



www.donestech.net

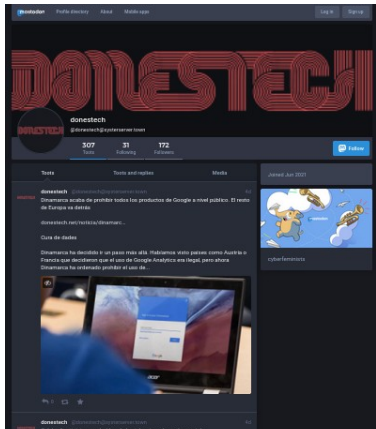
Taller de privacitat i seguretat a les xarxes



Joves garantia juvenil
Departament d'Igualtat i Polítiques LGTBI
Ajuntament de Sant Joan Despí

DONESTECH

www.donestech.net



web
mastodon



dossier: 1 - 2
vídeo
entrevista



llistat eines

Jenni
BLOG

web
twitter



XV premi 25Nov
Campanya F5

Internet feminista



Accés + Moviments + Participació pública + Economia + Expressió + Materialització

Audio



www.donestech.net

QUÈ FAREM?

- L'esco-sistema digital
- Violències digitals
 - Entendre què fan les Big Tech amb les nostres dades
 - Com mantenir relacions sexo-afectives sanes en l'àmbit digital
- Autodefensa digital
 - Millorar les nostres pràctiques de privacitat i seguretat a la xarxa
 - Eines FLOSS (programari lliure i obert)

Acords com a grup

- No se admeten **actituds** masclistes, racistes, homòfobes, transfòbiques, xenòfobes, etc.
- Respectar la **privacitat** de les que estem participant: no fer **fotos** o **captures de pantalla** sense consentiment. Pots **divulgar fora** el que vius, però no associar-lo amb cap persona
- **No hi ha preguntes ximples i dret a l'errada** (no fer burles)
- **Respectar** els temps, habilitats i coneixements de **les participants**
- **No jutjar** a les persones
- Estar atentes de **no monopolitzar la paraula, respectar els torns de paraula i no interrompre**
- **Escolta activa:** escoltem-nos amb tot el cos
- **Col·laborar** per tal que els acords es compleixin

Interacció entre mon físic i mon digital: espais totalment interrelacionats

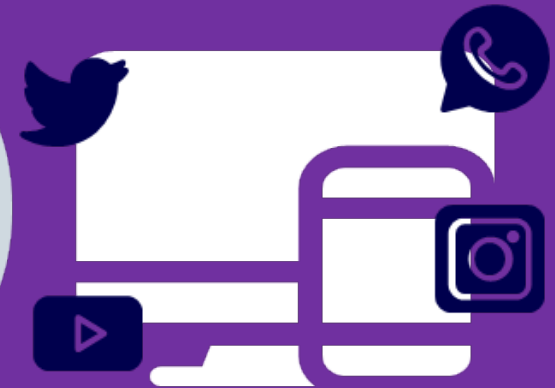
Mundo físico



Estructuras

Violencias

Mundo virtual

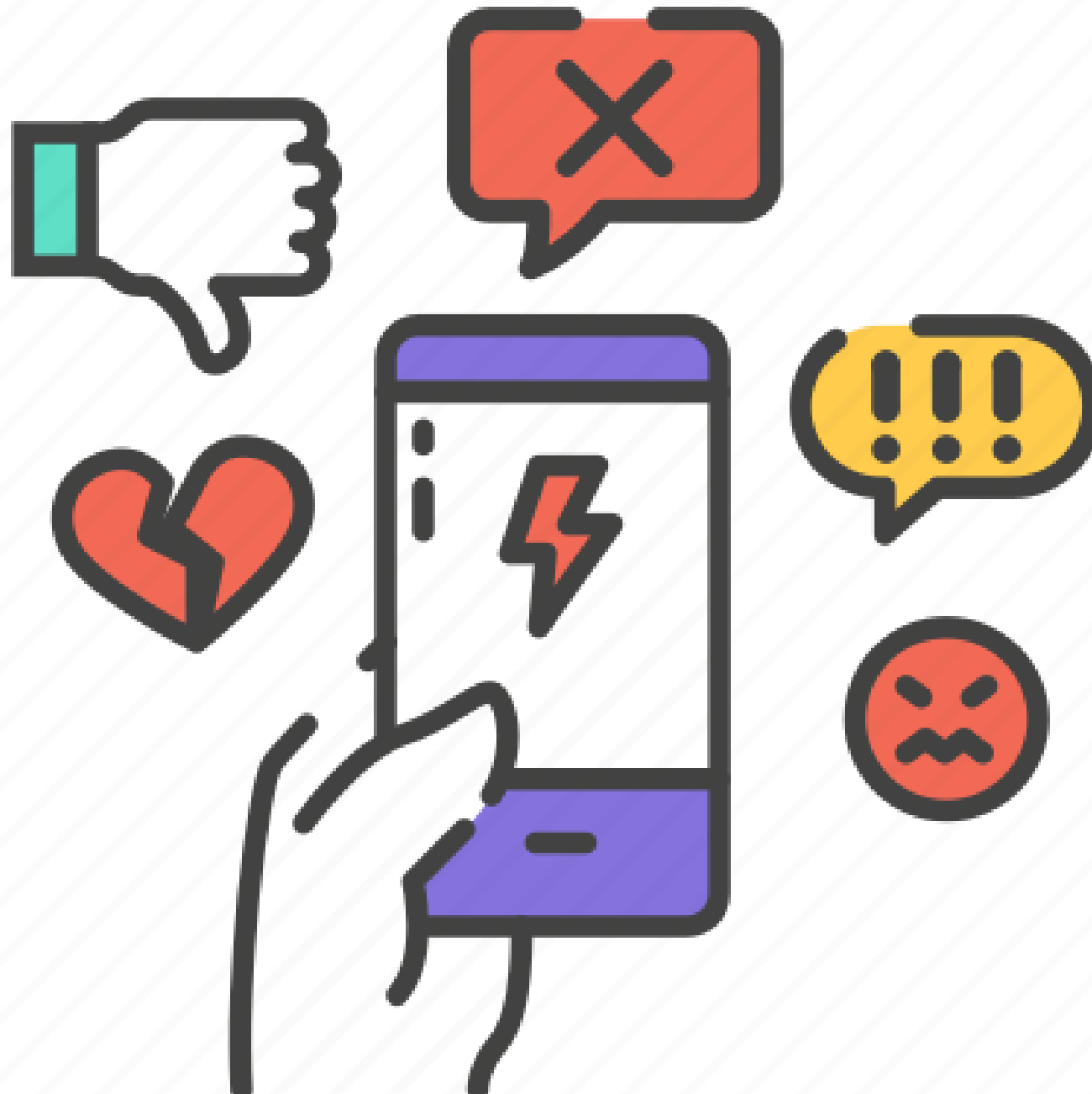


- Expansión de la "realidad"
- Uso generalizado para todo
- Agente social

Interacció entre mon físic i mon digital: espais totalment interrelacionats



Violències digitals



Violències digitals

Estructures

**Violències
digitals
(personals)**

Violències digitals

ESTRUCTURES: què fan les Big Tech amb les nostres dades?



Violències digitals

ESTRUCTURES: OMBRA DIGITAL

Hot on Your Trail

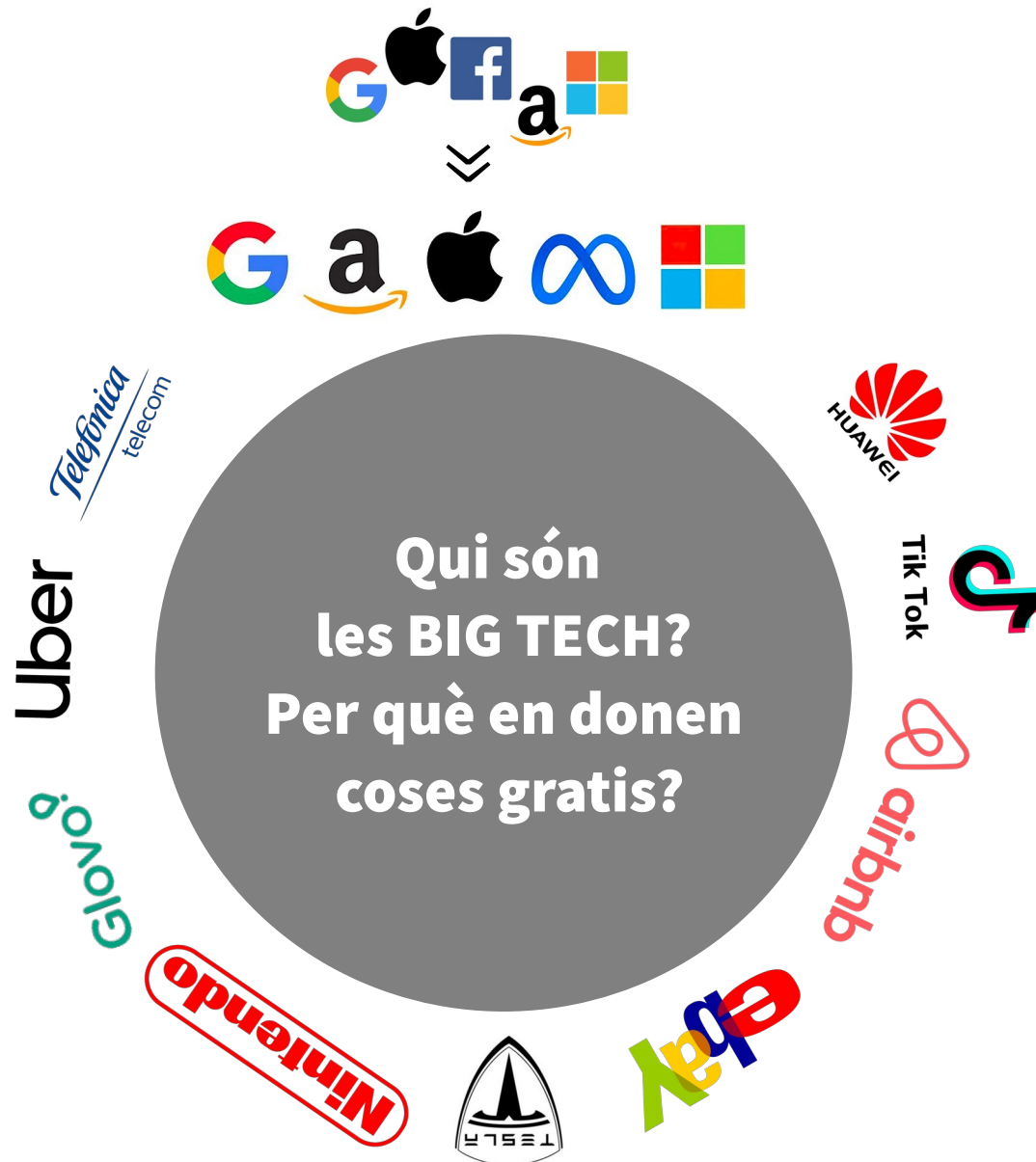
Seguin-te el Rastre

Font: 'Hot on your trail'

Seguint-te el Rastre Vídeo doblat en català

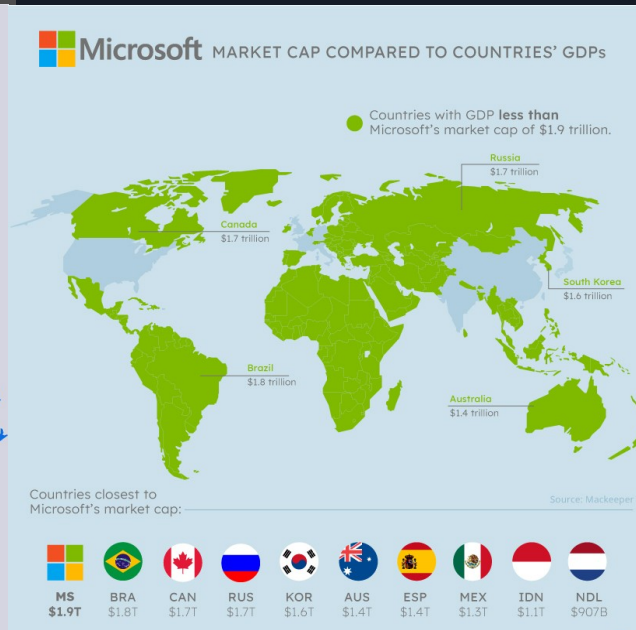
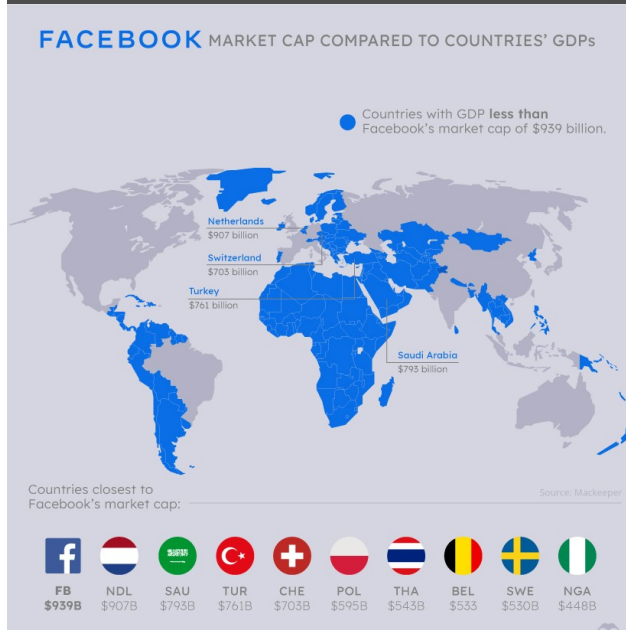
Violències digitals

ESTRUCTURES: BIG TECH



Violències digitals

ESTRUCTURES: BIG TECH



Violències digitals

ESTRUCTURES: BIG TECH



El aprendizaje en línea permitió la vigilancia de niños, niñas y adolescentes
Dinamarca acaba de prohibir todos los productos de Google a nivel público
La EU aprueba las leyes para regular los contenidos digitales y a las Big Tech

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

SOBIRANIA TECNOLÒGICA

KNOWLEDGE AND UNDERSTANDING



La tecnologia ha de ser una eina de participació i transformació social, no una eina de control.

Violències masclistes digitals

PATRIARCALS ESTRUCTURALS: INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

Alça la mà

- correu electrònic
- cercadors d'Internet
- xarxes socials
- plataformes digitals d'entreteniment
- compres electròniques
- molt diverses aplicacions i programes informàtics
- assistents de localització i gps
- assistents personals digitals
- traductors
- vehicles i semàfors
- aparells de neteja de la llar, cuina i electrodomèstics
- telèfons intel·ligents
- etc.

Violències masclistes digitals

ESTRUCTURES PATRIARCALS: INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

**HOW
NORMAL
AM I?**

bellesa

edat

gènere

índex de massa corporal

expectativa de vida

estat emocional

interaccions



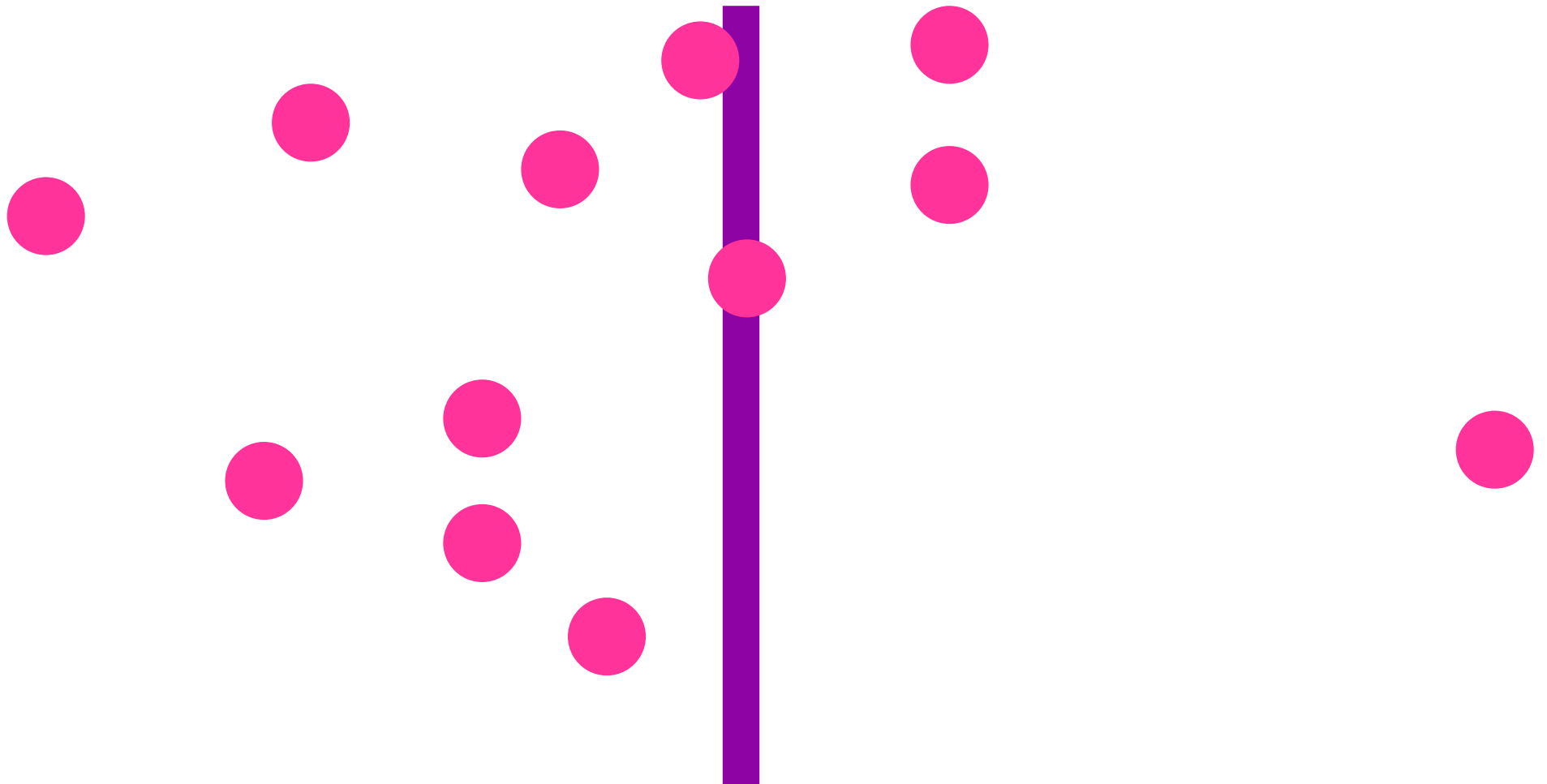
Violències digitals



Autodefensa Digital Feminista

DINÀMIQUES

DEBAT: POSICIONAT EN LA LÍNIA SOBRE UN TEMA



Violències digitals



Anonimat

Immediatesa

Repetició

**Disponibilitat 24/7,
multiplicació de canals /
multiplicació d'agressors**

Extensió geogràfica

**Amplificació /
Superposició violències**

Violències digitals



Continu online-offline

No caducitat/
No oblit

Evolucionen
ràpidament

**Pes empreses
(genera clicks,
negoci)**

Violència institucional

Violències digitals



Accés o control no autoritzat

Atacs o restricció d'accés als comptes o dispositius d'una persona



Control i manipulació de la informació

Robatori, obtenció, pèrdua de control o modificació d'informació no consentida



Suplantació i robatori d'identitat

Ús o falsificació de la identitat d'una persona sense el seu consentiment



Monitoratge i assetjament

Vigilància constant a la vida en línia d'una persona



Expressions discriminatòries

Discurs contra dones i persones no binàries que reflecteix patrons culturals masclistes basats en rols tradicionals



Assetjament

Conductes de caràcter reiterat i no sol·licitat que resultin molestes, perturbadores o intimidants



Amenaces

Continguts violents, lascius o agressius que manifesten una intenció de mal a algú, als seus sers estimats o béns



Difusió d'informació personal o íntima

Compartir o publicar sense consentiment algun tipus d'informació, dades o informació privada que afecti una persona

Violències digitals



Extorsió

Obligar una persona a seguir la voluntat o peticions d'un tercer per posseir una mica de valor per a ella, com pot ser informació personal



Desprestigio

Desqualificació de la trajectòria, credibilitat o imatge pública d'una persona a través de l'exposició d'informació falsa, manipulada o fora de context



Afectacions a canals d'expressió

Tàctiques o accions deliberades per a tirar i deixar fora de circulació canals de comunicació o expressió d'una persona o grup



Abús sexual relacionat amb la tecnologia

Exercici de poder sobre una persona a partir de l'explotació sexual de la seva imatge i/o cos contra la seva voluntat, pot implicar l'obtenció d'un benefici lucratiu o d'un altre tipus



Omissions per part d'actors amb poder regulatori

Falta d'interès, reconeixement, acció o menyspreu per part d'autoritats, intermediaris d'internet, institucions o comunitats que poden regular, solucionar o sancionar violència en

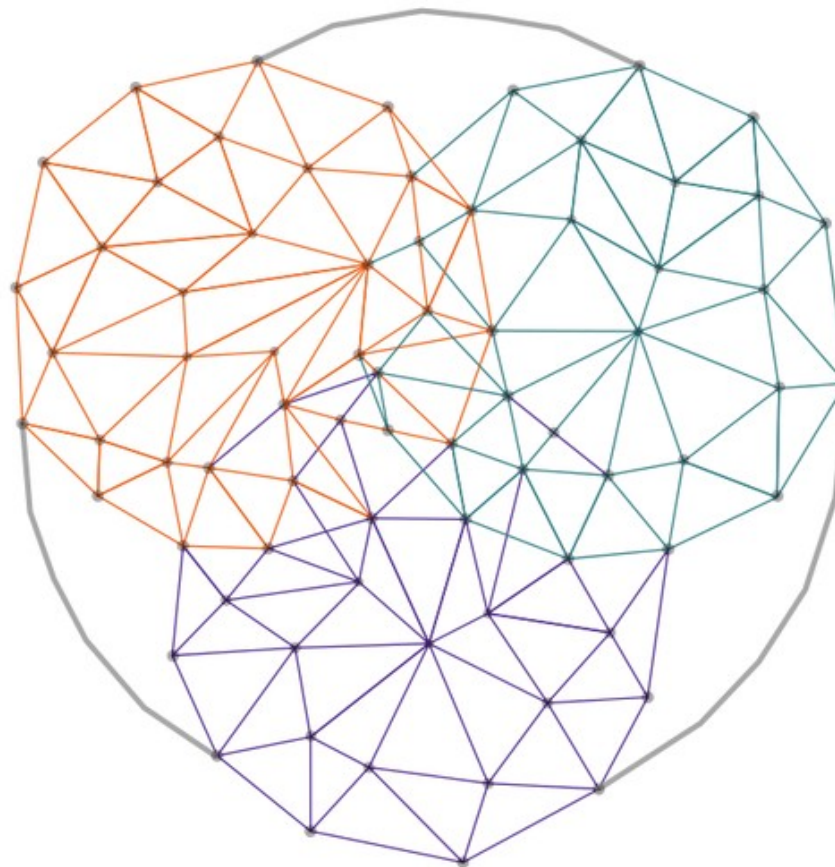
AUTODEFENSA DIGITAL



Autodefensa Digital

SEGURETAT HOLÍSTICA

- Física
- Digital
- Psico-social



Autodefensa Digital Feminista

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL

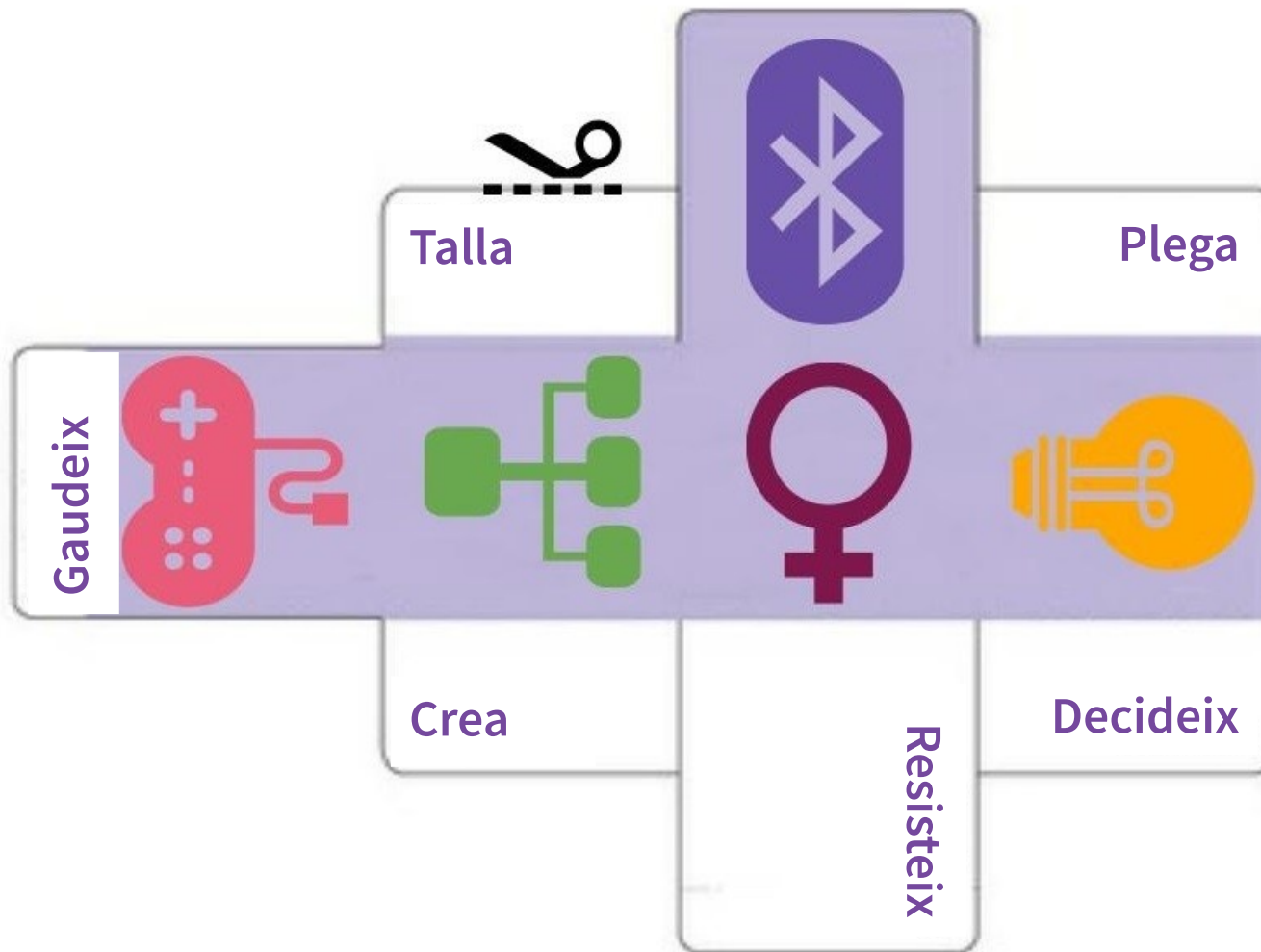
SOBIRANIA TECNOLÒGICA

Eines FLOSS

Infraestructures

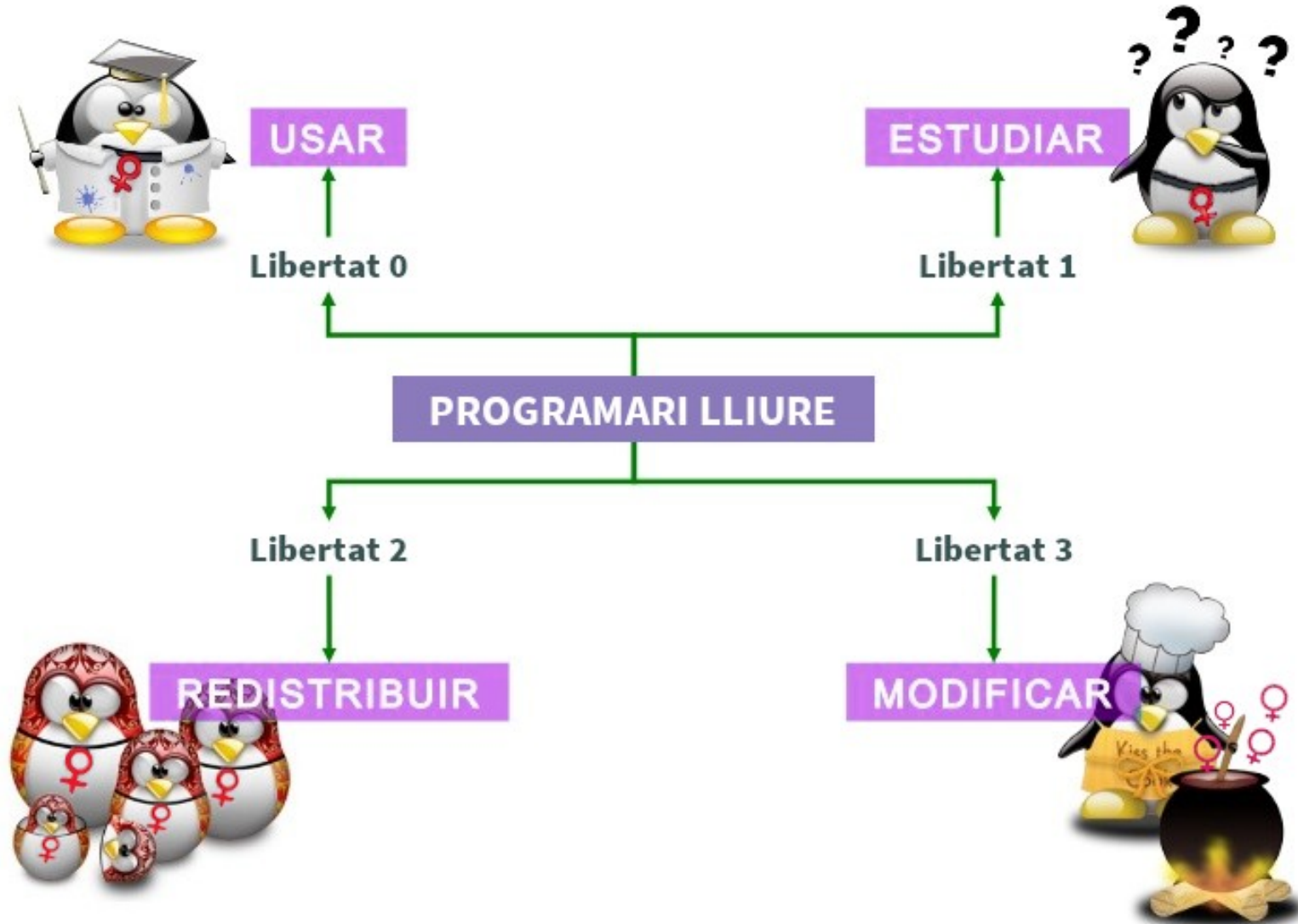
SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

EINES FLOSS (FREE LIBRE AND OPEN SOURCE SOFTWARE)



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

EINES FLOSS (FREE LIBRE AND OPEN SOURCE SOFTWARE)



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

EINES FLOSS: ALTERNATIVES A LES BIG TECH: GOOGLE

Google (Cercador) >>> [Duck Duck Go](#) -
[Searx](#) en [Disroot](#) - [StartPage](#): utilitza el motor de cerca de Google - [Qwant](#) europeu
Chrome >>> [Mozilla Firefox](#)
Gmail >>> [Riseup](#) amb invitació - [Disroot](#) - [Autistici](#) -
[Tutanota](#) - [ProtonMail](#)
Google Maps >>> [Open Street Map](#) - Apps mòbil:
[OsmAnd](#) - [Maps.me](#)
Google Drive >>> [NetxCloud](#) a [disroot](#)
Google groups >>> [FramaList](#)
Google Forms >>> [FramaForms](#) - [GngForms](#) a [Komun](#) -
[LiberaForms](#)
Google Docs Documents >>> [Etherpad](#) (amb info publica) [Kefir](#) - [Vedetas](#) - [Cryptpad](#) (amb info sensible.
Pots posar contrasenya)
Google Docs Planella de Càlcul >>> [Ethercalc](#) a
[Vedetas](#)
Google Calendar >>> [Framagenda](#)

+ [degoogle](#)



Android >>> [Lineage](#)
Youtube >>> [Peertube](#) (pujar vídeos) - [Invidition](#) (permet veure Youtube i Twitter sense que facin perfils)
Blogger >>> [noblogs](#) - [blackblog](#)
Google Hangouts >>> [Jitsi](#) (llista de servidors per velocitat i seguretat)
Google Play >>> [Yalp Store](#) (baixar apps de Google Play sense registrar-se) [F-Droid](#) + [Aurora Store](#) (baixar-se apps de codi obert revisades)
Google Translate >>> [Apertium](#) + [DeepL](#)
Google Photos >>> [PhotoPrism](#)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

SEGURETAT I PRIVACITAT DIGITAL

**QUÈ ÉS
SEGURETAT?**

**QUÈ ÉS
PRIVACITAT?**

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Sobirania tecnològica

EINES FLOSS: VALORAR ELS RISCOS

Fortuna de segudigital.org



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

EINES FLOSS: LA CURA AL CENTRE

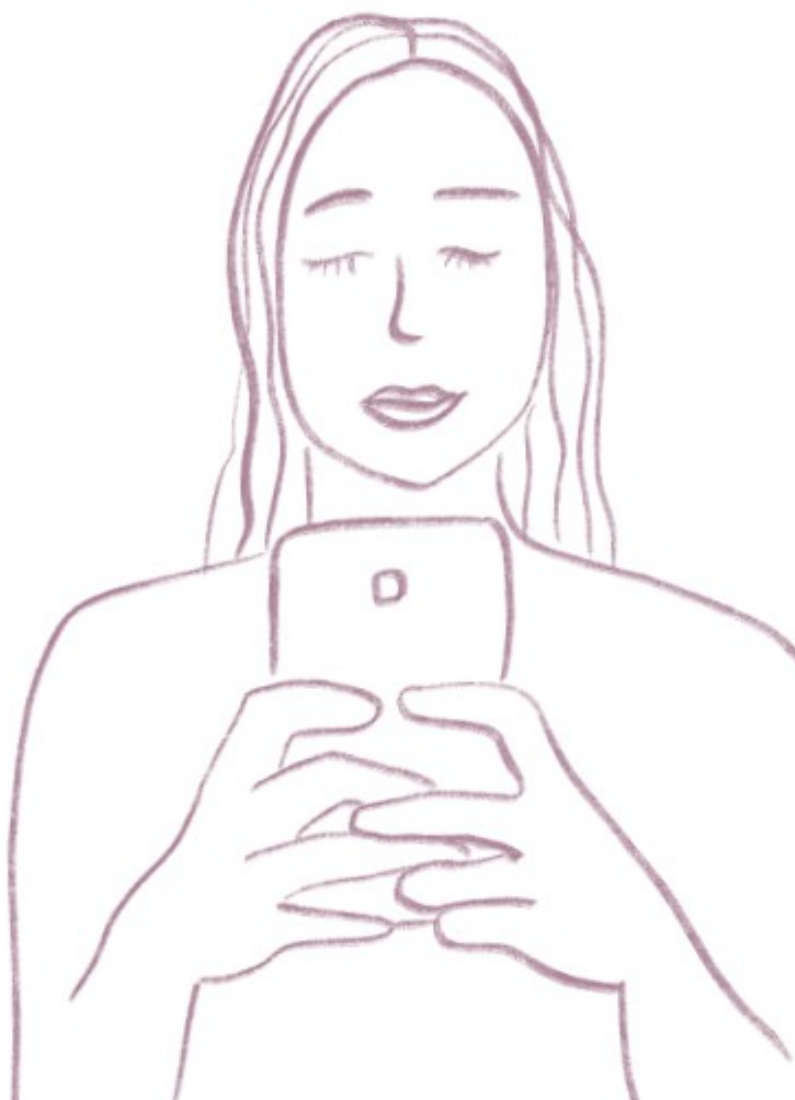


- Auto-cura: comptes + navegació + localització
- Cura del grup: comunicacions + contactes
- Cura de dispositius: checklist + sistemes operatius + apps
- Cura de la informació: accés a les dades + xifrat d'arxius i dispositius + esborrat més segur + documents col·laboratius amb contrasenya

Eines d'autodefensa digital feminista per a usuàries actualitzada de tant en tant

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

EINES FLOSS: AUTO-CURA



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: Comptes amb gestor de contrasenyes



- Llarga
- Una contrasenya per a cada compte
- No incloure dades personals
- Sense tecles consecutives (1234, qwerty)
- Barrejar minúscules, majúscules, números i signes de puntuació
- Canviar-les regularment
- No compartir-les amb ningú, deixar-les a la vista o al navegador.

Pots usar un **gestor de contrasenyes** i esborrar contrasenyes del navegador

Ordinadors manuals: [securityinabox](#) - [eff](#)
Extensió de Firefox
App Android
App IOs

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: Navegació: Firefox i extensions



FIREFOX

Ordinador
Android amb extensions
iPhone - iPad sense extensions

(Apple ha canviat el sistema i no deixa)



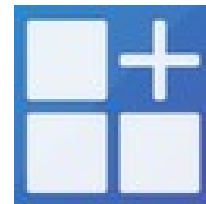
PRIVACY
BADGER

Extensió de Firefox



COOKIE
AUTODELETE

Extensió de Firefox



MULTI-ACCOUNT
CONTAINERS

Extensió de Firefox



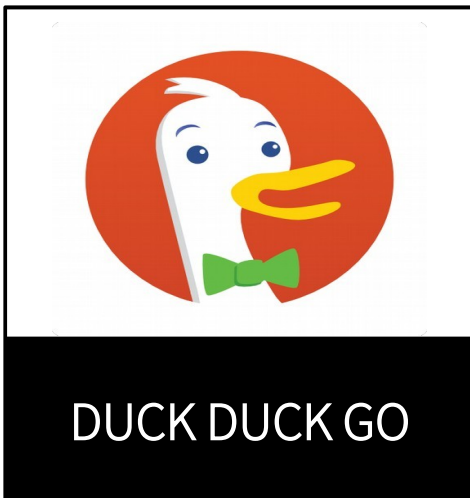
ALTER

Extensió de Firefox

Twitter, Reddit, Youtube,
Instagram y Medium
(sin entrar en tu cuenta)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

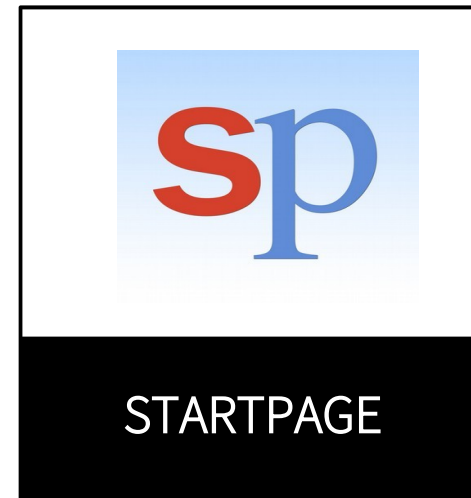
AUTO-CURA: Navegació: cercadors alternatius



Web

Firefox: Configuració
de cerca

App Android



Web

Extensió de Firefox
App Android

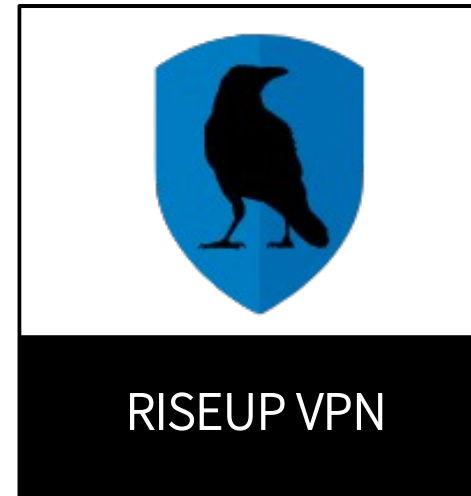
10 cercadors que respecten la teva privacitat

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: Navegació: gps + vpn



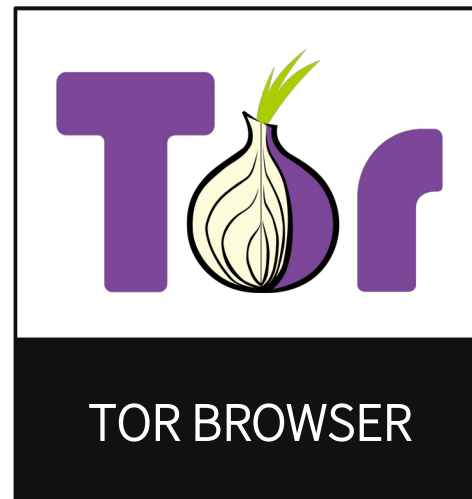
App Android



Linux
Windows
Mac
App Android

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: Navegació: Tor



Linux

Windows

Mac

App Android

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

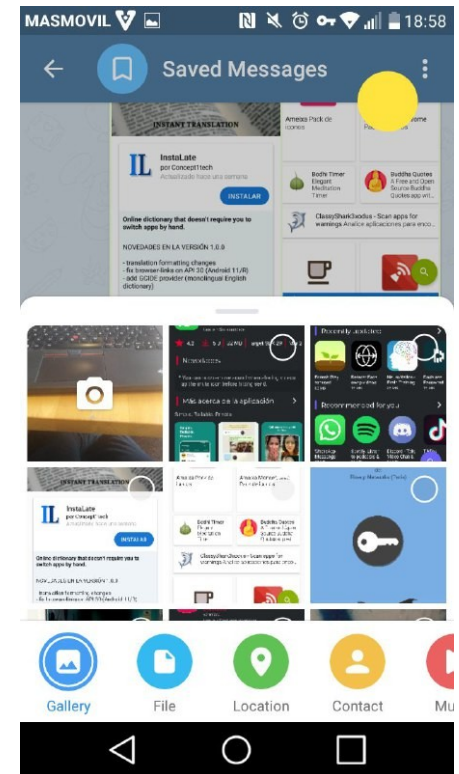
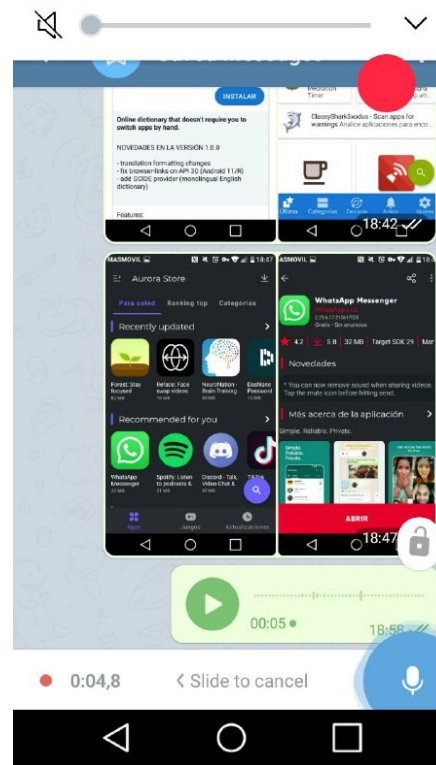
AUTO-CURA: localització: bossa de Faraday



Bossa de Faraday (tela)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: espionatge: Vigilante



Com activar f-droid (repositori d'apps per Android)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

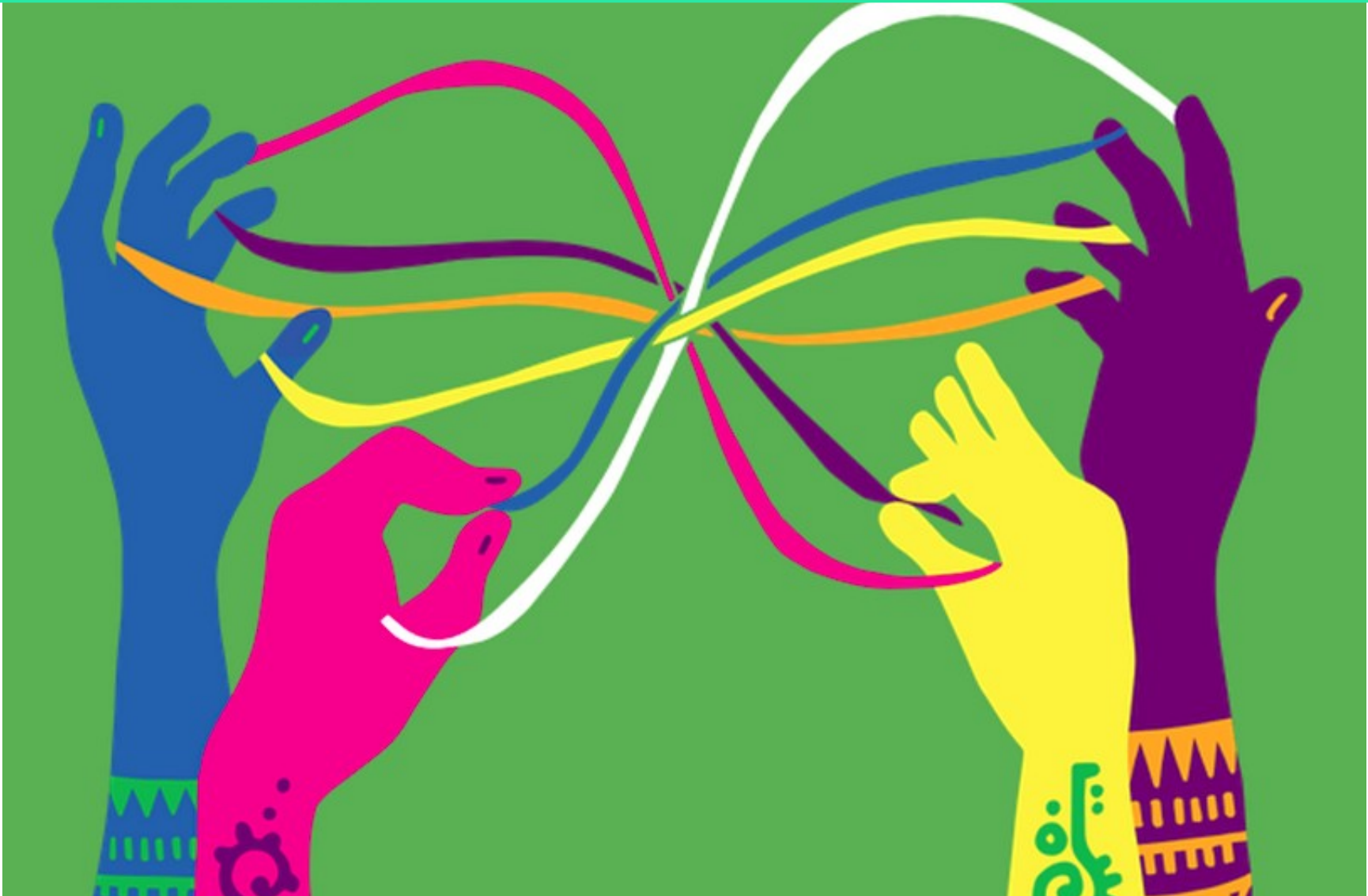
AUTO-CURA: petites coses que podem fer

- Reflexionar si és necessari **divulgar** informació sensible i identificable pròpia (fotos, nom, gènere, ètnia, etc)
- Revisar la **seguretat dels comptes**
- En volta d'utilitzar **apps**, anar a GAFAM per **navegador**.
- **No** guardar les **contrasenyes** en el navegador o en papers pegats en la ofi.
- **No** entrar en els comptes amb la usuària de Gmail.
- Seguir els consells per **desintoxicarte**
- **Trencar el sostre de cristall informàtic** que tenim fent un pla d'aprendre cap eina d'auto-cura **per deixar les Big Tech**



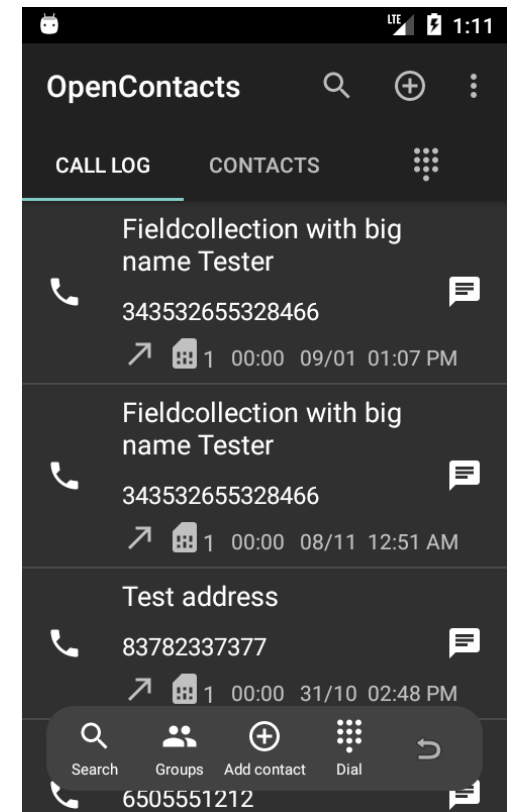
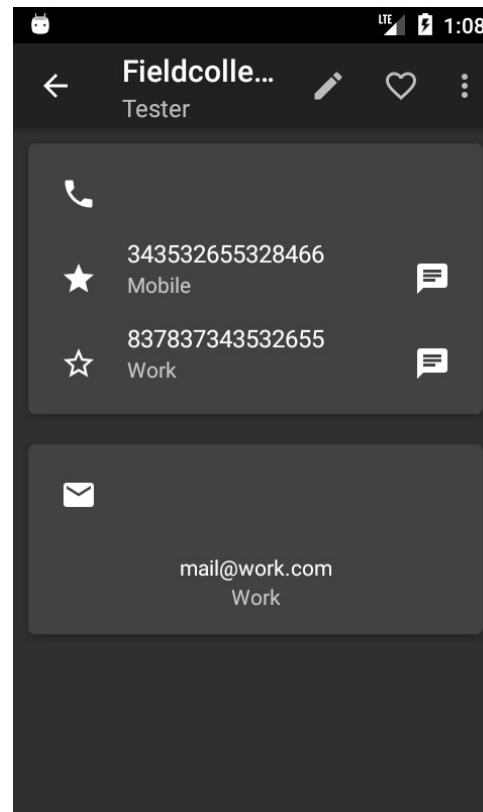
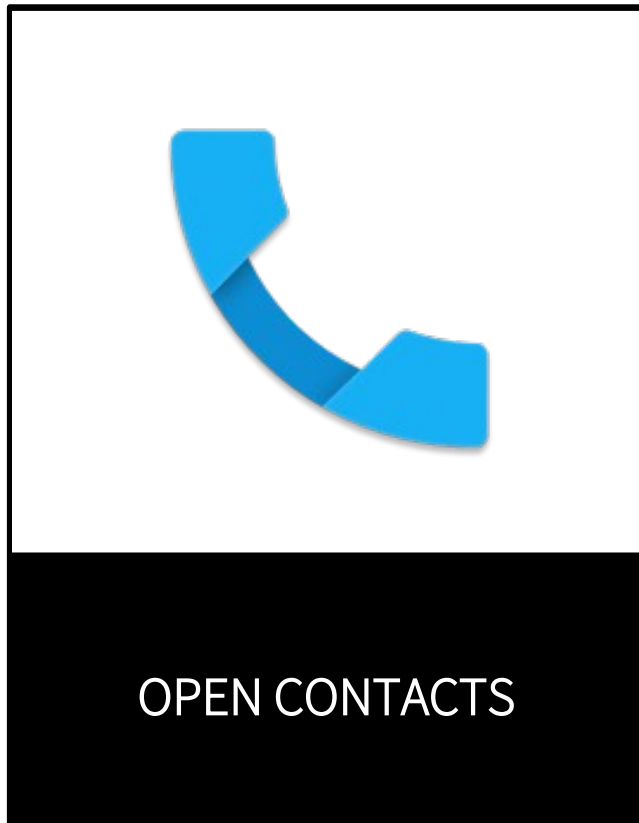
SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: contactes



Com activar f-droid (repositori d'apps per Android)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: missatgeria instantània xifrada

Sense servidor



JAMI



CONVERSATIONS

Servidors federats



ELEMENT



WIRE

1 servidor



SIGNAL

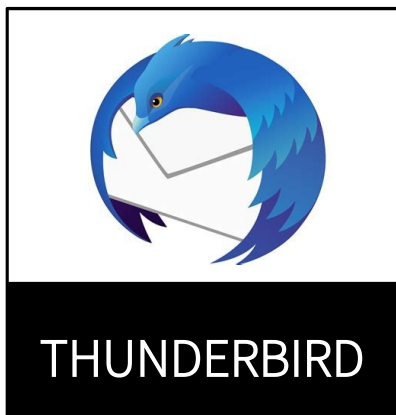
Servidors públics matrix

Email

Telèfon

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: email més segur i gestor de comptes



ORDINADOR

Xifrar correus amb
Thunderbird



MÒBIL

Correu segur

Riseup Amb invitació

Disroot

Autistici

matriar.cat contacte per demanar compte

Comercials amb xifrat

- Tutanota
- ProtonMail

Correus electrònics temporals

- Malinator
- Temp-mail
- 10minutemail
- Emailondeck Pots enviar també

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: vídeo-trucades i conferències xifrades



JITSI MEET

Llistat d'instàncies



BigBlueButton

Cura de les nostres dades digitals: perquè Zoom NO

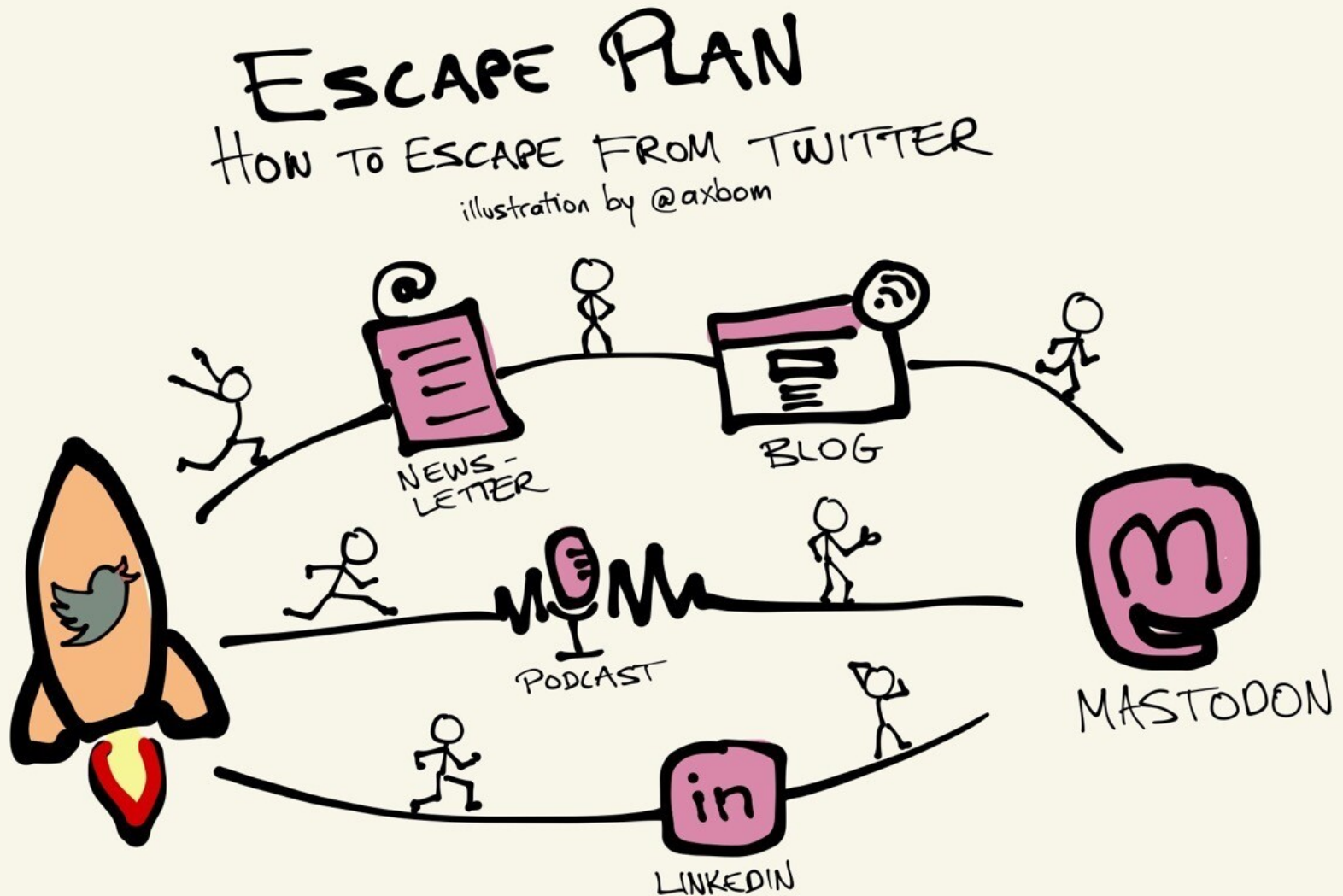
SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: xarxes socials



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DEL GRUP: comunicacions: xarxes socials



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: llistat de seguretat bàsica per a equips

EL DISPOSITIU

- Si penso que el meu equip no funciona correctament m'interessa a detectar perquè, converso amb companyes amb més coneixements tècnics. Potser és necessari formatar l'equip, renovar/ampliar components o fins i tot substituir-lo
- Apague el GPS, la wifi, el NFC i el bluetooth quan no els facis servir
- No estableixo connexions en les què no confio (wifis públiques, pendrives dubtosos...)
- No utilitzo carregadors que no siguin de confiança perquè et poden hackejar
- El mòbil només s'apaga quan s'extreu la bateria. M'he fet una bossa Faraday.
- Els recipients amb líquids pròxims al meu equip sempre tenen tapa (ampolles amb tap, tasses amb tap, termos tancats)
- No tinc post-its amb contrasenyes apuntades al meu escriptori. Tampoc en papers o llibretes. Utilitzo KeePassXC

Tracte de mantenir aquest equilibri entre cures i "productivitat".



Imatge de ciberseguras.org



Basat: [checklist de martu](#)
Ampliar: [Security in a Box: Android - Eines](#)

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: llistat de seguretat bàsica per a equips

EL SISTEMA OPERATIU

- El tinc sempre actualitzat
- Tinc el firewall activat
- El meu antivirus està actualitzat i la base de dades de virus també. I només en tinc un. (Recomanat Avira)
- Passo l'antivirus pels pendrives que han estat en altres equips aliens. Els formatejo amb freqüència.
- Reviso periòdicament el meu equip amb un antimalware. (Per exemple: [malwarebytes](#)- utilitzo la versió de prova i després desinstal·lo)
- Per inici de sessió tinc contrasenya forta (bloqueig de SIM) i tinc bloqueig de pantalla.
- El meu equip se suspèn als pocs minuts de no usar-lo.
- Tinc adhesiu per tapar la càmera i [protectors de privacitat de pantalla](#)
- Tinc habilitada l'opció de veure l'extensió dels arxius i de veure els arxius ocults.

ELS PROGRAMES

- Estan sempre actualitzats
- No tinc instal·lat programari de fonts desconegudes o dubtoses. MAI DE SOFTONIC!
- He desinstal·lat aplicacions que no utilitzo: per guanyar espai i evitar rastreig
- He revisat els permisos de les aplicacions
- No executo arxius amb l'extensió .exe o que no reconec o sé que són (podrien ser virus).

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: sistema operatiu: ordinadors



ubuntu

D i s t r  o T e s t . n e t

Test it before you hate it...

INSTALL PARTY

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: sistema operatiu des d'USB



Linux
Windows
Mac

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: sistema operatiu: mòbils

- **Hi ha molts**
- Has de tindre coneixements tècnics per instal·lar-los.
- Hi ha que mirar si la marca del mòbil es suportada pel sistema operatiu.
- Mirar si en té un idioma que entenguis, perquè hi ha que tan sols tenen anglès.
- **FairPhone** també intenta que sigui respectant els drets humans i l'ecologia, per exemple amb 5 anys de garantia.
- **GrapheneOS** és considerat el més segur.



ubports



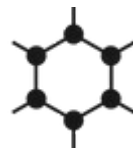
/e/



LineageOS



Plasma
Mobile



GrapheneOS



mobian



Fairphone



PureOS



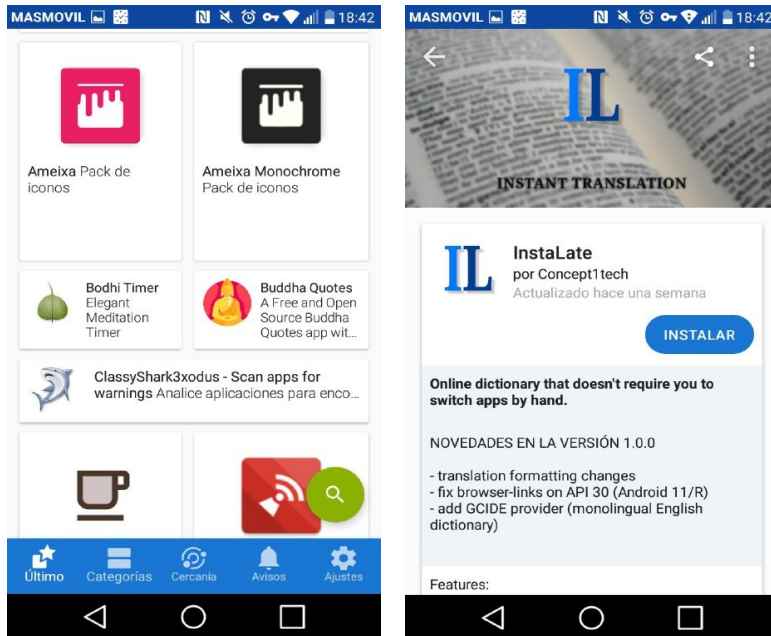
CalyxOS

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

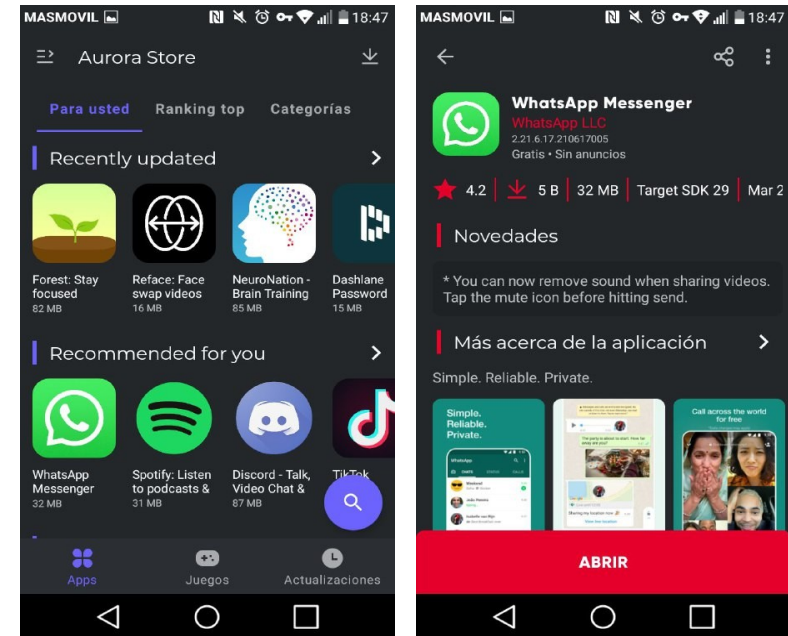
CURA DE DISPOSITIUS: apps: repositoris

- **Prism-break** - Alternatives de programari lliure
- **Alternativeto** - Alternatives de programari lliure
- **F-droid** - Repositori de aplicacions lliures per a Android. **Com activar f-droid**
- **Aurora Store** - És una fork de Yalp Store, més funcional. Baixar apps de Google Play sense registrar-se

F-droid




Aurora Store



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: programari: trobar alternatives

Online Windows Android Mac iPhone Linux iPad Android Tablet Productivity Social Development Backup Login Sign up

 **AlternativeTo**
CROWDSOURCED SOFTWARE RECOMMENDATIONS

Find an alternative to... [Find](#)

103,027 apps 835,502 likes 816,665 opinions about alternatives.
Reviews, comments and recommendations from users like yourself. Sign up and help others find great alternatives.

AlternativeTo (escull OpenSource = FLOSS)

This page was last updated Feb 12, 2022

Google Chrome info, screenshots & reviews

Alternatives to Google Chrome

Popular filters

Kindle Fire

Windows Phone

Open Source

Android

Mac

Symbian S60

BSD

86 showing

Platforms

Windows

Mac

Android

Linux

Android Tablet

iPhone

iPad

BSD

Features & Tags

Web Browser

Tabbed browsing

Built-in Ad-blocker

License [x CLEAR](#)

Free

Open Source

Paid

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: petites coses que podem fer

- Desinstal·lar aplicacions que **no utilitzem**, ja que no sabem què fan
- **Tenir el mòbil actualitzat** i revisar les **preferències** del meu dispositiu, tant del **sistema operatiu** com dels **programes** per controlar a què tenen accés.
- No establir **connexions** en les quals no **confiem** (wifis públiques, pendrives dubtosos...) i **apagar el GPS, wifi i el bluetooth** quan no ho utilitzes
- No instal·lar **programes de fonts desconegudes**
- **Bloquejar** sempre la pantalla (amb pin)
- El **mòbil** només **s'apaga** quan s'extreu la bateria.

Fes-te una **funda Faraday (tela)**.

- És recomanable **tapar la camera** o **protectors de privacitat de pantalla**
- **Canvia el nom** del teu mòbil, wifi i bluetooth



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE LA INFORMACIÓ



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE LA INFORMACIÓ: alternativa a Google Drive amb contrasenya



Instància al Canòdrom
Fer-se un compte
Contrasenyes en docus
Compartir el docu

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE LA INFORMACIÓ: enviar arxius grans



SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE LA INFORMACIÓ: xifrat de fitxers i discs



CRYPTOMATOR



HAT.SH

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE LA INFORMACIÓ: esborrat segur de fitxers



Vídeos

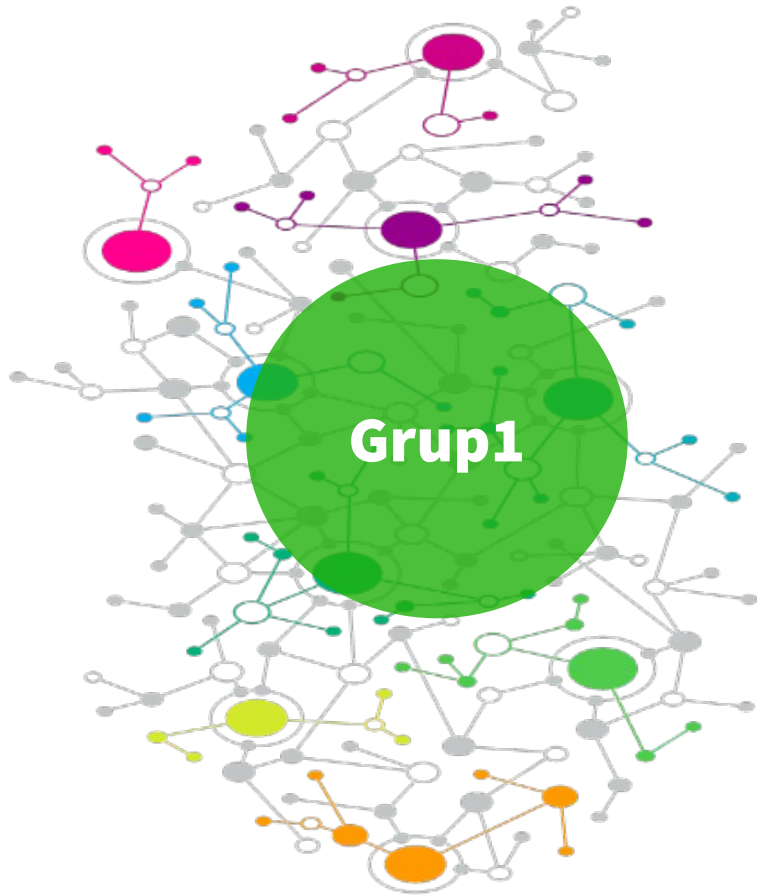
SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

CURA DE DISPOSITIUS: petites coses que podem fer

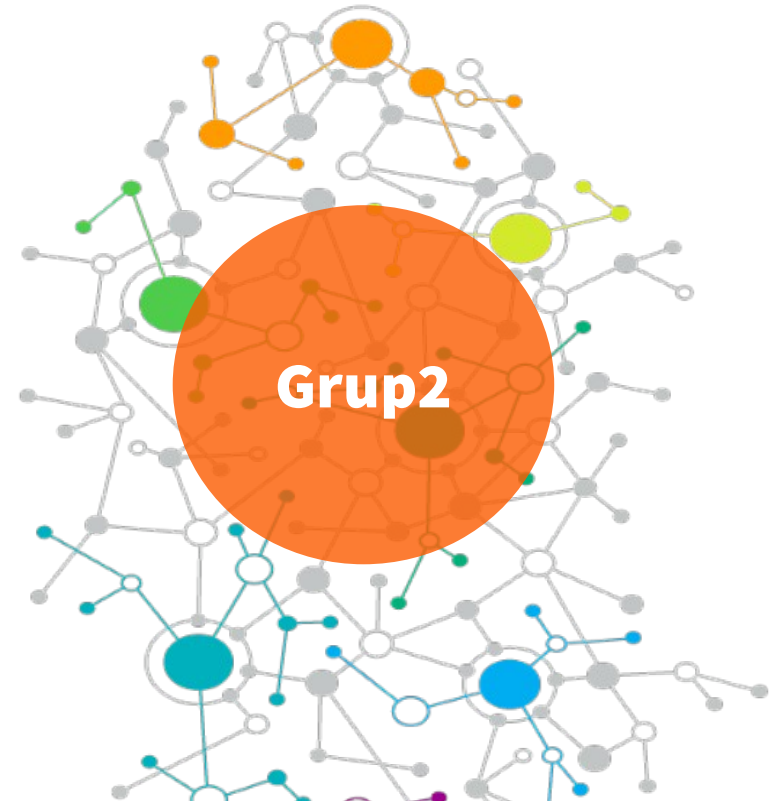
- Xifrar els nostres dispositius
- Esborrar fitxers de forma segura
- Utilitzar **núvols de confiança** que tenen cura de la privacitat i seguretat
- Fer **còpies de seguretat** periòdicament, que guardo de manera segura en un altre disc dur/dispositiu o a un núvol segur
- Tinc la meua **informació ordenada** i elimino els arxius que no necessito.
- **Buido la paperera** amb freqüència
- No seguir links que puguin fer-me caure en **phising**



Dinàmica



Auto-cura
Cura dels dispositius



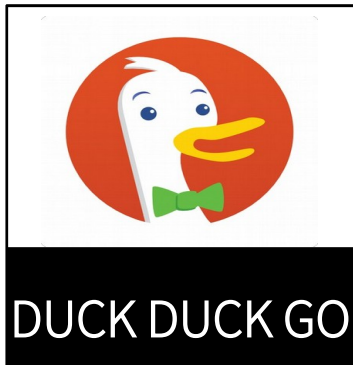
Cura de la comunicació
Cura de la informació

15min de pràctica per grups
5min de presentació de cada grup

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

AUTO-CURA: Dinàmica

Auto-cura



Web
Extensió de Firefox
App Android

Grup1

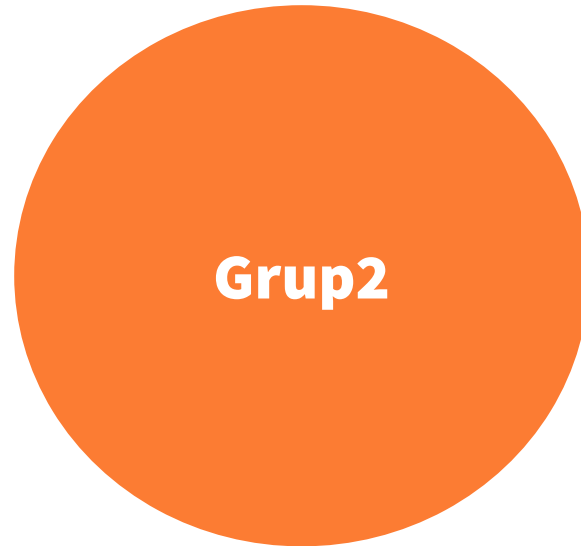
Cura dels dispositius

ELS PROGRAMES

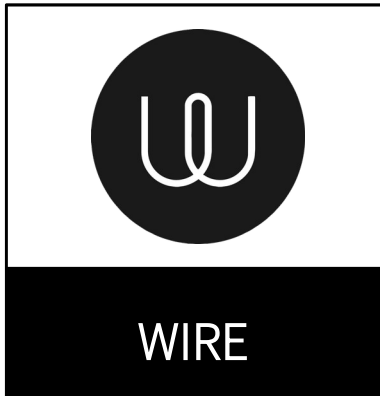
He desinstal·lat aplicacions que no utilitzo: per guanyar espai i evitar rastreig

SEGURETAT HOLÍSTICA: DIGITAL: Acció: Empoderament informàtic

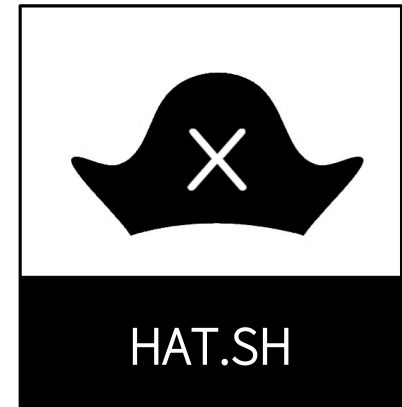
AUTO-CURA: Dinàmica



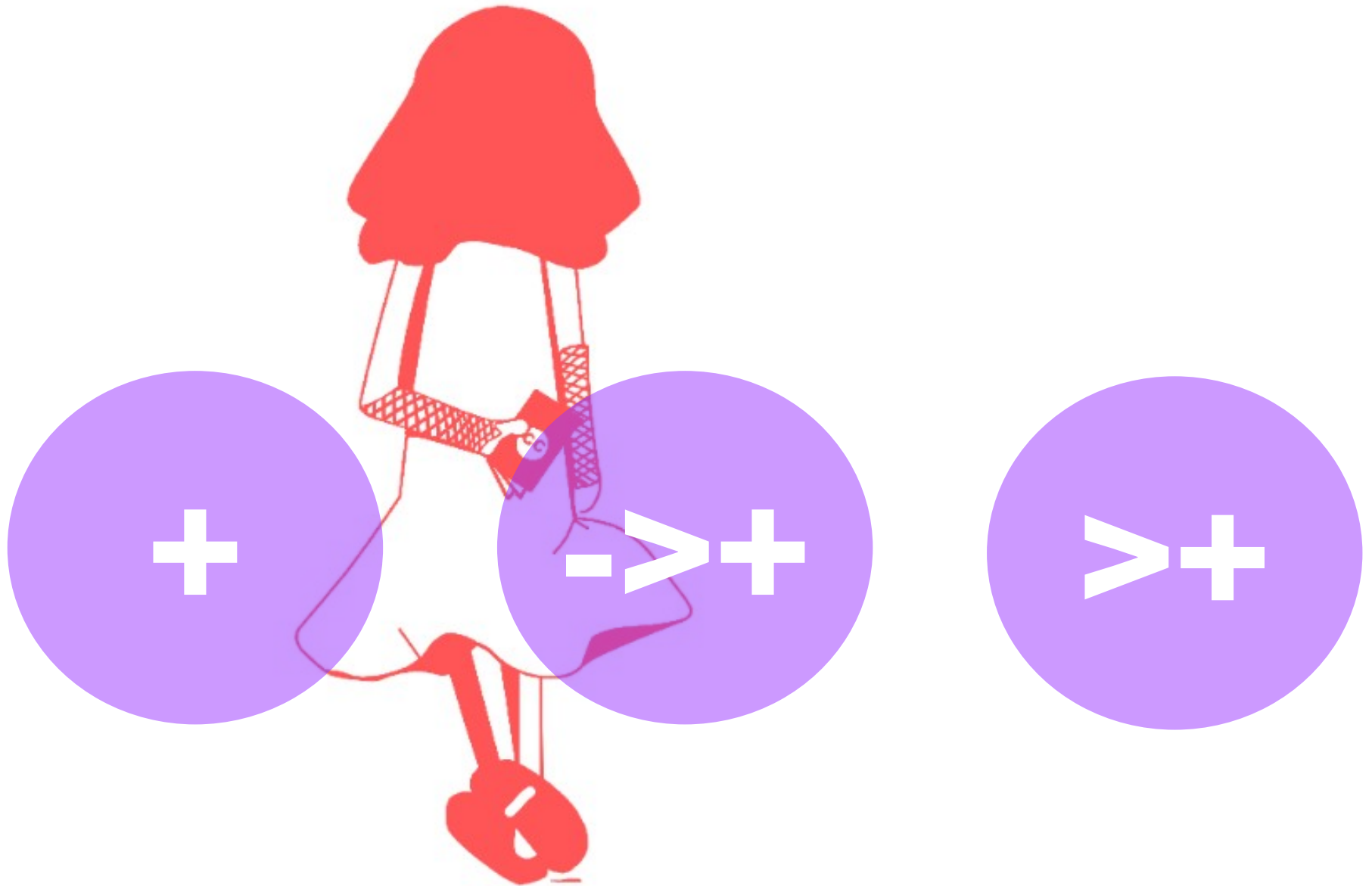
Cura de la comunicació



Cura de la informació



Avaluació





Aquesta presentació està subjecta a una llicència de Reconeixement
- Compartir Igual 4.0 Internacional de Creative Commons

Es pot descarregar en

<https://donestech.net/noticia/donestech-taller-lalt-urgell-impacte-als-drets-de-les-dones-i-estrategies-de-seguretat-i>