

**TIGER**

Fotografija: Shutterstock



[www.veselasola.net](http://www.veselasola.net)

**Vesela  
SO LA**

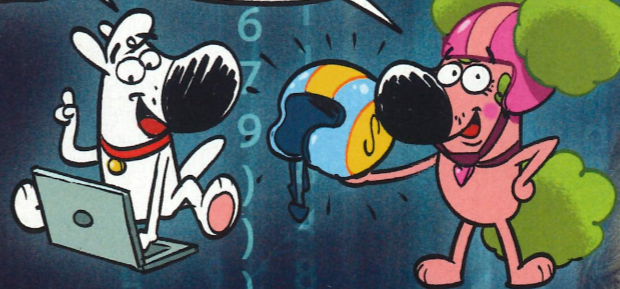


**ZNANJE ZA VSE!**

# Kako ostati varen na spletu in v digitalnem svetu

VARNOST  
JE VEDNO  
NA PRVEM  
MESTU!

PREDEN GREVA  
NA INTERNET,  
SI ZATO VEDNO  
NADENEVA ŽELADO.

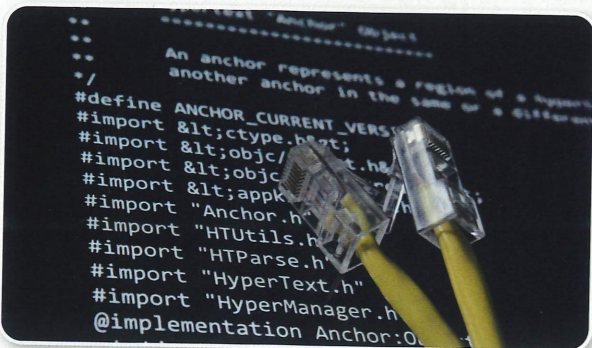


Danes si življenje težko predstavljamo brez telefonov, tablic in računalnikov. Z njimi se zabavamo, učimo, raziskujemo, igramo igre in komuniciramo s prijatelji. Vendar pa je pomembno vedeti, da tako kot v resničnem življenju tudi na spletu obstajajo določena pravila in nevarnosti, na katere moramo biti pozorni. V Veseli šoli vam bomo predstavili nekaj nasvetov in trikov, kako lahko varno uporabljate nove tehnologije.



## Nastanek in razvoj interneta in spleta

Internet, kakršnega poznamo danes, se je razvil iz raziskovalnega projekta v ZDA v 60. letih prejšnjega stoletja. Prvotni namen interneta je bil povezati različne raziskovalne ustanove in omogočiti hitrejšo izmenjavo podatkov med znanstveniki. Takrat si nihče ni mogel predstavljati, da bomo nekaj desetletij kasneje uporabljali internet za vsakodnevno komuniciranje, zabavo, izobraževanje in celo nakupovanje.



Ko je Tim Berners-Lee v 90. letih ustvaril svetovni splet (World Wide Web), je internet postal dostopen širši javnosti. Sprva so bile spletne strani zelo enostavne, danes pa imamo dostop do milijard spletnih strani, kjer lahko iščemo informacije, igramo igre, komuniciramo s prijatelji in še veliko več.

### Za uradni rojstni dan interneta se šteje 1. januar 1983.

Internet se je razvijal iz orodja za delo v digitalno okolje, ki omogoča vse – od druženja na družbenih omrežjih do ustvarjanja lastnih vsebin, kot so blogi, video posnetki in podkasti. A s tem so prišle tudi nove odgovornosti, saj moramo paziti na svojo varnost, zasebnost in zdravje.



### Kaj so nove tehnologije?

Nove tehnologije so različne naprave in aplikacije, ki nam omogočajo uporabo interneta, igranje iger, druženje s prijatelji na družbenih omrežjih in še veliko več. Sem spadajo pametni telefoni, tablice, računalniki, pametne ure, igralne konzole in tudi različne aplikacije, kot so Instagram, TikTok, YouTube, in igre, kot so Fortnite, Minecraft in Roblox.

### Primeri, kako tehnologija združuje:

- ◆ Spletne učne platforme, kot je Zoom, so nam omogočile, da smo se učili tudi na daljavo.
- ◆ Preko družbenih omrežij smo lahko ostali v stiku s prijatelji, tudi ko nismo mogli biti fizično skupaj.
- ◆ Aplikacije za klepetanje so postale način, kako lahko starši in stari starši ostanejo v stiku z družino.



### Kako nas digitalni svet združuje?

Tehnologija in internet sta tudi odlični način za vzdrževanje stikov in učenje. Med koronsko krizo, ko smo bili ločeni od prijateljev in družine, je tehnologija postala naše okno v svet. Omogočala nam je, da smo se kljub omejitvam stikov lahko povezovali s prijatelji, sodelovali pri šolskih urah in celo obiskovali virtualne muzeje ali koncerte.

### Hitra dejstva o tehnologiji:

1.

Več kot polovica mladih uporablja pametni telefon že pri desetih letih.

2.

Vsak drugi najstnik vsakodnevno uporablja družbena omrežja.

3.

Povprečen uporabnik preživi na spletu približno 4 ure na dan.

## Virusi, ki namesto prehlada povzročijo glavobol

Razvoj nam prinaša številne prednosti in nam omogoča, da smo hitrejši, boljši, uspešnejši, hkrati pa tudi prinaša nove izzive, na katere moramo biti pozorni. Kako lahko danes v digitalnem svetu ostaneš varen, varna? Ali veš dovolj, da prepoznaš nevarnosti na spletu? Veš, kaj moraš storiti, če postaneš žrtev spletne prevare? Varnost na internetu v sodelovanju s Telekomom Slovenije raziskuje tudi Nik Škrlec. Med drugim ga lahko spremljate v podkastu *Uživajmo pametno*. O varni rabi interneta se je pogovarjal z etičnim hekerjem Daliborjem Vukovičem.

### Kdo je etični heker?

Etični heker uporablja iste metode, programe in tehnike kot klasični heker, le da tega ne počne na skrivaj niti s slabimi nameni. Navadno jih najamejo podjetja, da poskušajo v njihovih sistemih najti varnostne luknje, ki jih nato odpravijo. Včasih svoje znanje in nasvete delijo tudi s širšo javnostjo, tako kot Dalibor v pogovoru z Nikom.



»V času mojega digitalnega odrasčanja so bili zelo pogosti zlonamerni virusi in programska oprema, ki je na takšen ali drugačen način želela škodovati uporabnikom. Ali so danes še aktualni, še krožijo po spletu?« je Nik vprašal svojega sogovornika. Takole je odgovoril: »Še bolj kot prej, s to razliko, da so zdaj že mutirali. Virus, ki je bil aktiven pred petnajstimi leti, si lahko relativno hitro zaznal. Obstajale so tako imenovane antivirusne naprave, antivirusni programi. Vsak tak virus, ki je bil nekeje izpostavljen, je dobil svoj podpis. Na podlagi tega podpisa se je antivirusna zaščita odzvala pravilno in rešila težavo. Problem se pojavi, ker so ti virusi skozi leta mutirali in nimajo več podpisa.«

Preberi QR-kodo in poslušaj celoten pogovor med Nikom in Daliborjem, najdeš pa ga tudi na [telekom.si/pametno](https://telekom.si/pametno).



### Tudi računalniški virusi mutirajo

S pomočjo umetne inteligence napadalci v virusu spremenijo nekaj bitov in tako nastane nov virus, ki nima podpisa, zato ga zaščita ne prepozna. Tradicionalni antivirusni programi so zato manj učinkoviti. Danes je potrebna večslojna zaščita, tako na omrežju, internetu in na mobilnih napravah, pomembno pa je, da smo tudi sami previdni in da imamo zapletena in različna gesla.



**BIT** je najmanjša enota za količino informacije, ki se uporablja v računalništvu.

### Katere nevarnosti prežijo na internetu?

Nik meni, da ve, kako se zavarovati: »Jaz sem na spletu pozoren na prevare, na poskuse, da napadalci dobijo moje podatke ali podatke moje kreditne kartice. Pozoren sem tudi, da preverim izvor spletne strani, in preden kliknem, vedno dobro razmislim in ne klikam kamorkoli.«

Če se obnašaš kot Nik, si precej varen. In tudi v manjšini! Dalibor je razkril, da tako ravna samo en odstotek ljudi, torej eden od stotih, ostalih 99 pa je bolj lahkomišelnih.

### In kako se jim lahko izogneš?

Morali bi se naučiti, kako preveriti izvor spletne strani, pogledati, koliko je stara domena, iz katere države izhaja. Tudi v slovenščini lahko v brskalnik napišeš »izvor domene« in dobiš povezave, razporejene po času. Tista domena, ki je stara le nekaj dni, zagotovo ni varna.



**Domena** je spletni naslov, ki se uporablja za registracijo spletne strani.

S kombinacijo sodobnega brskalnika, zanesljivega protivirusnega programa in upoštevanjem varnostnih ukrepov bo tveganje, da postaneš žrtev spletnega napada, veliko manjše. Ne glede na to, kako napredna je tehnologija, je najboljša obramba pred kibernetскими grožnjami tvoje znanje in tvoja lastna previdnost. Zato je pomembno, da v digitalnem svetu uživamo pametno.

## Če želimo izkoristiti prednosti novih tehnologij in pri tem ostati varni, moramo upoštevati nekaj stvari.

### Osební podatki ostanejo osebni

Ko uporabljaš internet, je pomembno, da se zavedaš, kaj pomeni deliti osebne podatke. Osební podatki so informacije, kot so tvoje ime, priimek, naslov, telefonska številka, datum rojstva, in tudi slike, ki jih objaviš. Te informacije lahko nekdo zlorabi, če jih deliš z napačnimi ljudmi.



**Nikoli ne deli svojih osebnih podatkov z ljudmi, ki jih ne poznaš osebno. Prav tako ne objavljaj slik, za katere ne bi želel, da jih vidijo tvoji starši ali učitelji.**

### Spletno prijateljstvo je lahko nevarno

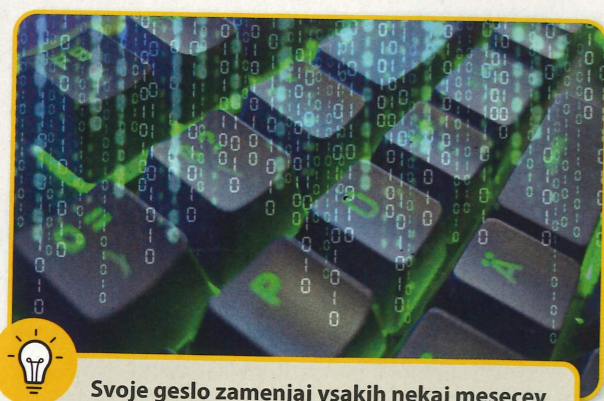
Morda se zdi, da so ljudje, ki jih spoznaš na spletu, res super. Vendar pa nikoli ne veš, kdo je zares na drugi strani zaslona. Lahko se zgodi, da se nekdo predstavlja kot tvoj vrstnik, a v resnici ni. Zato bodi vedno previden pri spoznavanju novih ljudi na spletu.



**Če te nekdo prosi za osebne podatke ali te želi srečati v živo, o tem obvesti starše ali učitelje. Nikoli se ne srečaj z nekom, ki si ga spoznal na spletu, ne da bi za to vedeli tvoji starši.**

### Gesla naj bodo skrivnost

Gesla so ključ do tvojih računov na spletu, zato je zelo pomembno, da jih ohranjaš skrivna in varna. Tvoja gesla naj bodo dolga, zapletena in naj ne vsebujejo tvojih osebnih podatkov, kot so ime, priimek ali datum rojstva.



**Svoje geslo zamenjaj vsakih nekaj mesecev in ga ne deli z nikomer, razen s starši. Uporabi kombinacijo črk, števil in posebnih znakov, kot so @, # ali \$.**

### Kako ustvariš varno geslo?

1. Uporabi vsaj osem znakov.
2. Kombiniraj velike in male črke.
3. Dodaj številke in posebne znake.
4. Ne uporabljalj osebnih podatkov, kot so ime, rojstni datum ali imena hišnih ljubljencev.

### Ne verjemi vsemu, kar prebereš

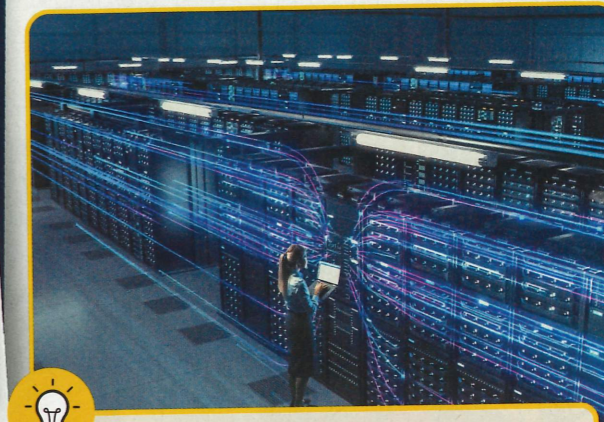
Na internetu se najde ogromno informacij, vendar niso vse resnične. Ljudje lahko pišejo laži, ustvarjajo lažne novice ali širijo napačne informacije. Pomembno je, da znaš ločiti resnico od laži.



**Če naletiš na neko informacijo, preveri več virov, da ugotoviš, ali je resnična. Če te nekaj zmoti ali prestraši, se pogovori s starši ali učiteljem.**

### Prijaznost na spletu

Tako kot v šoli in doma je tudi na spletu pomembno, da spoštuješ druge. To pomeni, da ne pišeš žaljivih komentarjev, ne deliš neprimernih slik in ne nadleguješ drugih. Zavedaj se, da lahko besede na spletu zelo prizadenejo in da je tvoje vedenje pomembno.



**Predeñ nekaj objaviš ali pošlješ, se vprašaj: »Bi to rekel tudi osebi v obraz?« Če je odgovor ne, potem tega ne objavi ali pošlji.**

### Previdno z aplikacijami in igrami

Aplikacije in igre so zabavne, vendar vse niso varne. Nekatere aplikacije lahko zahtevajo dostop do tvojih osebnih podatkov, kot so slike, kontakti ali lokacija. Prav tako lahko igre vsebujejo neprimerne vsebine ali omogočajo komunikacijo z neznanci.



**Predeñ preneseš aplikacijo ali igro, se posvetuj s starši. Preveri, kakšne ocene ima in kakšne so zahteve za uporabo. Če se ti zdi kaj sumljivo, raje opusti prenos.**

STARŠI, PREDEN PRENEŠETE KAKŠNO APLIKACIJO, SE POSVETUJTE S SVOJIMI OTROKI!



### Spletno prijateljstvo je lahko nevarno

Zelo enostavno je, da na telefonu ali računalniku preživiš več ur, ne da bi se tega sploh zavedal. Čezmerna uporaba tehnologije pa lahko vpliva na tvoje zdravje, spanje in šolski uspeh.



**Postavi si omejitve pri uporabi naprav. Na primer, uporabi telefon največ eno uro na dan med tednom in največ dve uri na dan med vikendi. Poskrbi, da imaš dovolj časa za druženje s prijatelji, šport in šolske obveznosti.**

## Kako poskrbeti za fizično in psihično zdravje ob uporabi novih tehnologij?

Nove tehnologije lahko ob pravilni uporabi zelo koristijo, vendar lahko njihova čezmerna uporaba negativno vpliva na tvoje zdravje. Dolge ure pred zasloni lahko povzročijo utrujenost oči, glavobole, motnje spanja in celo vplivajo na tvoje razpoloženje.



### Zelo zasedeni Aleks

Aleks je oboževal video igre. Vsak dan je preživel več ur za računalnikom. Sčasoma je začel opuščati domače naloge, ni imel več časa za prijatelje in postal je zelo utrujen. Njegovi starši so opazili, da se mu zdravje slabša, zato so se pogovorili z njim in skupaj postavili omejitve za igranje iger. Po nekaj tednih se je Aleks počutil bolje in se spet začel ukvarjati s športom.



### Skrivnostna Mija

Mija je na spletu spoznala nekoga, ki je trdil, da je njen vrstnik. Ves čas sta se pogovarjala in Mija mu je zaupala veliko osebnih informacij. Na srečo je njena starejša sestra opazila, da je nekaj narobe, in jo opozorila na nevarnosti spletnih prijateljstev. Mija je spoznala, da mora biti previdnejša in da ne sme zaupati neznancem.



### Fizično zdravje

Za zdravo uporabo tehnologije je pomembno, da se redno gibaš in delaš odmore. Poskrbi, da vsaj enkrat na uro vstaneš, se raztegneš ali greš na kratek sprehod. Prepričaj se tudi, da imaš primerno držo, ko sediš za računalnikom ali telefoniraš.

### Psihično zdravje

Tudi tvoje misli in čustva so pomembna. Čezmerna uporaba tehnologij lahko povzroči občutek osamljenosti, tesnobe ali preobremenjenosti. Če opaziš, da te internet in družbena omrežja obremenjujejo, se pogovori s starši ali učitelji. Pomaga tudi, če se občasno odklopiš od digitalnega sveta in uživaš v dejavnostih brez zaslonov.

### Preveri svojo rabo tehnologij:

- ♦ Ali preživim več kot dve uri na dan pred zaslonom?
- ♦ Ali se počutim slabo, ko gledam profile drugih ljudi na družbenih omrežjih?
- ♦ Ali imam zaradi uporabe tehnologije težave s spanjem?
- ♦ Ali se težko osredotočim na šolske obveznosti?

Če je odgovor na katerokoli od teh vprašanj pritrديلen, je morda čas, da narediš odmor in preveriš svoje navade.

### Zdrave digitalne navade:

1.

Po vsaki uri uporabe zaslona si vzemi 10 minut odmora.

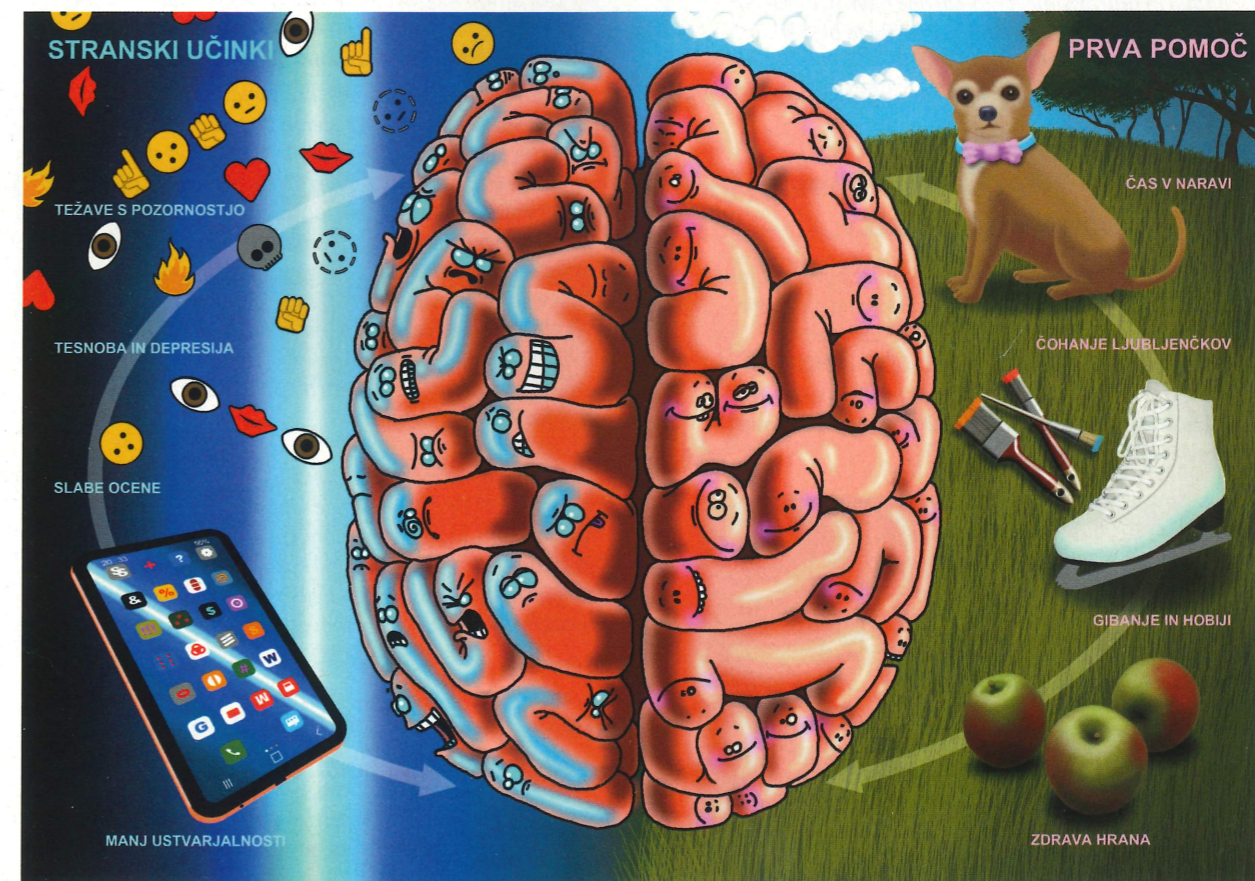
2.

Ne uporabljalj telefona ali računalnika vsaj eno uro pred spanjem.

3.

Veliko se gibaj na svežem zraku in poišči hobije, ki te bodo odvrnili od stalnega preverjanja telefona.

OKUŽBA Z INTERNETOM JE LAHKO PRECEJ TRDOVRATNA.



## Nove tehnologije v šoli

Kako digitalni mediji vplivajo na učenje? S tem vprašanjem se ukvarjajo številni raziskovalci. Ugotovili so, da ima digitalizacija (tudi v šoli) številne prednosti. Med njimi so preprosta navigacija po spletno povezanih vsebinah, dostop do informacij različnih virov in praktično neskončne možnosti komunikacije na digitalnih platformah.



7.-9. razred

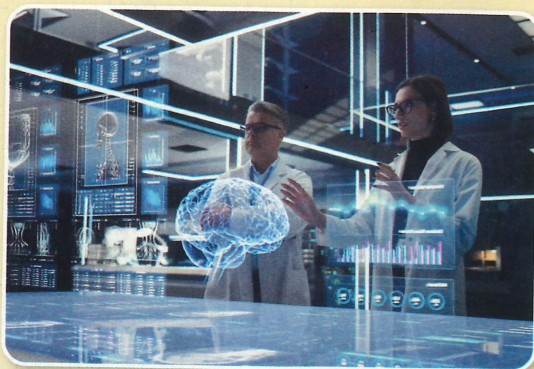
Neprekinjen dostop v kliku ali dveh škoduje tudi miselnim procesom mladih. Lahko jih preobremeni z informacijami, oslabi kritično razmišljanje in skrči pozornost. Nenehno skakanje iz resničnega v virtualni svet in nazaj slabo vpliva na učinkovitost, posledica pa so slabši rezultati (ocene).

Digitalne naprave so zelo privlačne in učence motijo med poukom. Ker so družabni mediji, igrice in druge »zunajšolske« vsebine le klik stran, se težko osredotočijo na učenje. Preveč ur pred zaslonom poslabša sposobnost branja in tudi razumevanja, saj nas novi mediji učijo, naj vsebino samo preletimo, namesto da bi jo zbrano prebrali.

7.-9. razred

### Kaj pravi neuroznanost?

Neuroznanstveniki odkrivajo vedno nove povezave med rabo novih tehnologij in njenim vplivom na možgane. Ugotovili so, da digitalizacija prinaša spremembe v obsegu sive možganovine (sivih celic, ki so zadolžene za obdelavo informacij). Oslabljeni so predvsem tisti deli možganov, ki so odgovorni za odločanje, impulzivnost in uravnavanje čustev.



Neuroznanost je znanost o možganih.

### Nove tehnologije in zasvojenost

Tudi nove tehnologije lahko povzročijo zasvojenost, precej podobno kot droge. Predvsem med mladimi narašča odvisnost od digitalnih platform in družbenih omrežij. Enostavna dostopnost je glavni razlog, zakaj zasvojenost s tehnologijo hitro narašča.

7.-9. razred

Dopamin je nevrottransmitter, ki uravnava občutke ugodja in motivacije ter spodbuja učenje, pa tudi osnovnejše funkcije, kot sta gibanje in spomin. Sproščanje dopamina spremlja vse, kar dojemamo kot užitek, od plesa, druženja s prijatelji, čokolade do nakupovanja ali drog. Dopamin v možganih aktivira krog nagrajevanja, zaradi česar si zaželiš še več tistega, zaradi česar se je dopamin v prvi vrsti sprostil. Raba interneta in drugih digitalnih platform sproža več dopamina za manj truda, in ker so naši možgani varčni, se po občutke zadovoljstva seveda raje zatečejo k tistim stvarim ali dejavnostim, za katere pripravijo manj energije.

S slikanjem možganov so pokazali, da so spremembe v možganih ob rabi digitalne tehnologije podobne posledicam, ki jih na možganih pušča kokain. Od tod tudi vzdevek »elektronski kokain« in »digitalni heroin«, kot nekateri imenujejo nove tehnologije zaradi podobnih učinkov kot prepovedane droge.

### Družabni mediji ujamejo uporabnike v zanko kratkoročnega nagrajevanja

Več ko se ukvarjaš z družabnimi mediji, več povezav vzpostaviš, in več povezav ko gojiš, večjo potrebo po družbenih medijih čutiš.

7.-9. razred

Dejavnosti, namenjene »digitalnemu razstrupljanju«, pomagajo omejiti obsedenost z družbenimi mediji in okrepiti naravno proizvodnjo dopamina, pa tudi drugih nevrottransmitterjev, kot so endorfini, oksitocin in serotonin. Kakšna je njihova vloga, ponovi na straneh septembrske Vesele šole, Vrtiljak čustev.

Odvisnost lahko zmanjšaš tako, da dobre občutke na primer sprožiš z gibanjem, pisanjem dnevnika, božanjem živali ... Tudi preživljanje časa v naravi se je izkazalo za dober način odmika od tehnologije.



### Zaupanje in povezanost v digitalnem okolju

Digitalni svet lahko povzroči, da se včasih počutimo ločene od starejših generacij, ki morda ne razumejo naše uporabe tehnologije. Prav tako lahko napačne informacije ali nesporazumi povzročijo prepade med prijatelji.

### Kako lahko premagamo te izzive?

1.

Pogovarjaj se s starši in starimi starši o tem, kaj delaš na spletu.

2.

Poskusi razumeti njihove pomisleke in jih nauči kaj o tehnologiji.

3.

Ustvari dialog in ne pozabi, da lahko tehnologija povezuje, če jo uporabljamo pravilno.

Tehnologija je čudovito orodje, ki nam omogoča, da raziskujemo svet, se učimo novih stvari in ostajamo v stiku z ljudmi. A tako kot pri vsaki stvari moramo biti odgovorni uporabniki. Skrbi zase, bodi previden na spletu in se vedno pogovori z odraslimi, ko naletiš na kaj nenavadnega. Varna raba tehnologije ti bo omogočila, da izkoristiš vse njene prednosti, ne da bi ogrozil svoje zdravje ali varnost.

# LOGOUT

Center pomoči pri prekomerni rabi interneta

Ena izmed pomembnih pobud za varno uporabo spleta je organizacija Logout.org. Ta organizacija brezplačno pomaga mladim in odraslim, ki imajo težave s čezmerno uporabo digitalnih tehnologij, predvsem telefonov, računalnikov, igralnih konzol in družbenih omrežij.

### Kaj ponuja Logout.org?

Logout.org ponuja svetovanja, delavnice in podporo, kako lahko izboljšamo svojo digitalno higieno. Cilj organizacije je pomagati ljudem, da vzpostavijo ravnotežje med uporabo digitalnih naprav in drugimi aktivnostmi. Sodelovanje je prostovoljno, naloga organizacije pa je ozaveščati mlade o nevarnostih čezmerne uporabe in jim pomagati vzpostaviti zdrav odnos do tehnologije.

### Zakaj je pomembno?

Čezmerna raba tehnologij lahko vpliva na tvoje fizično in psihično zdravje, tvoje odnose s prijatelji in družino ter na tvoje šolske obveznosti. Logout.org si prizadeva, da bi mlade naučili, kako tehnologijo uporabljati pametno in zmerno.

### Kako lahko stopim v stik?

- Pokličeš lahko brezplačno klicno številko: **0807376**.
- Na spletnem mestu **logout.org** poiščeš uporabne vsebine in orodja.
- Organizaciji slediš na družbenih omrežjih.

POSKENIRAJ QR-KODO!



## UPORABLJAJMO SPLET VARNO

Preventiva in znanje sta naša največja zaščita, zato skupaj s starši preverite priporočila pametne rabe naprav in interneta. Za varnejše brskanje po spletu priporočamo uporabo varnostnih storitev, kot je na primer **Varen splet**, ki sistemsko blokira sporne spletne strani.

“ Za varno rabo tehnologij je nujno, da imamo zapletena gesla in da vedno razmislimo, preden kliknemo. ”

### PRIPOROČILA TUDI V PODKASTIH Z NIKOM ŠKRLECEM

Ali odrasli dovolj dobro poznamo digitalni svet? **Prisluhnite podkastom**, v katerih se je **Nik Škrlec** z različnimi strokovnjaki pogovarjal o zaščiti pred spletnimi prevarami, spletnem nasilju, igričarstvu in o tem, kako se mladi spoznavajo na spletu. Izvedeli boste veliko uporabnih nasvetov.



Skenirajte QR-kodo za hiter dostop do podkastov z Nikom Škrlecem.



Igričarstvo

Spletno nasilje

Mladi na spletu

Kako se zaščititi

[telekom.si/pametno](http://telekom.si/pametno)

# NAGRADNI IZZIV

Novembrsko Veselo šolo je podprl Telekom Slovenije, ki veliko truda vlaga v ozaveščanje o varni rabi interneta. Na svojih spletnih straneh razkrivajo nevarnosti in nudijo številne uporabne informacije za zaščito pred njimi, med odmevnimi je tudi podkast Uživajmo pametno.

In tole je naše nagradno vprašanje:

**Kdo je priljubljeni igralec, ki vodi Telekomov podkast Uživajmo pametno?**



ČE NE POZNAŠ  
ODGOVORA, SE  
SKRIVA TUKAJ.

Pravilni odgovor pošlji na  
[veselasola@mladinska-knjiga.si](mailto:veselasola@mladinska-knjiga.si).

Med pravilnimi bomo izžrebali tri, ki bodo prejeli

**DARILNI PAKET TELEKOMA SLOVENIJE.**

Telekom Slovenije poleg varnosti poudarja tudi uravnoteženo uporabo tako naprav kot tudi spleta in televizije. Z uravnoteženo uporabo storitev in naprav te želi spodbuditi k zdravemu in uravnoteženemu življenju. Trenutki, ki jih preživiš z družino in najbližjimi, naj bodo namenjeni stikom, smehu in zabavi, trenutkom, ki te spodbujajo.

Več o pravih nagradnih igrah si preberite na [www.veselasola.net/pravila-nagradnih-iger/](http://www.veselasola.net/pravila-nagradnih-iger/).

## Vocabulary | Wörterbuch

**nove tehnologije** – new technologies – *neue Technologien*  
**splet** – here: online; the Web – *das Netzwerk; das Internet*  
**uporabnik** – a user – *der Benutzer*  
**telesno zdravje** – physical health – *körperliche Gesundheit*  
**duševno zdravje** – mental health – *geistige Gesundheit*

**osebni podatki** – personal information – *persönliche Daten*  
**geslo** – a password – *das Passwort*  
**okno** – a window – *das Fenster*  
**povprečen** – average – *durchschnittlich*  
**zasebnost** – privacy – *die Privatsphäre*  
**varnost** – safety – *Sicherheit*  
**poskrbeti** – here: to secure – *sorgen für*  
**deliti** – to share – *der Austausch*

**odnos** – attitude – *die Beziehung*  
**na dan** – per/a day – *täglich*  
**zaščititi** – to protect – *schützen*  
**preživljati** – to spend (time) – *verbringen*  
**pristop** – an approach – *der Ansatz*  
**zdrževati** – here: to bring together – *verbinden*

## New Technologies

New technologies bring both opportunities and risks. As the average user spends more than four hours per day online, it is important to know, how we can protect our physical and mental health, as well as, secure our privacy and safety. From strong passwords to regulations about sharing personal information - with the right approach, the digital world brings us together and opens a window to the world.

How many hours a day do we spend online on average? (q)

- a. 3
- b. 4
- c. 5
- d. 6

## Neue Technologien

Neue Technologien bringen sowohl Gelegenheiten als auch Gefahren mit. Der durchschnittliche Benutzer verbringt mehr als vier Stunden täglich online. Daher ist es wichtig zu wissen, wie man seine körperliche und geistige Gesundheit, sowie auch eigene Privatsphäre und Sicherheit schützt. Von starken Passwörtern bis hin zu Regeln für den Austausch persönlicher Daten – mit dem richtigen Ansatz verbindet uns die digitale Welt und öffnet ein Fenster zur Welt.

Wie viele Stunden täglich verbringt man durchschnittlich am Internet? (q)

- a. 3
- b. 4
- c. 5
- d. 6

### 7.-9. Class

What do we risk with excessive use of new technologies? (multiple answers)

- a. mental health
- b. traffic
- c. physical health
- d. air quality

Match the words to form meaningful sentences.

- a. With a strong password, we ensure
- b. opportunities.
- c. New technologies bring
- d. safety.

### 7.-9. Klasse

Was wird durch den übermäßigen Einsatz neuer Technologien gefährdet? (Es gibt mehrere richtige Antworten.)

- a. geistige Gesundheit
- b. der Verkehr
- c. körperliche Gesundheit
- d. die Luftqualität

Verbinde die Worte in sinnvolle Sätze:

- a. Mit einem starken Passwort sorgen wir für...
- b. Gelegenheiten mit.
- c. Neue Technologien bringen...
- d. Sicherheit.

## Že imaš mednarodni certifikat iz angleščine in španščine?

Prijavi se na izpit **Cambridge** (Young Learners Tests, AZ Key, B1 Preliminary, B2 First – vsi "for Schools") in **DELE** (A1 in A2/B1 – oba "para Escolares")



CAMBRIDGE  
English  
Authorized Exam Centre



PIONIRSKI DOM  
CENTER ZA KULTURO MLADIH

[izpiti.pionirski-dom.si/si](http://izpiti.pionirski-dom.si/si)

# Znaš?

1. S katero napravo NE moremo uporabljati novih medijev?

- a. s pametnim telefonom
- b. s tabličnim računalnikom
- c. s tranzistorjem



2. Poveži, kar sodi skupaj.

- a. TikTok
- b. igra
- c. Minecraft
- d. aplikacija

3. Kaj vse sodi med osebne podatke?

- a. višina in teža
- b. rojstni datum
- c. naslov
- d. horoskopsko znamenje

4. Kaj ni znak prekomerne rabe novih tehnologij?

- a. težave s spanjem
- b. več kot dve uri na dan pred zaslonom
- c. vsakodnevno druženje s prijatelji

7.-9. razred

5. Kaj je cilj digitalnega razstrupljanja?

- a. varnost na spletu
- b. zmanjšanje obsedenosti z družbenimi mediji
- c. hitrejša rast las



PRIDI NA  
**VESELASOLA.NET**,  
TAM TE ČAKAJO UČNA POT  
IN LEPE NAGRADE!

6. Katere prednosti ima digitalizacija v šoli?

- a. otežuje delo učiteljev
- b. prihrani stroške
- c. lajša dostop do informacij



Šolsko tekmovanje bo  
**5. 3. 2025,**  
državno pa  
**10. 4. 2025.**

Starejši rešite celoten preizkus, če obiskuješ 4.-6. razred, pa reši samo del, ki ni označen z znakom 7.-9. razred. Rešitve vpiši v obrazec na desni in izrezanega pošlji na naslov:

Vesela šola, Mladinska knjiga Založba, Slovenska 29, 1000 Ljubljana, s pripisom »**novembrska VŠ**«.

Ne pozabi pripisati svojih podatkov (ime in priimek, naslov). Obrazec naj podpiše eden od staršev oziroma skrbnikov, ki s podpisom dovoljuje, da sodeluješ v nagradni igri. Med prispelimi pravnimi odgovori bomo **1. decembra 2024** izžrebali nekaj srečnežev, ki jih čakajo nagrade. Imena nagrajencev bodo v tednu dni po žrebanju objavljena na [www.veselasola.net](http://www.veselasola.net), kjer so objavljena tudi pravila nagradnih iger.

Pravilni odgovori: .....

Ime in priimek veselošolke, veselošolca:

.....

Naslov: .....

Podpis starša: .....

Razred: 4.-6. 7.-9. Obkroži

Novembrsko temo o varni rabi novih tehnologij smo pripravili:

Besedilo: Logout, ena Duša Draž, angleški in nemški del Pionirski dom, ilustracije Matej de Cecco, Vladimir Leben, fotografije Shutterstock, oblikovanje Simon Kajtna, jezikovni pregled Vera Jakopič, urednica Irena Duša Draž

Pri izpeljavi zasnove letošnje Vesele šole nam pomagata:

Telekom Slovenije in Zavarovalnica Triglav  
Vesela šola je priloga mesečne revije Pil; letnik 55, št. 3 (november 2024)



**PIL**