

# 臉書下載副本資訊及雙重認證設定

## 一、下載副本紀錄

- (一)登入臉書電腦版
- (二)進入隱私權中心
- (三)進入Facebook設定

## 二、設定雙重認證

- (一)登入臉書電腦版
- (二)進入隱私權中心

## 一、下載副本紀錄

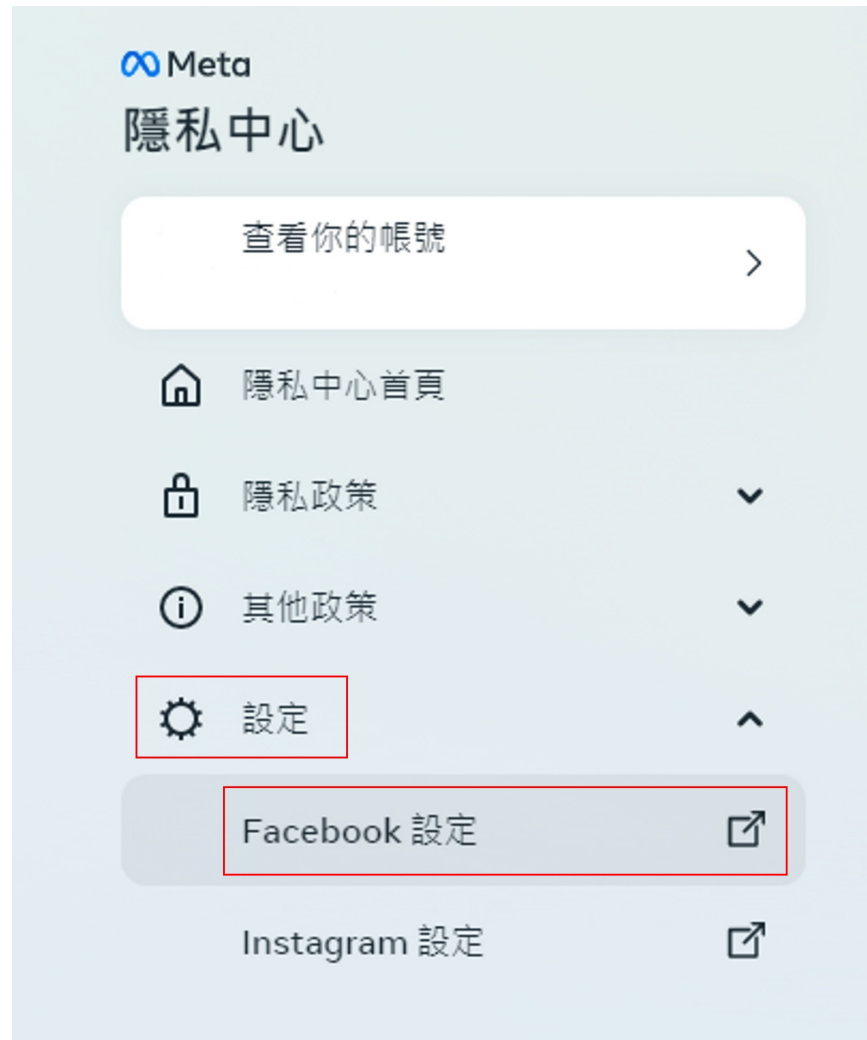
### (一)登入臉書電腦版

點擊「設定和隱私」選項，並點擊「隱私中心」



## (二)進入隱私權中心

在隱私權中心的左側點擊「設定」→「Facebook設定」



## (三)進入Facebook設定

點擊左側的設定列點擊「你的Facebook資訊」→再點擊「下載資訊」

預設下載的檔案格式是HTML，然後選擇要下載的資訊會是預設全部勾選()

## 設定

一般

帳號安全和登入

**你的 Facebook 資訊**

隱私

個人檔案和標籤

公開的貼文

封鎖

語言和區域

限時動態

通知

行動版

## 你的 Facebook 資訊

你可以隨時查看或下載你的資訊，也可以刪除你的帳號。

存取資訊	依類別查看你的資訊。	<a href="#">查看</a>
移轉資訊副本	複製相片、影片、貼文或其他資訊到其他服務中。	<a href="#">查看</a>
下載資訊	下載你的資訊副本，以便保存或移轉到其他服務。	<a href="#">查看</a>
活動紀錄	查看並管理你的資訊和其他設定。	<a href="#">查看</a>
Facebook 站外動態	查看或清除你在 Facebook 站外商家和組織的瀏覽動態。	<a href="#">查看</a>
管理資訊	深入瞭解如何管理你的資訊。	<a href="#">查看</a>
停用和刪除	暫時停用或永久刪除帳號。	<a href="#">查看</a>

## 下載

[要求下載](#)[可供下載的檔案](#)

### 選擇檔案選項

你可以選擇下載內容的檔案格式、影像畫質和日期範圍。HTML 格式易於查看，而 JSON 格式可讓其他服務更容易匯入檔案。影像畫質是你相片和影片的畫質，但不會影響檔案大小。

格式

HTML



影像畫質

高



日期範圍 (必填)



### 選擇要下載的資訊

你可以下載所有內容或選擇想下載的資訊類型。

#### 你在 Facebook 上的動態

來自 Facebook 上不同區域的資訊和動態，例如你建立的貼文、你被標註在內的相片、你所屬的社團和其他內容

[取消全選](#)

#### 珍藏項目和珍藏分類

你已儲存的貼文清單，以及你在珍藏分類中的動態

[包含哪些內容？](#)

#### 投票地點和提醒

「民意大會堂」和「投票資訊中心」的位置及偏好設定

[包含哪些內容？](#)

#### 訊息

你和其他人透過 Messenger 往來的訊息

[包含哪些內容？](#)

#### 貼文

你曾在 Facebook 分享的貼文、從你動態時報隱藏的貼文，以及你曾建立的票選活動

[包含哪些內容？](#)

#### 粉絲專頁和個人檔案



若案件係為盜用帳號且已成功取回的話，可以只勾選「帳號安全和登入資訊」的選項

下載的資訊會包含IP紀錄，可以透過登入時間及IP紀錄去分析盜用帳號之犯嫌。



### 帳號安全和登入資訊

和你的帳號相關的技術資訊和活動紀錄



#### 帳號安全和登入資訊

和你的帳號相關的技術資訊和活動紀錄  
[包含哪些內容？](#)



### Facebook 站外應用程式和網站

你擁有的應用程式，以及我們從 Facebook 站外應用程式和網站收到的動態



#### Facebook 站外應用程式和網站

你擁有的應用程式，以及我們從 Facebook 站外應用程式和網站收到的動態  
[包含哪些內容？](#)



和你的帳號相關的技術資訊和活動紀錄

### 可能包含的內容

你的 **Facebook** 動態紀錄

你登入 Facebook 的時間紀錄

你登入的位置

你有效登入 Facebook 的時段

已授權的登入

你儲存到 Facebook 帳號的電腦和手機

登入和登出

你的 Facebook 登入和登出紀錄

登入保護資料

帳號狀態變更

帳號活動

紀錄詳細資料

部分管理紀錄中的詳細資料

IP 位址動態

你在特定 IP 位址的最近動態

瀏覽器 **Cookie**

來自你瀏覽器 Cookie 的資訊

電子郵件地址驗證

你驗證你電子郵件地址的時間紀錄

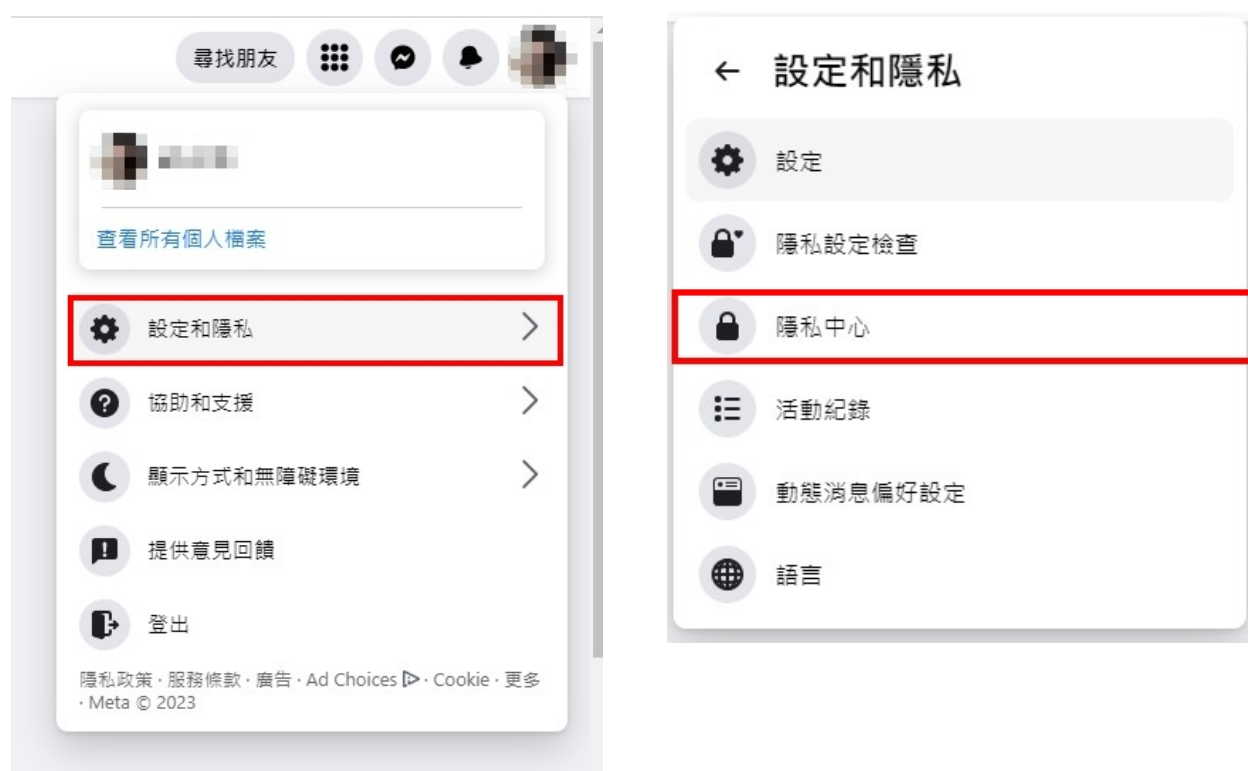
行動裝置

你用來登入的行動裝置清單

## 二、設定雙重認證

### (一)登入臉書電腦版

點擊「設定和隱私」選項，並點擊「隱私中心」



### (二)進入隱私權中心

點擊「安全」並立即開始→再點擊加強帳號安全



有關【Facebook】及【Instagram】的雙重認證皆可從該處進行設定  
設定項目有「驗證應用程式」、「訊息」及「安全性金鑰」



## 如何加強帳號安全

我們提供數種帳號安全功能，為你的帳號提供額外保障。你可使用登入警告和雙重驗證等功能，在有人試圖從不明的裝置或瀏覽器登入你的帳號時，增添另一層保障。

你也可以使用高強度的獨特密碼來提升帳號安全。

### Facebook

**Two-factor authentication**  
有人從陌生的裝置或瀏覽器上登入你的帳號時，取得特殊的登入碼或提示。 >

**登入要求**  
有人從陌生的瀏覽器或裝置上登入你的帳號時接收警告。 >

**你的密碼**  
若你在其他網路帳號也使用這組密碼，請更新密碼。 >

### Instagram

**Two-factor authentication**  
有人從陌生的裝置或瀏覽器上登入你的帳號時，取得特殊的登入碼或提示。 >

**登入要求**  
你可以瀏覽 Instagram 使用說明，瞭解如何在你的 Instagram 應用程式開啟登入警告。

**你的密碼**  
若你在其他網路帳號也使用這組密碼，請更新密碼。 >

### Messenger

**鎖定應用程式**  
必須使用行動裝置上的指紋或 Face ID 才可解鎖 Messenger。



## 加強保護帳號安全

如果我們注意到你嘗試從不明裝置或瀏覽器登入，我們將會要求你提供密碼和驗證碼。

### 選擇帳號防護方式



#### 驗證應用程式

**建議**：使用 Google Authenticator 或 Duo Mobile 等應用程式來產生驗證碼，藉此加強防護。

使用驗證應用程式



#### 簡訊 (SMS)

透過簡訊接收驗證碼。為保護你的帳號安全，啟用雙重驗證後，用於雙重驗證的手機號碼無法用來重設密碼。

透過簡訊 (SMS)



#### 安全性金鑰

使用實體安全性金鑰有助於保護你的 Facebook 帳號，避免其他人未經授權存取。你無須輸入代碼。

使用安全性金鑰