



DIGITALISERINGSSTYRELSEN

SIKKER PÅ NETTET - TRYK SELVBETJENING

Din kontakt med
det offentlige
starter på nettet



www.borger.dk



DET OFFENTLIGE BLIVER MERE DIGITALT

Oplysninger om folkepension og andre offentlige ydelser, ændringer af selvangivelsen, ansøgning om lægeskift eller nyt sygesikringsbevis. I de seneste år er kommunikation med det offentlige flyttet mere og mere over på internettet.

Der er mange fordele ved at digitalisere dialogen mellem borgerne og det offentlige. Først og fremmest kan du sidde foran computeren og ordne mange ting via internettet, som før krævede et besøg på et offentligt kontor.

Dit digitale log-in NemID sikrer nem adgang til alle offentlige instanser via computeren, og følger du nogle få grundregler, kan du føle dig helt tryk, når du bevæger dig rundt på internettet.

I denne folder kan du læse de vigtigste råd om sikker brug af computeren, opdateringer, antivirus, gode adgangskoder, samt hvordan du passer på dine oplysninger og undgår identitetstyveri.

Du kan læse mere udførligt om alle emnerne på borger.dk under Forbrug og internet. Klik herefter på Internet og sikkerhed.

Læs mere på:
www.borger.dk



SIKKER BRUG AF COMPUTEREN

Sikker færdsel på internettet starter hjemme ved din computer. Det er vigtigt, at computeren er beskyttet mod virus, og du skal tænke dig om, når du bevæger dig rundt i den digitale verden.

Den bedste måde at beskytte computeren på er at holde computerens styresystem og programmer opdateret, bruge firewall og antivirusprogram.

➤ Du kan slå automatisk opdatering af programmer til på computeren. Derved sikrer du, at programmerne løbende bliver opdateret.

➤ En firewall er din computers værn mod ubudne gæster. En firewall indgår som regel i en computers standardprogrammer og er typisk aktiveret, når du tænder for computeren første gang.

➤ Brug et antivirusprogram, der løbende kan undersøge din computer for virus. Du kan købe et antivirusprogram på internettet eller hos computerforhandleren.

ORDBOG:

Virus

Et lille program, som uden din viden installeres på computeren. Når programmet er installeret, kan det slette vigtige data eller på anden måde skade computeren.

Firewall:

Et program eller computerudstyr, som styrer, hvem der udefra skal have adgang til din computer.



PERSONLIGE OPLYSNINGER PÅ INTERNETTET OG E-MAIL

Hvis du skal købe varer på nettet, bruge forskellige sociale medier eller benytte e-mail-tjenester, kan du blive bedt om at afgive en række personlige oplysninger.

Det er altid en god idé at overveje, om det er nødvendigt at oplyse personlige informationer som fx e-mail, fødselsdato, bopæl, telefonnummer, helbredsoplysninger, etnisk baggrund, seksuelle og ægteskabelige forhold m.m.

Ved at holde dine personlige informationer for dig selv undgår du mest effektivt, at andre kan misbruge dine oplysninger.

Datatilsynet anbefaler, at du tænker dig om, inden du lægger oplysninger ud på internettet. Gør kun de oplysninger tilgængelige, du er indstillet på skal kunne findes på internettet for altid.

Du bør heller aldrig oplyse personlige informationer som fx cpr-nummer i en e-mail eller på hjemmesider – uanset om du bliver opfordret til det. Oplys kun kreditkortoplysninger på hjemmesider, du har tiltro til.

Når du bruger dit digitale log-in NemID, er du sikker på, at kun du kan få adgang til dine personlige oplysninger hos fx SKAT eller andre offentlige myndigheder.



SIKRE ADGANGSKODER

Sikre adgangskoder er meget vigtigt, når du vil bruge internettet til at kommunikere med familien, det offentlige eller via sociale medier.

Adgangskoder bruges til at beskytte dine oplysninger i tjenester på internettet, fx Facebook, e-mail og netbutikker.

Adgangskoder bruges også til at beskytte din computer og din mobiltelefon. Hvis udstyret er beskyttet af en adgangskode, er dine oplysninger bedre sikret, hvis udstyret skulle blive stjålet.

Jo bedre din adgangskode er, jo bedre er dine oplysninger beskyttet. Derfor skal du vælge en god adgangskode. En god adgangskode opfylder fire krav:

- Den indeholder mindst otte tegn.
- Den indeholder både store og små bogstaver.
- Den indeholder et eller flere tal.
- Den indeholder specialtegn (såsom #, @, % og {}).

Adgangskoder bør ikke indeholde personlige oplysninger som fx fødselsdato, cpr-nummer, eget navn, børn eller kæledyrs navne.

Det er vigtigt, at du bruger forskellige adgangskoder til forskellige tjenester og udstyr. Du bør have forskellige adgangskoder til NemID, e-mail, computeren og sociale medier som Facebook.

Til tjenester med mindre vigtige oplysninger kan du eventuelt bruge samme adgangskode.





SIKKERHEDSKOPIER - BACKUP

En computer er faktisk ikke et særligt sikkert sted at opbevare materiale. Computeren kan gå i stykker eller blive stjålet, og du risikerer, at indholdet går tabt - med mindre du har lavet en sikkerhedskopi.

En sikkerhedskopi - også kaldet backup - er en kopi af alle dokumenter, billeder, film, e-mail og programmer på din computer. Denne kopi bør ligge på en anden computer eller en ekstern harddisk. Det er også muligt at abonnere på back-up service via internettet.

Brug sikkerhedskopien til at gemme alt det, du vil være ked af at miste: feriebilleder og film, breve,

e-mail, regnskaber og rapporter, musik og meget andet.

For at sikre dit materiale bedst muligt er det en god ide at vælge en løsning, hvor computeren automatisk foretager sikkerhedskopiering med faste intervaller. Spørg eventuelt hos computerforhandleren, hvilken løsning der er bedst for dig.

HUSK:

Det er for sent at tænke på sikkerhedskopier, når skaden er sket.



GENKEND FALSKE E-MAILS

Nogle virusprogrammer er skjult i e-mails, som er udformet, som om de kommer fra velkendte virksomheder eller offentlige myndigheder.

En e-mail om arv fra en udenlandsk person, tilbagebetaling af skat eller mulighed for en hurtig gevinst bør håndteres med varsomhed.

Her er nogle generelle retningslinjer for, hvordan du kan genkende en falsk e-mail:

► Tjek afsenderadressen. Er afsenderadressen skjult, eller hvis du ikke kender afsenderen, er der risiko for, at e-mailen er falsk.

► Tjek sproget. Dårligt sprog eller direkte fejl i tekst og grammatik er et varsel om, at e-mailen er falsk – også selvom der er et logo fra fx en teleudbyder eller SKAT.

► Vær skeptisk. Offentlige myndigheder og internetbutikker vil aldrig bede om personlige oplysninger eller kreditkortinformation i en e-mail.

► Spørg dig selv: Er budskabet for godt til at være sandt? Så er det nok heller ikke sandt.



10 GODE RÅD MOD IDENTITETSTYVERI

Det kriminalpræventive råd, Digitaliseringsstyrelsen og Rigspolitiet har udarbejdet 10 færdselsregler for sikker trafik på internettet.

Færdselsreglerne kan minimere risikoen for, at dine oplysninger ender i de forkerte hænder.

- 1.** Sørg for, at alle programmer på din computer er opdaterede.
- 2.** Brug både antivirusprogram og firewall.
- 3.** Sørg for, at dit trådløse netværk er krypteret.
- 4.** Vær tilbageholdende med at videregive personlige oplysninger.
- 5.** Vær meget tilbageholdende med at videregive fortrolige oplysninger.
- 6.** Brug gode adgangskoder.
- 7.** Send aldrig fortrolige og personlige oplysninger i en e-mail.
- 8.** Oplys ikke fortrolige og personlige oplysninger på sociale netsteder, debatsider og chatrum.
- 9.** Sørg for, at dine bærbare enheder er sikre.
- 10.** Lær dine børn og den øvrige familie gode it-sikkerhedsvaner på internettet.

Læs de 10 gode råd i fuld længde på:
www.borger.dk

BLIV FORTROLIG MED INTERNETTET

Der er mange fordele ved den digitale verden. Du kan ordne bankforretninger, planlægge ferier, dyrke dine hobbyer og holde kontakt til familie og venner.

Du kan også kommunikere med det offentlige - lige når det passer dig - og spare ventetiden i telefonen eller turen til borgerservice.

Her er nogle gode råd til dig, som endnu ikke er fortrolig med computeren og den digitale verden:

- Tag et skridt ad gangen - erfaring giver tryghed.
- Vær ikke nervøs for at gøre noget forkert.
- Spørg familien eller naboen til råds, hvis du er i tvivl.
- Tag et kursus i brug af computer og internettet.



LÆR MERE OM SIKKERHED

Du kan læse mere om alle emnerne på **borger.dk** under Forbrug og internet. Klik herefter på Internet og sikkerhed.

Hvis du vil lære mere om sikkerhed, kan du spørge efter kurser og it-hjælp på det lokale bibliotek, din lokale aften-skole, hos ÆldreSagen eller Ældre-mobiliseringen.

På **www.lærmereomit.dk** kan du finde en oversigt over kursussteder og lære mere om at være online.