

Tre gode råd:**NÅR DU LOGGER PÅ CAFÉENS NET**

Wi-fi er en nem og billig måde at komme på nettet på, når du er på ferie i udlandet eller bevæger dig rundt i Danmark uden din normale netadgang.

Gratis wi-fi findes for eksempel på caféer og offentlige steder som biblioteket.

Du kan beskytte dig bedre mod hackere og it-kriminelle ved at følge nogle gode råd.

Tjek netværket

Netværk, der ikke kræver en adgangskode, er et dårligt tegn. Det tyder på, at netværket er ubeskyttet, og at alle har adgang til det.

Hoteller og caféer har ofte gratis wi-fi til

deres gæster, men hackere kan nemt oprette et gratis netværk med et navn, der ligner hotellets eller caféens. Tjek derfor, at du bruger det korrekte netværk, og at det har en adgangskode.

Husk antivirus

Beskyt din computer med antivirus. Husk at opdatere dit antivirus-program hjemmefra, så du kan modstå de seneste trusler, når du er på farten.

Brug sikre sider

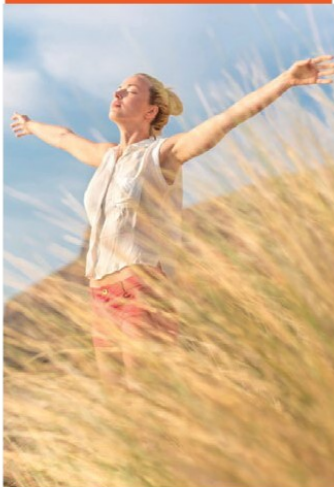
Hjemmesider, der beder dig om personlige oplysninger, skal være sikret. Det kan du

tjekke, ved at se om adressen starter med <https://> og ikke blot <http://>.

Det ekstra "s" betyder, at siden er sikret.

**GUIDE****BLIDT OG BLØDT**

En veninde og jeg griner tit over, at vi med alderen er blevet sådan lidt mere komfortable. Tøjet skal helst være blødt og behageligt og ikke stramme, og skoene skal også være til at holde ud af have på hele dagen. Vi kan i det hele taget godt lide alt det bløde, blide og behagelige – ikke kun derhjemme, men også på arbejde, ja generelt bare hele dagen. Og gerne fra top til tå – fra inderst til yderst. Her er et par af mine gode valg.

**God støtte**

Sloggi står bag kollektionen Wow Comfort. Bh'en er blød og giver alligevel god støtte uden brug af bøjler. I stedet er der et indbygget mesh-materiale, som fordeles trykket jævnt over et større område for at give komfortabel støtte, der tilpasser sig brystets individuelle form op til en D-skål. Den er utrolig behagelig at have på og findes i to modeller. Denne koster 249 kr. Sloggi sælges i store dagligvarebutikker, men kan også købes på nettet.

**Glade fødder**

Fødderne bliver altså bare glade af et par sneakers, og så er det jo heldigvis moderne. Disse røde er fra Skechers til 799 kr. i størrelserne 36-41. Nærmeste forhandler oplyses på tlf. 75 10 19 80.

Klar til sofahygge

Tag blødt tøj på efter aftenbadet – for eksempel disse Basic Bukser fra Loved By Christiane fra Kvickly til 199 kr. Så er du klar til sofahygge. Nærmeste forhandler på tlf. 43 86 43 86.

**Smarte striber**

Striber som denne bluse fra Kvickly til 99 kr. kan både sættes sammen med bløde, løse bukser eller en smart nederdel. Nærmeste forhandler: tlf. 43 86 43 86.

Helende fodpleje

Inden du går i seng om aftenen, så giv fødderne en god creme som denne helo feet fra Faaborg Pharma til 89,95 kr. Kan bruges som en fugtighedscreme til fødderne for at bevare hudens fugtighed. Den er uden parfume og parabener. Sælges på udvalgte apoteker. Nærmeste forhandler: tlf. 38 41 50 50.

