

# Post navigation

- 1) നിങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ പോസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നതിനെക്കുറിച്ച് ശ്രദ്ധാലുവായിരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ഭാവി പദ്ധതികൾ, നിങ്ങളുടെ സ്ഥാനം വെളിപ്പെടുത്തുന്ന വിവരങ്ങൾ, ഫോൺ, വിലാസം, എന്നിവ ഒഴിവാക്കുക.
- 2) നിങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ പങ്കിടുന്ന ഫോട്ടോകളിൽ, ജി.പി.എസ് ലൊക്കേഷനുകൾ, ലാൻഡ്മാർക്ക്, വീട്, വാഹനങ്ങളുടെ നമ്പർ തുടങ്ങിയവ ഒഴിവാക്കുക.
- 3) ശക്തമായ പാസ്‌വേഡ് ഉപയോഗിക്കുക. ഉദാഹരണമായി (TOYOTA, MONKEY, JUPITER) എന്നീ വാക്കുകൾ ഉപയോഗിച്ച് (tOyOt4mOnk3yjupi73r) ഈ രൂപത്തിലാക്കുക.
- 4) കൂടുതൽ സുരക്ഷിതമായ ഓപ്പൺ സോഴ്സ് സോഫ്റ്റ്‌വെയറുകൾ ഉപയോഗിക്കുക. ഫയർഫോക്സ്, ഓപ്പൺ ഓഫീസ്, വി.എൽ.സി മീഡിയാ പ്ലെയർ, ലിനക്സ് തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിക്കുക. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്കായി <https://prism-break.org/en/all/> പരിശോധിക്കുക.
- 5) നിങ്ങൾ ശരിയായ വെബ്ബ്സൈറ്റിലേക്ക് ആണ് കണക്ട് ചെയ്യുന്നതെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക. വിലാസ ബാറിൽ <https://> ഉറപ്പാക്കുക.
- 6) ഒരു ഫയർവാൾ ആപ്ലിക്കേഷൻ ഉപയോഗിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ഫോണിൽ ഒരു ഫയർവാൾ ആപ്ലിക്കേഷൻ ഉപയോഗിച്ച് ആവശ്യമുള്ള ആപ്ലിക്കേഷൻ മാത്രം ഇൻറർനെറ്റ് നൽകുക.
- 7) പൈറേറ്റ് സോഫ്റ്റ്‌വെയർ ഉപയോഗിക്കരുത്. ഓപ്പൺസോഴ്സ് സോഫ്റ്റ്‌വെയർ നിങ്ങൾക്ക് തിരയാൻ “Opensource media player”, “Opensource camera app” എന്ന കീ വേർഡ്‌കൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- 8) ആപ്ലിക്കേഷനുകൾ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യുന്നതിൽ ശ്രദ്ധിക്കുക. ആപ്ലിക്കേഷനുകളുടെ വ്യവസ്ഥകൾ, അനുമതികൾ, നിബന്ധനകൾ എന്നിവ നിർബന്ധമായും വായിക്കുക.
- 9) ഗെയിമുകൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കുക. നിങ്ങളുടെ വ്യക്തിപരമായ വിവരങ്ങൾ ഇതിൽ ആവശ്യപ്പെട്ടാലും നൽകാതിരിക്കുക. അല്ലെങ്കിൽ തെറ്റായ വിവരങ്ങൾ നൽകുക.
- 10) വീഡിയോകോൾ ചെയ്യുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കുക. കാരണം ചാറ്റുകളും, വീഡിയോ കോളുകളും റെക്കോർഡ് ചെയ്യപ്പെടാം.
- 11) സ്വിച്ച് ഓഫ് ചെയ്യാൻ പഠിക്കുക. വിഷാദവും, സോഷ്യൽ മീഡിയയും തമ്മിൽ ബന്ധമുണ്ടെന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. സങ്കടപ്പെട്ട് ഇരിക്കുമ്പോൾ മറ്റുള്ളവരുടെ സന്തോഷകരമായ നിമിഷങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ നമ്മൾ കൂടുതൽ പ്രശ്നത്തിലേക്ക് പോകുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മനസിന്റെ സന്തോഷത്തിനായി ഓൺലൈൻ ഓഫ് ചെയ്ത്, കലകൾ, പുസ്തകങ്ങൾ വായിക്കുക, സംഗീതം കേൾക്കുക, പ്രകൃതി മുതലായവയെ ആശ്രയിക്കുക. അങ്ങനെ സ്വയം മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കുക.
- 12) വ്യക്തിഗത ഫോട്ടോകൾ എൻക്രിപ്റ്റ് ചെയ്ത ഫോൾഡറുകളിൽ സൂക്ഷിക്കുക. ഉദാഹരണത്തിന് <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.netqin.ps>
- 13) തെളിവുകൾ സംരക്ഷിക്കുക. അനാവശ്യമായ ആളുകളിൽ നിന്ന് ലൈംഗികചുവയുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങളോ, സന്ദേശങ്ങളോ കിട്ടിയാൽ ഉടൻതന്നെ മാതൃകാതെ തെളിവിനായി സൂക്ഷിക്കുക.
- 14) സഹായം ആവശ്യമായി വന്നാൽ എത്രയും പെട്ടെന്ന് തന്നെ സുഹൃത്തുക്കളുടെയോ, വീട്ടുകാരുടെയോ, പോലീസുകാരുടെയോ, അടുത്ത് സഹായം അഭ്യർത്ഥിക്കുക.
- 15) ഉപയോഗത്തിലില്ലാത്തപ്പോൾ ഫോണിലെ ബ്ലൂടൂത്ത്, വൈ-ഫൈയും ഓഫാക്കുക.
- 16) ഓൺലൈൻ അക്കൗണ്ടുകളിൽ ടു-ഫാക്ടർ ഓതന്റീകേഷൻ ഉപയോഗിക്കുക.
- 17) അധിക പരിരക്ഷയ്ക്കായി, ഫോണിലെ സ്ക്രീൻ ലോക്കചെയ്യുക.