

## Hướng dẫn 1: Giữ cho thiết bị công nghệ của quý vị an toàn và đảm bảo

Mỗi thiết bị số đều có những tính năng an toàn. Những tính năng này bảo vệ thông tin riêng tư của quý vị và bảo đảm không ai sử dụng thiết bị của quý vị khi không có sự đồng ý của quý vị.

Hướng dẫn này cung cấp các mẹo sử dụng chức năng an toàn trên điện thoại, bảng tính hay máy vi tính.

Ghi nhớ! Quý vị là người biết rõ hoàn cảnh của mình nhất. Chỉ thực hiện theo các bước an toàn và đảm bảo làm quý vị cảm thấy sẽ giữ được sự an toàn.

### Mật khẩu và mật mã

Tạo được các mật khẩu và mật mã tốt thì chúng khó bị đoán ra. Dùng một nhóm từ mà chỉ có mình quý vị biết là cách tuyệt vời để tạo ra các mật khẩu tốt, thí dụ, 'C@tsareb3tterhand0gs!'. Chọn một hỗn hợp từ 6 đến 8 ký tự (bao gồm chữ viết hoa), các số và ký hiệu. Đừng sử dụng tên họ, ngày sinh, tên thú cưng, các sở thích cá nhân hay các vật yêu thích vì những người biết quý vị có thể đoán ra dễ dàng.

Đừng dùng cùng một mật khẩu cho tất cả thiết bị và tài khoản. Nếu có ai khám phá ra mật khẩu duy nhất này, thì họ có thể truy cập mọi thứ.

Không bao giờ chia sẻ mật khẩu và mật mã và quý vị phải đảm bảo thay đổi chúng thường xuyên.

### Vi rút, phần mềm độc hại và các sâu bọ khác

Các loại vi rút, phần mềm độc hại hay phần mềm gián điệp là những chương trình tự động cài đặt vào các thiết bị của quý vị để ăn cắp thông tin của quý vị hay theo dõi quý vị đang ở đâu.



Quý vị có thể cài đặt các phần mềm chống vi rút để quét vi rút, phần mềm độc hại hay gián điệp và loại bỏ chúng khỏi thiết bị của quý vị.

Việc cập nhật các ứng dụng và chương trình giúp tránh bị nhiễm vi rút. Một thói quen tốt là bấm vào 'Update' ngay khi quý vị nhận được thông báo.

Đừng bấm vào các đường dẫn đáng nghi ngờ hay các tài liệu đính kèm trong thư điện tử, ngay cả nếu chúng được gửi đến từ bạn bè hay từ công ty đã biết như ngân hàng. Nhấn vào các đường dẫn này, vi rút và phần mềm độc hại sẽ lây nhiễm vào máy tính quý vị.

### Bluetooth và Wi-Fi

Tắt Bluetooth và Wi-Fi khi quý vị không dùng chúng. Các công cụ nối kết này có thể cho phép người khác truy cập vào thiết bị của bạn mà bạn không biết.

### Các dịch vụ định vị

Tắt GPS và các dịch vụ định vị khi quý vị không dùng đến. Mặc dù các dịch vụ định vị này rất tiện lợi khi quý vị đang sử dụng ứng dụng như Google Maps, nhưng các dịch vụ định vị có thể để lộ vị trí của quý vị cho người lạm dụng quý vị.

### Các ứng dụng

Gỡ bỏ hay xoá các ứng dụng ở điện thoại khi quý vị không dùng nữa hay không nhớ cài đặt. Nhiều ứng dụng hỏi rất nhiều thông tin cá nhân khi quý vị đăng ký. Hãy suy nghĩ cẩn thận các thông tin quý vị đang chia sẻ. Để bảo vệ sự riêng tư của mình, chỉ cung cấp số lượng tối thiểu những thông tin cá nhân cần thiết cho việc sử dụng ứng dụng.

### Thư điện tử (Email)

Khi tạo một email mới tránh sử dụng tên quý vị hay bất cứ từ nào có thể xác định ra quý vị. Sử dụng email này cho những việc mà quý vị muốn giữ riêng tư, bao gồm cả kế hoạch an toàn.

### Đăng nhập/Đăng xuất..mỗi khi sử dụng

Đăng xuất khỏi các tài khoản email, máy tính và các thiết bị sau mỗi lần quý vị sử dụng xong. Khi làm như vậy, không ai có thể dễ dàng truy cập được tài khoản hay thông tin riêng tư của quý vị.

### Luôn lưu ý đến các thiết bị của quý vị

Đừng bao giờ bỏ mặc điện thoại hay bảng tính và luôn luôn dùng mật mã khoá chúng lại.

### Sử dụng các tính năng an toàn cho điện thoại, bảng tính hay máy tính

Mở tính năng an toàn trên thiết bị của quý vị. Hãy chắc rằng quý vị kiểm tra lại chúng sau mỗi lần khởi động hệ điều hành hay cập nhật ứng dụng.

### Tìm sự giúp đỡ

Ghi nhớ! Lạm dụng thông qua thiết bị công nghệ là không chấp nhận và đó không phải lỗi quý vị. Chúng tôi luôn sẵn sàng giúp đỡ.

Nếu quý vị cảm thấy không an toàn, hãy liên lạc cảnh sát và dịch vụ khẩn cấp bằng cách gọi ngay **Ba số 0 (000)**

### Nếu quý vị không nói được tiếng Anh

Nếu quý vị không nói được tiếng Anh, hãy gọi **Ba số 0 (000)** từ một điện thoại cố định và yêu cầu **'Police', 'Fire'** hay **'Ambulance'**. Hãy giữ máy và quý vị sẽ được kết nối với một thông dịch viên.

Nếu không phải là trường hợp khẩn cấp, hãy gọi hay đến đồn cảnh sát địa phương.

Để được giúp đỡ thêm, xin gọi **1800RESPECT** từ một điện thoại hay thiết bị an toàn càng sớm càng tốt:

**1800 737 732**

[1800respect.org.au](http://1800respect.org.au)

**1800RESPECT** cung cấp đường dây 24 giờ, miễn phí và lập kế hoạch an toàn kín đáo, tư vấn và hỗ trợ tất cả các dạng lạm dụng, bao gồm lạm dụng gia đình và lạm dụng tình dục. Họ có thể kết nối quý vị với các dịch vụ khác ở địa phương. Hãy vào trang [1800respect.org.au/languages/](http://1800respect.org.au/languages/) để biết thêm thông tin, ý kiến và video bằng các ngôn ngữ khác.