

SCIENZE

INDOSSIAMOLA TUTTI



Le mascherine in questo momento di gran confusione e di emergenza sanitaria sono molto importanti. Infatti, se le indossiamo, infatti se le indossiamo saremo più protetti e avremo meno possibilità di diventare infetti da covid-19.

Le principali regole anti-covid sono 7, e sono:

- Lavati spesso le mani
- Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- Mantieni la distanza di **almeno 1 metro**
- Evita strette di mano e abbracci
- Quando starnutisci o tossisci copri le vie respiratorie con fazzoletti monouso, altrimenti usa la piega del gomito
- Evita luoghi affollati
- Se hai sintomi simili a un'influenza, contatta il medico di medicina generale, pediatri, guardia medica o numeri regionali.



INFORMATICA

DIECI REGOLE DA RISPETTARE PER LA NAVIGAZIONE IN INTERNET

Tieni il tuo PC o il tuo smartphone ben protetto: usa gli aggiornamenti automatici per avere sempre l'ultima versione del software, soprattutto quello per Internet. Usa firewall, antivirus e antispam.

Aggiorna software

Custodisci le informazioni personali:

prima di inserire i tuoi dati personali su Internet controlla che siano presenti i segni indicanti la sicurezza della pagina: la scritta https nell'indirizzo e il segno del lucchetto.



Attenzione: potenziale rischio per la sicurezza

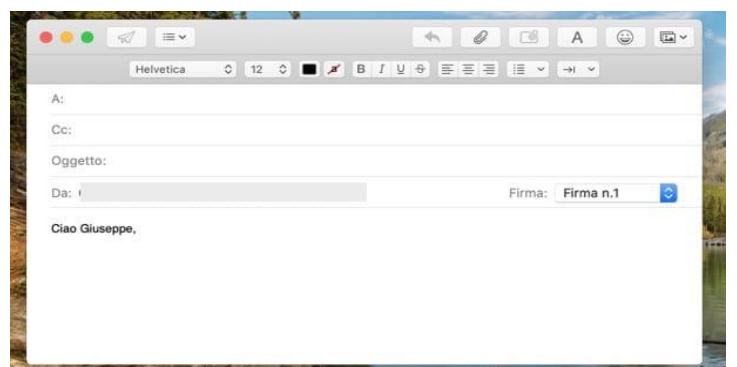
Fatti password solide e tienile al sicuro: devono essere lunghe (almeno otto caratteri) e contenere maiuscole e minuscole, numeri e simboli. Non usare la stessa password per siti diversi.



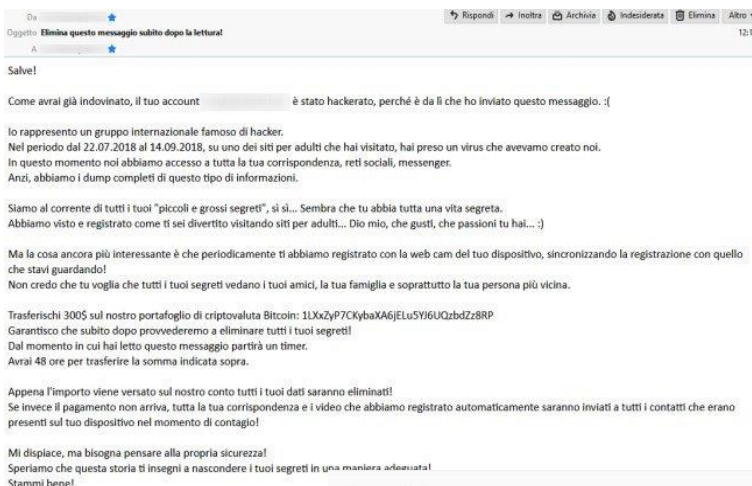
Prima di fare clic, usa la testa: quando ricevi un allegato, controlla bene prima di selezionarlo: potrebbe essere un trucco. Se conosci la persona che lo invia, chiedi conferma che te lo abbia mandato veramente; se non la conosci, ignoralo.



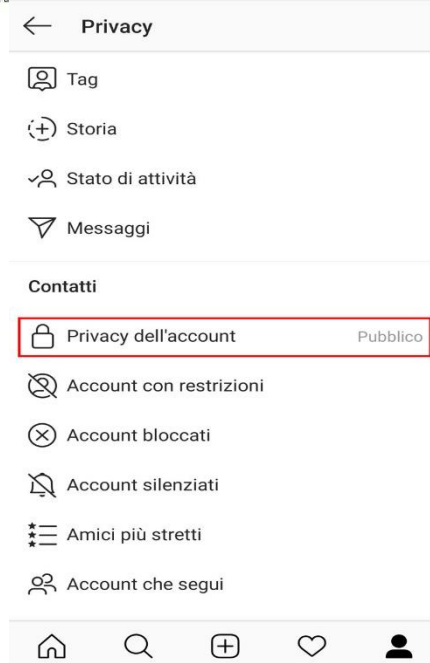
Non dare informazioni via e-mail: Cognome, indirizzo, numero di telefono, foto, età e così via: non dare mai informazioni personali in risposta a un messaggio e-mail o di Messenger.



Attenzione ai falsi messaggi allarmistici: richieste disperate d'aiuto, segnalazioni di virus, offerte imperdibili, richieste di dati personali "per aggiornare il tuo account": diffida di tutti i messaggi di questo tono.



Sui social con allegria e prudenza: Sui social e su tutti gli altri applicativi, controlla bene le impostazioni.



Chi può vedere il tuo profilo? Chi può fare ricerche su di te? Chi può fare commenti? Chi può esporti in situazioni che non controlli?



Pensa sempre a quello che pubblichi su Internet: Le tue foto, i tuoi messaggi e le tue conversazioni possono essere viste anche da sconosciuti. Non postare nulla che consideri personale o riservato e di cui potresti pentirti in futuro.



Rispetta sempre gli altri: Bisogna essere educati nella vita virtuale come nella vita reale. Esiste un insieme di regole da seguire sui social network, nei forum, nelle community: prima di seguire il tuo istinto, leggi il regolamento del sito in cui ti trovi; non insultare o mettere in cattiva luce nessuno; non pubblicare messaggi privati di altre persone.



Copyright Infringement Detected In Your Account

Copyright infringement detected in a post in your account. If you believe the copyright infringement is incorrect, you should provide feedback. If you do not give feedback, your account will be permanently closed by Instagram within 24 hours..

[Next](#)

As an Instagram Team, we pay close attention to Community rules.

© 2020 INSTAGRAM