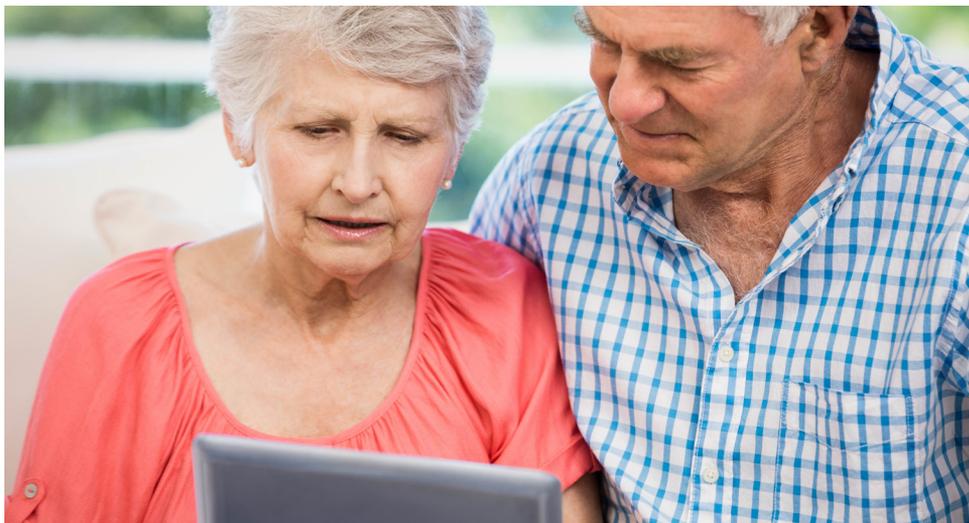


Я очень боюсь нажать не ту кнопку на своем компьютере.



Как идентифицировать и избежать кибер-мошенничество, чтобы сохранить ваш компьютер и вашу личную информацию в безопасности.

**Главная цель мошенников—это
пожилые американцы.**

Пожилые люди теряют 36,5 миллиардов долларов в год из-за финансовых мошенничеств.



Начнем с нескольких простых фактов:

Интернет-мошенничество, или кибер-мошенничество, бывает разных видов. С некоторым руководством и навыками вы можете избежать этих афер, и избавить себя от многих проблем. Помните, что большинство спам-писем не злостные, они просто раздражают.

Остерегайтесь этих распространенных мошенничеств:

Вредоносные вложения, загруженные из электронной почты, могут заразить компьютер. Друг с зараженным компьютером может по незнанию передать это вам. Если что-то не так, не открывайте. Если ваш друг обычно не присылает вам вложения, не открывайте его.

Фишинговые электронные письма создаются так, чтобы выглядеть как реальная проблема. Иногда письмо запрашивает ваш логин и пароль, или оно может указывать на то, что член семьи или друг попал в беду. Электронное письмо может просить деньги вперед или может просто просить ответ. Не открывайте, просто удалите. Если вас спрашивают ваш пароль, сначала зайдите на основной сайт, а не по ссылке в электронной почте. Если вы беспокоитесь о своей семье, позвоните им или откройте новое сообщение и напишите им.

Всплывающие окна браузера, предлагающие совершить действие, например позвонить в компьютерную компанию, купить вирусный продукт или сообщить, что ваш компьютер уже заражен, могут нервировать. Как правило, эти всплывающие окна на самом деле никак не заражают ваш компьютер, и обычно их можно просто закрыть. Если вы позвоните, мошенник, скорее всего, проведет вас через процесс установки вредоносного программного обеспечения.

Советы по обеспечению безопасности при работе с личной идентифицирующей информацией в Интернете:

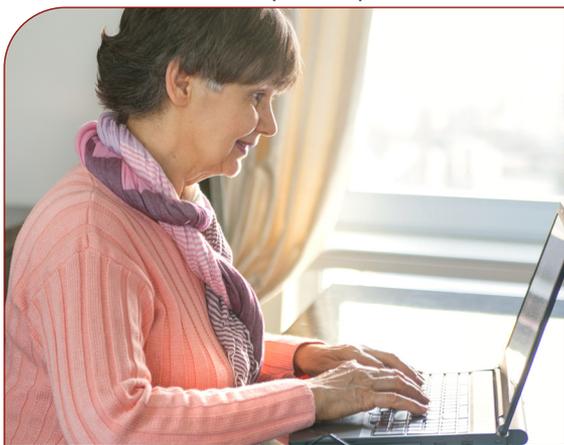
1. Не используйте один и тот же пароль для более чем одного веб-сайта. Ваша электронная почта должна иметь особенный уникальный пароль. Имейте в виду, когда в ваш веб-сайт счет вносятся изменения, наблюдается подозрительная активность или новые входы в систему, вы получите электронное письмо. Но если у мошенника есть пароль от вашей электронной почты, то это поможет завершить аферу.
2. Держите свои пароли, номера счетов и номера социального страхования в тайне. Никогда не делитесь ими по электронной почте. Ни один законный источник не будет запрашивать эту информацию по электронной почте. Если у вас есть проблемы с запоминанием паролей,

попробуйте использовать 1Password (<https://1password.com>) или просто запишите свои пароли и храните их в надежном месте.

3. Сохраняйте резервные копии компьютерных данных. Периодически проверяйте работоспособность резервной копии, пытаясь выполнить восстановление из резервной копии.
4. Ознакомьтесь с вашим антивирусным программным обеспечением и с тем, как оно уведомляет вас о проблемах. Игнорируйте всплывающие окна, которые просят вас позвонить в компьютерную компанию и предоставить ваш номер телефона.
5. Найдите значок замка рядом с адресом веб-сайта. Убедитесь что веб-сайт, на котором вы находитесь, является правильным сайтом и зашифрованным. Зашифрованный веб-сайт защищает личную информацию отправленную между вами и веб-сайтом. Поддельные веб-сайты часто могут быть сделаны и похожи на настоящий. 🗝

Что делать в случае ошибки:

1. Полностью выключите компьютер, а не просто выйдите из системы. Если вы считаете, что ваш компьютер был скомпрометирован, перед повторным использованием его необходимо очистить от вредоносных программ. Возможно, вам придется обратиться за помощью для очистки компьютера.
2. Храните копии всех приобретенных компьютеров и лицензий на программное обеспечение в распечатанном виде, чтобы их можно было быстро переустановить.
3. Когда ваш компьютер снова будет готов к использованию, измените пароль электронной почты и все пароли для финансовых учреждений. Если у вас есть второй компьютер или смартфон, вы можете изменить свои пароли сразу.
4. Если вы стали жертвой мошенников, то звонок в правоохранительные органы будет хорошей идеей.
5. Если вы считаете, что ваш номер социального страхования или номер Medicare был украден, обратитесь в государственные учреждения и регулярно проверяйте свои финансовые счета.



Как CJE SeniorLife может вам помочь?

Мы оказываем следующие услуги :

CJE Benefits Services—мы готовы помочь вам определить и подать заявку на получение широкого спектра льгот и вспомогательных услуг, доступных для пожилых людей. Специалисты по льготам сертифицированы, как SHIP для предоставления рекомендаций по программе Medicare.

CJE Care Management Services—мы проводим оценку, разрабатываем планы обслуживания и направляем клиентов в соответствующие службы. Мы работаем совместно с врачами, координируем уход на дому, направляем семьи и находим практические ресурсы, которые поддерживают вашу независимость.

Community Engagement—мы предоставляем обучение, ориентированное на вашу уникальную группу, по благополучию, планированию действий в чрезвычайных ситуациях, физическому, психическому и финансовому здоровью и многим другим предметным областям.

CJE Counseling Services—наши лицензированные клинические социальные работники являются специалистами в области психиатрической помощи для пожилых людей. Мы предлагаем индивидуальную, семейную и групповую психотерапию, а также группы поддержки.

Получите страницу ресурсов по адресу:
www.cje.net/cybersecurity

Чтобы узнать больше о наших многочисленных
услугах и программах, позвоните в
CJE SeniorLife по телефону 773.508.1000.

Since 1972, CJE SeniorLife has been dedicated to helping older adults live better every day connected to the community of their choice with access to trusted care and a full range of services, rooted in Jewish values. We enhance the lives of older adults and their families regardless of religion, sex, race, ethnicity, disability, sexual orientation, gender identity, or national origin.

3003 West Touhy Avenue | Chicago IL | www.cje.net | 773.508.1000

CJE SeniorLife® is a partner with the Jewish United Fund in serving our community.

1181c.5.2023