

# INTERNET

Een gevaar of een uitdaging?



## Welkom

- Voorstellen en onderwerpen
- Reclame
- Chatten
- Wachtwoorden
- Criminaliteit
  - E-mail
  - Phishing
  - drive by downloads
- Internetbankieren, winkelen
- Privacy
- Veilig surfen
- Voorbeelden waarom Internet wel leuk is



[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Waar lopen we tegenaan?

Het internet:


- 10 % NL huishoudens **geen** toegang
- 29% koopt **nooit** iets via het internet
- 30% vindt elektronisch bankieren **niet veilig**
- Reclame
- Sex
- Geweld
- Criminaliteit



[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Reclame boodschappen

<p><b>IRL (= in real life)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tv</li> <li>• Radio</li> <li>• Tijdschriften</li> <li>• Brievenbus</li> <li>• Bulletin boards</li> <li>• Winkels</li> <li>• Op straat</li> <li>• Mobielkje</li> </ul> <p>Kortom overal</p>	<p><b>Internet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Websites</li> <li>• Spelletjes</li> <li>• E-mail (Gmail en Hotmail)</li> </ul> <p>Kortom overal</p>
--	---



[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## In e-mail in grote hoeveelheden: spam

- Wat is spam
- Van elke 10 mailtjes...

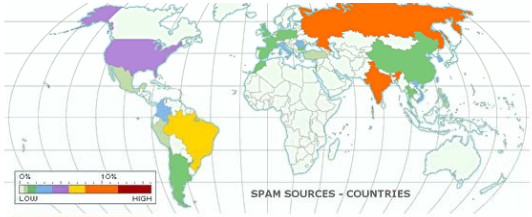



Spam % of Email  
(spam as a percentage of total inbound email.)

[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Waar komt de spam vandaan?

Spam Sources by Country



SPAM SOURCES - COUNTRIES

0% 10%  
LOW HIGH

SELECT MAP ENLARGE MAP

[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Beschermen tegen spam

- Gebruik spamfilters (vaak via internetprovider)
- Gebruik webmail
- Onbekende mail niet openen
- Klik niet op links in onbekende mail



www.internetbeschikking.nl

## Maar reclame kan ook leuk zijn...



www.internetbeschikking.nl

## Of een student miljonair maken...



www.internetbeschikking.nl

## Wat kun je er aan doen?

- Ontwikkel blinde vlek
- Reageer niet op berichten over besmetting van je computer
- Niet vertrouwen? Kruisje
- Of terugknop browser



www.internetbeschikking.nl

## En verder....?

- Sex, geweld, haat ....
- Net als in de "echte wereld"
- Subtiele sex overal
- Porno, geweld en haat als je ernaar op zoek gaat.



www.internetbeschikking.nl

## Wat kun je er aan doen?

- Helaas..... Niets....
- Klik weg of begin opnieuw
- Net zoals in het echte leven zijn er ook op het internet hele leuke dingen en minder leuke...



www.internetbeschikking.nl

### Chatten - kinderen



www.internetbeveiliging.nl

### Chatten - volwassenen

- Jongeren en volwassenen:
  - MSN
  - Sociale netwerksites: Hyves
  - Datingsites
  - Chatrouettes (niets menselijks is ons vreemd)
- Let op:
  - Open of gesloten profiel
  - Webcam gebruik



www.internetbeveiliging.nl

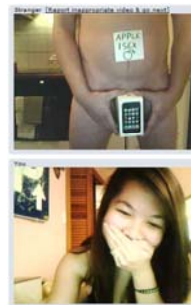
### Hype: Chatroulette

#### Humor



www.internetbeveiliging.nl

### Chatroulette - sex



www.internetbeveiliging.nl

### Chatroulette - vreemd



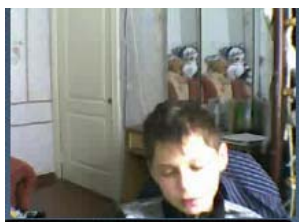
www.internetbeveiliging.nl

### Chatroulette - shockerend



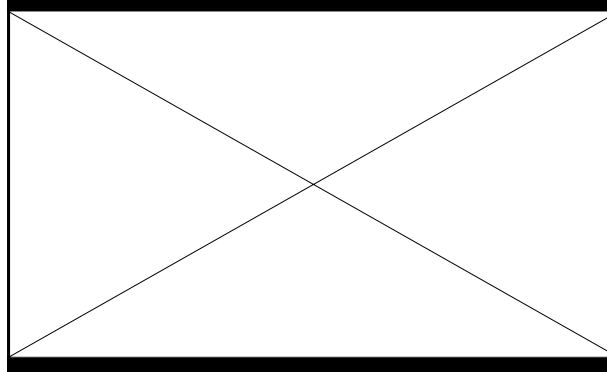
www.internetbeveiliging.nl

## Chatroulette – niet voor kinderen



www.internetbeveiliging.nl

## Chatroulette – niets menselijks is ons vreemd



## Wat kun je doen?

- Kinderen: MSN of gesloten profiel Hyves
- Geen persoonlijke gegevens
- Denk na over het plaatsen van een foto
- Let op webcam!
- Afspreken openbare gelegenheden
- Controle identiteit, voor zover mogelijk
- Wachtwoord!



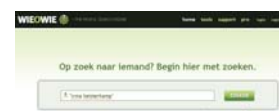
www.internetbeveiliging.nl

## Controle identiteit

- Google op "naam"



- www.wieowie.nl



www.internetbeveiliging.nl

Irma Heisterkamp

Sociale netwerken  Zoekmachines  Foto en video  Persoonlijke info

Zoekresultaten voor: Irma Heisterkamp (Nederland)

[Uw stamboom](#)  
Vind je stamboom Gratis en makkelijk!  
www.myheritage.nl

Ads door Google

**Wieowie profielen** 0 resultaten gevonden

**LinkedIn** 1 resultaat gevonden

**Schoolbank** 1 resultaat gevonden

www.internetbeveiliging.nl

Irma Heisterkamp

Sociale netwerken  Zoekmachines  Foto en video  Persoonlijke info

Zoekresultaten voor: Irma Heisterkamp (Nederland)

[SeniorenGeluk.nl \(50+\)](#)  
Die grootste site voor 50-plussers. Dating, chatten en veel meer!  
www.SeniorenGeluk.nl

Ads door Google

**Google** 33 resultaten gevonden

**Yahoo!** 48 resultaten gevonden

**Blogs** 6 resultaten gevonden

www.internetbeveiliging.nl

Irma Heisterkamp  **ZOEKEN**

Sociale netwerken
  Zoekmachines
  **Foto en video**
 Persoonlijke info

Zoekresultaten voor: Irma Heisterkamp (Nederland)

**Afbeeldingen** 4 resultaten gevonden



www.internetbeveiliging.nl

Irma Heisterkamp  **ZOEKEN**

Sociale netwerken
  Zoekmachines
  Foto en video
  **Persoonlijke info**

Zoekresultaten voor: Irma Heisterkamp (Nederland)

**Gerelateerde personen** 10 resultaten gevonden

**Documenten** 3 resultaten gevonden

**Tags** 10 resultaten gevonden

**E-mailadressen** 2 resultaten gevonden

www.internetbeveiliging.nl

## Vraagje ...

- Mag ik de naam van je school?
- Waar ben je geboren?
- Wat is je geboortedatum?



www.internetbeveiliging.nl

## Telefoon

- Zou je via de telefoon de volgende gegevens aan een vreemde geven?
  - De naam van je school?
    - 1% zegt nee
    - Echter 25% zet het online
  - Je geboorteplaats?
    - 97% zegt nee
    - Echter 18% zet het op profielpagina
  - Je geboortedatum?
    - 77% zegt nee
    - Echter 27% zet het op het internet



Volgens Brits onderzoek

www.internetbeveiliging.nl

## Meest gebruikte wachtwoorden

- In Nederland
  - Naam van huisdier
  - Hobby
  - Meisjesnaam moeder
  - Verjaardag van gezinslid
  - Eigen verjaardag
  - Naam van partner
  - Eigen naam
  - Favoriete voetbalclub
  - Liefingskleur
  - Naam van eerste school
  - Postcode
- Top 10 ter wereld:
  - 123456
  - 12345
  - 123456789
  - Password
  - iloveyou
  - princess
  - rockyou
  - 1234567
  - 12345678
  - abc123



www.internetbeveiliging.nl

## Tips voor wachtwoorden

- Uniek wachtwoord
- Niet elke keer beetje veranderen zoals:
  - password1
  - Password2
  - password3
- Per account ander wachtwoord
- Wachtwoord is alleen voor jezelf
- Wissel regelmatig van wachtwoord



www.internetbeveiliging.nl

## Tips voor wachtwoorden

- Toegestuurde wachtwoorden meteen veranderen
- Gebruik een makkelijk te onthouden zin als wachtwoord en bewaar het niet op je computer
- Gebruik een variatie van hoofd- en kleine letters en gebruik symbolen
- Zie voorbeelden hierna



www.internetbeveiliging.nl

## Wachtwoorden

- De kat krabt de krullen van de trap  
D3\_k@t-krabTd3kru113nv@nd3tr4p
- Beethoven, Pianoconcert No.5,Op.73  
P33th0f3n,P1@n0c0ns3rtn0.5-0b!73
- De buren lusten er pap van  
fr.citrm,;idym!rt?[s]/bsm
- Of : [www.wisseljewachtwoord.nl](http://www.wisseljewachtwoord.nl)

www.internetbeveiliging.nl

## Wachtwoordenwisselaar



www.internetbeveiliging.nl

## Logisch, we doen in ...

- Huis
  - De deuren/ramen op slot
  - Geen briefje op voordeur
  - Geen touwtje door brievenbus
  - Geen sleutel onder deurmat
- Auto
  - Deur op slot
  - Geen waardevolle spullen in auto



www.internetbeveiliging.nl

FOKKE & SLAKKE  
ZIJN DOELLOZ MET HUNN PAKKENS ZENFYLPLAIZ



Ongelukjes en criminele acties

**MAAR HOE ZIT DAT DAN MET DE COMPUTER?**

www.internetbeveiliging.nl

## Verlies van data

- Verlies van data (foto's)
  - Door ongelukjes
  - Crashen harde schijf
    - Vallen
    - Geen onderhoud
  - Hackers



www.internetbeveiliging.nl

## Bescherm jezelf

- Backup maken
  - Slechts 20% van de mensen maakt regelmatig een backup
- Kopieer je data (map Mijn Documenten) naar cd, dvd of usb-stick
  - Bewaar cd en dvd droog en donker
  - Controleer cd en dvd elk jaar



www.internetbeveiliging.nl

Pauze

www.internetbeveiliging.nl

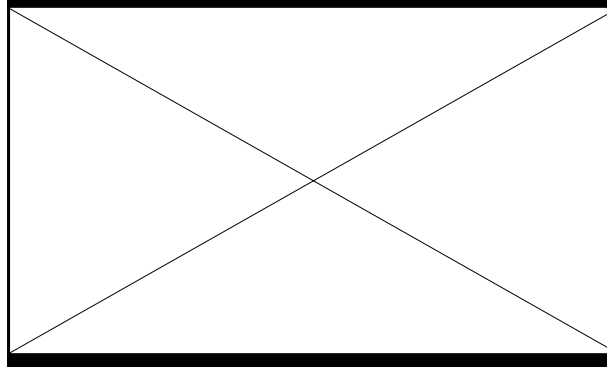
## Computercriminaliteit

- Ontwikkeling
- Virussen
- Hackers
- Crackers
- Criminele organisaties
- Kinderporno



www.internetbeveiliging.nl

Virussen, wormen en bots? Uitgelegd!



## Criminaliteit

- Net als het "echte" leven, maar dan met veel lagere drempel
- Phishing websites
- Besmette websites
- Besmette downloads
- Besmette mail



www.internetbeveiliging.nl

## Met als doel:

- Spionage
  - Persoonlijke of bedrijfsgegevens verzamelen
  - De webcam starten
- Malware
  - Botnet
    - Spam versturen vanaf je computer
    - Netwerken aanvallen
  - Persoonlijke en financiële gegevens doorsluizen
- Identiteitsdiefstal



www.internetbeveiliging.nl

## Voorkomen is beter...

- Installeer een anti-virus programma
  - Update deze dagelijks
- Zorg dat besturingssysteem en software altijd up-to-date is
- Open bij e-mail alleen de bijlagen van bekenden
- Klik in e-mail (en msn) niet op de links
- Account met beperkte toegang voor dagelijks gebruik
- Backup regelmatig



"Het kan heel stil, dat het ene ander menselijke is. Maar voor altijd WEZ na andere TO?"

www.internetbeveiliging.nl

## Veilig mailen

- Virussen in bijlagen
- Spam, scam
- Misleidende e-mails
  - Phishing
  - Controleren inloggegevens
  - Updaten van account
- U ontvangt de e-mail ongevraagd
- De e-mail is onpersoonlijk, uw naam wordt niet vermeld
- U wordt gevraagd om door te klikken naar een website
- U wordt gevraagd om persoonlijke (financiële) gegevens in te vullen, zoals bankrekeningnummer, pincode, BSN of creditcardgegevens
- Spelfouten, hoeft niet meer
- Geen "snoepjes" aannemen van vreemden. (Snel geld verdienen)



www.internetbeveiliging.nl

## Phishing

- E-mail
- Vissen naar persoonlijke/financiële gegevens
- Voorbeeld



www.internetbeveiliging.nl

Rotterdam, 7 januari 2011

0024910

### Betreft: hackers actief op MijnING.nl

Geachte heer/ mevrouw,

Afgelopen voorblij is er een nieuw bericht af aangekomen door hackers. Wij zijn bezig met ons onderzoek dat ontzigt is ingevuld en worden bekend. Deze hackers is ontzigt. Tegelijk is het noodzakelijk dat alle ING klanten die gebruik maken van mijnING (en andere ING producten) hun wachtwoord te wijzigen. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens. Als u normaal met uw bankrekening gegevens heeft ingevoerd, ontvangt u binnen 5 werkdagen een nieuw wachtwoord per post en een nieuwe website per e-mail naar u. De afzender van de e-mail is de Adviescommissie van de Adviescommissie in ons beveiligingsproces.

Om te zeker van te zijn dat u persoonlijk de Adviescommissie in ontvangst neemt, verstuurt de ING de afzender van de e-mail met legitimatie. Deze kunt u alleen persoonlijk aannemen van de ING kantoren als u een geldig legitimatiebewijs bij u heeft. Het is belangrijk dat u uw persoonlijke gegevens te wijzigen met uw persoonlijke gegevens. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens.

Let op! Dit e-mail bericht is alleen als u al een keer toe de nieuwe website heeft ingelogd. Het kan zijn dat deze afzender niet te wijzigen met uw wachtwoord. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens.

### Klik hier! Voor de beveiligde website

(Het kan zijn dat sommige simpele het mogelijk hebben met de capaciteit van de website en niet alles meer plaatsen te)

Let op! Klik op de onderstaande link en ga naar de website in uw Internet Explorer:

<http://veiligbankieren.ing.com>

Let op! Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens. Het is belangrijk dat u uw wachtwoord te wijzigen met uw persoonlijke gegevens.

Bij voorbaat dank voor het meewerken van dit proces.

### Let op!

Beslist deze briefje met bij uw andere bankpassen. Zo heeft u belangrijke informatie over uw ING bij de hand.

Hoop ik dat u het leuk vindt.

ING Bank NV

Postbus 1000

1000 AA Amsterdam

Tel: 020 674 4000

www.ing.nl

www.internetbeveiliging.nl

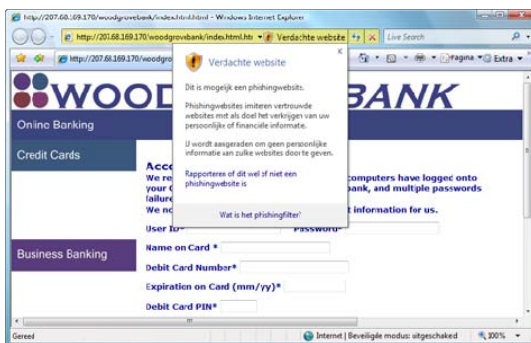
## Waarschuwingen

- Gmail:



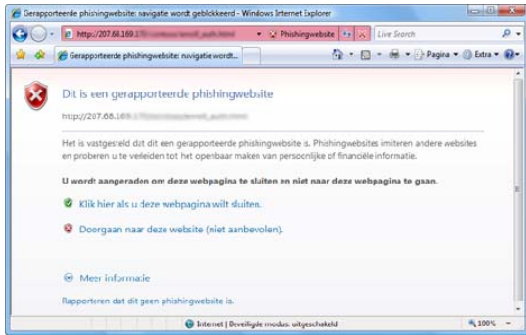
www.internetbeveiliging.nl

## Waarschuwing verdachte website



www.internetbeveiliging.nl

### Waarschuwing phishing website



www.internetbeveiliging.nl

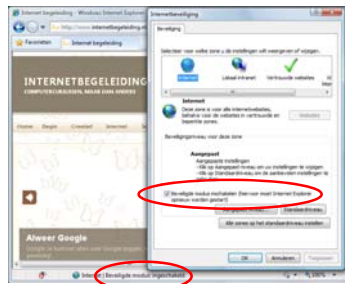
### Drive-by downloads



www.internetbeveiliging.nl

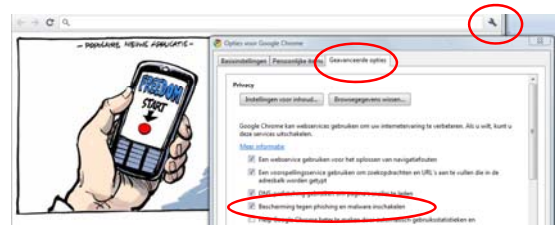
### Wat te doen?

- Zorg dat de webbrowser is beveiligd
- Internet Explorer



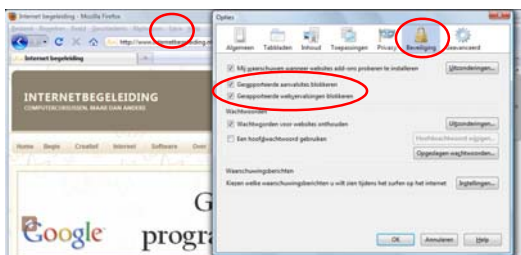
www.internetbeveiliging.nl

### Google Chrome



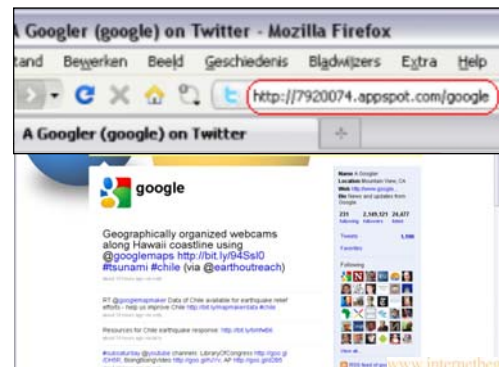
www.internetbeveiliging.nl

### Firefox



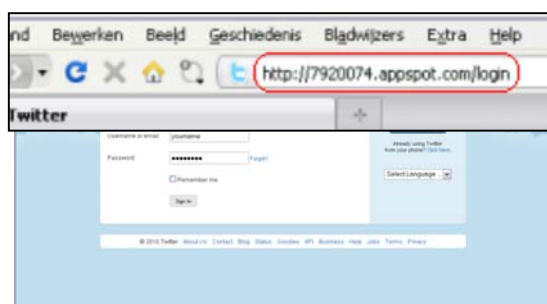
www.internetbeveiliging.nl

### Phishing sociale netwerken



www.internetbeveiliging.nl

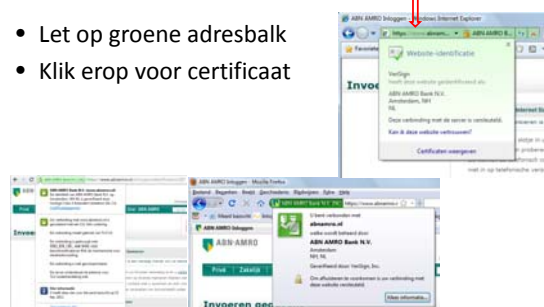
## Valse Twitter login



www.internetbeveiliging.nl

## Internetbankieren

- Let op groene adresbalk
- Klik erop voor certificaat



www.internetbeveiliging.nl

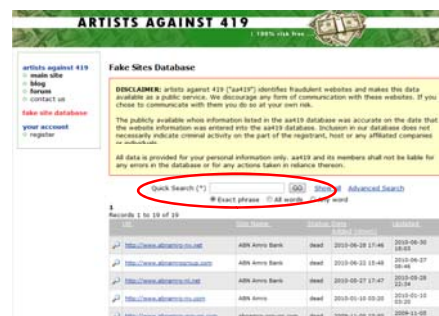
## Veilig internetbankieren

- Tik altijd rechtstreeks het webadres in de adresbalk
- Controleer op groene adresbalk als je in wilt loggen
- Controleer of beveiligde website is ingeschakeld
- Begint webadres met **https**?
- Valse websites controleren?



www.internetbeveiliging.nl

## Valse website? Controle:



www.internetbeveiliging.nl

## Kortom

- Schakel phishing beveiliging browser in
- Controleer webadres
- Tik zelf het webadres in
- Zorg voor laatste updates



www.internetbeveiliging.nl

## Veilig online kopen en verkopen

### Marktplaats:

- Doe zaken in persoon (gelijk oversteken)
- Op afstand alleen met geld dat je kunt missen
- Eerst betalen, dan versturen
- Te mooi om waar te zijn?!
- Betalen via Paypal, kopersbescherming
- Zaken doen in het buitenland? (Nigeria)



www.internetbeveiliging.nl

## Veilig online kopen en verkopen

### E-bay

- Bekijk feedback
- Kopers- en verkopersbescherming via PayPal
- Verkoper? Bewijs van verzending en ontvangst.



www.internetbeleid.nl

Feedbackprofiel

**jurgen\_ten\_voorde (210 ☆)**  
 Positieve feedback (afgelopen 12 maanden): 100%  
 (Hoe wordt het feedbackpercentage berekend?)  
 Lid sinds: 04-07-02 in Nederland

Recente feedbackbeoordelingen (afgelopen 12 maanden)

	1 maand	6 maanden	12 maanden	Criteria	Gemiddelde beoordeling	Aantal beoordelingen
Postief	51	132	152	Object voldoet aan beschrijving	★★★★★	124
Neutraal	1	1	1	Communicatie	★★★★★	123
Negatief	0	0	0	Verzendtijd	★★★★★	124
				Verzendkosten	★★★★★	127

210 keer feedback ontvangen (bekijken 1-29)

www.internetbeleid.nl

## Gegevensbestanden

- Onze persoonsgegevens staan gemiddeld in 250 tot 500 verschillende gegevensbestanden!
  - Diverse passen:
    - Voordeelpas
    - Toegangspas
    - Klantenpas
    - Ovkaart
    - Creditcard en/of betaalpas
  - Verzekeringen, banken, hypotheek en leningen
  - Gezondheidszorg



www.internetbeleid.nl

## Privacy

### Door:

- Digitalisering
- Combineren en samenvoegen van gegevensbestanden
- Opslaan telecom gegevens
- Videobeelden openbare ruimtes



Komt onze privacy steeds meer in gevaar.

www.internetbeleid.nl

## Daarbuiten....

- Zetten wij veel over onszelf op het internet.
- Denk aan sociale netwerksites (Hyves, LinkedIn, Twitter en Facebook)
- Reacties op diverse fora



www.internetbeleid.nl

## Privacy en sociale netwerken

Privacy, let goed op wat je op het internet zet.

## Lekken van persoonlijke gegevens

### Gegevens 12 miljoen Britten op straat

ANP - 02/11/08, 08:42

De Britse overheid heeft een belangrijk computersysteem met onmiddellijke ingang gebruikersnamen en parkeerplaatsen van 18 mei-2010

Openbaar-vervoersite lekt gegevens van 168.000 reizigers

Via de inmiddels afgevoerde gegevens krijgen de woorden recht op pensioenen en kinderbijslag. Volgens de overheid is het veiligheidssysteem niet gekraakt. De regering onderzoekt hoe het voorval heeft kunnen gebeuren en neemt de zaak hoog op.

Groot-Brittannië heeft al meerdere malen te maken gehad met verloren privé-gegevens van burgers. De grootste zaak was in november vorig jaar. Toen verloor de belastingdienst de gegevens van 25 miljoen burgers.

EXTRA

ARTIKELN

- Mubaraks mo
- EU boycot uit
- Liveblog: Het

MEER OVER Butler

FOTO & VIDEO



Vlie

www.internetbeschelding.nl

## Vorige week nog ...!

NRC lekt privédata 200.000 abonnees



Gepubliceerd: Zaterdag 19 februari 2011  
Auteur: Andreas Udo de Haes

Door een op het geslagen database worden abonnees van NRC ingehaald op het account van een ander. Naam, adres, e-mail, telefoon en bankrekening zijn zo te zien die te wijgen.

Als gevolg van de nieuw opgetrokken betaalmuur is de database met foto- en klantgegevens van alle abonnees van NRC Media op het geslagen. Abonnees werden ineens ingehaald op het account van een heel andere abonnee.

#### BETALINGSGEGEVENS WIJZIGEN

Abonneenummer: [input type="text"]  
Abonnee: De heer H. van V[input type="text"]  
Huidig e-mailadres: [input type="text"]@gmail.com

Wijzig de onderstaande gegevens door de velden correct in te vullen.

Bevat:

Betalingsgegevens

Betaalperiode: [input type="text"]

Betaling per: [input type="text"]

Bankrekeningnummer: [input type="text"]

Overstort geld naar bankrekeningnummer: [input type="text"]

Wijzig met een \* een veldje.

[input type="text"] [input type="text"]

Random abonnee accounts

Daarmee zijn alle gegevens van de vreemde abonnee niet alleen zichtbaar, maar ook te wijgen. Het gaat om naam, adres, abonneenummer en soort abonnement, telefoonnummer, e-mailadres en bankrekening.

www.internetbeschelding.nl

## Identiteitsfraude



www.internetbeschelding.nl

## Weet u nog?

- Geeft u via de telefoon de volgende gegevens aan een vreemde?
  - De naam van uw school?
    - 1% zegt nee
    - Echter 25% zet het online
  - Uw geboorteplaats?
    - 97% zegt nee
    - Echter 18% zet het op profielpagina
  - Uw geboortedatum?
    - 77% zegt nee
    - Echter 27% zet het op het internet



www.internetbeschelding.nl

## Het vorige in combinatie met dit:

- Is nodig voor identiteitsfraude:
  - naam
  - adres of woonplaats
- Wat wordt er mee gedaan:
  - Leningen
  - Aankopen
  - Huren van huizen
  - Telefoonabonnementen



www.internetbeschelding.nl

## Wat is een online identiteit?

- Overall waar een login en wachtwoord voor nodig is.
  - Internetbankieren
  - Sociale netwerken
  - Mailen



www.internetbeveiliging.nl

## Vertrouwen

- Vertrouwen is belangrijk bij een online identiteit
  - Kennissen en vrienden vertrouwen mijn mail
  - Vertrouwen in mijn berichten op sociale media
  - Vertrouwen mijn chatberichten

www.internetbeveiliging.nl

## Misbruik van vertrouwen

- Mbv mijn online identiteit kan een crimineel
  - Spam versturen
  - Bestellen en betalingen verrichten
  - Persoonsgegevens misbruiken

www.internetbeveiliging.nl

## Hoe word je identiteit gekaapt?

- Hoe?
  - Malware (virussen e.d.)
  - Nepmails en websites (phishing)
  - Drive-by downloads



www.internetbeveiliging.nl

## Hoe voorkom je dit?

- Wees bewust van wat je plaatst op het internet
- Zet je profiel zo veel mogelijk op slot
- Plaats geen "briefjes op de voordeur". (www.Hyves)
- Zorg voor een up-to-date virusscanner
- Zorg dat Windows, browsers en software de laatste updates hebben
- Open geen mail van onbekenden
- Klik niet op een link in de mail, tenzij je zeker weet dat deze goed is.

www.internetbeveiliging.nl

## Veilig surfen

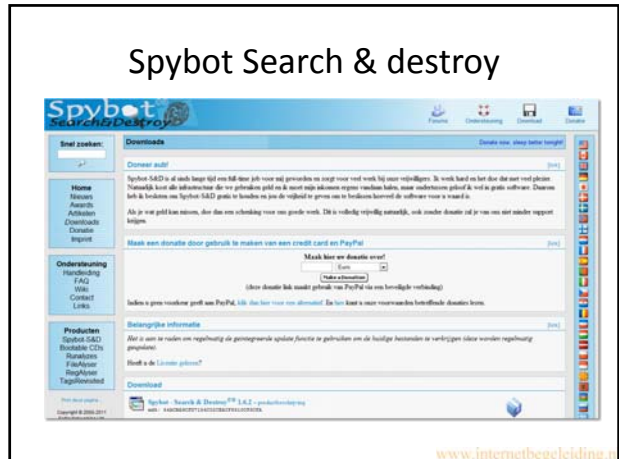
- Maak een gebruikersaccount met beperkte rechten en gebruik alleen deze als je surft en mailt.
- Maak een junkmailadres aan (reclames, nieuwsbrieven, enz.) bij bijv. Hotmail
- Zorg dat de browsers up-to-date zijn
- Zorg dat Java, Flash en Adobe up-to-date zijn
- Gebruik antispyware

www.internetbeveiliging.nl

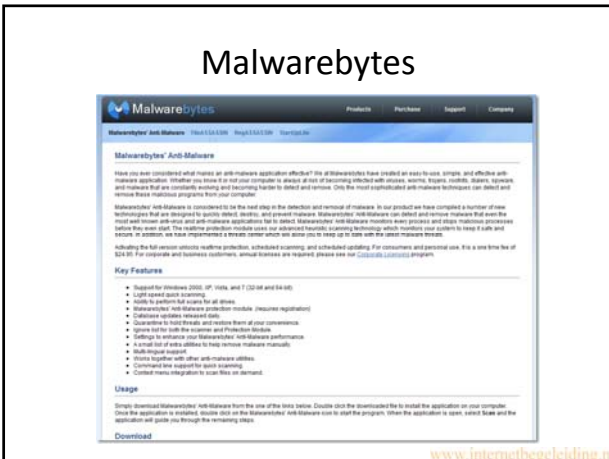
### Lavasoft adaware



### Spybot Search & destroy



### Malwarebytes



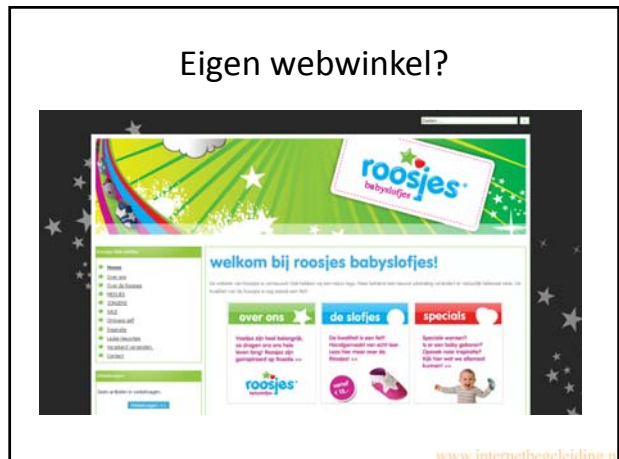
### Alles ge-updated en beveiligd?

- Dan nu de leuke dingen op het internet!

### Nu, grote zolderopruiming!



### Eigen webwinkel?



## De grote Winkler Prins



## Vakantie beoordelingen

- www.zoover.nl



## Miljoenen foto's bekijken

- www.flickr.com



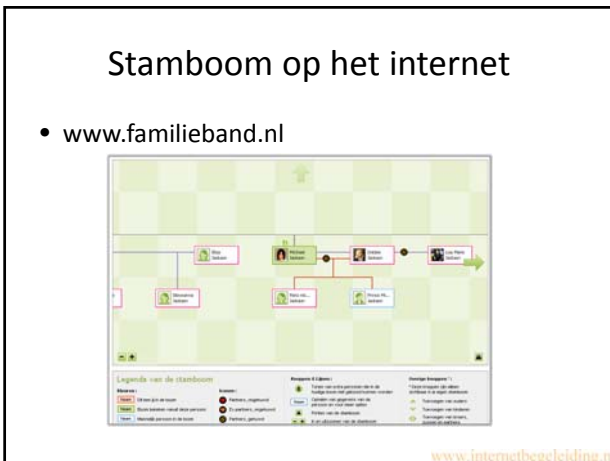
## Miljoenen video's bekijken

- www.youtube.com



## Stamboom op het internet

- www.familieband.nl



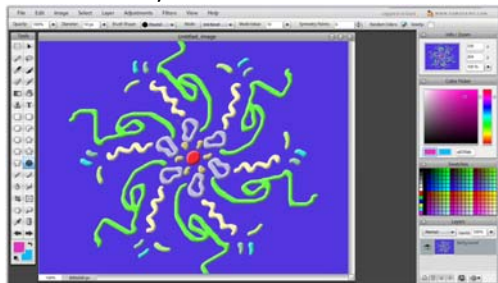
## Zing maar mee, karaoke

- www.karaokeparty.com



## Online beeldbewerken

- [www.Sumo.fi/web](http://www.Sumo.fi/web)



[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Jaaroverzichten in video

- [www.nos.nl/dossier/206431-nos-jaaroverzichten-online/](http://www.nos.nl/dossier/206431-nos-jaaroverzichten-online/)

### Dossier NOS Jaaroverzichten online

Overzicht Thema's

#### Alle NOS Jaaroverzichten online



20 dec 2010, 13:21

VIDEO, AUDIO

Alle jaaroverzichten van de NOS en die van voorganger NTS, van 1956 tot 2009, staan online.

[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

## Kracht van Twitter



[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)

Deze presentatie is samengesteld en verzorgd door Irma Heisterkamp

**WWW.INTERNETBEGELEIDING.NL**

© - 2011

[www.internetbegeleiding.nl](http://www.internetbegeleiding.nl)