

安全上网 2019冠状病毒（COVID-19）版

如果您因2019冠状病毒（COVID-19）疫情而与他人见面受限、处于自我隔离或接受检疫状态，那么确保您在这期间能获得可靠信息、与亲友保持联系以及网购自己所需的物品就很重要。对多数澳大利亚人而言，这是个艰难的时期，但这些提示将帮助您更安全和更放心的上网以获取最新信息。



如何了解最新情况

从可靠、可信来源获得最新信息可帮助缓解无助和恐惧感。澳大利亚政府的许多资源都可以提供不断变化的当前疫情最新信息和建议。浏览网站australia.gov.au。

如果您有智能设备，则可以下载澳大利亚政府的冠状病毒应用（Apple App store或Google Play store均可下载），或者加入澳大利亚政府的WhatsApp频道[oz.gov.au/whatsapp](https://www.oz.gov.au/whatsapp)。

在任何时候，如果您觉得不知所措或者找不到想找的信息，则可以拨打冠状病毒咨询热线1800 020 080。

如何通过网络保持联系

在冠状病毒爆发的疫情期间，虽然您可能无法与亲友一同参加社区活动或聚会，但与亲友保持联系以缓解孤独和隔离感也很重要。

使用社交媒体进行视频通话和发信息是保持联系的好方法。定期进行视频通话或在每天任何时间随时发信息。

浏览Be Connected网站

beconnected.esafety.gov.au，获取免费在线课程，帮助您了解如何安全使用视频通话和社交媒体。

学习如何：

- [拨打视频电话](#)
- [使用受欢迎的社交媒体服务](#)
- [使用Facebook](#)

您还可以参加我们提供的有关视频通话或安全使用Facebook的免费在线安全讲座：

beconnected.esafety.gov.au/bookings#connecting-to-others

beconnected.esafety.gov.au/bookings#fb

网购提示和建议

如果您处于自我隔离中或行动受限，则网购可以帮助您买到在家期间所需的生活用品。最好在可靠的澳大利亚网站上网购，以及选择那些您知道且认可的品牌和商店。安全网购提示如下：

- 找到屏幕左上角网址中的“https://”  和小锁图标(🔒)。这意味着您的资料和付款信息是加密的，可防止个人信息被偷窥和被盗。
- 检查网址。以“.com.au”结尾的网址代表这是个澳大利亚的网站，与澳大利亚的企业有关。
- 可通过Australian Business Register (澳大利亚商业登记处) 网站abr.gov.au查询该公司的ABN (澳大利亚商业编号) 或ACN (澳大利亚公司编号) 以确保这是一家真实的企业。
- 使用Google之类的搜索引擎查看该公司的在线评价，搜索时可输入公司名称加上“评价”(reviews)。相关评价可让您了解商店的可靠性、定价和其它问题。
- 如有可能，使用PayPal或信用卡网购商品。使用这些方法付款更有保障，因为您可以通过银行或PayPal质疑意外收费。

超市的优先购物

Coles和Woolworths超市在周一至周五上午7点至8点之间都专门安排了“社区时间”(Community Hour)，以便让社区中的老年人和弱势群体优先购物。在超市向广大社区开放前，这么做有助于提供更安全的购物环境。

随着冠状病毒疫情的发展，“社区时间”可能改变，因此最新信息应查询超市的网站。

Woolworths超市正在向无法到店内购物的社区成员提供优先协助服务。符合条件的顾客包括老年人、残障者、免疫力低或需要自我隔离的人。

前往网站woolworths.com.au/shop/discover/priorityassistance登记优先协助。

Woolworths还开放了700个社区自提点，让符合条件的优先协助顾客在网上下单然后让别人帮他们提货。

Coles超市正在向无法到店内购物的符合条件顾客提供在线优先服务。有关资格条件信息和地点详情，请致电Coles的网购热线1800 455 400。或者浏览Coles的网站coles.com.au/customernotice/onlinepriorityservice。

当前人们对生活必需品的需求较大，因此购物前应提前做好计划，并注意有些商品可能在网上无法买到。了解一下家附近的商店例如蔬果店、面包店和药店等是否提供网购服务是个好方法。



餐饮服务 and 送餐选择

像 Deliveroo、Menulog 和 Uber Eats 等送餐服务可以帮您到当地餐馆取餐和送餐上门。如需使用这些服务，您需要从 Apple App store 或 Google Play store 中下载相关应用。您需要输入个人信息来设立账户，其中包括名字、电子邮件地址、送餐地址、以及付款的信用卡信息。

餐馆的食物通常都能在一小时内送达，但在高峰期可能需要更长时间。

您还可以订购 Hello Fresh 和 Marley Spoon 等送餐服务。此类服务可每周订购一定数量的食谱卡片和准备每餐食物所需的食材。可以通过网站 hellofresh.com.au、marleyspoon.com.au 订购。

冠状病毒诈骗

令人遗憾的是，在当前这样重要的时刻仍有骗子企图利用冠状病毒的传播来行骗，您应注意他们会利用澳大利亚消费者的恐惧和焦虑，或者利用您的慷慨来谋取私利。诈骗可能看起来和听起来像是真的，但您了解它们的更多细节后就更容易发现破绽。

冠状病毒诈骗的常见类型

- 假扮成世界卫生组织（WHO）、政府部门、银行和手机公司等合法企业之类的正式机构的钓鱼电子邮件和电话。
- 有关冠状病毒的错误信息通过短信、社交媒体或电子邮件发出。
- 还有一些网店试图出售假疫苗或冠状病毒的治疗药物。
- 投资诈骗会让人们给他们转账，声称冠状病毒创造了新机会。

如何保护自己

虽然您可能正在经历冠状病毒疫情带来的恐惧和焦虑感，但您应该花些时间重读收到的信息以及放松心情。

- 不要点击电子邮件或信息中的链接，或者打开您不认识的人或机构发来的附件。

- 在点击某个链接前，将鼠标移到链接上方查看相关网址看起来是否真实。
- 小心那些虚假的、付款方式异常的购物网站。网购时总是使用信用卡或 PayPal。
- 识别虚假卖家或社交媒体网购诈骗的最好方法是购物前查看评价。

Be Connected 网站提供了免费的在线课程，可以帮助您了解更多防范诈骗的技巧，网址是：

beconnected.esafety.gov.au/topic-library/essentials/safety-first/avoiding-scams-and-tricks

您还可以参加我们的免费在线讲座，了解如何识别诈骗以及保护自己避免上当：

beconnected.esafety.gov.au/bookings#spot-a-scam

beconnected.esafety.gov.au/bookings#protect-yourself-against-scams

有关冠状病毒诈骗的最新信息，请浏览澳大利亚竞争和消费者委员会的防诈骗网站（ACCC Scamwatch）：

scamwatch.gov.au/covid19

求助，我怀疑自己被骗了

如果您觉得自己被骗了，不要觉得难为情和不敢说出来。您可以采取一些步骤来解决问题：

- 联系银行并阻止向骗子继续付款；
- 如果您的个人信息受到威胁或被盗用，可联系身份支持服务“ID Care”，网址是idcare.org。
- 向ACCC Scamwatch报告：scamwatch.gov.au，帮助提高社区的防骗意识。



花时间了解Be Connected指引

Be Connected是一个综合性网站，上面提供了免费资源，尤其可对澳大利亚的老年人提供支持，以帮助他们安全上网和放心使用数字技术。该网站还支持了家庭和社区机构，以便帮助社区老年人享受网络带来的各种便利。

beconnected.esafety.gov.au

