**POWER&MIND ACADEMY**

VZDELÁVACÍ PROGRAM

# Bezpečnosť seniorov

Praktická ochrana pred telefonickými internetovými a AI podvodmi

| | | |
|---|---|---|
| ROZSAH<br>**6 vyučovacích hodín (6 × 45 minút)** | FORMA<br>**prezenčná, interaktívna a prakticky orientovaná** | CENA<br>**69 €** |
| HODNOTENIE<br>**Zvládnutie modelovej situácie a záverečný test; odporúčané minimum je 8 správnych odpovedí z 10.** | LEKTOR<br>**Ing. Peter Ďurica** | VSTUP<br>**Bez osobitných vstupných požiadaviek.** |

**DISCIPLÍNA TELA A DUCHA**

powermind.sk

# Základné informácie

| | |
|---|---|
| **FORMA** | prezenčná, interaktívna a prakticky orientovaná |
| **CELKOVÝ ROZSAH** | 6 vyučovacích hodín (6 × 45 minút) |
| **CIEĽOVÁ SKUPINA** | seniori, kluby dôchodcov, denné centrá, zariadenia sociálnych služieb a organizované skupiny seniorov |
| **VSTUPNÉ POŽIADAVKY** | Bez osobitných vstupných požiadaviek. |
| **HODNOTENIE** | Zvládnutie modelovej situácie a záverečný test; odporúčané minimum je 8 správnych odpovedí z 10. |
| **VÝSTUP** | Certifikát o absolvovaní kurzu Power&Mind Academy |
| **LEKTOR** | Ing. Peter Ďurica |
| **CENA** | 69 € |

# Krátky popis k ikone na webe

**TEXT NA WEB**

**Praktický 6-hodinový kurz ochrany pred podvodmi. Seniori si nacvičia bezpečnú reakciu na falošného príbuzného, banku, SMS, internetové podvody aj hlas či video vytvorené umelou inteligenciou.**

# O kurze

Kurz pripravuje seniorov na najčastejšie podvody cez telefón, SMS, e-mail, sociálne siete, bankové služby aj osobný kontakt. Výklad používa veľké písmo, krátke vety, zrozumiteľné príklady, opakovanie a modelové situácie bez zverejňovania osobných alebo bankových údajov účastníkov.

Hlavným cieľom nie je zapamätať si každý nový typ podvodu, ale automatizovať bezpečný postup ZASTAVIŤ, ZLOŽIŤ, OVERIŤ, NEPLATIŤ. Účastník sa naučí ukončiť podozrivý kontakt, overiť blízkeho človeka iným spôsobom a konať bez hanby a bez zbytočného odkladu, ak už údaje alebo peniaze odovzdal.

# Pre koho je kurz určený

- seniori žijúci samostatne alebo s rodinou
- členovia klubov dôchodcov a denných centier
- klienti zariadení sociálnych služieb
- seniori používajúci telefón, internet, e-mail alebo sociálne siete
- organizované skupiny, ktoré chcú spoločne vytvoriť bezpečnostný plán

# Obsah kurzu

### Teoretická časť

- strach, časový tlak, autorita, tajomstvo a odmena ako nástroje podvodníka
- falošný vnuk, policajt, lekár, kuriér, banka a správa z nového telefónneho čísla
- phishing, škodlivé odkazy, heslá, dvojstupňové overenie a bezpečný smartfón
- PIN, heslá, SMS kódy, platobné karty, falošný bezpečný účet a podvodné investície
- vzdialený prístup do telefónu alebo počítača a rizikové aplikácie
- umelá inteligencia, napodobnený hlas, fotografia, video a nezávislé overenie identity
- prvé kroky po odovzdaní peňazí, údajov alebo prístupu k zariadeniu

### Praktická časť

- rozpoznávanie varovných viet a znakov nátlaku
- nácvik ukončovacej vety a zloženia podozrivého hovoru
- modelový telefonát s falošným príbuzným alebo pracovníkom banky
- posudzovanie podozrivých SMS a e-mailových správ
- vytvorenie zoznamu dôveryhodných kontaktov a rodinnej bezpečnostnej otázky
- nácvik reakcie na falošný hlas alebo video vytvorené umelou inteligenciou
- tri záverečné modelové situácie a test s vysvetlením správnych odpovedí

# Podrobný rozvrh hodinu po hodine

Každá uvedená hodina predstavuje jeden obsahový blok započítaný do rozsahu kurzu. Konkrétny denný čas, prestávky a poradie praktických stanovíšť určí lektor podľa podmienok pracoviska a počtu účastníkov.

| HOD. | ČASŤ | TÉMA | ČO SA BUDE DIAŤ A ČO OČAKÁVAŤ |
|---|---|---|---|
| 1 | Teória a nácvik | **Nátlak a varovné znaky** | Strach, časový tlak, autorita, tajomstvo a odmena; nácvik postupu ZASTAVIŤ, ZLOŽIŤ, OVERIŤ, NEPLATIŤ. |
| 2 | Teória a nácvik | **Telefonáty, SMS a falošný príbuzný** | Falošný vnuk, policajt, banka alebo správa z nového čísla; ukončenie kontaktu a nezávislé overenie cez známe číslo. |
| 3 | Teória a nácvik | **Internet, e-mail a sociálne siete** | Phishing, škodlivé odkazy, heslá, dvojstupňové overenie a praktické rozpoznávanie podozrivých správ. |
| 4 | Teória a nácvik | **Banka, platby a vzdialený prístup** | Bezpečný kontakt s bankou, ochrana PIN-u a SMS kódov, falošný bezpečný účet, podvodné investície a rizikové aplikácie. |
| 5 | Teória a nácvik | **Umelá inteligencia, falošný hlas a obraz** | Ako možno napodobniť hlas, fotografiu alebo video; rodinné heslo, bezpečnostná otázka a overenie cez dôveryhodnú osobu. |
| 6 | Prax a hodnotenie | **Modelové situácie, incident a test** | Tri praktické scenáre, prvé kroky po odovzdaní údajov alebo peňazí, kontakty na pomoc a záverečný test s vysvetlením. |

# Čo bude absolvent po kurze vedieť

- rozpoznať najmenej päť znakov nátlaku alebo podvodu
- ukončiť podozrivý telefonát bez vysvetľovania a bez odovzdania údajov
- overiť príbuzného cez známe číslo alebo dohodnutú rodinnú otázku
- neposkytnúť PIN, heslo, SMS kód ani údaje platobnej karty
- rozpoznať riziko falošného hlasu, fotografie alebo videa
- bezpečne kontaktovať banku alebo políciu cez oficiálne číslo
- vykonať prvé kroky po odovzdaní údajov, peňazí alebo prístupu k zariadeniu

## Ukončenie a výstup kurzu

Zvládnutie modelovej situácie a záverečný test; odporúčané minimum je 8 správnych odpovedí z 10.

Po úspešnom absolvovaní účastník získa: Certifikát o absolvovaní kurzu Power&Mind Academy.

## Organizačné informácie

- Cena kurzu: 69 €.
- Celkový rozsah: 6 vyučovacích hodín po 45 minút; prestávky sa do rozsahu nezapočítavajú.
- Odporúčaný počet je 8 až 20 účastníkov.
- Konkrétny termín, časový harmonogram a miesto výučby oznámi poskytovateľ pred začiatkom kurzu.
- Účastník nepotrebuje vlastný počítač ani smartfón; ukážkové materiály zabezpečí lektor.
- Podmienkou úspešného ukončenia je aktívna účasť, absolvovanie modelovej situácie a záverečného testu.

**DÔLEŽITÉ UPOZORNENIE**

**Kurz je preventívno-edukačný. Nenahrádza individuálne rozhodnutia banky, Policajného zboru ani odbornú kybernetickú pomoc.**