



# VADEMECUM CYBERBULLISMO

I consigli della Polizia  
Postale

# PER I RAGAZZI

- Installa un buon antivirus e un buon firewall prima di cominciare a navigare su Internet.
- Aggiorna e scarica le versioni nuove dei programmi per rendere permanente la protezione del tuo computer.
- Non scaricare programmi se non ne conosci bene la provenienza.
- Potrebbero contenere: **virus** che danneggiano il computer, **SPYWARE** che violano la privacy, **dialer** che fanno lievitare il conto della tua bolletta.
- Nelle chat, nei forum e nei giochi di ruolo non dare **mai** il tuo nome, cognome, indirizzo, numero di cellulare o di casa. Lo schermo del computer nasconde le vere intenzioni di chi chatta con te.
- Non incontrare **mai** persone conosciute in Rete senza avvertire i genitori.
- Se proprio vuoi incontrare qualcuno conosciuto su Internet prendi appuntamento in luoghi affollati e porta con te almeno due amici.

- Se qualcuno su Internet dice di essere un **adulto** e ti parla di sesso senza che tu voglia, ti chiede di mantenere segreti i contatti, ti propone di incontrarlo, ti minaccia in qualche modo, sappi che **non deve farlo!**
- Puoi parlare di questo con i tuoi genitori, con i tuoi insegnanti o con la Polizia.
- Se qualcuno che ti sembrava simpatico comincia a scrivere cose strane in chat o manda e-mail che non ti piacciono, cambia indirizzo di posta elettronica, cambia nickname e non avere timore di parlarne con i tuoi genitori o insegnanti.
- Ricordati che dietro al computer tutti possono fingere di essere migliori, peggiori o comunque diversi da quello che sono davvero.
- Se utilizzi circuiti di file-sharing per scaricare musica, film o altro controlla sempre il materiale che ricevi: gli utenti che utilizzano questi servizi sono tantissimi e provengono spesso da tutto il mondo, può capitare che ti arrivino file diversi da quelli che avevi chiesto e può capitare anche che alcuni di questi siano illegali. Se ritieni che sia stato mandato al tuo computer materiale illegale, avverti subito i tuoi genitori e valuta insieme a loro l'opportunità di segnalare la cosa alla Polizia.
- Se possiedi un collegamento Internet a banda larga flat non lasciare il PC sempre connesso se non lo utilizzi: un computer "incustodito" sulla Rete è un PC più vulnerabile.

# NAVIGHI? PER TE PICCOLI CONSIGLI

Non dare **mai**, a persone conosciute su Internet, il tuo:

- Nome
- cognome
- indirizzo
- numero del telefono di casa
- numero del telefono cellulare
- nome della scuola che frequenti
- Non mandare **mai** le tue **foto** a qualcuno conosciuto via Internet senza il permesso dei tuoi genitori.

Leggi **sempre** le e-mail insieme ai tuoi genitori, controlla bene ogni allegato al messaggio. **Attenzione!!** Potrebbe contenere dei **virus** che fanno impazzire il tuo computer!

Se leggi o vedi qualcosa su Internet che ti fa sentire a **disagio** o ti spaventa parlane subito con i tuoi genitori o con qualche insegnante.

Non scambiare **mai** il numero di telefono con persone conosciute su internet senza il permesso dei tuoi genitori.

# NAVIGAZIONE SICURA E CONSAPEVOLE: consigli per i GENITORI

- Insegnate ai bambini più piccoli l'importanza di non rivelare in Rete la loro identità. Spiegategli che è importante per la loro sicurezza e per quella di tutta la famiglia non fornire dati personali (nome, cognome, età, indirizzo, numero di telefono, nome e orari della scuola, nome degli amici).
- Spiegate ai vostri figli come navigare sicuri anche se sapete che vostro figlio non sembra interessato a Internet. A scuola, a casa dell'amico del cuore, in un internet café potrebbe comunque avere voglia di navigare sulla Rete ed è bene che sia al corrente di quali semplici e importanti regole deve seguire per essere sicuro e protetto mentre si diverte.
- Controllate i più piccoli affiancandoli nella navigazione in modo da capire quali sono i loro interessi e dando consigli sui siti da evitare e su quelli da visitare.
- Collocate il computer in una stanza centrale della casa piuttosto che nella camera dei ragazzi. Vi consentirà di dare anche solo una fugace occhiata ai siti visitati senza che vostro figlio si senta "sotto controllo".
- Impostate la "cronologia" in modo che mantenga traccia per qualche giorno dei siti visitati. Controllate periodicamente il contenuto dell'hard disk del computer.
- Insegnate ai vostri figli preadolescenti e adolescenti a non accettare mai di incontrarsi personalmente, magari di nascosto, con chi hanno conosciuto in Rete. Spiegate come un computer collegato a Internet sia per alcune persone male intenzionate il modo migliore per nascondere propositi criminali dietro bugie e false identità, a volte molto attraenti.
- Leggete le e-mail con i bambini più piccoli controllando ogni allegato al messaggio. Se non conoscete il mittente non aprite l'e-mail, nè eventuali allegati: possono contenere virus, troiani o spyware in grado di alterare il funzionamento del vostro computer. Date le stesse indicazioni ai ragazzi più grandi.
- Dite ai bambini di non rispondere quando ricevono messaggi di posta elettronica di tipo volgare, offensivo e, allo stesso tempo, invitarli a non usare un linguaggio scurrile o inappropriato e a comportarsi correttamente in rete.
- Spiegate ai bambini che può essere pericoloso compilare moduli on line e dite loro di farlo solo dopo avervi consultato.
- Cercate di stare vicino ai bambini quando creano profili legati ad un nickname per usare programmi di chat.
- Non lasciate troppe ore i bambini e i ragazzi da soli in Rete. Stabilite quanto tempo possono passare navigando su Internet: limitare il tempo che possono trascorrere on-line significa limitare di fatto l'esposizione ai rischi della RETE. La migliore garanzia di tutela per i minori, in generale, è non lasciarli soli in un ambiente popolato da adulti come la Rete.

# COME USARE IN SICUREZZA IL PROPRIO COMPUTER

- 
- Garantitevi una preparazione informatica quantomeno analoga a quella dei vostri figli per rispondere alle loro domande e predisporre le opportune misure di protezione del computer.
- Fate regolari backup dei dati più importanti.
- Collocate il computer in una stanza centrale della casa piuttosto che nella camera dei ragazzi. Vi consentirà di dare anche solo una fugace occhiata ai siti visitati senza che vostro figlio si senta "sotto controllo".
- Installate un buon antivirus. Aggiornate e scaricate le nuove versioni dei programmi per rendere permanente la protezione del computer.
- Usate un firewall come "gatekeeper" tra il vostro computer e Internet.
- I Firewall sono essenziali per chi ha una connessione ADSL o via cavo, ma sono preziosi anche per chi utilizza la connessione telefonica.
- Impostate la "cronologia" di navigazione in modo che mantenga traccia per qualche giorno dei siti visitati da vostro figlio.
- Controllare periodicamente il contenuto dell'hard disk del computer.
- Usare software "filtri" con un elenco predefinito di siti da evitare.
- Verificate periodicamente che funzionino in modo corretto e tenete segreta la parola chiave.
- Leggere le e-mail con i bambini più piccoli controllando ogni allegato al messaggio. Se non conoscete il mittente non aprite l'e-mail, né eventuali allegati: possono contenere virus o spyware in grado di alterare il funzionamento del computer. Date le stesse indicazioni ai ragazzi più grandi.
- Non tenete il computer allacciato alla Rete quando non lo usate: È consigliato piuttosto disconnettere il computer, se necessario, anche fisicamente.
- Non aprite gli allegati delle e-mail provenienti da sconosciuti e verificate prima il nome dei mittenti e l'oggetto.
- Siate sospettosi anche di allegati inaspettati ricevuti da chi conoscete perché possono essere spediti da una macchina infettata senza che l'utilizzatore ne sia a conoscenza.
- Scaricate regolarmente le "security patches" (modifiche per incrementare la sicurezza dei software) dal vostro fornitore di software.

# I COMPORTAMENTI DI ALLARME

- Potrebbe essere tutt'altra l'origine del turbamento di vostro figlio, alcuni comportamenti non vanno sempre ascritti a situazioni di abuso o molestie, soprattutto se sta attraversando un momento evolutivo particolare (preadolescenza, adolescenza, separazioni o cambiamenti familiari). Tuttavia, se questi comportamenti riguardano l'uso del computer o del telefonino, vale la pena cercare di comprendere cosa sta realmente accadendo.  
Ecco i casi in cui prestare attenzione:
- se tuo figlio modifica improvvisamente l'uso del telefonino o del computer e passa molto tempo a scrivere sms, a effettuare o ricevere chiamate, anche in tarda serata, e rimane connesso per molte ore al PC;
- quando si allontana e si apparta ogni volta che riceve o effettua una chiamata con il telefonino o si connette a Internet;
- se mostra ansia o rifiuta categoricamente di farti vedere il suo telefonino o lo schermo del computer mentre naviga o è connesso;
- se consuma molto velocemente il credito telefonico e non ti dà spiegazioni circa i suoi consumi;
- se mostra ansia e preoccupazione quando squilla il telefonino o mentre è connesso senza spiegarne spontaneamente il perché;
- quando modifica i ritmi sonno-veglia (dorme troppo, dorme poco, ha incubi) o il comportamento alimentare e il rendimento scolastico.

# SITI UTILI



[Bullismo? No Grazie!](#)



[Bullismo.info](#)



[S.O.S BULLISMO](#)



[Aquilone Blu ONLUS](#)



[SMONTA IL BULLO](#)



[CYBERBULLISMO.COM](#)



[STOP al Bullismo](#)



[Bullismo in Italia](#)



[Informagiovani - Italia](#)



# NUMERI UTILI

- TELEFONO AZZURRO
- “Emergenza Infanzia”
- 114
- TELEFONO AZZURRO
- “Pericoli sul Web”
- Clicca e segnala
- <http://www.azzurro.it/it/cosa-facciamo/casodi-emergenza/clicca-e-segnala>
  
- POLIZIA POSTALE
- *Campania*
- Compartimento **Napoli** Via delle Rep. Marinare, 495 – Tel. 081/2433001
  
- **Informati**
- **Leggi le notizie** per essere sempre informato sui reati telematici.
- **Collabora**
- Se ti trovi in presenza di un reato informatico, **entra in contatto con noi.**
- [Segnala online](#)
- [Denuncia per reati telematici](#)