

Digitālā ikdiena starp drošību un risku

Alise Gubene

17.03.2026



Pēcpusdienas nogurums



Darba ietekme uz miega kvalitāti un produktivitāti darbā



Ikdienas digitālā dzīve



Hakeru mērķis (1)



Internetbankas piekļuves dati **78%**



Lietotājevārdi un paroles **45%**

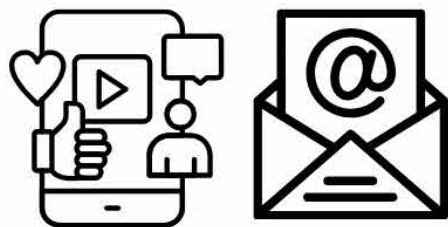


Personas dati **43%**

Hakeru mērķis (2)



Iespēja pārvaldīt datoru **30%**



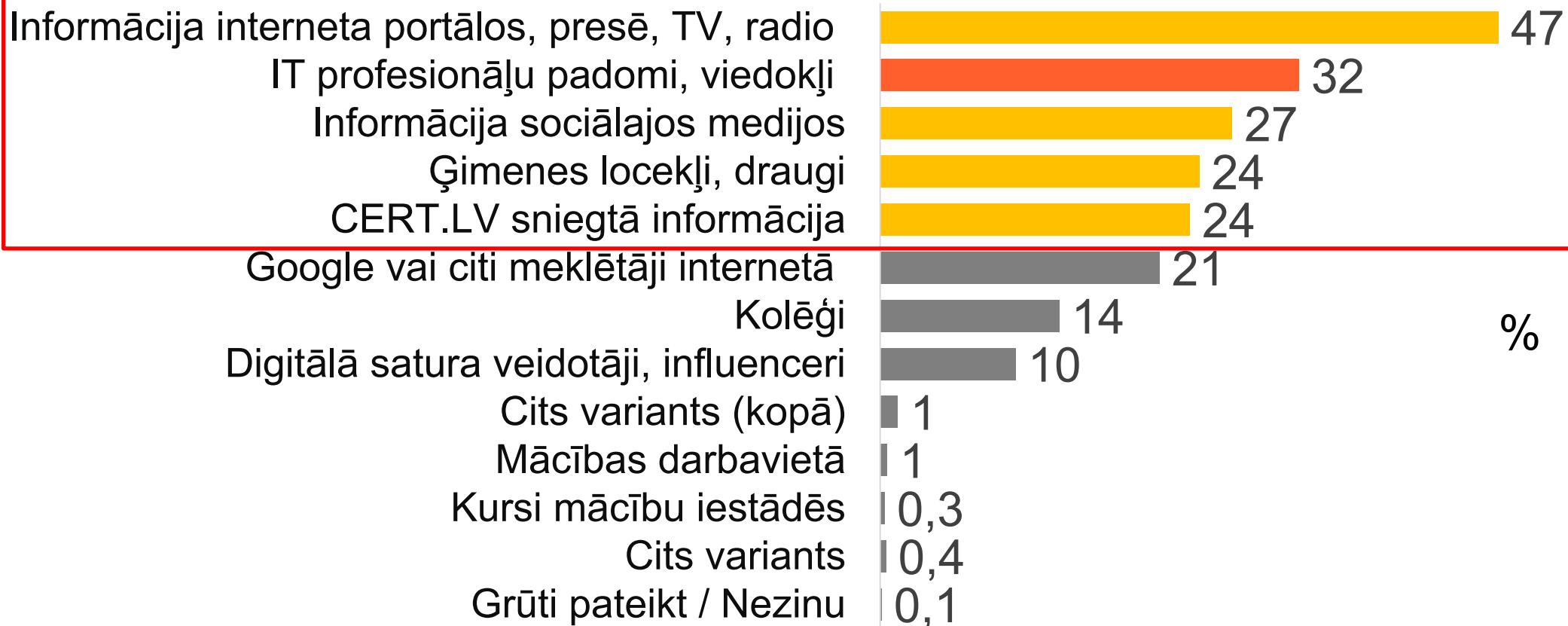
Piekļuve sociālo mediju kontiem **29%**

Piekļuve e-pastam **28%**



Iespēja pārvaldīt viedtālruni **27%**

Kiberdrošības informācijas avoti



Paradumi



Norēķieniem internetā izmanto atsevišķu norēķu karti **24%**



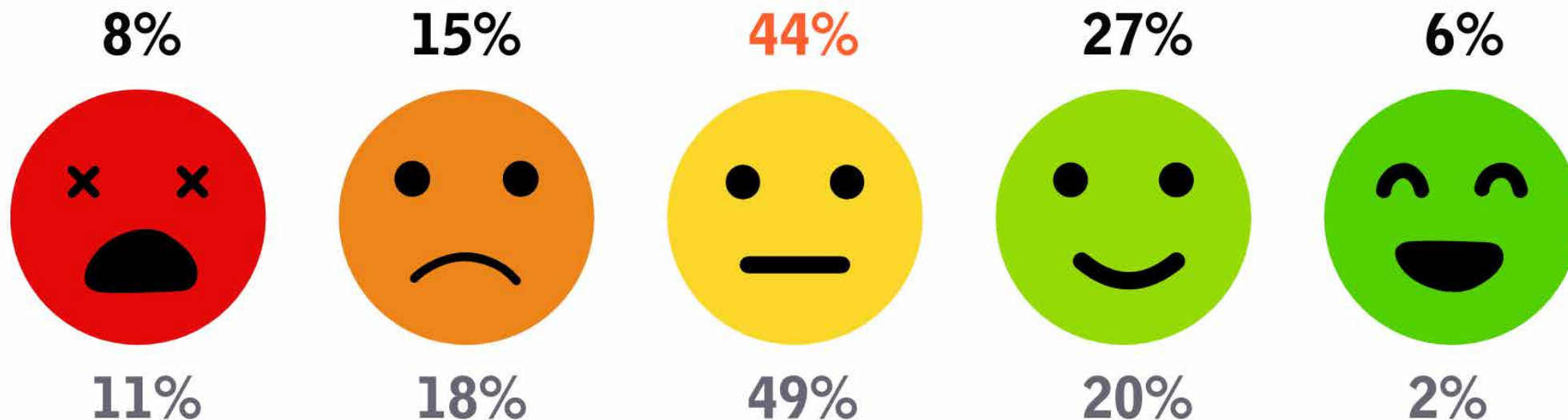
Reizēm izmantoju atšķirīgas paroles dažādiem resursiem **54%**



Rezerves kopijas veido **56%**, neveido **43%**

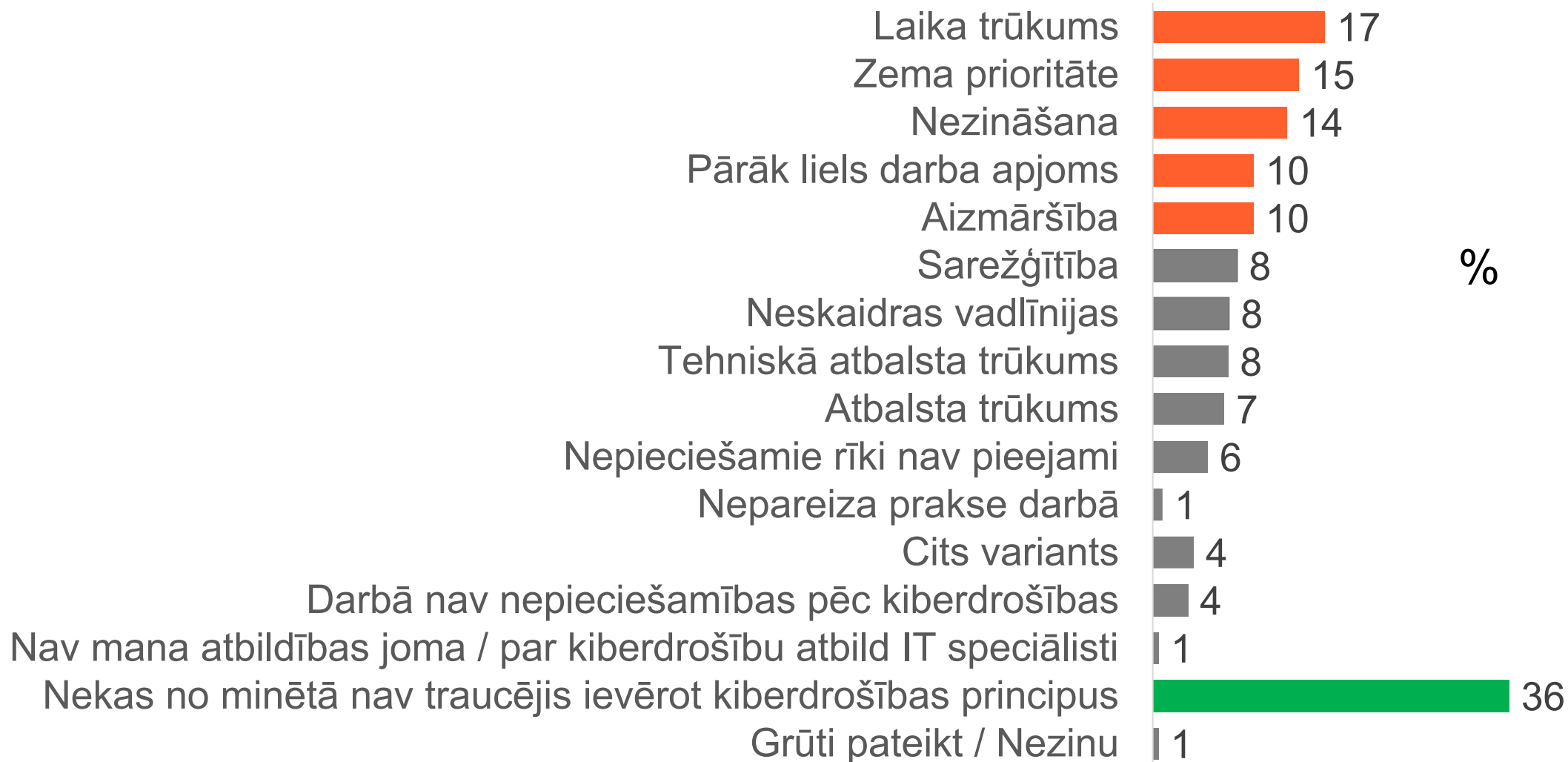
Pašnovērtējums par zināšanām kiberdrošībā

2025.GADS



2024.GADS

Traucējošie faktori kiberdrošības ievērošanai

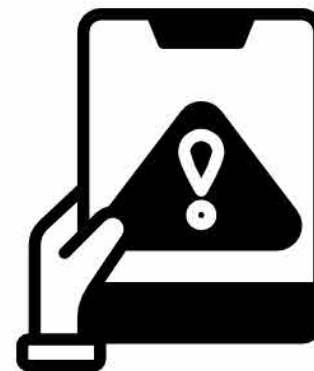


Pieredze ar kiberuzbrukumiem



- Cietuši kiberuzbrukumā **13%**
- Nav cietuši kiberuzbrukumā **77%**
- Nav pārliecināts (-ta) **10%**

Pieredze ar krāpnieciskām aktivitātēm



- Privātajā dzīvē **43%**
- Darbā **4%**
- Darbā un privātajā dzīvē **20%**

Kiberuzbrukuma uzbrukuma sekas



Nauda **42%**



Stress

Apkaunojums

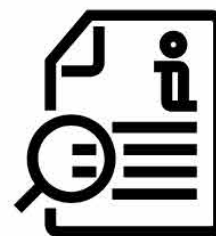
Bailes **17%**



Identitāte **14%**



Konta piekļuve **7%**



Informācija **4%**

Finansiālie zaudējumi

Līdz 100
EUR
65%



101 – 500
EUR
16%



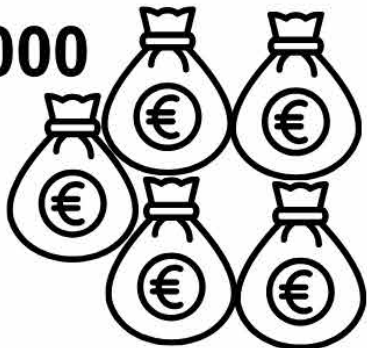
501 – 1000
EUR
7%



1001 – 5 000 EUR
4%



5 001 – 10 000
EUR
4%



Virš 10 001
EUR
4%



Iemesli kāpēc «uzķeras»

- 1 Steiga/neiedziļināšanās 21%**
- 2 Saruna / saturs šķita ticams 19%**
- 3 Iepriekš nebiju dzirdējis/-usi par šādu krāpšanas shēmu / uzbrukumu 16%**
- 4 Krāpnieciskā ziņa sakrita ar reālu dzīves notikumu 9%**
- 5 Ziņas sūtītājs šķita pazīstama persona / iestāde 6%**

Drošības sajūta \neq reālā drošība





Platforma **kibertests.lv**



Uzņēmumiem un iestādēm Darbiniekiem ar kodu Visi testi

 Pieklūstamība



Pārbaudi savas zināšanas kiberdrošībā!

Vai zini, kā atpazīt pikšķerēšanas e-pastu?

Cik bieži vajadzētu atjaunināt programmatūru?

Kā izveidot drošu paroli?



Kiberdrošība: mūsu kopīgā atbildība



Aizsardzības ministrija



**Nacionālais
kiberdrošības
centrs**



Latvijas Universitātes
Matemātikas un informātikas institūts

   @cert.lv

<https://cert.lv>