**Соблюдайте кибергигиену в сети**

Кибергигиена – это привычка к соблюдению правил безопасности в сети интернет, позволяющая не стать жертвой мошенников и недоброжелателей. Кибергигиену сравнивают с личной гигиеной: в обоих случаях это регулярные меры предосторожности для обеспечения здоровья и благополучия.

С 2022 года более 10 миллионов человек ознакомились с проектами по кибербезопасности благодаря Госуслугам, социальным сетям и рекламным материалам. Программа кибергигиены, разработанная Министерством цифрового развития РФ, учит взрослых и детей надежно защищать свои личные данные, безопасно общаться и работать в интернете.

Узнать о кибергигиене можно:

* в разделе [«Кибербезопасность – это просто»](https://www.gosuslugi.ru/cybersecurity) на портале Госуслуг. Здесь можно познакомиться с важными правилами поведения в интернете, скачать карточки и поделиться ими с близкими, пройти тест на знание киберграмотности. Этот раздел уже посетили более 3 миллионов пользователей;
* на сайте [«КиберЗОЖ»](https://xn--90aiddcl6ao.xn--p1ai/) собраны главные полезные привычки для работы в интернете. Здесь вы узнаете какие пароли лучше не использовать, как определить фишинговое письмо и почему стоит подключить двухфакторную аутентификацию;
* на сайте [«Прокачай скилл защиты»](https://xn--80aaa1aecdfdla2amoux8e1b1b.xn--p1ai/) в игровой форме рассказывают, что такое социальная инженерия, как не подхватить цифровой вирус и какие пароли создавать, чтобы их не взломали;
* на сайте [«Кибербуллинг»](https://xn----9sbbihqekoax4a5b.xn--p1ai/) молодые люди узнают, что делать с агрессией в интернете, как общаться с недоброжелателями и как известные блогеры справляются с неприятными ситуациями в сети;
* на сайте [«Выучи свою роль»](https://xn--b1aarnoanfq4b3bvw.xn--p1ai/) подробно рассказывают, какие уловки используют телефонные мошенники и как им противостоять. Здесь можно не только узнать, но и потренироваться правильно отвечать на такие звонки с помощью чат-бота.

Кибергигиена – ваша персональная защита от цифровых и ментальных вирусов.