

## 反肉搜安全指南

肉搜：惡意向大眾公開或分享與他人有關的個人資訊、私人資訊或可辨識身分的資訊。此類資訊公開通常發生在網路上，目的是要讓該人士陷入恐懼，或者威脅、跟蹤、騷擾、恐嚇該人士或壓制該人士的言論，或是鼓勵其他人也這麼做。

### 保護政府員工免於遭到肉搜

- 您的工作及工作相關電子郵件和簡訊可能會受到公共紀錄索取法的約束。
- 請勿透過電子郵件 / 簡訊寄送當被公布在報紙頭版時您不會感到引以為傲的資訊。
- 請勿使用您工作的裝置透過電子郵件或簡訊將您的私人電話號碼、住家地址或通訊地址、家人、配偶 / 伴侶或子女的姓名寄給任何人。
- 如果您遭到肉搜，請向資訊科技 (Information Technology, IT) 和人力資源 (Human Resources, HR) 部門諮詢您可能可以採取的保護措施，包括管理轉寄偏好選項 (如有加密選項)、將您的資訊從機構的網站刪除以及辦公室內部安全規劃。

### 社交媒體安全

- 透過設定功能將帳戶和帳戶名稱設定為非公開。
- 將任何地址、工作或就學地點及所在位置從您的帳戶中刪除 (而非只是隱藏)。
- 請勿發布您將要前往何處的資訊，包括餐廳 / 公園 / 活動以及城鎮 / 城市 / 州 / 國家。
- 僅接受認識的人所發送的加入朋友邀請。
- 僅允許認識的朋友看您的貼文。

- 檢查哪些人可分享您的貼文。
- 在不同的社交媒體使用不同的用戶名稱 / 帳戶名稱。
- 在各社交媒體平台使用不同且高強度的密碼。
- 請勿發布有顯示您或其他人臉孔的照片。
- 請勿發布可能可讓人判定您身在何處的照片。
- 將您所發布之照片的元資料刪除。請記得，您的照片可能會揭露您的  
所在位置以及照片拍攝的日期 / 時間。
- 瞭解該向何處通報發生於社交媒體的肉搜事件或仇恨言論。
  - [Facebook](#)、[Snapchat](#)、[Twitter](#)、[Instagram](#)、[Google](#)、[Yelp](#)  
等社交媒體全都有不同的使用條款。

#### 您遭到肉搜後的安全措施

- [記錄](#)事發經過。
- 收集整個事發經過的螢幕截圖。
- 盡量包含日期 / 時間 / 使用者名稱。
- 先快速記錄，然後將資訊刪除（如果可以的話）。
- 如果受到威脅，請報警處理。請務必包含：
  - 受保護族群相關資訊（您實際所屬的族群以及別人認為您所屬的族群）
    - 俄勒岡州及聯邦政府仇恨犯罪相關法律沒有規定犯行者必須正確辨識您屬於哪個受保護族群。
  - 安全疑慮
    - 家人 / 子女 / 伴侶
    - 旅行
    - 在公開場合現身
  - 與下列項目有關的具體資訊：
    - 迫切性：犯行者是否住在您附近？
    - 犯行者所使用的確切言語？（誹謗、威脅、武器）
  - 任何證據，包括螢幕截圖。請記得，及時報警與否可能會影響證據的保存。

Commented [CJ1]: Marty, can you please anchor to Reporting Hate and Bias to the Police on the toolkit

- 請注意，在線上、透過郵件、電話 / 語音留言所提出的「[真實威脅](#)」可能屬於聯邦犯罪行為。向聯邦調查局 (Federal Bureau of Investigation, FBI) 通報或者鼓勵您當地的警察向聯邦執法單位交叉通報。
- 變更您手機、電子郵件及社交媒體帳戶的密碼。確保每組密碼都不相同且組合複雜。
- 向社交媒體平台通報並要求刪除資訊。
  - 要求將您的帳戶名稱 / 姓名 / 資訊加入「密切觀察」名單中，以便當資訊出現在別處時可以立即刪除。
- 告訴您所信任的人以尋求支援。您並不孤單。
- 俄勒岡州 [2021 年第 3047 號眾議院法案 \(House Bill, HB\)](#) 針對肉搜提供了民事法律救濟。請諮詢律師以瞭解您是否可獲得其他民事法律救濟。
  - [俄勒岡州律師協會律師轉介計劃](#)
  - [法律援助](#)
  - [俄勒岡州刑事犯罪受害者法律中心 \(OCVLD\)](#)
- 考慮取得民事保護令
- 想想哪些資訊是您 可以 控制的 ( 例如您是否有使用該平台、您發布了哪些貼文、位置分享等 )，而哪些資訊是您無法控制的。
- 針對您的姓名、電話號碼、地址設定 [google 警告通知](#)，以在這些資訊出現在網路上時收到通知。
- 使用資料仲介商退出選項 – 您可能需為某些服務付費，例如 [DeleteMe](#)、[Reputation Defender](#)、[Privacy Bee](#)、[Kanary](#)、[OneRep](#)、[OptOutPrescreen.com](#)、[Do Not Call Registry](#)。
- 考慮針對不同的目的使用個別的電子郵件地址。
- 安全計劃：
  - 在工作方面 – 諮詢 HR。

Commented [CJ2]: Marty, can you please anchor to Protective Orders in Oregon on the toolkit?

- 在家 – 與家人一起擬定一份清楚的計劃、與您所信任的鄰居討論，並要求警察加強安全巡邏。
- 在公共場所 – 與朋友結伴同行、改走其他路線、告訴您所信任的人您要前往何處以及您預計何時返回。
- 與家人 / 朋友討論他們在網路上分享您的哪些資訊。

### **其他網路安全資源 (英文連結)**

#### **建立高強度密碼的建議：**

[網際網路安全：建立高強度密碼 \(gcfglobal.org\)](#)

[建立高強度密碼及更安全的帳戶 – Google 帳戶協助](#)

#### **進一步瞭解網際網路安全：**

[肉搜：什麼是網際網路安全以及如何保護自己 | NortonLifeLock](#)

[有關社交媒體安全及隱私的 5 大建議 | Norton.com](#)

[重設隱私設定：您應立即變更的重要設定指南 | Washington Post](#)

[如何刪除自己在網際網路上的資訊 | comparitech](#)

[資料仲介商正偷偷地買賣您的個人資料 | comparitech](#)

[如何免費保護自己的資料並將個人資料從網際網路上刪除：免費自行退出指](#)

[南 | DeleteMe](#)

[如何從網際網路上消失 | Reader' s Digest](#)

#### **從 Google 刪除內容：**

[從 Google 刪除內容 – 法律協助](#)

[從 Google 刪除您的個人資料](#)

[從 Google 搜尋引擎刪除特定個人身分辨識資訊或肉搜內容](#)

#### **反肉搜法規：**

[新聞稿：俄勒岡州參議院通過反肉搜法規](#)

**端到端加密：**

[Signal 應用程式](#)

[Whatsapp](#)

**免責聲明：**本工具組中所提供的連結和資訊僅供參考用、未包含完整資訊，且不構成法律建議，也不代表俄勒岡州司法部為市售產品背書或市售產品通過俄勒岡州司法部的審查。如欲瞭解與您權利和法律選項有關的資訊，[請諮詢律師](#)。