

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

**Πώς να έχετε μεγαλύτερη ασφάλεια και προστασία όταν χρησιμοποιείτε το macOS Catalina.**

Το macOS Catalina διαθέτει ισχυρά χαρακτηριστικά προστασίας και ασφάλειας. Η οθόνη **Sign-in (Είσοδος)** προστατεύει τον υπολογιστή σας και εμποδίζει τους άλλους να έχουν πρόσβαση στα στοιχεία σας χωρίς την άδειά σας, ενώ άλλα χαρακτηριστικά λειτουργούν στο παρασκήνιο για να σταματήσουν τους ιούς και άλλες απειλές.

## Τι θα χρειαστείτε

Πριν αρχίσετε το μάθημα, ο υπολογιστής σας Apple πρέπει να διαθέτει το τελευταίο λειτουργικό λογισμικό, το οποίο είναι macOS Catalina. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το **macOS Catalina**, πηγαίνετε στη **σελίδα 6** αυτού του οδηγού. Θα πρέπει επίσης να ελέγξετε ότι ο υπολογιστής σας είναι συνδεδεμένος στο ρεύμα, είναι ενεργοποιημένος και εμφανίζει τον οθόνη εισόδου **Sign-in**. Ελέγξτε επίσης ότι το ποντίκι και το πληκτρολόγιο είναι σωστά συνδεδεμένα και ότι ο υπολογιστής σας είναι συνδεδεμένος στο διαδίκτυο μέσω του Wi-Fi του σπιτιού σας.

Θα χρειαστείτε επίσης τον κωδικό πρόσβασης που δημιουργήσατε κατά την πρώτη ρύθμιση του υπολογιστή σας.

## Πρώτα βήματα

Όταν ο υπολογιστής σας εμφανίζει την οθόνη εισόδου **Sign-in**, είναι κλειδωμένος και ασφαλής. Για να συνδεθείτε, θα χρειαστείτε τον κωδικό πρόσβασης του λογαριασμού που χρησιμοποιείτε σε αυτόν τον υπολογιστή.

Για να συνδεθείτε:

- 1.** Ελέγξτε ότι η οθόνη σύνδεσης Sign-in δείχνει το όνομα και την εικόνα του λογαριασμού σας.
- 2.** Στο λευκό πλαίσιο κάτω από το όνομα του λογαριασμού σας, πληκτρολογήστε το **Password (Κωδικός Πρόσβασης)** του λογαριασμού σας και στη συνέχεια πατήστε το πλήκτρο **Enter** στο πληκτρολόγιο.
- 3.** Η οθόνη σύνδεσης Sign-in θα σβήσει και θα εμφανιστεί το **Desktop (Επιφάνεια Εργασίας)**.



Συνδεθήκατε στον υπολογιστή σας με κωδικό πρόσβασης

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

## Πόσο ασφαλής είναι ο υπολογιστής σας

Είναι σημαντικό να προστατεύετε τον υπολογιστή σας κάθε φορά που δεν τον χρησιμοποιείτε για να προστατεύσετε τα στοιχεία σας. Ένας τρόπος για να το κάνετε αυτό είναι να τον κλείσετε από το ρεύμα. Πριν κλείσετε τον υπολογιστή σας πρέπει πρώτα να αποθηκεύσετε την εργασία σας και να κλείσετε οποιαδήποτε ανοιχτή εφαρμογή.

Μετά κρατήστε πατημένο το κουμπί τροφοδοσίας ρεύματος για περίπου πέντε δευτερόλεπτα. (Προσέξτε να μην έχετε πατημένο το κουμπί τροφοδοσίας για περισσότερο από πέντε δευτερόλεπτα διαφορετικά ο υπολογιστής σας θα κλείσει και μετά θα κάνει αυτόματα επανεκκίνηση). Μετά, θα δείτε ένα πλαίσιο που λέει **Are you sure you want to shut down your computer now? (Είστε βέβαιοι ότι θέλετε να τερματίσετε τη λειτουργία του υπολογιστή σας τώρα;)**.

Αυτό το πλαίσιο προσφέρει τέσσερις επιλογές:

- 1. To Restart (Επανεκκίνηση)** κλείνει τον υπολογιστή σας και μετά τον ενεργοποιεί ξανά αυτόματα, έτοιμος για να συνδεθείτε με τον κωδικό σας πρόσβασης.
- 2. Η επιλογή Sleep (Αναστολή λειτουργίας)** σας επιτρέπει να ασφαλίσετε τον υπολογιστή σας χωρίς να τον κλείσετε.
- 3. Η επιλογή Cancel (Ακύρωση)** σας επιτρέπει να διακόψετε τον τερματισμό του υπολογιστή σας.
- 4. Η επιλογή Shut Down (Τερματισμός)** κλείνει τελείως τον υπολογιστή σας. Για να χρησιμοποιήσετε ξανά τον υπολογιστή σας, θα χρειαστεί να πατήσετε το **Power (Κουμπί Τροφοδοσίας Ρεύματος)** για να τον ενεργοποιήσετε ξανά και στη συνέχεια να συνδεθείτε με τον κωδικό σας πρόσβασης.

## Πώς να χρησιμοποιήσετε την επιλογή Αναστολή λειτουργίας

Όταν επιλέξετε την επιλογή **Sleep**, η οθόνη θα γίνει μαύρη. Ο υπολογιστής σας είναι πλέον κλειδωμένος και κανείς δεν μπορεί να έχει πρόσβαση χωρίς τον κωδικό σας πρόσβασης.

Για να ενεργοποιήσετε (ξυπνήσετε) τον υπολογιστή σας, πατήστε οποιοδήποτε πλήκτρο στο πληκτρολόγιο.

Για λόγους ασφάλειας, ο υπολογιστής σας Apple θα αναστείλει τη λειτουργία του αυτόματα αν δεν τον χρησιμοποιήσετε για κάποιο χρονικό διάστημα.

Εάν ο υπολογιστής σας αναστείλει τη λειτουργία μόνος του για λιγότερο από πέντε λεπτά, μπορείτε να τον «ξυπνήσετε» και να τον χρησιμοποιήσετε χωρίς να χρειαστεί να συνδεθείτε ξανά. Μετά από πέντε λεπτά, θα πρέπει να συνδεθείτε με το όνομα χρήστη και τον κωδικό σας πρόσβασης.



Μη ξεχάσετε να κλείσετε τις εφαρμογές και να αποθηκεύσετε την εργασία σας πριν κλείσετε τον υπολογιστή σας

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

## Αλλαγή της Απαιτούμενης καθυστέρησης πρόσβασης

Ενώ η καθυστέρηση των πέντε λεπτών μπορεί να είναι χρήσιμη, είναι πιο ασφαλές μια συντομότερη καθυστέρηση. Μπορείτε να αλλάξετε την καθυστέρηση έτσι ώστε ο υπολογιστής σας Apple να κλειδώνει μετά από ένα λεπτό στην αυτόματη λειτουργία Sleep.

1. Κάντε κλικ στο **εικονίδιο Apple** στο επάνω αριστερό μέρος της οθόνης.
2. Από το μενού που θα εμφανιστεί, κάντε κλικ στο **System Preferences (Προτιμήσεις Συστήματος)**.
3. Σε αυτόν τον πίνακα, κάντε κλικ στην επιλογή **Security & Privacy (Ασφάλεια & Προσωπικό Απόρρητο)**. Ανοίγει ένα νέο παράθυρο και θα πρέπει να επισημανθεί η επιλογή **General (Γενικά)**.
4. Κάντε κλικ στο πλαίσιο στα δεξιά των λέξεων **Require password (Απαιτείται κωδικός πρόσβασης)** για να δείτε μια λίστα επιλογών για το χρόνο.
5. Επιλέξτε την επιλογή **1 λεπτό**.
6. Θα εμφανιστεί ένα πλαίσιο και θα πρέπει να πληκτρολογήσετε τον κωδικό σας πρόσβασης για να επιβεβαιώσετε την αλλαγή. Πληκτρολογήστε τον κωδικό πρόσβασης και κάντε κλικ στο **OK**.
7. Κάντε κλικ στο μικρό κόκκινο κουμπί στην επάνω αριστερή γωνία για να κλείσετε την επιλογή **Security & Privacy**.



Το εικονίδιο Ασφάλεια & Προσωπικό Απόρρητο ανοίγει επιλογές για την ασφαλή φύλαξη του υπολογιστή και των προσωπικών σας στοιχείων

## Πώς χρησιμοποιεί τις ειδοποιήσεις το macOS Catalina

Το macOS Catalina κάνει πολλά πράγματα στο παρασκήνιο για να διατηρεί τον υπολογιστή σας ενημερωμένο και ασφαλή. Από καιρό σε καιρό, θα σας ενημερώσει τι κάνει με την εμφάνιση του **notification (ειδοποίηση)**.

Οι ειδοποιήσεις εμφανίζονται στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης και άλλες εφαρμογές και ιστοσελίδες μπορεί επίσης να στείλουν ειδοποιήσεις.

Οι περισσότερες ειδοποιήσεις εξαφανίζονται μετά από λίγο, πράγμα που σημαίνει ότι δεν είναι επείγουσες ή σημαντικές.

Εάν η ειδοποίηση προέρχεται από μια εφαρμογή ή ιστοσελίδα που εμπιστεύεστε, μπορείτε να κάνετε κλικ σε αυτήν για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το τι πρέπει να κάνετε κατόπιν.



Οι ειδοποιήσεις εμφανίζονται στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης του υπολογιστή

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

## Πώς στέλνει μια επείγουσα ειδοποίηση το macOS Catalina

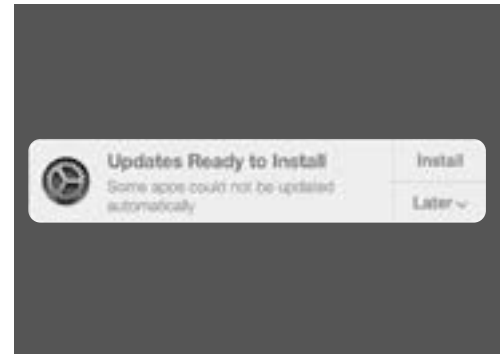
Μερικές φορές, ο υπολογιστής σας θα σας στείλει μια αναδυόμενη ειδοποίηση που παραμένει στην οθόνη σας. Αυτό σημαίνει ότι θέλει να σας πει κάτι σημαντικό.

### Παράδειγμα 1: Βασική ενημέρωση του συστήματος

Μια βασική ενημέρωση συστήματος εμφανίζεται ως ειδοποίηση στην επάνω δεξιά γωνία της οθόνης. Μπορείτε να κάνετε κλικ στην επιλογή **Install (Εγκατάσταση)** για να λάβετε τώρα την ενημέρωση ή **Later (Αργότερα)** για να επιλέξετε πότε θέλετε να σας υπενθυμίσει από μια λίστα επιλογών.

Επιλέγοντας το **Turn on Automatic Software Updates (Ενεργοποίηση Αυτόματων Ενημερώσεων Λογισμικού)** σημαίνει ότι ο υπολογιστής σας Apple θα φροντίσει ώστε μερικές ενημερώσεις να γίνονται αυτόματα και θα βλέπετε λιγότερες ειδοποιήσεις.

Εάν κάνετε κλικ στην επιλογή **Install**, ίσως χρειαστεί να περιμένετε λίγα λεπτά για την λήψη της ενημέρωσης πριν την εγκατάσταση. Αυτό θα συμβεί στο παρασκήνιο και δεν θα χρειαστεί να κάνετε επανεκκίνηση του υπολογιστή σας.



Μια ειδοποίηση ενημέρωσης σας επιτρέπει να επιλέξετε πότε θα εγκαταστήσετε την ενημέρωση

### Παράδειγμα 2: Σημαντική ενημέρωση

Ορισμένες ενημερώσεις απαιτούν επανεκκίνηση του υπολογιστή σας. Μπορείτε να κάνετε κλικ στην επιλογή **Restart (Επανεκκίνηση)** στην ειδοποίηση για να κάνετε επανεκκίνηση του υπολογιστή σας και να εγκαταστήσετε τις ενημερώσεις τώρα ή **Later (Αργότερα)** για να επιλέξετε πότε θέλετε να εγκαταστήσετε την ενημέρωση.

Εάν είστε έτοιμοι να εγκαταστήσετε την ενημέρωση αμέσως, φροντίστε να αποθηκεύσετε την εργασία σας και να κλείσετε τις οποιεσδήποτε ανοιχτές εφαρμογές.

Όταν κάνετε κλικ στην επιλογή **Restart**, ίσως χρειαστεί να περιμένετε λίγα λεπτά για να γίνει η λήψη της ενημέρωσης πριν εγκατασταθεί.

Όταν ο υπολογιστής σας είναι έτοιμος, θα εμφανιστεί ένα πλαίσιο που θα ρωτάει **Are you sure you want to restart your computer now? (Είστε βέβαιοι ότι θέλετε να κάνετε επανεκκίνηση του υπολογιστή σας τώρα;)** Μπορείτε:

1. Να κάνετε κλικ στην επιλογή **Cancel (Άκυρο)** για να σταματήσετε την επανεκκίνηση του υπολογιστή σας.
2. Να κάνετε κλικ στην επιλογή **Restart** για να επανεκινήσετε αμέσως τον υπολογιστή σας.
3. Μην κάνετε τίποτα, οπότε ο υπολογιστής σας θα κάνει επανεκκίνηση από μόνο του μετά από 60 δευτερόλεπτα.

Μετά την επανεκκίνηση του υπολογιστή σας, θα δείτε την οθόνη σύνδεσης **Sign-in** και θα πρέπει να πληκτρολογήσετε τον κωδικό σας πρόσβασης και πατήσετε το πλήκτρο **Enter**.

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

## Πώς σας προστατεύει από ιούς το macOS Catalina

Ο υπολογιστής σας περιλαμβάνει ενσωματωμένη ασφάλεια, η οποία λειτουργεί στο παρασκήνιο για να προστατεύεται ο υπολογιστής σας.

Αυτό περιλαμβάνει την προστασία του υπολογιστή σας από ιούς, τη διαφύλαξη των κωδικών πρόσβασης του λογαριασμού σας και άλλα πολλά.

Η συνεχής ενημέρωση του λογισμικού σας αποτελεί σημαντικό μέρος στη διατήρηση της ασφάλειας του υπολογιστή σας.

Αν θέλετε μπορείτε επίσης να αγοράσετε λογισμικό προστασίας από ιούς για επιπλέον προστασία. Μπορείτε να το αγοράσετε από κατάστημα ή ιστοσελίδα. Λάβετε υπόψη ότι το λογισμικό προστασίας από ιούς συνήθως έχει κάποιο συνεχές κόστος συνδρομής, γι' αυτό φροντίστε να διαβάσετε προσεκτικά τα μικρά γράμματα πριν εγγραφείτε.

## Πώς να μπλοκάρετε την κάμερα web του υπολογιστή σας

Οι περισσότεροι υπολογιστές διαθέτουν μια μικρή ενσωματωμένη κάμερα που ονομάζεται webcam. Για να ελέγξετε αν ο υπολογιστής σας διαθέτει webcam, κοιτάξτε το επάνω μέρος της οθόνης για έναν μικρό κύκλο.

Αυτή η κάμερα είναι χρήσιμη για να κάνετε βιντεοκλήσεις και ο υπολογιστής σας θα την ενεργοποιήσει αυτόματα όταν τη χρειάζεστε.

Παρόλο που είναι απίθανο, υπάρχει η πιθανότητα για κάποιον άλλο να έχει πρόσβαση στην κάμερά σας και να την ενεργοποιήσει χωρίς την άδειά σας.

Για να προστατευθείτε από αυτό, απλά πάρτε ένα μικρό κομμάτι χάρτινης κολλητικής ταινίας και βάλτε το πάνω από την κάμερα!

## Όλα όσα θέλετε να γνωρίζετε για το macOS Catalina

Όλα όσα χρειάζεται να γνωρίζετε για το λειτουργικό λογισμικό της Apple, macOS Catalina, συμπεριλαμβανομένου του τι είναι, πώς να ελέγξετε αν το έχετε και πώς να το εγκαταστήσετε στον υπολογιστή σας αν δεν το έχετε.

### Τι είναι το macOS Catalina και γιατί το χρειαζομαι;

Όλοι οι υπολογιστές χρειάζονται ένα ειδικό είδος λογισμικού για να λειτουργήσουν που λέγεται λειτουργικό σύστημα. Το Catalina είναι ένα λειτουργικό λογισμικό που σχεδιάστηκε από την Apple.

Το Catalina δίνει τη δυνατότητα στον υπολογιστή σας να ανοίγει έγγραφα, να παίζει μουσική και βίντεο, να στέλνει emails, να περιηγείται στο διαδίκτυο και άλλα πολλά.



Το λειτουργικό λογισμικό του υπολογιστή σας ελέγχει τον τρόπο λειτουργίας του και παρέχει τα πιο πρόσφατα χαρακτηριστικά ασφάλειας

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

Παρέχει επίσης στον υπολογιστή σας τα τελευταία χαρακτηριστικά ασφαλείας και βοηθάει στην προστασία του από ιούς και άλλες απειλές.

Για να παρακολουθήσετε τα μαθήματά μας θα χρειαστείτε την τελευταία έκδοση του macOS Catalina.

## Πώς μπορώ να ξέρω εάν έχω macOS Catalina;

Οι περισσότεροι νέοι υπολογιστές Apple έρχονται με το macOS Catalina. Ο καλύτερος τρόπος για να βεβαιωθείτε ότι ο υπολογιστής σας έχει macOS Catalina είναι να πιέσετε το κουμπί τροφοδοσίας για να ενεργοποιήσετε τον υπολογιστή.

Μόλις συνδεθείτε και κοιτάζετε στο **Desktop (Επιφάνεια Εργασίας)**, κάντε κλικ στο **εικονίδιο Apple** στην επάνω αριστερή γωνία της επιφάνειας εργασίας. Μετά κάντε κλικ στην επιλογή **About This Mac (Σχετικά με αυτό το Mac)** στο αναπτυσσόμενο μενού.

Θα ανοίξει ο πίνακας **Overview (Επισκόπηση)** και θα πρέπει να γράφει macOS Catalina στην κορυφή, με έναν αριθμό έκδοσης που αρχίζει με 10.15.

Εάν δείτε ένα διαφορετικό όνομα, όπως η έκδοση macOS Mojave 10.14.6, τότε δεν έχετε macOS Catalina, αλλά μπορείτε να πάρετε την τελευταία έκδοση δωρεάν. Αυτός ο οδηγός θα σας δείξει τον τρόπο.

## Τι γίνεται αν ο υπολογιστής μου είναι μεταχειρισμένος;

Αν σας έδωσαν μόνιμα ή αγοράσατε μεταχειρισμένο υπολογιστή, έχει ακόμη τα προσωπικά στοιχεία του προηγούμενου ιδιοκτήτη και είναι καλύτερα να κάνετε επαναρύθμιση πριν συνεχίσετε.

Αν κάνετε επαναρύθμιση θα αφαιρέσει τα προσωπικά στοιχεία, τα αρχεία, τα προγράμματα του προηγούμενου ιδιοκτήτη και θα προετοιμάσει τον υπολογιστή σας για ρύθμιση. Το μάθημα *Κινητός Υπολογιστής Apple: Προετοιμασία Ρύθμισης* θα σας δείξει πώς να το κάνετε αυτό. Μπορείτε να ξεκινήσετε αυτό το μάθημα όταν είστε έτοιμοι ή να συνεχίσετε να διαβάζετε αυτόν τον οδηγό για μερικές πληροφορίες σχετικά με την ενημέρωση και την ασφάλεια του macOS Catalina.

## Πώς μπορώ να ελέγξω αν ο υπολογιστής μου είναι ενημερωμένος με macOS Catalina;

Ο υπολογιστής ελέγχει τακτικά για να δει εάν υπάρχουν νέες ενημερώσεις και εκδόσεις λειτουργικού λογισμικού. Όταν εντοπίσει ένα, θα εμφανιστεί ένα μήνυμα στον υπολογιστή σας για να σας πει ότι πρέπει να το κατεβάσετε και να το εγκαταστήσετε.

Σχεδόν όλοι οι υπολογιστές Apple που κατασκευάστηκαν μετά το 2012 θα πρέπει να λειτουργούν με το macOS Catalina. Μπορείτε να μάθετε περισσότερα και να το ελέγξετε στο:

<https://www.apple.com/au/macOS/how-to-upgrade/#hardware-requirements>

Εάν ο υπολογιστής σας δεν έχει ενεργοποιηθεί για κάποιο χρονικό διάστημα ή μόλις τον αγοράσατε, μπορεί να θέλετε να ελέγξετε για τυχόν ενημερώσεις που βγήκαν ενώ ο υπολογιστής σας δεν χρησιμοποιούταν.

# Κινητός Υπολογιστής Apple: Ασφάλεια και Προσωπικό Απόρρητο

Πριν ξεκινήσετε, βεβαιωθείτε ότι ο υπολογιστής σας είναι συνδεδεμένος στο Wi-Fi του σπιτιού σας.

Ενώ ο υπολογιστής σας εμφανίζει το **Desktop (Επιφάνεια Εργασίας)**, κάντε κλικ στο εικονίδιο του **μενού της Apple** στο επάνω αριστερό μέρος της επιφάνειας εργασίας. Κάντε κλικ στην επιλογή **About This Mac (Σχετικά με αυτό το Mac)** από το αναπτυσσόμενο μενού. Θα ανοίξει ο πίνακας **Overview (Επισκόπηση)**.

Κάντε κλικ στο κουμπί **Software Update (Ενημέρωση Λογισμικού)** στο κάτω μέρος. Ανάλογα τον υπολογιστή σας, θα ανοίξει είτε το **Software Update preferences panel (Πίνακας προτιμήσεων του λογισμικού ενημέρωσης)** είτε η εφαρμογή **App Store**.

Αν ανοίξει το **App Store**, ο υπολογιστής σας θα ελέγξει αυτόματα για τις ενημερώσεις. Θα σας πει επίσης αν διατίθεται μια νεότερη έκδοση του λειτουργικού λογισμικού για τον υπολογιστή σας. Εάν συμβαίνει αυτό, θα σας προτρέψει με ένα κουμπί **Install (Εγκατάσταση)**.

Εάν ανοίξει το **Software Update preferences panel** ανατρέξτε στην επιλογή **Update & Security (Ενημέρωση & Ασφάλεια)** και κάντε κλικ σε αυτό. Ο υπολογιστής σας θα ψάξει για τυχόν ενημερώσεις ή νέες εκδόσεις του λειτουργικού λογισμικού και, αν βρει μερικές, θα δείτε ένα μήνυμα που θα γράφει **An update is available for your Mac (Διατίθεται μια ενημέρωση για το Mac σας)** με ένα κουμπί **Update Now (Ανανέωση Τώρα)**.

Όποιος και αν είναι ο τρόπος με τον οποίο λειτουργεί ο υπολογιστής σας, είναι πιθανό ότι μπορεί χρειαστεί να κάνετε επανεκκίνηση όταν κάνετε εγκατάσταση των ενημερώσεων ή μια νεότερη έκδοση του λειτουργικού λογισμικού.

Πριν από οποιαδήποτε επανεκκίνηση, είναι σημαντικό να αποθηκεύσετε όλα τα αρχεία σας και να κλείσετε τις εφαρμογές σας. Εάν κάνετε αναβάθμιση σε μια νεότερη έκδοση του λειτουργικού λογισμικού, είναι επίσης καλή ιδέα να δημιουργήσετε αντίγραφα ασφαλείας των αρχείων σας σε ένα στικάκι USB ή σε σκληρό δίσκο USB. Μπορείτε να μάθετε πώς να το κάνετε αυτό στο μάθημα *Κινητός Υπολογιστής Apple: Διαχείριση αποθήκευσης*.

Αφού γίνει αυτό, κάντε κλικ στο κουμπί **Update Now ή Install** για να ξεκινήσετε την αναβάθμιση.



Πρέπει να είστε συνδεδεμένοι στο διαδίκτυο για να αναβαθμίσετε το λειτουργικό λογισμικό του υπολογιστή σας