

Wees hackers te slim af

JE FAVORIETE INTERNETCAFÉ ZOU ZOMAAR EEN DIGITALE PLAATS DELICT KUNNEN ZIJN

Vijf jaar geleden waren er 1500 WiFi hotspots te vinden in Nederland. Tegenwoordig zijn dat er al 1000 meer, waarbij dit jaar ook een start wordt gemaakt met gratis WiFi in Nederlandse treinen. 'En omdat deze hotspots makkelijk toegankelijk zijn gemaakt, vormen ze een walhalla voor kwaadwillende geeks die door je e-mails, datastroom of zelfs je harddrive spitten,' zegt Sri Sundaralingam, onderdirecteur bij het computerbeveiligingsbedrijf AirTight Networks. Als je inlogt bij een internetcafé of een andere openbare hotspot, houd dan de volgende regels in acht.

1 Controleer de naam
Zoek je naar netwerken, dan is de kans groot dat je zoiets tegenkomt als *Free Public WiFi*. Maak geen verbinding, het zou een valstrik kunnen zijn. Hackers zetten netwerken op met uitnodigende namen, in de hoop dat nietsvermoedende internetgebruikers verbinding zullen maken. Verifieer voordat je inlogt de netwerknaam, bijvoorbeeld bij een medewerker van het internetcafé.

2 Surf slim
Hackers kunnen je ook via legitieme netwerken in de gaten houden, dus verzend geen wachtwoorden of creditcardinformatie via openbare WiFi-netwerken. Is dit toch echt nodig, doe het dan alleen via websites die beginnen met *https*, deze zijn veiliger dan reguliere sites.

3 Zie waarschuwingen
De meeste foutmeldingen zijn onontcijferbaar – wat is een 404-code in godsnaam? – maar er is een ding waar je voor moet oppassen: een waarschuwing dat het certificaat van een website verlopen of ongeldig is. In techtaal staat dat voor 'een hacker onderschept wellicht alles wat je doet'. Krijg je deze melding op je scherm, controleer dan de URL; misschien heb je 'm verkeerd gespeld. Probeer het nog een keer, maar als het opnieuw gebeurt stop dan met wat je aan het doen bent, sluit je de computer af en laat deze WiFi hotspot voor wat hij is.

4 Wis oude netwerklocaties
Je computer onthoudt ieder netwerk waar je ooit gebruik van hebt gemaakt, en zal auto-

matisch verbinden met eentje die hij herkent. Criminelen weten dat en creëren daarom netwerklocaties met namen die veel voorkomen (*Linksys* of *Sitcom* bijvoorbeeld) zodat je computer deze zal kiezen. Om dit te voorkomen moet je de lijst met oude netwerklocaties op je computer wissen. Je vindt deze optie meestal onder 'netwerklocaties'.

5 Beveilig je mappen
Computers hebben openbare mappen – vaak staan hier je foto's of je muziek in – die makkelijk toegankelijk zijn voor iedereen die hetzelfde netwerk gebruikt. Zorg ervoor dat je geen persoonlijke informatie in deze mappen bewaart. Het veiligst is het om belangrijke informatie te bewaren in een met een wachtwoord beveiligde map,

ver buiten het bereik van eventuele digitale indringers.

6 Schaf je eigen netwerk aan
Waarom risico lopen op een openbaar netwerk als je ook je eigen mobiele netwerk kunt aanschaffen? Voor nog geen twee tientjes per maand heb je al mobiel internet op je laptop met onbeperkt dataverkeer in Nederland. Nog handiger is een mobiele telefoon waarop je kunt internetten. Compact, overal online en ook hiervoor zijn voordelige abonnementen verkrijgbaar. Het is de veiligste optie.

7 Update je beveiliging
Houd je virusscanner en anti-spywareprogramma up-to-date. Deze beschermen je computer tegen aanvallen van buitenaf.



GA NAAR DE DOKTER, ONLINE

Chatten met een hulpverlener over je drankprobleem. De dermatoloog die je in een e-mail uitlegt wat die rare bultjes zijn. Leeglopen tegen je psycholoog op de messenger. Het klinkt als toekomstmuziek, maar steeds meer artsen en hulpverleners doen aan *e-health*. Daarbij worden online consulten al vergoed door zorgverzekeraars. Huisarts Robert Mol, bestuurslid van de Nederlandse Vereniging voor eHealth en eigenaar/oprichter van de website *emaildokter.nl* is pleitbezorger van digitale consulten. 'Zowel arts als patiënt besparen op deze manier tijd, veel klachten kunnen online afgehandeld worden. Natuurlijk zijn er zaken waar internet zich niet voor leent, bijvoorbeeld in het geval van pijn op de borst, wonden of klachten waarbij lichamelijk onderzoek absoluut noodzakelijk is, zoals buikklachten of hoesten. Maar ik verwacht dat de verhouding straks 50/50 zal zijn. Steeds meer artsen die ik ontmoet zijn enthousiast.'

4 x online hulp

www.emaildokter.nl

Wat? Een huisarts die binnen 24 uur antwoord geeft

Hoe? Stuur een mail met je probleem/klachten

Kost dat? Niets. Wel wordt een bijdrage op prijs gesteld

www.huidconsult.nl

Wat? Dermatologiespreekuur online

Hoe? Vul een vragenlijst in en voeg foto's toe.

Kost dat? Niets. Wel wordt een bijdrage op prijs gesteld

www.interapy.nl

Wat? Behandeling van psychische klachten (via website en telefoon)

Hoe? Online intake met vragenlijsten, daarna telefonisch

Kost dat? Volledig vergoed door zorgverzekeraars

www.alcoholdebaas.nl

Wat? Kom van je drankprobleem af door virtueel contact met behandelaar

Hoe? Online intake en daarna opdrachten

Kost dat? € 1.400,- (vanaf). Volledig vergoed door zorgverzekeraars

Deze en meer e-health adressen vind je op www.menshealth.nl