

# Cursus Digivaardig

Kosten: Leden € 30,- voor de hele serie, niet-leden € 45,- voor de hele serie

## Workshop 1 – beveiliging

In deze workshop leren we je wat je kunt doen om veilig online te zijn.

De tijd van Welkom12 is allang voorbij toch? Je zou het denken, maar uit onderzoek blijkt dit een van de meest gebruikte wachtwoorden in Nederland te zijn. Heb je een sterker wachtwoord? Ook dan is het belangrijk om te weten hoe je jouw apparaten en accounts goed beveiligd. En zijn jouw gegevens toch buitgemaakt bij een datalek? We vertellen je wat je kunt doen om weer veilig online te zijn.

### **Tijdens deze workshop leer je:**

- hoe je sterke wachtwoorden maakt en onthoudt
- waar en hoe je tweestapsverificatie instelt
- hoe je kunt achterhalen of jouw gegevens zijn gestolen bij een datalek
- wat je kunt doen als jouw gegevens bij een datalek zijn gestolen
- hoe je jouw apparaten goed beveiligd

## Workshop 2 – phishing

Tijdens deze workshop hebben we het over herkennen van phishing en wat je kunt doen als je ermee te maken krijgt.

Een sms'je van PostNL om je pakketje te volgen, een mailtje van Bol.com over je gewonnen cadeaubon: vaak is dit phishing. Maar ook via de telefoon of WhatsApp of social media kun je het slachtoffer worden van phishers. Tijdens deze workshop hebben we het over herkennen van phishing en wat je kunt doen als je ermee te maken krijgt.

### **Tijdens deze workshop leer je:**

- welke vormen van phishing vaak voorkomen
- hoe je phishing herkent<sup>1</sup>
- hoe je phishing kunt melden
- wat je kunt doen als je slachtoffer bent geworden van phishing

## Workshop 3 – nepnieuws

Tijdens deze workshop bespreken we waar nepnieuws vandaan komt, welke technologie erachter zit en hoe kun je het herkennen?

Je ziet en hoort het steeds meer: nepnieuws. Maar ook foto's en video's die bewerkt zijn, zogenaamde deepfakes, komen steeds vaker voor. Waar komt het vandaan, welke technologie zit erachter en hoe kun je het herkennen?

### **Tijdens deze workshop leer je:**

- hoe nepnieuws werkt
- hoe je nepnieuws herkent

- wat deepfakes zijn
- hoe je deepfakes herkent

#### Workshop 4 – online winkelen en betalen

Tijdens deze workshop bespreken we hoe kun je online veilig koopt en verkoopt.

Vakanties, postzegels, elektronica en kleding: tegenwoordig kun je online bijna alles kopen. En ook tweedehands spullen zijn online makkelijk te kopen en verkopen. Maar hoe kun je veilig kopen en verkopen online? Hoe zorg je dat je niet te veel betaalt? En hoe kun je (veilig) betalen met jouw bankapp?

Tijdens deze workshop leer je:

- hoe je een betrouwbare webshop herkent
- hoe je veilig betaalt met jouw bankapp
- hoe je veilig online verkoopt
- hoe je alerts instelt om de beste prijs te vinden
- wat een betrouwbare beoordeling is

#### Workshop 5 – online privacy

Tijdens deze workshop bespreken we wat er gebeurt met de gegevens die je online deelt.

We communiceren steeds vaker online en via sociale media. Hartstikke makkelijk en handig. Maar weet jij wat je met wie deelt? En wat er met jouw gegevens gedaan wordt? Kennis is macht. Dat geldt niet alleen voor de grote technologiebedrijven, maar ook voor jou.

Tijdens deze workshop leer je:

- welke gegevens je beter niet kunt delen en waarom
- hoe je jouw privacy instellingen aanpast op de bekendste social media
- welke gegevens (ongemerkt) worden verzameld en wat ermee gebeurt
- hoe je redelijk anoniem online kan zijn
- wat cookies doen en hoe je ervan af komt

#### Workshop 6 – digitaal welzijn

Tijdens deze workshop bespreken we wat digitaal welzijn is en wat je kan helpen hierin een balans te vinden.

Alle digitale programma's en apps helpen ons enorm. Maar te veel schermtijd is ook niet goed voor en onder andere zorgen voor slapeloosheid. Gelukkig is er steeds meer aandacht voor digitaal welzijn.

Tijdens deze workshop leer je:

- hoe je grip houdt op je tijd online
- waarom veel apps verslavend zijn
- wat digitaal minimalisme is en hoe het je kan helpen
- welke apps je kunnen helpen om digitale balans te vinden