



## I'M GOING DIGITAL!

学习数码, 马上行动!

SAYA AKAN GUNA DIGITAL!

நான் மின்னிலக்கமயமாகிறேன்!



## 数码乐龄计划入门教学

### 第一级: 通讯技能

1. WhatsApp
2. Gov.SG
3. Wireless@SGx
4. 电邮
5. 微软通讯和协作软件 (Microsoft Teams)
6. 视频通讯平台 Zoom

### 第二级: 政府电子服务

7. 电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile App)
8. LifeSG 应用程序

### 网络安全

9. 安全上网
10. 如何辨别诈骗行为?



# SG Digital

## WhatsApp 入门教学

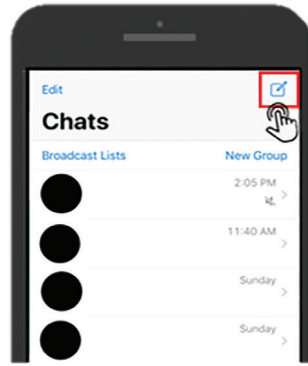


### 您知道吗？

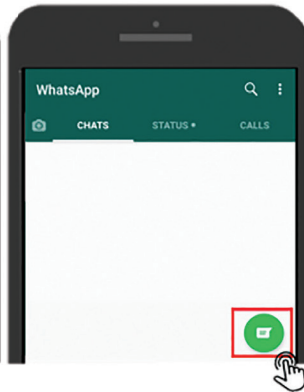
您可以使用 WhatsApp 发送文字和语音信息、进行语音和视频通话，以及与亲友分享用户位置和新闻！

### 步骤 1 在您的手机安装 WhatsApp 应用程序及输入联系人

到 **苹果应用商店**   
或 **谷歌应用商店**   
下载并开启 WhatsApp  
应用程序。

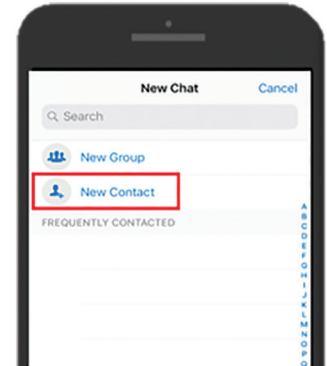


iOS 用户



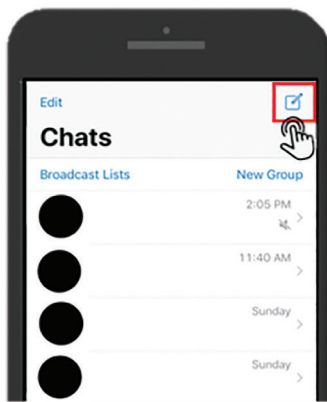
安卓用户

1. 点按  或  图标。

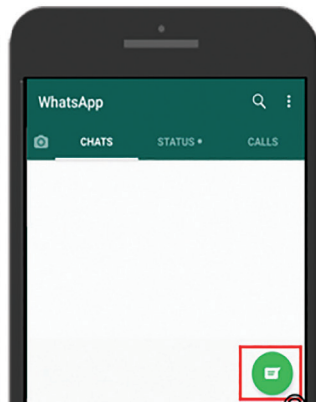


2. iOS 和安卓用户可点按“**New Contact**”（新联系人），以添加联系人。

### 步骤 2 使用键盘输入并发送 WhatsApp 信息

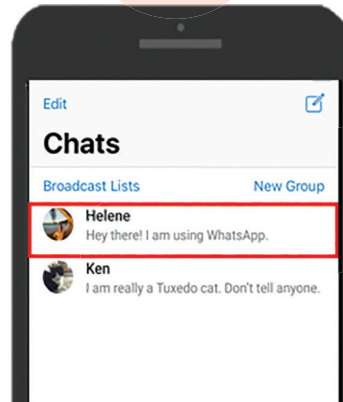


iOS 用户

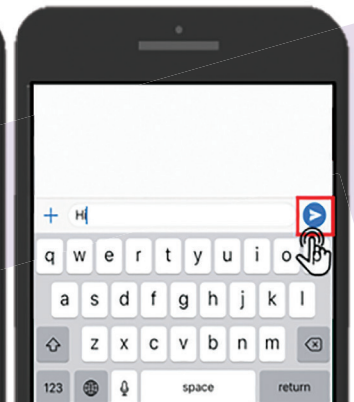


安卓用户

1. 点按  或  聊天图标，开始新的聊天。



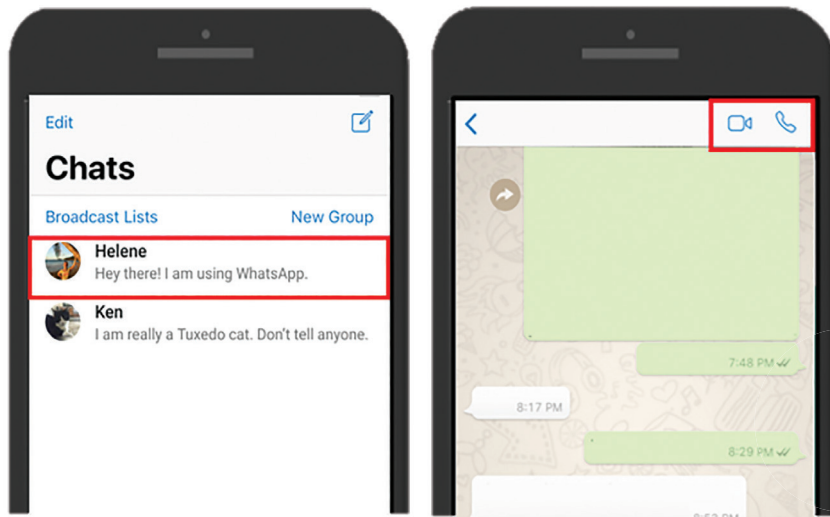
iOS 用户





安卓用户

2. 选择您想要聊天的对象。输入您的信息并点按  发送信息。

### 步骤 3 进行 WhatsApp 语音和视频通话



1. 选择您想要聊天的对象。
2. 点按  图标，以进行语音通话。
3. 点按  图标，以进行视频通话。

### 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)

- 阻挡无缘无故向您发送信息的陌生人。
- 请勿打开或下载任何未经证实的链接或不明来源的附件。
- 请勿通过 WhatsApp 透露个人或财务信息。



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情

 [go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)  6377 3800  [info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# SG Digital

## Gov.sg 入门教学



### gov.sg

## 您知道吗？

您可通过手机订阅 Gov.sg 的 WhatsApp 服务，获取本地冠病疫情的最新消息、“Factually”对假消息做出的澄清，以及其他重要的政府宣布。

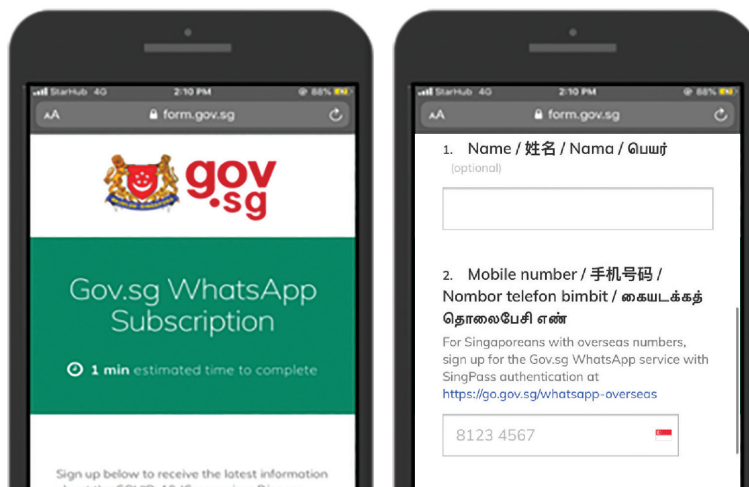
### 步骤 1

### 通过 go.gov.sg/whatsapp 订阅 Gov.sg 的 WhatsApp 服务

使用手机开启浏览器  
(如Safari、Chrome) 及  
输入网址:

**go.gov.sg/whatsapp**

填写姓名、手机号码和年龄  
范围，以及选择您要的语言  
(可选择多种语言)。



1. 滑动至页面下方并点按 ‘Submit’ (提交)，以完成订阅。

### 步骤 2

### 通过 WhatsApp 获取 Gov.sg 的最新消息

请确保您的手机已下载 WhatsApp  
应用程序。

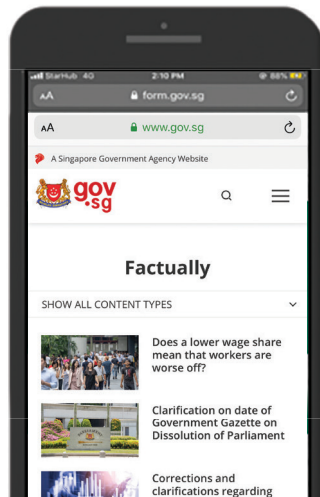
成功订阅后，您将收到信息推送  
通知。



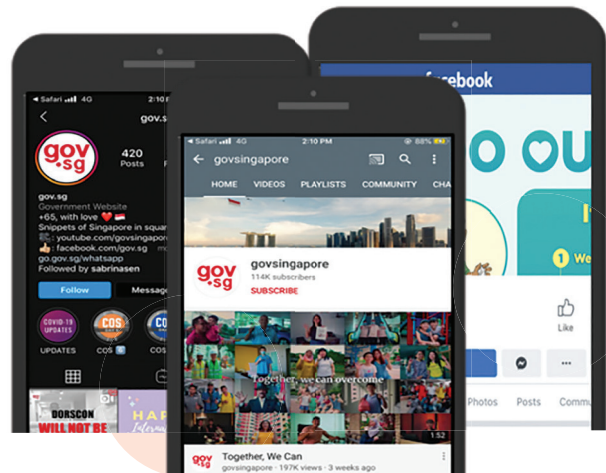
上图截取自 iPhone 手机界面。

## 其他选项

## 关注 Gov.sg 网站、面簿、YouTube 及 Instagram



Gov.sg Factly 网站：获取对政府政策的假消息做出的最新澄清。



Gov.sg YouTube：观看最新的 Gov.sg 系列、政府政策解说等内容。



## 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)

- 请勿向亲友散布未经证实的消息。
- 请勿打开或下载任何不明来源的链接。



## 互联互通，创新连接



## 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情

[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital) 6377 3800 [info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)





# SG Digital

## 连接 Wireless@SGx 入门教学

### 您知道吗？



您可使用本地最大的免费 Wi-Fi 网络 Wireless@SGx 上网，以享有安全的无线连接和无限的数据流量。

欲知详情，请浏览  
[go.gov.sg/ConnectWSGx](http://go.gov.sg/ConnectWSGx)

### 步骤 1 在您的手机安装 Wireless@SGx 应用程序

到苹果应用商店 

或谷歌应用商店 

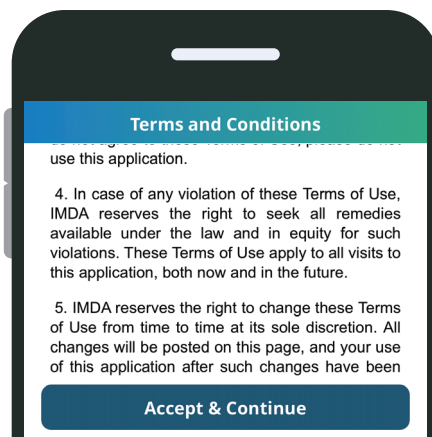
下载并开启

Wireless@SGx

应用程序。

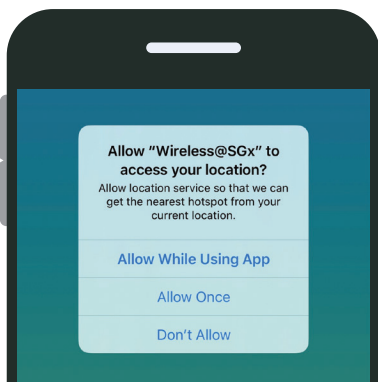
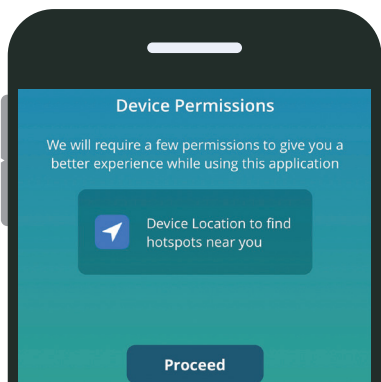


1. 点击“Let's Go”，以开始在您的手机进行设置。

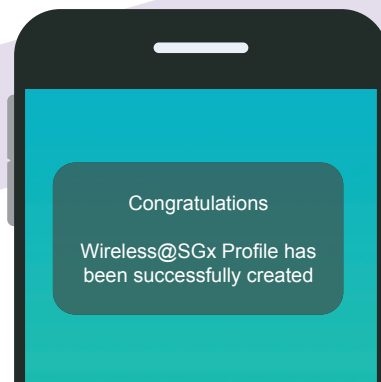


2. 阅读使用条款并点击“Accept & Continue”（同意并继续）。

### 步骤 2A 在装有 SIM 卡的手机 设置 Wireless@SGx 连接



**iOS 用户**  
须在他们的  
配备安装  
Wi-Fi 配置  
文件。请  
按照提示  
完成设置

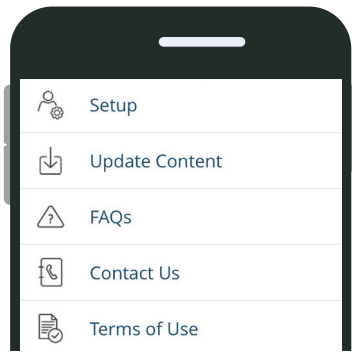


1. 允许应用程序获取您的位置信息。

上图截取自 iPhone 手机界面。

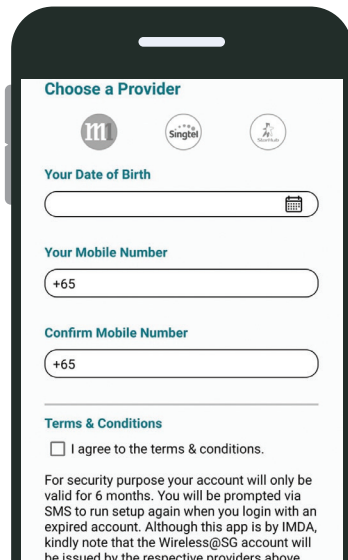
## 步骤 2B

## 在没有 SIM 卡的手机 设置 Wireless@SGx 连接



1. 在应用程序中，选择“More”（更多），然后选择“Setup”（设置）。

选择任何一个服务供应商及输入您的出生日期和本地手机号码。



2. 输入您通过手机简讯收到的一次性密码 (OTP)，以完成设置。

## 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)

- 使用后，退出 Wi-Fi 连接或账户。
- 每次使用后，清除浏览器的缓存 (cache) 及互联网记录。
- 慎防冒充合法来源的“免费” Wi-Fi 热点。如果您已设置 Wireless@SGx 连接，您不应自己搜索并连接任何 Wireless@SG 网络，而应让您的配备自动连接合法的 Wireless@SGx 网络。



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情

[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)   6377 3800   [info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# SG Digital

## 视频通讯平台 Zoom 入门教学

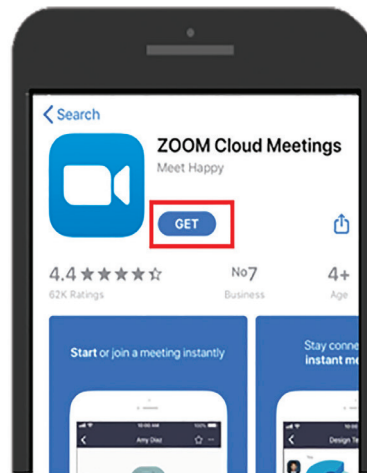


### 您知道吗？

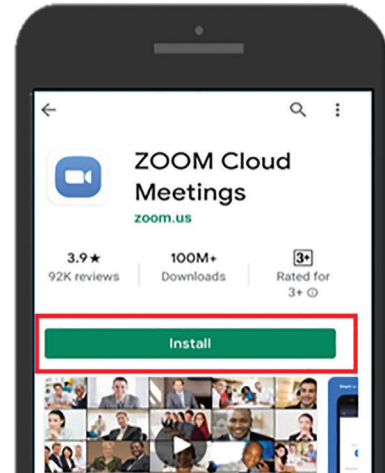
您可使用视频通讯平台 Zoom，在家舒适地安排或参加虚拟会议或网络研讨会！

### 步骤 1A 在您的手机安装 Zoom 应用程序

到**苹果应用商店**  
或**谷歌应用商店**  
下载并开启 Zoom 应用程序。



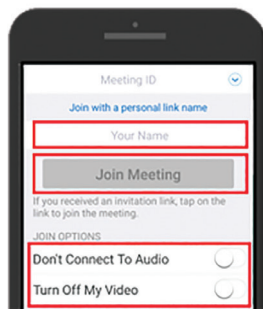
1. iOS 用户可点按“Get”下载应用程序。



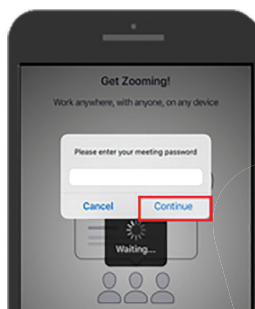
2. 安卓用户可点按“Install”下载应用程序。

### 步骤 1B 通过手机参加 Zoom 虚拟会议或网络研讨会

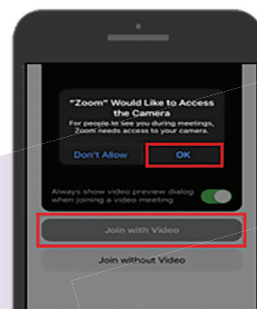
点击您通过电邮或简讯收到的 Zoom 链接。



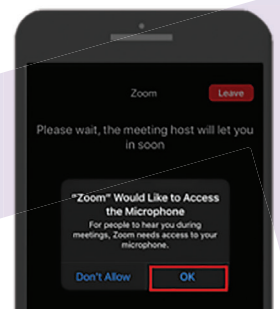
1. 输入您的姓名，连接音频及开启视频。点按“Join Meeting”（参加会议）。



2. 输入会议密码并点按“Continue”（继续）。



3. 点按“Ok”允许 Zoom 使用您的相机功能。选择“Join with video”（开启视频）。

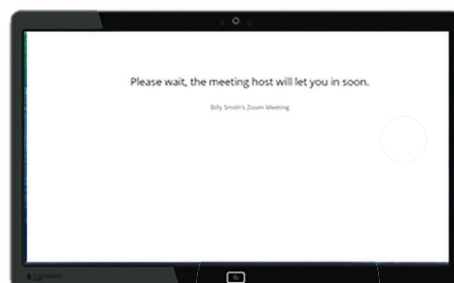
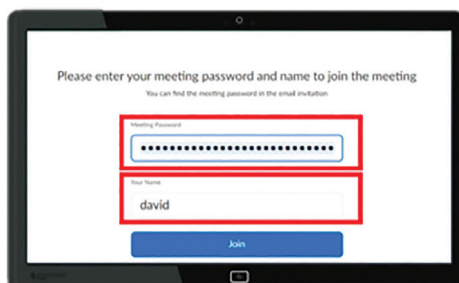
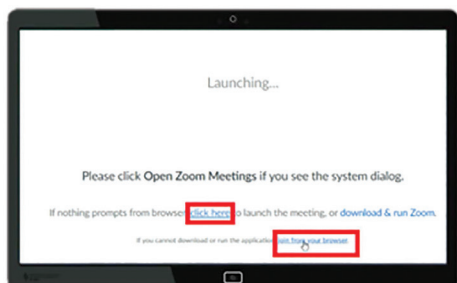


4. 点按“Ok”允许 Zoom 使用您的麦克风功能。



## 步骤 2 通过手机参加 Zoom 虚拟会议 或网络研讨会

点击您通过电邮或简讯收到的 Zoom 链接。



1. 点击“Click here”（点击这里）并选择“Join from your browser”（在浏览器参加会议）。
2. 输入会议密码及您的姓名。点击“Join”（参加）。
3. 请等待主持人允许您进入网络研讨会。

如果只是想参加 Zoom 虚拟会议或网络研讨会，您无须登记 Zoom 账户。  
如果要主办虚拟会议或网络研讨会，则须登记 Zoom 账户。

### 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)



- 请勿在网上透露个人信息。
- 请勿把 Zoom 虚拟会议 / 网络研讨会的链接和密码发送给没有受邀参加的人。
- 请勿分享敏感文件或主办敏感课题的讨论会。
- 请勿在聊天功能打开或下载任何未经证实的链接及不明来源的附件。



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情



[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)



6377 3800



[info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# SG Digital

## 微软通讯和协作软件 (Microsoft Teams) 入门教学

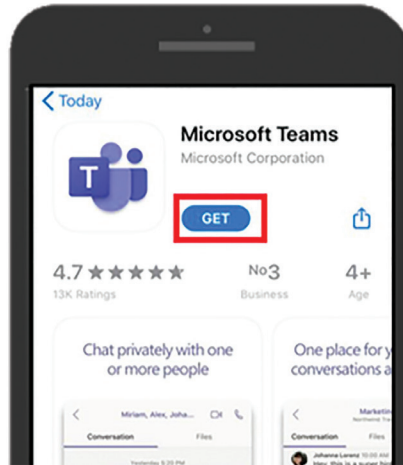


### 您知道吗？

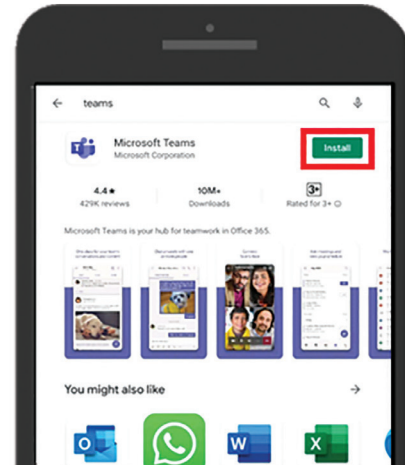
您可使用微软通讯和协作软件，在家舒适地安排虚拟会议及进行线上数码诊所。

### 步骤 1A 在您的手机安装 Microsoft Teams 应用程序

到 **苹果应用商店**   
或 **谷歌应用商店**   
下载并开启 Microsoft  
Teams 应用程序。



1. iOS 用户可点按“Get”以下载应用程序。

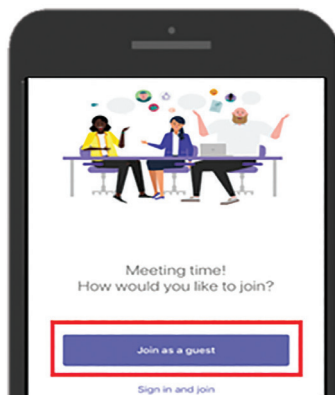


2. 安卓用户可点按“Install”以下载应用程序。

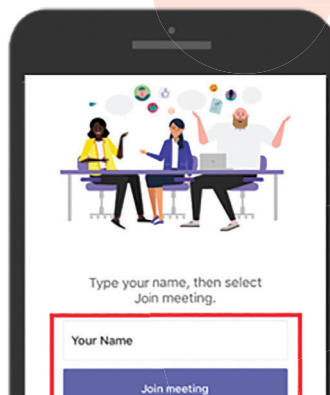
### 步骤 1B 通过手机参加会议

点击邀请链接  
“Join Teams Meeting”（参加虚拟会议）。

注：登记线上数码诊所后，您将收到确认电邮。




1. 选择“Join as a guest”（以客人身份参加会议）。



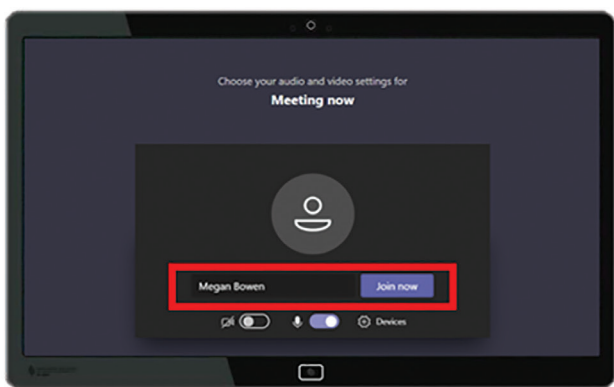
2. 输入您的姓名并点按“Join meeting”（参加会议）。



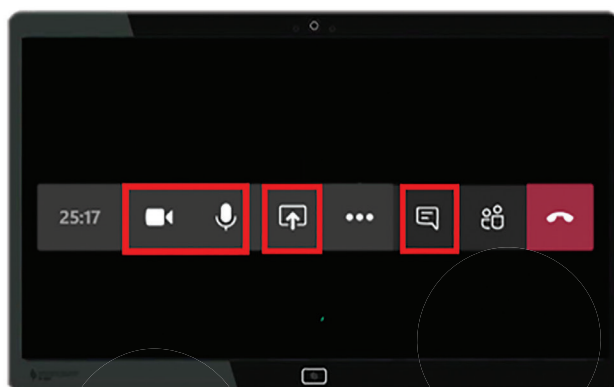
3. 点按“Start Video”（开始视频）和“Unmute”（取消静音）图标，以开始视频通话。点按“...”，选择“Share”（分享）以分享屏幕。点按  图标以通话。





## 步骤 2

## 通过电脑参加会议



1. 开启您收到的 Microsoft Teams 邀请链接。输入您的姓名并点击“Join now”（立即参加）以参加会议。



2. 点击  和  图标，以开启视频通话及麦克风。您可以点击  图标以分享您的屏幕，及点击  图标以开始通话。

### 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)

- 每次开会结束后，清除浏览器的缓存 (cache) 及互联网记录。
- 只从官方来源下载应用程序。
- 记得定期更新软件，以保护您的配备免受恶意软件的侵害。



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情



[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)



6377 3800



[info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# SG Digital

## 电邮 入门教学



### 您知道吗？

您可随时随地通过电邮发送和接收信息。这个沟通方式快速有效，因为用户可以在几分钟内发送信息，以及同时与多人沟通。

### 步骤 1 在您的手机安装电邮应用程序

到**苹果应用商店** 

或**谷歌应用商店** 

下载手机应用程序。

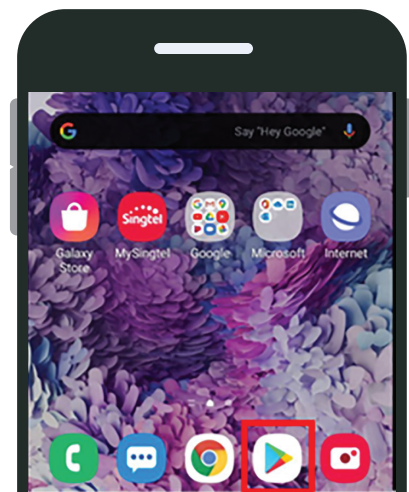
例如：

#### 电邮

- Gmail 
- Outlook 
- Yahoo 



iOS 用户



安卓用户

### 步骤 2 登记电邮地址

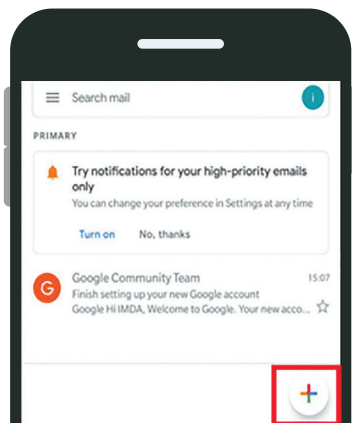


成功安装电邮应用程序后，开启应用程序并按照下列步骤登记电邮地址：

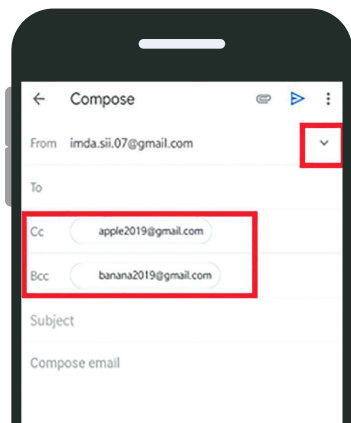
1. 输入您的资料，如姓名、出生日期等。
2. 输入您要的电邮地址及创建强密码。
3. 输入您的手机号码（非强制性），以启用双重认证。
4. 您将收到一封欢迎电邮。打开电邮并开始探索您的电邮账户！

### 步骤 3

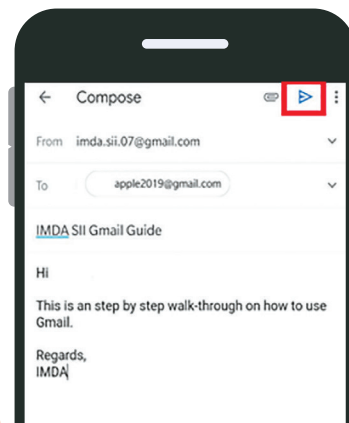
### 书写并发送电邮




1. 点按“+”按钮，以书写电邮。



2. 在“To”（致）一栏中填写收件人的电邮地址。  
点按向下箭头，以显示“CC”（抄送）和“BCC”（密件抄送）



3. 输入您要发送的信息，然后点按图标，以发送电邮给收件人。

注：不同的电邮应用程序可能会使用不同的图标。



### 网络安全贴士 (由新加坡网络安全局提供)

- 检查电邮来源。请勿点击任何可疑的链接或附件。
- 请勿通过电邮透露个人或财务信息。



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情



[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)



6377 3800



[info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# SG Digital

## 电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile) 入门教学

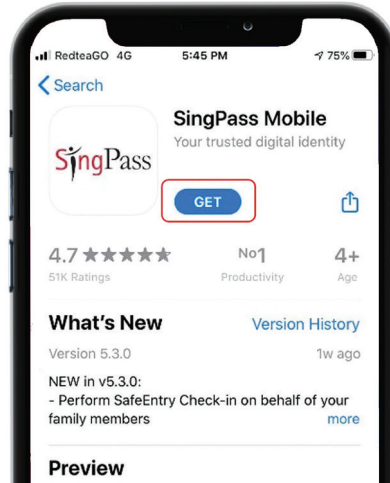
### 您知道吗？

电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile) 让您通过指纹、面部或密码确认身份以登录服务，及将您的重要资料集中存放以方便查找。您也可以使用这个应用程序更快速地为个人或多人进行 SafeEntry 登记入场！

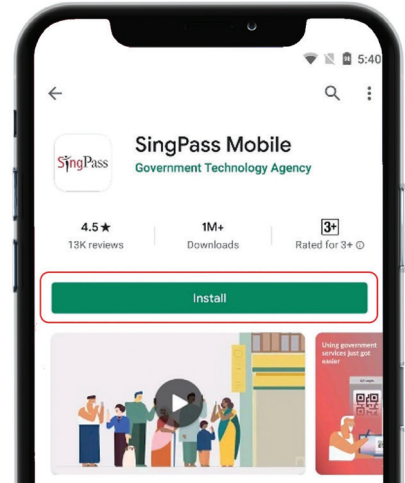


### 步骤 1 在您的智能手机上下载电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile)

到**苹果应用商店**  或 **谷歌应用商店**  下载并开启电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile)。在下载前，请验证应用程序的开发机构是 **Government Technology Agency (政府科技局)**。



1. iOS 用户可点按 **GET** 以下载应用程序。

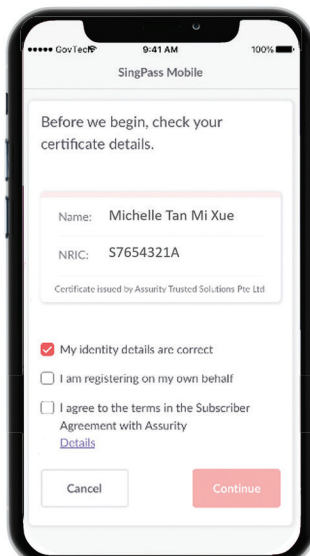


2. 安卓用户可点按 **Install** 以下载应用程序。

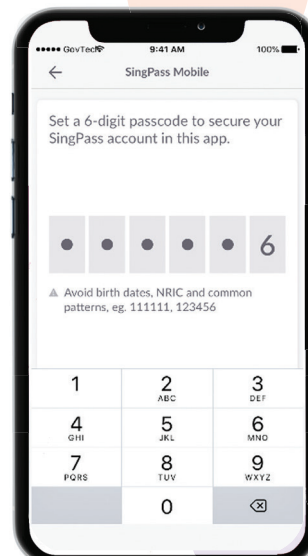
### 步骤 2 完成一次性设置

设置应用程序时，您将需要：

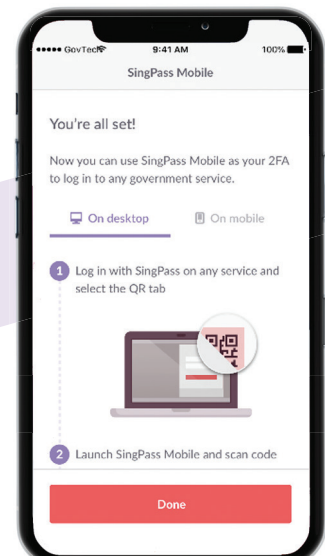
1. 网络连接
2. 电子政府密码的用户名 (SingPass ID) 和密码
3. 双重认证密码 (若适用)：手机简讯或密码生成器



1. 检查您的身份证明书上的个人资料是否正确。



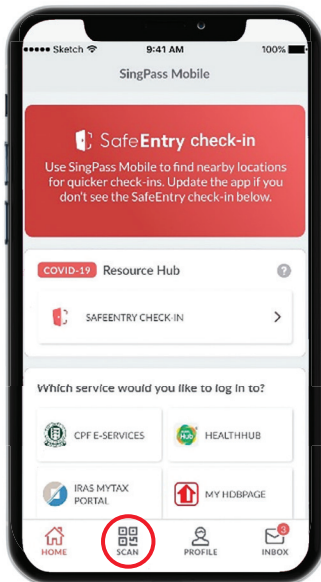
2. 设置密码和 / 或指纹 / 面部认证。



3. 阅读指示，了解如何登录服务。

## 步骤 3 使用电子政府密码应用程序 (SingPass Mobile) 登录服务或进行 SafeEntry 登记入场

### 1. 点击“Scan”（扫描）



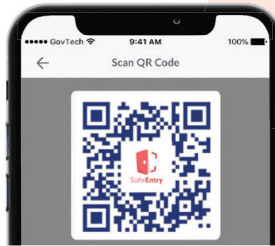
**登录政府服务**  
(例如公积金局、国内税务局、建屋发展局)

**进行 SafeEntry 登记入场**

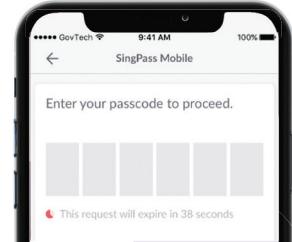
### 2. 扫描登录页面的 SingPass QR 码。



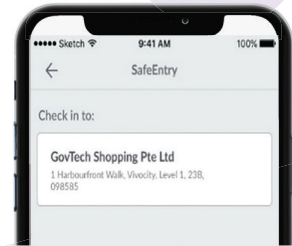
### 2. 扫描所在地点的 SafeEntry QR 码。



### 3. 使用指纹、面部或密码确认身份。



### 3. 确认您所登入的地点。



## 网络安全贴士

- 请勿向他人透露您的用户名或密码，以免他人未经授权登入您的账户及获取您的个人资料。
- 仅在您的智能手机上设置您个人的指纹和面部数据。
- 每次完成交易后，请记得退出数码服务系统。

此信息由政府科技局提供



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情

[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital) 6377 3800 [info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)





# SG Digital

## LifeSG 应用程序 入门教学

### 您知道吗？

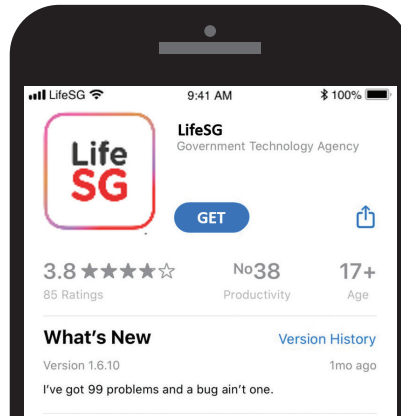


只需通过 LifeSG 应用程序，即可查询相关的政府福利、您邻近的活动及获取常用的政府服务。

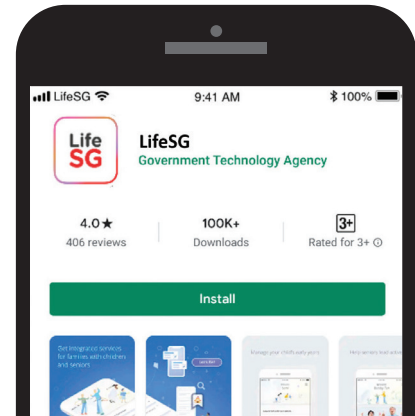
### 步骤 1

### 在您的手机下载 LifeSG 应用程序

到**苹果应用商店**  
或**谷歌应用商店**  
下载并开启 **LifeSG**  
应用程序。



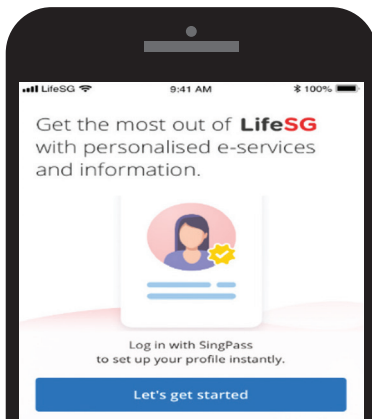
1. iOS 用户可点按 **GET**  
以下载应用程序。



2. 安卓用户可点按 **Install**  
以下载应用程序。

### 步骤 2

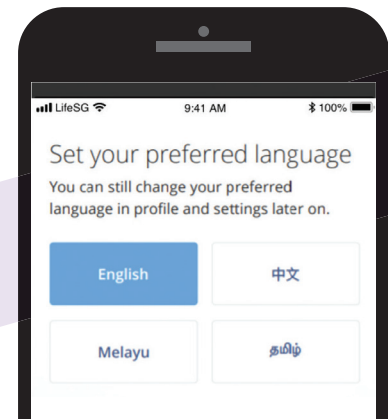
### 使用电子政府密码 登录 LifeSG 应用程序



1. 开启 LifeSG 应用程序  
并按照屏幕上显示的  
步骤开始。



2. 使用电子政府密码登  
录，查看个人化的资  
料和服务！



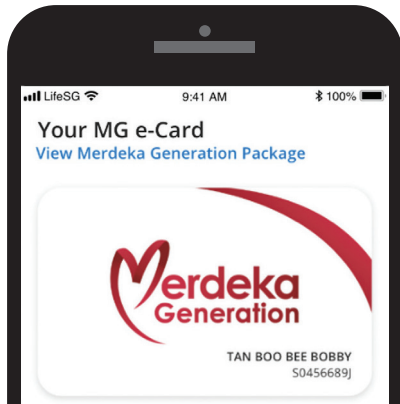
3. 选择您首选的语言并  
开始使用 LifeSG 应用  
程序！

**注：**电子政府密码是您身份的特殊识别码，可让应用程序确认您的身份及保障您资料的安全。

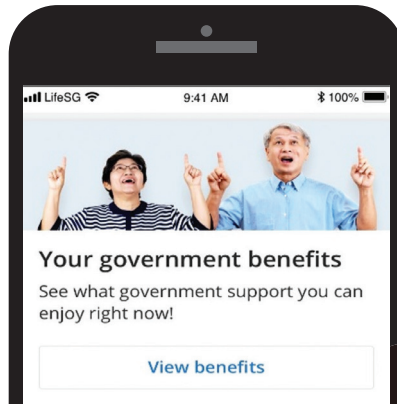


### 步骤 3

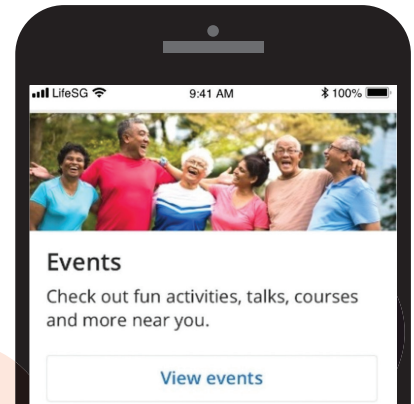
## 使用 LifeSG 应用程序中的三大功能



1. 获取立国一代电子卡及查询您享有的各种优惠和福利。



2. 收到通知，及时掌握最新的政府计划及您可享有的福利。



3. 查询和报名参加您邻近的活跃乐龄活动。

### 网络安全贴士

- 请勿向他人透露电子政府密码的登录资料，以免有人未经许可登录您的账户和盗取您的个人资料。
- 只从官方来源下载应用程序。

由政府科技局提供 GOVTECH SINGAPORE



## 互联互通，创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动，帮助您掌握新技能，开启数码化之旅。

了解更多详情

[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital) 6377 3800 [info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)





# SG Digital

## 安全上网 入门教学



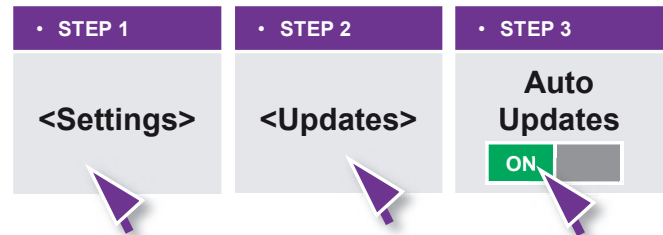
### 您知道吗？

就像锁门防盗一样，我们必须保护配备和信息，以便安全上网。我们在这里为您提供一些贴士，让您安心上网。

## 1. 使用并定期更新防毒软件



防毒软件可扫描和清除有害病毒，以及阻挡不安全的网站。慎防虚假的防毒应用程序，只从官方应用商店下载应用程序。



更新软件可保护您的电脑和配备免受病毒侵扰。开启自动更新的功能（如有）。

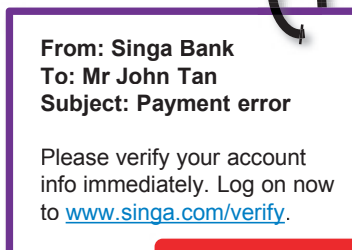
## 2. 请勿在网上分享个人信息



请勿在网上过度分享个人信息。想一想，您在向谁提供个人信息，以及是否有必要这么做。

您必须了解收集、使用和 / 或透露您个人信息的目的。如果您不清楚其目的，请向有关机构查询。

## 3. 认清网络诈骗的手段



[www.abc-xyz123.com](http://www.abc-xyz123.com)

网络诈骗者往往会使用一些伎俩来骗取您的个人或财务信息，如登录信息、银行账户和信用卡号码。

慎防虚假网站及自称来自政府或服务供应商的电邮或手机简讯。注意误导性的信息，以及紧急和突然向您索取个人信息以换取奖励的要求。请勿打开或下载任何未经证实的链接或附件。

## 4. 使用强密码和启用双重认证

Password S\*\*\*\*089D



Password \*\*\*\*AT8am



Your One-Time Password (OTP) is 894326.

使用您可以记得的五个单词来创建长而随机的密码 (如 lhadKAYAtoastAT8am)。

请勿向任何人或不明网站透露您的密码和一次性密码 (OTP)。

启用双重认证 (2FA), 以进一步确认用户的身份。

浏览 <https://go.gov.sg/csa-pwchecker> 或扫描 QR 码, 以查看您的密码是否够强。



## 5. 分享信息之前, 先确认真伪

FAKE  
NEWS

打击和遏止假消息传播。

- 质疑信息来源
- 确认信息真伪
- 使用信息查证平台, 如 Factcheck.org 和 [www.gov.sg/Factually](http://www.gov.sg/Factually) (与本地有关的新闻)

由新加坡网络安全局、媒体通识理事会和个人资料保护委员会提供。

## 互联互通, 创新连接



### 乐享丰富多彩的数码生活

数码乐龄计划旨在为您提供网上资源和有趣的教学活动, 帮助您掌握新技能, 开启数码化之旅。

了解更多详情

[go.gov.sg/SeniorsGoDigital](https://go.gov.sg/SeniorsGoDigital)

6377 3800

[info@sdo.gov.sg](mailto:info@sdo.gov.sg)



# 如何辨别诈骗行为？

## 诈骗伎俩

### 01. 立刻汇款

- ▶ 来电者恐吓你若不立刻汇款，他将采取行动。

### 02. 索取个人资料

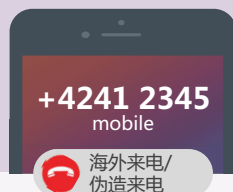
- ▶ 来电者自称来自政府机构或合法企业，向你索取银行资料、身份证号码等个人信息，以便调查和免除你的刑事责任。

### 03. 不要告诉任何人

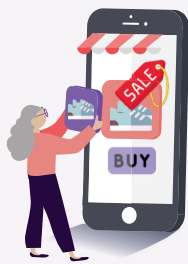
- ▶ 你被警告保密通话内容。

### 04. 前缀“+”的号码

- ▶ 若接到显示前缀“+”、看起来像本地号码的来电，很可能是诈骗电话，因为只有国际来电会显示前缀“+”，本地来电则不会显示这个前缀。



## 常见诈骗



### 电子商务诈骗

诈骗者通常会以低价促销商品及要求你提前付款。



### 社交媒体冒充诈骗

诈骗者往往会冒用社交媒体账户，冒充你的家人或朋友，以索取你的个人资料。



### 贷款诈骗

诈骗者通常会假冒合法放贷公司职员，通过手机简讯或WhatsApp信息向你提供贷款服务。

## 你应怎么做？

01. 若不确定，请拨全国罪案防范理事会反诈骗热线 **1800-722-6688**（周一至周五，上午9时至下午5时）或电邮至 [hotline@ncpc.org.sg](mailto:hotline@ncpc.org.sg) 查询。
02. 请不要通过电话提供个人资料和一次性密码（OTP），也不要通过可疑电话提供的联系方式确认真伪，而**应该拨相关机构的热线查证**。
03. 显示前缀“+”的号码是国际来电，接听这些不明来电时，**应提高警惕**。

与新加坡警察部队和新加坡网络安全局携手制作