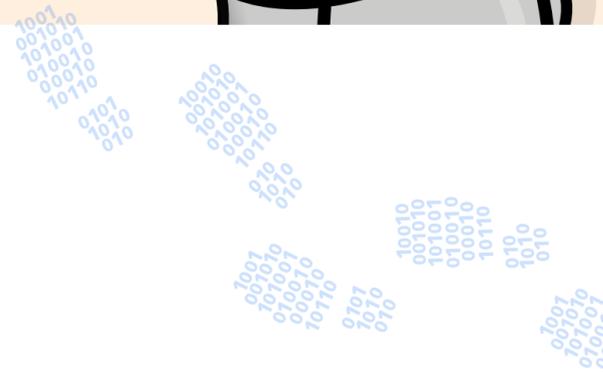
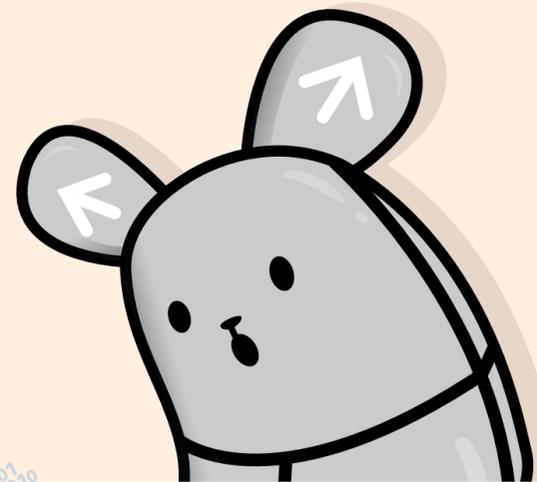


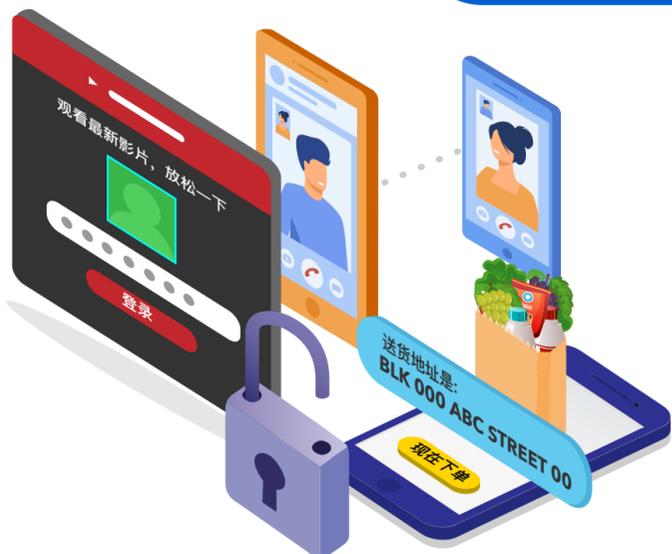
数码足迹

数码足迹指的是您在网上所有活动的踪迹，包括您创建、发布和分享的内容。

每次您在网上发布帖子、搜索信息或者接受网站上的Cookies时，都会在网上留下“数码足迹”。您可能无意间透露了您的互联网协议（简称“IP”）地址、偏好设置、照片和其他个人信息。



为什么我需要知道这些？



- 在冠病19疫情期间，我们花费更多的时间在网上观看娱乐节目、购买食品杂货以及与家人、朋友和同事交流。
- 如果不采取必要的预防措施，我们在进行这些活动时所交换的数码信息就很容易被网络罪犯利用。
- 它可能会对您的名誉、人际关系和就业机会产生深远的影响。雇主、学校、大学和执法人员可能会使用您的数字足迹作为您的人格评估的基础。
- 您在网上发布的任何内容都将成为您的数码足迹，并且难以抹除。即使您只打算在封闭或者私密的网上群组分享信息，其他人也可能将这些信息公布于众。

#精明上网

分享资讯要谨慎



我该如何保护我的数码足迹?



您可以通过以下方法养成良好的上网习惯，保护您的数码足迹!

- 首先，您可以在搜索引擎中输入自己的姓名并查看搜索结果，来了解自己在网上留下的数码足迹。
- 删除所有可能泄露您个人信息的内容或帖子。



- 将您在社交媒体平台和应用程序上的隐私设置更改为“私密”
- 定期检查这些设置，因为社交媒体网站可能会经常改变网站的隐私政策。
- 将手机及社交媒体网站的位置标记或定位功能设置为“关闭”，因为这些设置会记录您的行踪和常规活动路线。

- 不要在网上分享敏感信息，例如您的电话号码、地址和出生日期。
- 避免过多地分享个人信息。您的个人信息、照片和视频可能会被分享或泄露，即使您将分享的内容设置为“私密”。



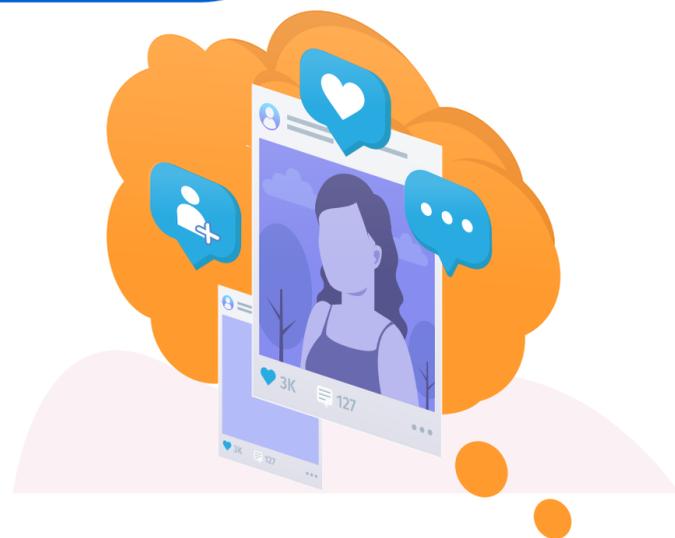
#精明上网

分享资讯要谨慎



您可以通过以下方法养成良好的上网习惯，保护您的数码足迹！

- 在发布内容之前，请务必三思。您在网上发布的任何内容都很难被抹除，并且可能会在数年后被重新翻出。

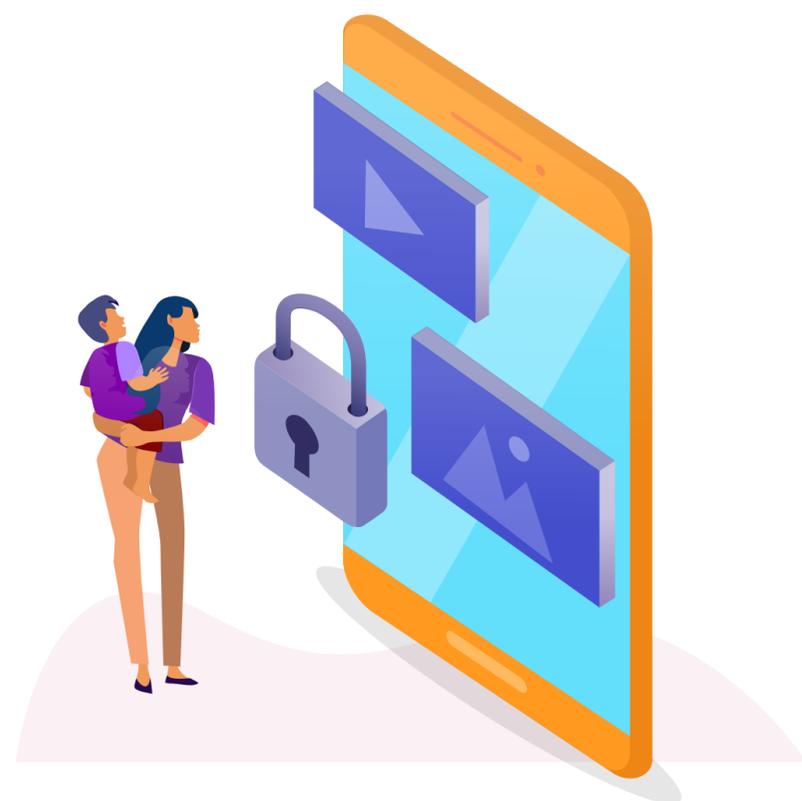


- 仅发布对他人有帮助的内容，这样有助于建立正面的数码足迹



我该如何保护孩子的数码足迹？

- 父母需要注意的是，你们在网上分享任何与孩子有关的信息会成为孩子的数码足迹。
- 犯罪分子可以把帖子、照片和视频中的信息拼凑起来，从而获知孩子的姓名、学校、兴趣或者所在位置。
- 请务必设置恰当的隐私设置，确保只有您在网上最熟识的人才可以查看您的帖子。
- 您应该帮助孩子制定基本的上网规则，并向他们传授必要的知识以确保他们能够安全地上网。最好让孩子远离社交媒体，直到他们学会如何有效地保护自己。欲知更多贴士，请浏览：www.betterinternet.sg/-/media/Resources/PDFs/Parents-Guides/Social-Media-Parent-Guide.pdf



#精明上网

分享资讯要谨慎



支持单位：



支持：

SG:D | GET READY!