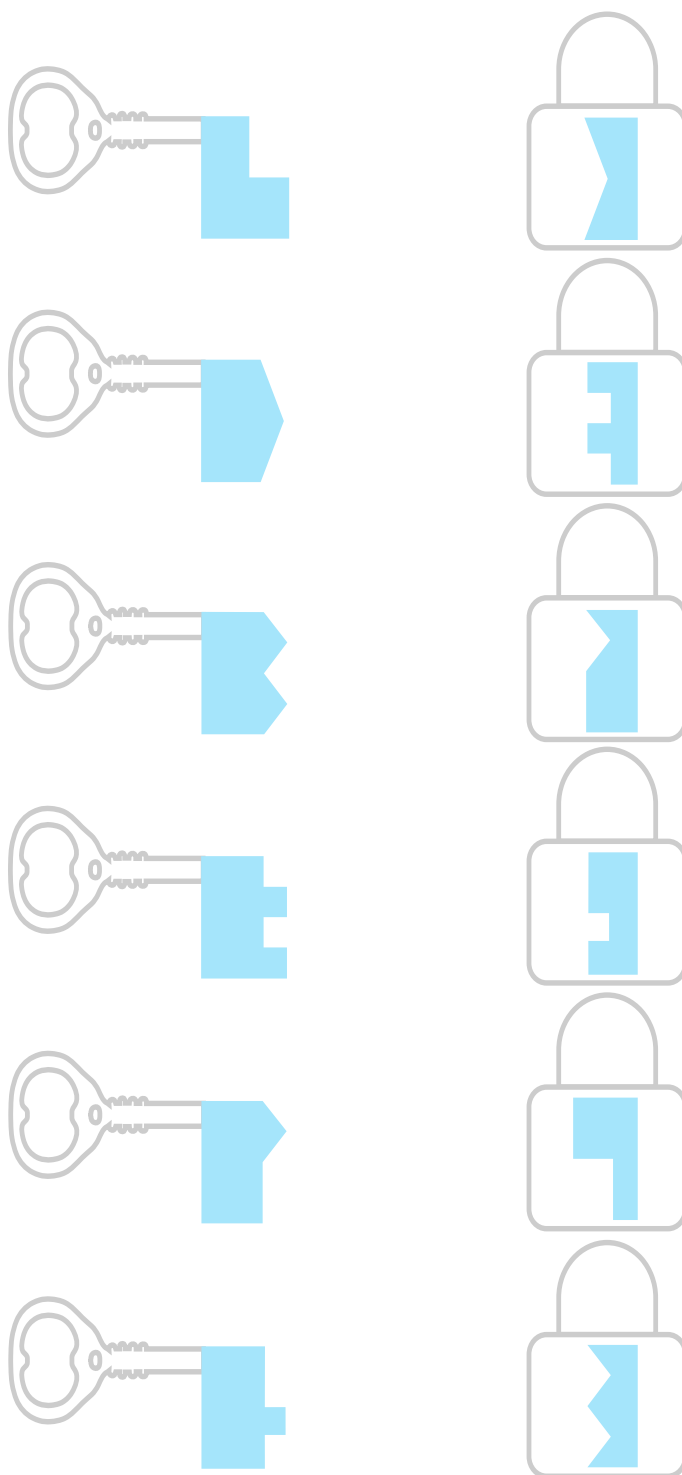
Své osobní údaje a účty ochráníte heslem. Dokážete však vyřešit i šifrování této hádanky a zjistit, jaké slovo se za ní skrývá?

Jak na to

Pozorně si dílky prohlédněte a spojte je tužkou tak, aby vznikl čtverec. Pokud chcete, můžete dílky vystřihnout a spojit také jako puzzle.

Zlatá dračí moudra:

1. Pro různé internetové stránky a uživatelské účty používejte různá hesla.
2. Zvolte heslo, které si dokážete dobře zapamatovat. Nesmí být ale tak jednoduché, aby ho uhádnul někdo cizí.
3. Svá hesla nikomu nevyzraďte – jsou tajná a měla by také tajná zůstat.





Důležité je, abyste si dokázali heslo dobře zapamatovat. K tomu vám níže uvádím pár užitečných rad. Do té doby si trénujte svou paměť pomocí pexesa.

Postupujte takto

1. Vystříhnete kartičky a zamíchejte je.
2. Nyní je položte zadní stranou nahoru tak, abyste neviděli obrázky.
3. Hráči střídavě odkrývají každý dvě kartičky. Pokud se objeví dvě stejné kartičky, smí si je hráč vzít a dát k sobě.
4. Pokud hráč otočí dvě různé kartičky, musí je otočit zpět a vrátit. Vždy si zapamatujte, kde které obrázky leží. Postupně můžete cíleně hledat další a další dvojice obrázků.
5. Pokud je hrací pole prázdné, spočítá každý hráč karty, které nasbíral. Vyhrává ten, kdo má nejvíce karet.





Bezpečný hrad má pořádnou bránu

Hesla jsou důležitá pro vaši bezpečnost na internetu. Přestavte si hrad bez dobře zavřené brány: Každý by tam mohl jednoduše napochodovat a vykrást pokladnici. Silné zdi jsou k ničemu, když je brána otevřená. U hesel je tomu podobně. Bez nich by byly vaše osobní údaje na internetu nechráněné a zlí lidé by k nim měli přístup.



Jak se mohou zlí lidé dostat k heslům



Jelikož ve všech internetových službách a sociálních sítích pracují lidé, dochází tam také k chybám. To může vést k tomu, že tajné přihlašovací údaje uvidí nedopatřením každý. Někdy si také zloději dat zajistí přístup do počítačů velkých internetových stránek a přihlašovací údaje ukradnou. Kromě toho se může stát, že cíleně vytvoří pasti na jednotlivé osoby tím, že se vydávají za někoho jiného a drze se zeptají na přihlašovací údaje. Divili byste se, kolik lidí se nechá napálit.



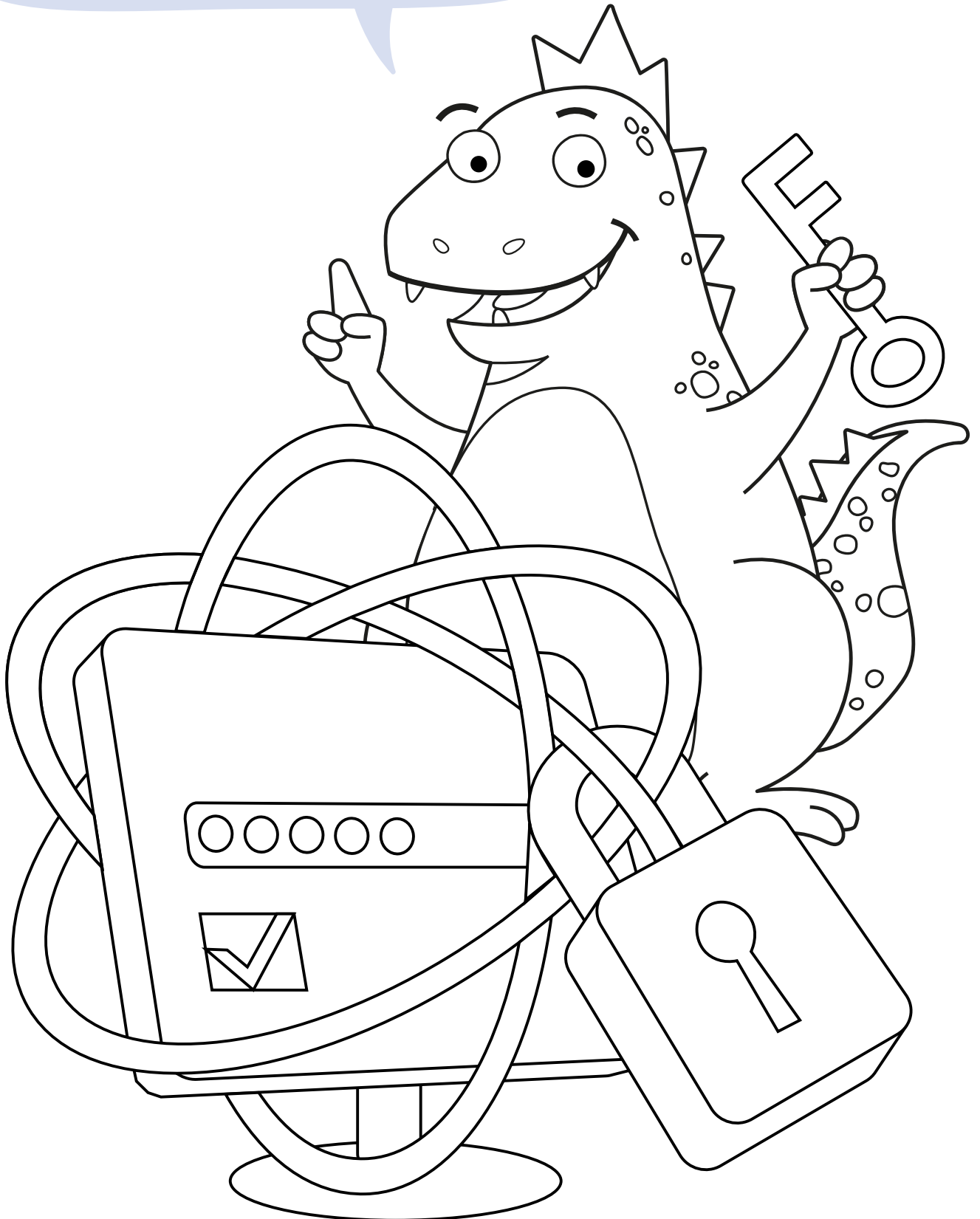
Co dělají zlí lidé s přihlašovacími údaji

Pokud zloději dat ukradli přihlašovací údaje, prodají je někomu nebo je použijí pro páčání vlastních trestných činů na internetu. Mohou si pak například na vaše náklady objednat drahé věci nebo šířit vaším jménem lži na sociálních sítích. Nejhorší je, pokud pachatelé ukradnou přihlašovací údaje z webových stránek nějaké banky: Pak mohou z účtu ukrást opravdu hodně peněz.





U hesel je zapotřebí trocha fantazie. Proč tomu tak je, vám vysvětlím na další stránce. Do té doby upustte uzdu své fantazii a vybarvěte obrázek svými oblíbenými barvami!



Hra na jistotu

Důležité je, abyste své přihlašovací údaje udržovali v tajnosti, abyste zvolili bezpečné heslo a tím své údaje chránili.



Jak zní rady pro bezpečné heslo

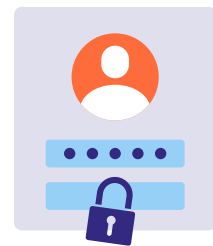
Pro každý účet byste vždy měli mít jiné heslo a neměli byste používat jedno heslo na dvou různých internetových stránkách. Bezpečné heslo není „12345“ ani vaše jméno. To se dá totiž snadno uhádnout. Vymyslete si takové, které nebude opravdové slovo – tedy oblíbené pořadí minimálně 12 velkých a malých písmen, čísel a znaků. Můžete si vymyslet větu a vytvořit z ní heslo.

Například:

Moje malá modrá kočka má 2 roky a 3 měsíce!! → Mmmkm2ra3m!!
Díky této pomůcce si své heslo snadno zapamatujete.



Co dělat, když zapomenete své heslo



Většina internetových stránek umožňuje v takových případech zadat nové heslo. Musíte však mít k vašemu účtu uloženou druhou e-mailovou adresu nebo číslo mobilního telefonu. Jakmile své heslo tedy zapomenete, nic hrozného se neděje.

Pro jistotu si přesto uložte své heslo na nějaké tajné místo.

Vyznáte se v tom?



Uznávám: Máte-li více účtů a hesel, můžete se snadno splést. Dokážete se zorientovat a nejdete v tom zmatku všechny obrázky?

- 9 
- 5 
- 6 
- 7 
- 5 
- 8 
- 8 
- 9 
- 6 
- 8 



Nový začátek s novým heslem



„Tak a teď se můžeš snadno přihlásit se svými novými přihlašovacími údaji.“ Dráček AwareNessi Daniele pomohl založit nové heslo. Naštěstí to nebylo tak těžké. „Nejlepší bude, když si své přihlašovací údaje uložíš do správce hesel. Hned se zeptej rodičů, jestli už takový program používají“, navrhuje AwareNessi.

Daniela může konečně ukázat fotografie z dovolené od tety. Děti žasnou nad nádhernou krajinou, lahodně vypadajícím jídlem a samozřejmě také nad roztomilými slony.



„Tam bych chtěl taky někdy jet“, říká nadšeně Samuel. „Někdy snad ano“, myslí si AwareNessi. „Do té doby ti může Daniela poslat pár pěkných fotografií. Pak se na ně můžeš ještě jednou podívat doma.“ „Udělala bys to, Danielo?“ „No jasně, jen mi řekni e-mailovou adresu tvých rodičů.“ „Aha, ale já si myslím, že žádnou

nemají.“ Samuel vypadá trochu smutně. „Žádný problém, pomůžu vám založit si účet“, povzbuzuje ho dráček AwareNessi, „a pomůžu ti, abys své heslo nikdy nezapomněl.“ Všichni se ze srdce zasmějí.

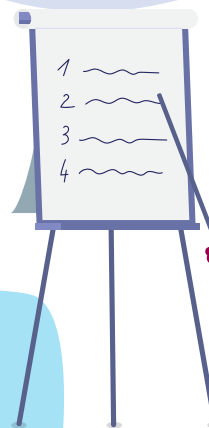
Víte už něco o heslech?



Neměli byste zapomenout, co jste se v tomto sešitě naučili – a také byste neměli zapomenout svá hesla. Otestujte si své znalosti tímto kvízem. Vyřešte ho společně s rodiči a poté si o něm popovídejte.

Heslo, které je stejné jako ostatní hesla, není bezpečné, protože lze příliš snadno uhodnout.

Poznámka na závěr: Řešení kvízu naleznete na straně 21



1 Z čeho se skládají přihlašovací údaje?

- A: Z uživatelského jména a hesla.
- B: Z fotografií z dovolené a z e-mailu.
- C: Z klíčů a klíčových dírek.

2 Komu můžete své heslo s dobrým svědomím prozradit?

- A: Svě třídní učitelce.
- B: Nikomu.
- C: Vzdálenému známému.

3 Co mohou pachatelé s vašimi přihlašovacími údaji udělat?

- A: Vloupat se k vám domů.
- B: Vymazat váš počítač.
- C: Objednat si věci na internetu.

4 Jak vypadá bezpečné heslo?

- A: 12345
- B: Daniela
- C: Z!tuD#43nEq?

Najděte klíč



Budete potřebovat ↪

- Šátek na oči pro každého hráče
- Svazek klíčů s několika klíči

Své heslo – klíč k vašemu účtu – byste neměli nikdy ztratit. Vymyslete něco, abyste mohli heslo v nejhorším případě znovu najít. Hledat klíč budete také v této hře. Dobře se bavte!



Pravidla hry:



- 1 Nejprve určete, kdo bude hlavní hráč. Nebude hrát s vámi. Postará se o to, aby všichni dodržovali pravidla. Pokud hrajete se svými kamarády, může se této role ujmout například rodič nebo sourozenci.
- 2 Hlavní hráč zaváže oči všem hráčům kromě jednoho. Tomu předá svazek klíčů.
- 3 Hráč schová svazek klíčů kdekoli v místnosti a přitom s klíči chrastí.
- 4 Ostatní hráči musí podle zvuku rozpoznat, kde se klíč nachází. Pro usnadnění musí ten, kdo klíče schoval, s klíči tu a tam zase zachrastit.
- 5 Jakmile nějaký hráč svazek klíčů najde, je na řadě: Nyní ukryje svazek klíčů v místnosti on a hra pokračuje.





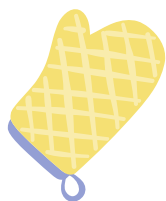
What you need

Heslo se skládá z písmen, číslic a znaků, a můžete si ho vytvořit sami – stejně jako náplň do této lahodné pizzy. Místo salámu, šunky a žampionů můžete použít cokoli, co máte rádi!

- Forma na koláč s průměrem 26 cm
- 250 ml mléko
- 190 g mouka
- 100 g salám
- 100 g dušená šunka
- 100 g žampiony
- 200 g sýr gouda
- 50 g parmezán
- 3 vejce
- 1 čajová lžice bylinek
- 1 čajová lžice soli
- 1 pepř na špičku nože (mletý)



Jdeme na to



1

Rozehejte troubu se spodním nebo horním ohřevem na 180 °C (horkovzdušná trouba 160 °C). Vyložte dno formy pečicím papírem a okraj namažte máslem.

2

Nakrájejte salám, šunku a žampiony na kostičky. Goudu a parmezán nastrouhejte najemno.

3

Rozmíchejte mléko, vajíčka, mouku, bylinky, sůl a pepř. Nejsnadněji do jde pomocí ručního mixéru nebo kuchyňského robota.

4

Nyní vmíchejte sýr, šunku, žampiony a salám a směs rovnoměrně rozprostřete na formu.

5

Pizzu pečte do zlatova 35 až 40 minut v prostředním patře předem vyhřáté trouby.

6

Formu opatrně vytáhněte a uvolněte pizzu od krajů formy nejlépe pomocí stěrky.

7

Nechejte pizzu pár minut odpočinout a pak si nechte chutnat.



Hotovo!

Vše o heslech na jednom místě



➔ Hesla jsou ...

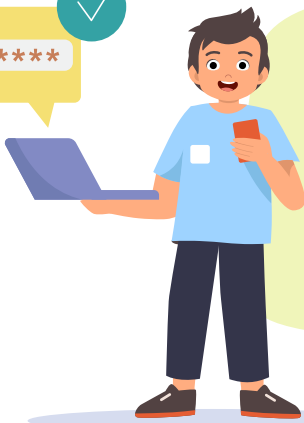
- tajné kódy, kterými se můžete přihlásit na internetové stránky nebo do různých služeb jako je například e-mailová schránka.
- součástí přihlašovacích údajů. Druhou součástí je vaše uživatelské jméno.

➔ Dávejte pozor na ...

- podezřelé zprávy, ve kterých se vás někdo ptá na vaše heslo. Mohla by to být past od zloděje údajů nebo od podvodníků.
- vaše heslo: Udržujte ho v tajnosti a nejlépe ho uložte v manažeru hesel.



➔ Chraňte se a ...



- vyberte heslo, které nepůjde snadno uhádnout. Čím delší, tím bezpečnější. Heslo by se mělo skládat z minimálně 12 velkých a malých písmen, čísel a znaků.
- nikomu své heslo nevyzrazujte. Navíc byste měli pro každý přístup na internet používat jiné heslo.

Chtělo by to změnu



Vždy používejte různá hesla. Navíc je pravidelně měňte, aby je nemohl nikdo snadno uhodnout.

Trocha změny vaším heslům jen prospěje – a vašemu tělu také! Při tomto cvičení jógy se naučíte dvě polohy, které můžete střídát: střechu, která uklidňuje, a psa, který hlídá a dodává sílu.



Jdeme na to:

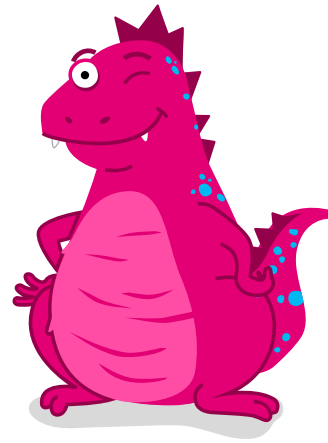
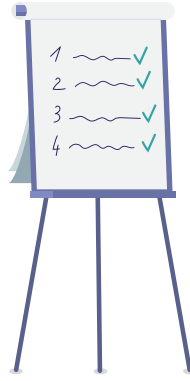
1. Jděte do polohy jako při kliku a s výdechem zvedejte svůj zadek dozadu nahoru.
2. Paty tlačte k podlaze. Pokud vás to příliš táhne v nohou nebo na zádech, můžete ohnout kolena.
3. Očima se dívejte na pupík. Uvolněte ramena a roztáhněte lopatky – uvolněný by měl být také krk.
4. Vydržte v poloze čtyři až pět nadechnutí a pak přejděte do polohy psa. Vraťte se do polohy jako při kliku a postupně pokládejte na podlahu kolena, hrudní koš a bradu.
5. Ruce ved'te vedle hrudníku a lokty mějte blízko u těla. Nohy položte na nárt.
6. Nadechněte se a narovnejte ruce. Tím zvednete trup a nohy.
7. Protáhněte krk a tahejte hlavu směrem ke stropu. V této poloze hluboce a klidně dýchejte.



**Hodně radosti
při zkoušení!**

Vaše rodina a kamarádi mohou cvičit společně s vámi. Nejlepší bude, když návod předčítá maminka nebo tatínek, a vy cvičíte.

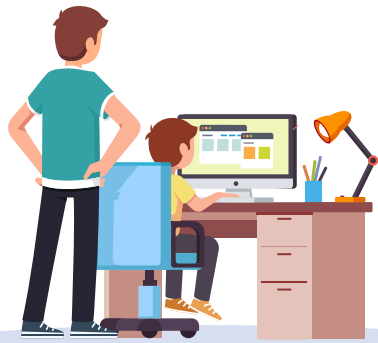
Řešení kvízu



1

Z čeho se skládají přihlašovací údaje?

A: Z uživatelského jména a hesla.



2

Komu můžete své heslo s dobrým svědomím prozradit?

B: Nikomu.

3

Co mohou pachatelé s vašimi přihlašovacími údaji udělat?

C: Objednat si věci na internetu.



4

OTÁZKA 4 Jak vypadá bezpečné heslo?

C: Z!tuD#43nEq?

TELEKOM SECURITY

DEUTSCHE TELEKOM SECURITY GMBH

Chapter Security Awareness and Communication

Bonner Talweg 100, 53113 Bonn, Germany

Contact: Security-Awareness@telekom.de

Ted' už víte, co to jsou hesla a jak se jimi můžete chránit. Bud'te chytrí a pozorně se dívejte.



Naši fantastickou knihu o bezpečnosti s mnoha aktivitami můžeš komukoliv předat. Také novým fanouškům AwareNessi. Avšak pouze k soukromým, nikoli ke komerčním účelům!

V případě komerčního zájmu se prosím obrať na výše uvedenou kontaktní adresu.



**#GOOD
MAGENTA**
KNOWLEDGE OBTAINED IN A PLAYFUL
WAY – MAKING CHILDREN AND YOUNG
PEOPLE STRONG AGAINST CYBERCRIME