

**Памятка  
по обеспечению  
безопасности журналистов**

## Содержание:

---

|                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Как обеспечить безопасность журналистов во время массовых мероприятий .....            | 4  |
| Как журналисту вести себя в толпе .....                                                | 18 |
| Как оказать первую доврачебную помощь и как вести себя в экстремальных ситуациях ..... | 21 |
| Как обеспечить юридическую безопасность .....                                          | 27 |
| Как обеспечить сетевую безопасность .....                                              | 32 |

## **Как обеспечить безопасность журналистов во время массовых мероприятий**

---

*Безопасность каждого журналиста, оператора, фотографа во время массовых мероприятий напрямую зависит от готовности каждого сотрудника и группы в целом. Сама по себе подготовка к освещению массовых мероприятий проста, не требует больших затрат, но в итоге может спасти не только здоровье работника СМИ, но и его жизнь.*

### **1) Координация действий съемочной группы, журналиста и фотографа.**

---

Перед отправкой съемочной группы или журналиста и фотографа на массовое мероприятие необходимо предусмотреть все возможные средства и способы связи между группами и редакцией. Дело в том, что во время массовых мероприятий возникает перегруз сотовых сетей, работающих на том участке, где находится множество людей. Следовательно, выходит из строя или дает сбой сотовая связь, на которую, как правило, рассчитывают редакции и сотрудники СМИ. Поэтому накануне массового

мероприятия или в самом его начале журналистским бригадам стоит изучить местность и определить, где есть работающие стационарные телефоны. При этом надо учитывать, что во время массовых мероприятий протестного характера закрываются магазины, парикмахерские и другие заведения. Поэтому на них рассчитывать нельзя.

Руководству СМИ стоит обеспечить журналистские бригады несколькими сотовыми телефонами, обслуживаемыми разными операторами связи. Это увеличит вероятность установления связи с журналистами.

Стоит выдать членам журналистских бригад список телефонов, по которым они могут обратиться за помощью в службу спасения, скорую помощь, к юристам, руководству СМИ. Эти телефоны могут оказаться полезными в случае, если члены журналистских бригад пострадали сами, оказывают первую помощь другим пострадавшим, задержаны полицией.

## **2) Координация внутри журналистских бригад.**

---

Одна из главных проблем массовых мероприятий в том, что на них очень легко потерять друг друга. Поэтому журналисты, операторы, фотографы должны перед отправкой на массовые мероприятия договориться о следующем:

а) месте сбора в случае, если массовые мероприятия проходят спокойно. Поскольку в толпе очень легко потеряться, то стоит сразу договориться о том, где в случае спокойного течения массового мероприятия члены журналистской бригады могут встретить друг друга;

б) месте сбора в случае, если массовые мероприятия проходят остро и переходят в массовые беспорядки. В данном случае место сбора не может находиться на том пространстве, где проходит массовое мероприятие. В идеале журналист при остром течении массового мероприятия должен находиться рядом с оператором (фотографом). Если же ситуация сложилась иначе, то стоит договориться о встрече возле транспортного средства или на безопасном участке.

Транспортное средство съемочной группы должно находиться на проезжей части одной из малых улиц, прилегающих к месту проведения массового мероприятия. Машина должна быть припаркована так, чтобы в любой момент могла тронуться с места. Нельзя оставлять машины на центральных и больших улицах, так как толпа в случае разгона массового мероприятия и начала массовых беспорядков будет уходить именно по большим улицам, громя все на своем пути. Под руку хулиганам попадет и машина журналистской бригады. Кроме того, именно большие и центральные улицы будут перекрыты органами правопорядка в случае разгона митингов или начала массовых мероприятий. А по малым улицам всегда можно выбраться из эпицентра событий.

Нельзя парковать машины журналистских бригад во дворах. Во-первых, выезд из дворов может быть заблокирован машинами, стоящими на проезжих путях. Во-вторых, в случае разгона массового мероприятия или начала массовых беспорядков часть участников этих мероприятий стремится спрятаться во дворах. Это существенно увели-

чивает риск нападения на журналистские бригады.

в) системе условных знаков. Работа в условиях массовых мероприятий при сбоях со стороны связи может привести к потере связи внутри журналистских бригад. Журналист не всегда сможет сопровождать оператора или фотографа. Поэтому стоит заранее договориться об условных знаках, обозначающих самые необходимые действия: «снимать», «не снимать», «делать подсьемки», «писать синхрон», «уходим», «перемещаемся» и т.п. Естественно, что журналист и оператор (фотограф) должны постоянно видеть друг друга или знать, где примерно они могут увидеть друг друга.

### ***3) Отбор сотрудников СМИ, способных освещать массовые мероприятия.***

---

Руководство СМИ несет прямую ответственность за жизнь и здоровье сотрудников. Главный редактор, ответственный секретарь, другие должностные лица не могут заставлять своих сотрудников отправляться на освещение массовых мероприятий, если те испытывают

обычный человеческий страх за свою жизнь. Такой сотрудник не принесет пользы СМИ. Он будет заботиться только о собственной безопасности. Более того, такой сотрудник, находясь в состоянии перманентного напряжения, может стать объектом нападения или спровоцировать нежелательные события. Поэтому на освещение массовых мероприятий надо отправлять тех сотрудников, которые сами желают попасть в эпицентр событий.

Однако руководству СМИ необходимо тщательно отбирать потенциальных кандидатов. Ни в коем случае нельзя отправлять на массовые мероприятия (даже самые мирные) сотрудников, имеющих заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, позвоночника, страдающих депрессией, испытывающих стресс, резкий перепад настроений, страдающих боязнью массового скопления людей, клаустрофобией, алкоголизмом (наркоманией) и т. п. Эти заболевания могут оказаться для сотрудника роковыми и стать причиной увечий или даже гибели.



#### **4) Способы личной защиты.**

---

Практика последних массовых акций протеста показала, что журналистским бригадам необходимо иметь средства индивидуальной защиты от слезоточивого газа и дымовых шашек. Если руководство СМИ не предоставляет таковых, то сотрудникам СМИ стоит самим обзавестись респиратором и защитными очками. В случае если таковых нет, то необходимо иметь при себе чистые носовые платки и бутылку чистой воды. Можно взять с собой дольки лимона. Их можно приложить к нижним векам в случае применения правоохранительными органами слезоточивого газа.

Стоит взять с собой небольшой аптечный набор. Он может пригодиться и для оказания первой помощи членам самой журналистской бригады, и для помощи окружающим. В аптечку можно положить эластичные и марлевые бинты, жгуты, вату, лейкопластырь, спиртовые салфетки, обезболивающие, валидол, нитроглицерин, нашатырный спирт, активированный уголь. Желательно, чтобы сама аптечка и упаковки лекарств не были стеклянными.

### ***5) Документы, обозначения СМИ и необходимые сведения.***

---

Все сотрудники СМИ, отправляющиеся на освещение любых массовых мероприятий, должны иметь при себе документы. Их наличие необходимо на тот случай, если полиция потребует доказательств принадлежности членов журналистской бригады к СМИ. Для этого достаточно предъявить удостоверение.

Очень спорным остается вопрос, должны ли члены журналистских бригад иметь внешние обозначения, указывающие на то, что они являются представителями СМИ. С одной стороны, это необходимо. Особенно в тот момент, когда полиция осуществляет разгон массового мероприятия. С точки зрения полиции, все, кто не имеет особых обозначений, являются участниками массового мероприятия. Полицейский в условиях разгона митинга не может и не должен разбираться, является ли предъявитель журналистского удостоверения

участником массового мероприятия или занимается освещением этого мероприятия.

Однако наличие особых обозначений делает членов журналистских бригад удобной мишенью для агрессивно настроенных людей, участвующих в массовых мероприятиях. Кроме того, участников протестных акций инструктируют, что они могут найти защиту рядом со СМИ. В присутствии журналистов милиционеры будут вести себя предельно корректно, так как не хотят, чтобы их **неправовые действия** увидели тысячи телезрителей. Это может осложнить работу журналистских бригад, сделать их эпицентром крупных драк и стычек между протестующими и милицией.

Поскольку работа на массовых мероприятиях опасна своей непредсказуемостью, членам журналистских бригад стоит иметь при себе специальные сведения, которые могут пригодиться службам спасения и скорой помощи. Специальные сведения могут быть написаны на бумаге и вклеены в удостоверения, отображены иным способом. В специальных сведениях каждого члена журналистской бригады должны быть записаны группа и резус крови, восприимчивость к анестетикам и антибиотикам, любая аллергия на лекарства, телефоны и адреса СМИ, родных и близких, к которым могут обратиться службы спасения и скорой помощи.

#### **6) Одежда. Внешний вид.**

---

Отправляясь на освещение массовых мероприятий, необходимо одеться так, чтобы не привлекать к себе внимания. Одежда должна быть скромной, без ярких раздражающих цветов (красного, желтого, оранжевого). Девушкам стоит надеть брюки. Вообще, девушкам-сотрудницам СМИ, освещающим протестные массовые акции, надо одеваться предельно скромно. Короткая юбка, оголенные живот,

спина, плечи, щиколотки, бедра могут вызвать сексуальную агрессию со стороны участников мероприятий.

Одежда должна быть удобной для быстрого передвижения, просторной, но облегающей тело. При этом она должна быть застегнута на все пуговицы или молнии. Нельзя идти на массовые мероприятия в одежде с капюшонами.

Нельзя надевать одежду в стиле «милитари». Любое сходство человека с сотрудником правоохранительных органов может вызвать агрессию со стороны участников акции протеста.

Необходимо отказаться от цепочек, шнурков для сотовых телефонов, шарфов, галстуков и т.п. В условиях массовых мероприятий они могут стать удавками.

Обувь должна быть устойчивой, без высоких каблуков. Очень подходит для этого спортивная обувь, мокасины. При этом желательно, чтобы обувь не имела шнурков и плотно сидела на ноге.

Нельзя надевать ювелирные украшения. Они привлекут внимание криминальных элементов.

Если есть возможность заменить очки контактными линзами, то стоит это сделать.

Прическа должна быть такой же скромной, как и одежда. Если волосы длинные, то их необходимо собрать в компактную прическу, чтобы за них нельзя было схватиться.

Не стоит брать с собой лишних сумок, портфелей, головные уборы.

В карманах одежды не должно быть острых, колющих, режущих вещей или предметов, которые могут разбиться, поломаться и таким образом стать острыми (бутылки, пузырьки, очки, предметы из твердых пластиков). Ни в коем случае не должно быть ножей и баллончиков с газом. В случае задержания полиция может квалифицировать их как оружие нападения или сопротивления правоохранительным органам.

Вообще, не стоит держать в карманах любые

предметы. В условиях давки, ударов, падений они могут нанести вред.

### **7) Фото- и видеоаппаратура.**

---

Человек с фотоаппаратом, видеокамерой, сотовым телефоном всегда привлекает к себе внимание. В последнее время участились случаи нападения на фотографов - нападавшие пытались отобрать фотоаппараты. Иностранцы съемочные группы не раз лишались сотовых телефонов. Словом, любая аппаратура зачастую порождает у участников массовых мероприятий желание завладеть ею. Это случается не только на акциях протеста, но и на концертах, массовых гуляниях и т.п. Массовые мероприятия собирают не только тех, кто в них участвует, но и криминальные элементы. Поэтому в процессе подготовки стоит подумать о том, как защитить аппаратуру.

Фотографы, например, выработали свою форму защиты. Они искусственно старят аппаратуру – обматывают фотоаппараты изолентой и т.п. Кроме того, фотографы перестали носить на массовые мероприятия дорогую и новую технику, предпочитая обходиться той, которой можно рискнуть.

Фотографам и операторам необходимо подумать о защите объективов. На Украине во время «оранжевой» революции сторонники одного из политиков распыляли на объективы аэрозольные краски. Если на объективе нет защитной пленки, то придется приобретать новый объектив.

Руководству СМИ стоит предусмотреть и тот факт, что одному оператору или журналисту трудно следить за техникой и носить ее в случае обострения ситуации. Поэтому стоит закрепить за журналистскими бригадами одного человека, который бы помогал следить за техникой и переносить ее в случае разгона массовой акции или нападения на съемочную группу.



## Как журналисту вести себя в толпе

---

Любые массовые сборы чреваты весьма опасными последствиями. Если не соблюдать меры предосторожности, можно серьезно пострадать.

1) *Всегда обходите толпы стороной.* Не надо подходить из праздного любопытства, чтобы узнать, что происходит. Если толпа преграждает вам дорогу, лучше найдите обходной путь, в крайнем случае, постарайтесь спокойно обойти ее по краю, где меньше народу.

2) *Оказавшись в толпе случайно, ни в коем случае не возмущайтесь, и тем более, не ведите себя агрессивно.* Даже если вы кардинально не согласны с идеями собравшихся - это не место заявлять о своей точке зрения. Такое поведение может спровоцировать агрессию и привести к весьма печальным последствиям. Поэтому лучше сделать вид, что разделяете убеждения собравшихся, при необходимости можно даже поддерживать некоторые лозунги, при этом, стараясь спокойно и неторопливо покинуть толпу.

3) Если вы оказались в толпе и вынуждены передвигаться в массе народа, помните: главное - это сохранить равновесие. Падение, скорее всего, приведет к тому, что вас затопчут. Для избежания этого застегните и заправьте одежду, чтобы ни за что не зацепиться. В случае если при себе оказались какие-то предметы (зонт, сумка) – их лучше прижать к телу. В критической ситуации от них вообще нужно избавляться без сожаления, жизнь и здоровье важнее. Находясь в толпе, держите напряженные предплечья горизонтально прижатыми к бокам тела и сжимайте кулаки. Это предохранит вас от перелома ребер. Если толпа останется на месте, надо развернуться так, чтобы с двумя соседними людьми образовать плечами треугольник: это сохранит вам небольшое пространство для движения грудной клетки.

4) В случае если вы все же не удержались и упали - не паникуйте. Кричать и просить о чем-либо окружающих, как правило, бесполезно. Постарайтесь резким прыжком встать на ноги. Если это не получается, примите так называемую позу эмбриона, прижав колени к животу и руками, прикрыв голову, стараясь защитить жизненно важные органы.

5) В случае применения слезоточивого газа прижмите к лицу платок, шарф, кусок ткани, и дышите через него. Если есть возможность - закройте глаза. Ни в коем случае не трите кожу и глаза руками - это только усиливает отрицательный эффект. Выбравшись из зоны поражения, промойте открытые участки кожи и глаза проточной холодной водой.

6) Если толпу начала разгонять полиция – не поддавайтесь панике. Попробуйте уйти с линии движения бегущих людей, прижавшись к стене. Не делайте резких движений, не кричите о своей непричастности - это бесполезно. Если рядом оказались сотрудники полиции, поднимите руки и ни в коем случае не сопротивляйтесь. В горячке можете хорошенько получить дубинкой. В случае задержания ведите себя спокойно, отложите возмущения и объяснения до разбирательства в отделении полиции.

## Как оказать первую доврачебную помощь и как вести себя в экстремальных ситуациях

---

Первая доврачебная помощь – это комплекс простейших мероприятий, выполняемых на месте получения повреждения в порядке само- и взаимопомощи, который оказывается до тех пор, пока не будет возможно получение более квалифицированной помощи.

Попав в экстремальную ситуацию, сохраняйте спокойствие и, прежде, чем действовать, продумайте свои шаги. Спросите себя: «Что мне необходимо предпринять? Чем я могу быть полезен?»

Четыре принципа оказания помощи при неотложных случаях являются вашим руководством к действию. Они выступают в качестве плана действий в любой неотложной ситуации.

### ***Принцип первый:***

внимательный осмотр места происшествия, который заключается в том, чтобы оперативно определить, не представляет ли опасность

само место происшествия, число пострадавших, что произошло, и могут ли помочь вам окружающие.

***Принцип второй:***

быстрое проведение первичного осмотра, которое заключается в проверке наличия дыхания, пульса, сознания и проходимости дыхательных путей.

***Принцип третий:***

вызов скорой помощи.

***Принцип четвертый:***

проведение вторичного осмотра, который заключается в выявлении дополнительных повреждений, не представляющих серьезную угрозу для жизни пострадавших в настоящее время, но которые могут повлиять на дальнейшие последствия, если не обратить на это внимание. Прежде всего, необходимо прекратить действие повреждающих факторов: извлечь из-под завалов или из воды, потушить горящую одежду, вынести из горящего помещения или зоны заражения ядовитыми веществами, извлечь из машины и т.д.

***Независимо от обстоятельств, следует придерживаться следующих рекомендаций:***

---

- ▶ Сохраняйте спокойствие. Какой бы серьезной ни была травма или опасной ситуация, паника только ослабит вашу способность думать и снизит эффективность ваших действий. Кроме того, при этом вы потеряете время, а в кризисной ситуации время может решить в пользу жизни или смерти.
- ▶ Избегайте ненужного риска. Это не трусость. Вы не сможете никому помочь, если сами пострадаете.
- ▶ Постарайтесь успокоить и утешить пострадавших.
- ▶ Выясните, нет ли среди других людей медиков или людей, более опытных, чем вы.
- ▶ При оценке последствий несчастного случая максимально используйте свои органы чувств. Спрашивайте. Смотрите. Слушайте. Нюхайте. Затем подумайте и действуйте. Попросите пострадавшего описать свои ощущения, сказать вам, что, по его мнению, произошло и что у него не в порядке.

***Необходимо знать не только правила оказания первой помощи при различных повреждениях, но и то, чего делать нельзя, чтобы не ухудшить состояния пострадавшего.***

---

***Нельзя:***

- ▶ Трогать и перетаскивать пострадавшего на другое место, если ему не угрожает огонь, обвал здания, если ему не требуется искусственное дыхание.
- ▶ Накладывая повязку, шину, не делайте того, что причинит дополнительную боль, ухудшит самочувствие пострадавшего.
- ▶ Вправлять выпавшие органы при повреждении грудной и особенно брюшной полостей.
- ▶ Давать воду или лекарство для приема внутрь пострадавшему без сознания.
- ▶ Прикасаться к ране руками или какими-либо предметами.
- ▶ Удалять видимые инородные тела из раны брюшной, грудной или черепной полостей. Оставьте их на месте, даже если они значи-

тельных размеров и легко могут быть удалены. При попытке их удаления возможны значительные кровотечения или другие осложнения. До прибытия кареты скорой помощи накройте рану перевязочным материалом и осторожно забинтуйте.

► Оставлять на спине пострадавшего без сознания, особенно при икоте и рвоте. В зависимости от состояния его нужно повернуть на бок или, в крайнем случае, повернуть вбок его голову.

► Снимать одежду и обувь у пострадавшего в тяжелом состоянии, следует лишь разорвать или разрезать их.

► Позволять пострадавшему смотреть на свою рану. Не усугубляйте его состояние вашим озабоченным видом, оказывайте помощь спокойно и уверенно, успокаивая и подбадривая его.

► Пытаться вытащить потерпевшего из огня, воды, здания, грозящего обвалом, не приняв должных мер для собственной защиты. Перед тем как оказать первую помощь, осмотритесь, чтобы вовремя заметить возможный источник опасности – угрозу обвала,



пожар, взрыв, подъем воды, начало движения снежных масс, грунта и т.д.

- ▶ Постарайтесь обезопасить себя и пострадавшего. Держите его в тепле, используйте все возможности для его согревания.
- ▶ Помогите пострадавшему сохранять спокойствие и находиться в максимально удобном положении в период ожидания приезда скорой помощи.

## Как обеспечить юридическую безопасность

---

1. Самым лучшим разрешением любого конфликта, возникающего в сфере медиа, являются мирные переговоры.

2. Следует помнить, что самый короткий судебный процесс занимает более полугода!

3. Суд может привлечь журналиста к гражданской правовой ответственности только в том случае, если стороны докажут в деянии журналиста совокупность трех признаков: факта распространения сведений, их недостоверности/несоответствия и порочности.

4. На судебном процессе журналист имеет столько же прав, как и судья, адвокат, прокурор и т.д. Журналист должен помнить принцип равноправия. Никто не может повышать голос на журналиста, оскорблять журналиста, пользуясь своим процессуальным положением.

5. Журналист должен быть готовым доказать каждый факт, на который он опирался при распространении той или иной информации.

**6.** При наличии спорных слов, словосочетаний и словообразований, ставших предметом спора в суде, журналист имеет право просить суд о назначении филолого-лингвистической экспертизы. **НО!!!** Следует помнить, что не во всех случаях результаты экспертизы могут быть истолкованы в пользу журналиста.

**7.** В досудебном и судебном процессе все ходатайства и заявления следует делать в письменном виде.

**8.** В любом конфликте желательно привлекать юриста или специалиста в соответствующей области.

**9.** Журналисту следует помнить, что за любую распространенную им информацию потребитель может подать иск как в гражданско-правовом характере, так и в порядке частно-публичного обвинения по уголовному законодательству (клевета и оскорбление).

**10.** Для того, чтобы признать виновным журналиста по клевете и оскорблению, стороны должны в совокупности доказать состав преступления: объект, субъект, объективная сто-

рона и субъективная сторона преступления.

**11.** В суде журналист должен требовать, чтобы заявитель доказывал то, на что он ссылается. Бремя доказывания лежит на заявителе.

**12.** Следует также помнить, что даже присужденный судьей журналисту небольшой штраф за оскорбление и клевету является фактом признания вины журналиста в совершении преступления. Журналист будет считаться осужденным.

**13.** В случае обвинения журналиста в клевете и оскорблении лучше положиться на адвоката, чем стараться своими силами защищать свои позиции.

**14.** В любых конфликтных ситуациях важным фактором являются свидетели происшествия. Следует запомнить свидетелей, а еще лучше - записать их контактные данные: ФИО, адрес, тел. и т.д.

**15.** Очень важно при физическом насилии или в момент инцидента среди массовых скоплений людей постараться запомнить подробные

внешние и иные признаки нападавших людей: одежда, цвет, шрамы на теле, руках, лица, манера говорить, кричать, говор, акцент и т.д. Еще лучше при первой же возможности записать эти признаки, чтобы впоследствии точно их воспроизвести.

**16.** Всегда нужно обращаться в правоохранительные органы, даже если вы не верите, что они могут найти преступника. Этим вы можете другим журналистам и правозащитникам как минимум лучше защищать ваши права.

**17.** Следует иметь при себе телефоны доверия всех правоохранительных органов.

**18.** Все заявления, жалобы и обращения в правоохранительные и другие государственные и негосударственные органы следует копировать и при себе иметь один экземпляр с канцелярской отметкой о получении оригинала вашего заявления. Это гарантия того, что ваше заявление не пропадет.

**19.** В случае возникновения проблем с представителями правоохранительных органов лучше

обратиться в другой правоохранительный орган. Например, если это сотрудники полиции - то в прокуратуру.

**20.** К составлению жалобы следует относиться очень ответственно. Жалоба должна быть составлена очень подробно и аргументировано. Качественная жалоба может сыграть ключевую роль в разрешении конфликта.

## Как обеспечить сетевую безопасность

---

Прежде всего, безопасность вашей персональной информации зависит только от ваших стараний обезопасить ее. Поэтому старайтесь быть в курсе событий, интересуйтесь новыми технологиями, и особенно в той области, в которой вы их используете.

Разделяйте доступ к вашим ресурсам в зависимости от задач.

Рекомендации по безопасной работе с персональной информацией.

Безопасность персональной информации - задача комплексная, и чтобы быть уверенными в том, что ваша информация защищена, необходимо позаботиться о всесторонней защите.

***Основные правила обеспечения безопасности персональной информации при работе на компьютере:***

1. На компьютере ваша учетная запись должна быть защищена паролем.

2. Заставка (10 минут – все зависит от степени важности или окружающей обстановки) должна защищаться паролем.

3. Проверять обновление антивируса каждый день.

4. Сегодня борьба с вирусами - очень сложная задача, т.к. разновидности вредоносных программ растут, и один антивирус не может с ними справиться, порой приходится использовать несколько программных продуктов.

5. Все пароли должны быть надежными (стойкими к взлому).

6. Требования к паролю:

*a. Минимум 8 символов.*

*b. Содержит и заглавные и строчные символы.*

*c. Меняется периодически, по мере необходимости или в рамках политики безопасности.*

*d. Не любимое слово, не номер паспорта, не имя тещи, не девичья фамилия жены, не марка любимой автомашины - то есть не то, что можно определить, наблюдая за вами.*



*e. Не найдется в словаре, это не имя и не русское слово(скјdj) набранное в латинской раскладке, не жаргон, не сленг.*

*f. Трудно запоминается и трудно угадывается.*

*g. Содержит цифры и спецсимволы.*

*h. Не является любимым — разные пароли для разных входов.*

*i. Меняйте пароль каждые 90 дней.*

*j. Метод более легкого запоминания пароля — мнемоника (поищите в google).*

7. Пароли хранить только в голове. Нигде не держите записей с паролем, никому не сообщайте ваши пароли.

8. В том случае, если у вас много паролей, и вы не можете их запомнить, используйте программу. (Например, PasswordSafe)

9. Если у вас свой почтовый сервер, то вы должны быть уверены, что он «защищен».

10. Если нет, то пользуйтесь только защищенными почтовыми серверами! (К таковым НЕ относятся очень популярные mail.ru,

rambler.ru, так как взломы этих почтовых ящиков наблюдались часто.)

11. Опять же не забываем про пароли на открытие почты!

12. Для ваших повседневных задач используйте признанные Open Source продукты, они, как правило, придирчивы к безопасности и, что главное, там нет каких-либо корпоративных интересов больших компаний. Следите за появлением в Интернете новых продуктов.

13. Если вы работаете не только на рабочем компьютере, но еще и дома, на ноутбуке или вам периодически приходится заходить в интернет-кафе, то необходимо использовать программное обеспечение, которое не привязано к конкретному компьютеру, то есть портативное программное обеспечение.

14. Если у вас есть конфиденциальные данные, которые нужно безопасно хранить, или безопасно передать кому-то по Интернету, используйте шифрование. -

15. Если при работе с файлами вы случайно

их удалили (из корзины тоже), то не расстраивайтесь, их можно восстановить. Для этого есть несколько программ, к примеру, Handy Recovery.

#### 16. При работе в Интернете:

*а. не открывать почту, в которой нет адреса отправителя или он вам не знаком, или же если нет темы.*

*б. даже если отправитель вам знаком, то посмотрите, что он вам отправил, если там, например, прикреплен файл Заработай\_1000\_баксов.doc, то это скорее всего вирус, которым заразился известный вам адресат и который рассылает письмо всем адресатам из его адресной книги. Поэтому, прежде чем открывать его, свяжитесь с ним и установите подлинность этого письма.*

*с. вирусы содержатся в основном в архивах.*

17. Очень важно делать резервную копию информации, хотя бы раз в неделю, по степени важности.