



D I G I T O

BOOST COMPETENCES FOR RESPONSIBLE ONLINE IDENTITY

Το **ΨΗΦΙΑΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ** είναι η **καταγραφή ή η διαδρομή που απόμεινε από τις δραστηριότητες που κάνετε στο διαδίκτυο** όπως αλληλεπιδράσεις σε κοινωνικά μέσα ενημέρωσης, πληροφορίες σχετικά με τον προσωπικό σας ιστότοπο, το ιστορικό περιήγησής σας, τις συνδρομές σας στο διαδίκτυο, τις τυχόν φωτογραφίες που έχετε μεταφορτώσει - ουσιαστικά, **οτιδήποτε στο διαδίκτυο το οποίο μπορεί να σας εντοπίσει.**

Σε αυτή την ενότητα μπορείτε να βρείτε **20 ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ** που θα σας βοηθήσουν να κατανοήσετε την έννοια του ψηφιακού αποτυπώματος και ποιες ενέργειες μπορείτε να κάνετε για να γίνετε **ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΠΟΛΙΤΗΣ.**

ΨΗΦΙΑΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ: Το σκέφτεστε όταν περιηγείστε στο διαδίκτυο?

Ελέγχετε πάντα τις **επιλογές απορρήτου κατά το** άνοιγμα ενός νέου λογαριασμού.

Σκεφτείτε πριν **δημοσιεύσετε κάτι στο διαδίκτυο** και αναρωτηθείτε: ποιο μήνυμα στέλνω στο κοινό?

Ψάξτε τον εαυτό σας στο Google για να ελέγξετε τι μπορούν να δουν οι άλλοι για εσάς και να δείτε ποιες πληροφορίες υπάρχουν για εσάς.

ΤΟ ΨΗΦΙΑΚΟ ΣΑΣ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΑΝΑΠΤΥΣΣΕΤΕ ΟΣΟ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ!

Με τους **διαδικτυακούς λογαριασμούς σας** μπορείτε να κάνετε πολλές ενέργειες: από την αποστολή και τη λήψη μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ως στην αγορά αντικειμένων και να είστε σε επαφή με τους φίλους σας!

- ✓ Ελέγχετε συχνά τις **ρυθμίσεις απορρήτου** σας - γνωρίζετε προσωπικά όλες τις επαφές σας; Τι θέλετε να δουν;
- ✓ Διαβάστε τους **όρους και τις προϋποθέσεις** όταν εγγράφετε σε κάτι έτσι ώστε να γνωρίζετε τι μπορούν να βλέπουν οι άλλοι από τα προσωπικά σας στοιχεία.
- ✓ Περιορίστε τον αριθμό των **λογαριασμών email** που έχετε και διαγράψτε αυτούς που δεν χρησιμοποιείτε πια... Χρησιμοποιείτε ακόμα το Myspace για παράδειγμα; Διαγράψτε το!
- ✓ Ελέγχετε πάντοτε τις πιο πρόσφατες **ρυθμίσεις δεδομένων και πολιτικές απορρήτου.**
- ✓ Ορίστε τις επιλογές ελέγχου για τις **οικονομικές συναλλαγές** που κάνετε ηλεκτρονικά ως αγορές ή μέσω της τράπεζάς σας π.χ. άμεσο μήνυμα όταν μεταφέρετε χρήματα ή ισχυρές ρυθμίσεις ελέγχου ταυτότητας.
- ✓ Μην δύνεται **προσωπικές πληροφορίες** οπουδήποτε π.χ. διεύθυνση, φορολογικός κώδικας, στοιχεία προσωπικής ζωής κ.λπ.

Η **διαδικτυακή σας συμπεριφορά** μετράει όπως και αυτή που έχετε στην κανονική σας ζωή. Να είστε υπεύθυνος πολίτης τόσο στο διαδίκτυο όσο και στην κανονική σας ζωή!

- ✓ Όταν **γράφετε** κάτι, σκεφτείτε: προσβάλω κάποιον; Υπάρχουν άλλοι τρόποι για να εκφράσω την άποψή μου; Χρησιμοποιήστε επίθετα όπως θα κάνατε αν μιλούσατε με κάποιον πρόσωπο με πρόσωπο.
- ✓ Όταν δημοσιεύετε μια **φωτογραφία**, σκεφτείτε το θέμα! Είναι καταστρεπτικό για μένα, τη φήμη μου ή ακόμα και για κάποιον άλλο.
- ✓ Όταν μοιράζεστε κάτι, επαληθεύστε την πηγή των πληροφοριών και βεβαιωθείτε ότι δεν αντιμετωπίζετε περιπτώσεις **ψεύτικων ειδήσεων.**
- ✓ Κατανοείστε ότι όταν δημοσιεύεται κάτι στο διαδίκτυο, μπορεί να **εντοπιστεί για πάντα.**

Να είστε έξυπνοι! Υπάρχουν μερικά κόλπα που μπορείτε να εφαρμόσετε για **ασφαλή πλοήγηση.**

- ✓ Χρησιμοποιήστε **συνδέσεις** τις οποίες μπορείτε να εμπιστευτείτε, ειδικά όταν χρησιμοποιείτε το Wi-Fi.
- ✓ Αλλάξτε συχνά τους **κωδικούς σας πρόσβασης** και μην χρησιμοποιείτε τον ίδιο για όλους τους λογαριασμούς σας. Όταν ορίζετε έναν κωδικό πρόσβασης, χρησιμοποιήστε μεγάλες λέξεις, αριθμούς και σύμβολα και αν δυσκολεύεστε να τους θυμάστε, σκεφτείτε να χρησιμοποιήσετε ένα ευρετήριο κωδικών πρόσβασης!
- ✓ Εξετάστε τα **antivirus** και **antispyware** ως μια επένδυση που μπορεί να βοηθήσει στην προστασία του υπολογιστή σας. Υπάρχουν πολλές επιλογές, συμπεριλαμβανομένων και κάποιων δωρεάν ή πολύ φθηνών.
- ✓ Προσπαθήστε να ενημερώνετε για τις πρόσφατες **περιπτώσεις hacking**, ειδικά εκείνες που αφορούν μεγάλους παρόχους, ώστε να γνωρίζετε πιθανές παραβιάσεις των δεδομένων σας (όπως οι πρόσφατες παραβιάσεις του Facebook και του Twitter!).

Η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου περιλαμβάνει **ψυχολογικούς και φυσικούς παράγοντες**, οι οποίοι μπορούν να οδηγήσουν σε ζητήματα όπως ο εθισμός, η απομόνωση, η νομοφοβία κλπ.

Θα πρέπει επίσης προσέχουμε για επεισόδια **διαδικτυακού εκφοβισμού** που μπορεί να επηρεάσουν τόσο εμάς όσο και τους ανθρώπους γύρω μας.

- ✓ **Ισορροπίστε** το χρόνο που ξοδεύετε στο διαδίκτυο, ειδικά αν έχετε παιδιά, έτσι ώστε να μπορείτε να τους δώσετε ένα καλό παράδειγμα.
- ✓ Ενημερωθείτε για τα **συμπτώματα** του εθισμού στο διαδίκτυο, ώστε να μπορείτε να καταλάβετε πότε επηρεάζεται εσείς ή κάποιος γύρω σας και να μπορέσετε να ενεργήσετε επ 'αυτού.
- ✓ Έχετε επίγνωση του γεγονότος ότι οι πληροφορίες και οι διαφημίσεις που βλέπετε στα κοινωνικά μέσα ενημέρωσης και σε άλλες πλατφόρμες προβάλλονται σύμφωνα με τις **διαδικτυακές σας συνήθειες**, έτσι ώστε να μην είναι καθαρά ενημερωτικές και να σας κάνουν να νιώσετε ότι ζείτε σε μια φούσκα.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΩΝ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΩΝ

ΓΙΝΕΤΕ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΠΟΛΙΤΗΣ

ΜΕΙΝΕΤΕ ΑΣΦΑΛΗΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΑΣΦΑΛΗ ΤΟΝ ΗΥ ΣΑΣ

ΤΑ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

