ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ

ਚਾਈਲਡਨੈਟ SMART (ਹੁਸ਼ਿਆਰ) ਨਿਯਮ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਾਦ ਦਵਾਉਣ ਲਈ ਲਿਖੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਵੇਲ਼ੇ ਸਾਵਧਾਨ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

S — **SAFE (ਸੁਰੱਖਿਅਤ):** ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਵੇਲ਼ੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ‘ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਾਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ – ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣਾ ਨਾਂ, ਈਮੇਲ, ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਘਰ ਦਾ ਪਤਾ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ – ਨਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ।

M — **MEETING (ਮਿਲਣਾ):** ਕਸੇ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਸਿਰਫ ਆਨਲਾਈਨ ਹੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰੋ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਓਦੋਂ ਜਦੋਂ ਇਹ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਣ।

A — **ACCEPTING (ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ):** ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ‘ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਈਮੇਲ, IM ਸੁਨੇਹੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਫ਼ਾਈਲਾਂ, ਫੋਟੋਆਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਖੋਲ੍ਹਣ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ – ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਗੰਦੇ ਸੁਨੇਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ!

R — **RELIABLE (ਭਰੋਸੇਯੋਗ):** ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਸ਼ਖਸ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਝੂਠ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ‘ਤੇ ਜਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਨਾ ਹੋਵੇ।

T — **TELL (ਦੱਸੋ):** ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਕਾਰਨ ਤੁਸੀਂ ਬੇਅਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਂ/ਬਾਪ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਕਤ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

> ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈਟ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰੀਕ ਹੋਵੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਕਿ ਇੰਟਰਨੈਟ ਕਿਹੜੇ ਮੌਕੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਕੀ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ, ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਇਹ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ SMART (ਹੁਸ਼ਿਆਰ) ਨਿਯਮ ਪਤਾ ਹੋਣ।

> ਜ਼ਾਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਆਨਲਾਈਨ ਬਿਤਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ, ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਪਰਵਾਰ ਵਜੋਂ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋ।

> ਆਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਪਰਵਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਂਝਾ ਈਮੇਲ ਪਤਾ ਬਣਾਓ।

> ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਦੀਆਂ ਪਸੰਦੀਦਾ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਬੁਕਮਾਰਕ ਕਰੋ। www.virtualglobaltaskforce.com ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਸੰਦੀਦਾ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ (Favourites) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਜੇ ਕਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਆਨਲਾਈਨ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।

> ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਆਨਲਾਈਨ ਕੁੱਝ ਵਾਪਰਨ ਕਾਰਨ ਕਦੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਜਿਸ ‘ਤੇ ਉਹ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ

ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਕੜੀਆਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

www.childnet-int.org

ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਦੀ ਚੈਟਡੇਂਜਰ ਵੈਬਸਾਈਟ ਚੈਟ, IM, ਆਨਲਾਈਨ ਖੇਡਾਂ, ਈਮੇਲ, ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਪਰਸਪਰ ਮੇਲ ਜੋਲ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੱਚੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਆਨਲਾਈਨ ਚੈਟ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

www.chatdanger.com

ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਸਾਰਟਿਡ ਵੈਬਸਾਈਟ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਵਸੀਲਾ ਹੈ ਜੋ ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ‘ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੰਪਿਉਟਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸਾਂ, ਫ਼ਿਸ਼ਿੰਗ (phishing) ਘੋਟਾਲਿਆਂ, ਜਸੂਸੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਫਟਵੇਅਰਾਂ (ਸਪਾਈਵੇਅਰਾਂ) ਅਤੇ ਟਰੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾਵੇ।

www.childnet-int.org/sorted

ਚਾਈਲਡ ਐਕਸਪਲਾਇਟੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਆਨਲਾਈਨ ਪਰੋਟੈਕਸ਼ਨ (CEOP) ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ‘ਤੇ ਵਿਸਤਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਭੰਡਾਰ ਹੈ ਕਿ ਆਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰਿਹਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਰਚੁਅਲ ਗਲੋਬਲ ਟਾਸਕਫੋਰਸ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਨਿਵੇਕਲੀ ਕੜੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਏ ਅਸਲੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਜਿਸਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੀ ਤਫਤੀਸ਼ ਪੁਲੀਸ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

www.ceop.gov.uk

ਇੰਟਰਨੈਟ ਵਾਚ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਆਨਲਾਈਨ ਗ਼ੈਰਕਨੂੰਨੀ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਹਾਟਲਾਈਨ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰਤ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਯੂ.ਕੇ. ਵਿੱਚ ਅਪਰਾਧਸ਼ੀਲ ਅਸ਼ਲੀਲ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਨਫਰਤ ਭੜਕਾਊ ਵਿਸ਼ੇ ਵਸਤੂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਹੈ।

www.iwf.org.uk

ਇਹ ਗਾਈਡ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈਟ ਚੈਰਿਟੀ ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤy DfES ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

department for education and skills
creating opportunity, releasing potential, achieving excellence

Childnet International © 2006

ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1080173
www.childnet-int.org

Childnet International

www.childnet-int.org

ਇੰਟਰਨੈਟ ‘ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਣਾ...

...ਮਾਪਿਆਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਗਾਈਡ

ਇੰਟਰਨੈਟ – ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕਦਮ ਮਿਲਾ ਕੇ ਤੁਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀ ਭਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਆਨਲਾਈਨ ਕੀ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੀ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਿਸਦੇ ਨਾਲ ਚੈਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਲਿਖਤ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦਾ ਆਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੀ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕੀ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲੋਂ ਵਧੀਆ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ; ਲੇਕਨ ਫਿਰ ਵੀ ਇੰਟਰਨੈਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਗਾਈਡ ਆਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਹਾਰਕ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗੀ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਇੰਟਰਨੈਟ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਣ।

ਫਿਰ ਖ਼ਤਰੇ ਕੀ ਹਨ?

ਇੰਟਰਨੈਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਵਰਤਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ **ਅਢੁਕਵੇਂ**:

C CONTACT (ਸੰਪਰਕ): ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਭਾਵੀ ਸੰਪਰਕ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਧੌਂਸ ਜਮਾਉਣਾ ਜਾਂ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

> ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਨਲਾਈਨ ਦੋਸਤ ਉਹ ਨਾ ਹੋਣ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹੋਣ ਕਿ ਉਹ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਿੰਨੇ ਚਿਰ ਤੋਂ ਗੱਲ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਦੋਸਤਾਨਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ। ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਜ਼ਾਤੀ ਵੇਰਵੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਗੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਸਿਰਫ ਇੰਟਰਨੈਟ ਰਾਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਅਢੁਕਵੀਂ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ।

C CONTENT (ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ): ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਢੁਕਵੀਂ ਸਮੱਗਰੀ ਆਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

> ਫਿਲਟਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਫਟਵੇਅਰਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ 'ਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਨਿਯਮਾਂ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਲਵੋ ਕਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੇ ਬੱਚੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਤਰਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਜਨੀਤੀਆਂ ਦਿਓ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ – ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦਾ ਸਵਿਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ। ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨ ਦੇ ਕਨੂੰਨੀ ਅੰਜਾਮ ਵੀ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਚੇਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਦੀ ਚੋਰੀ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰਚਨਾਕਾਰ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ ਗ਼ੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

C COMMERCIALISM (ਵਪਾਰਕਤਾ): ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ 'ਤੇ ਆਕਰਮਣਸ਼ੀਲ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਮਾਰਕਿਟਿੰਗ ਸਕੀਮਾਂ ਧਾਵਾ ਬੋਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

> ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਾਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰੱਖਣ, ਪੌਪ-ਅੱਪਸ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਅਤੇ ਸਪੈਮ ਈਮੇਲਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਅਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰਨ ਵੇਲੇ ਪਰਵਾਰਕ ਈਮੇਲ ਪਤਾ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੈਂ ਮਹਿਜ਼ ਫਿਲਟਰ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ?

ਫਿਲਟਰ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਅਢੁਕਵੀਂ ਸਮੱਗਰੀ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਲੇਕਨ ਉਹ 100% ਕਾਰਗਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਵੱਡਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ।

ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਲਈ ਵੇਖੋ:
www.getnetwise.org

ਸਮਾਜਕ ਨੈਟਵਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਬਲਾਗਿੰਗ

ਸਮਾਜਕ ਨੈਟਵਰਕਿੰਗ ਜਾਂ ਬਲਾਗ ਅਜਿਹੀਆਂ ਆਨਲਾਈਨ ਥਾਂਵਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵੈਬ-ਪੇਜ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਹੋਰ ਸਾਈਟਾਂ ਨਾਲ ਕੜੀਆਂ ਜੋੜਨ ਨਾਲ ਆਨਲਾਈਨ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸਾਈਟਾਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਆਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਅਤੇ ਚੈਟਿੰਗ ਵਾਸਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਜਕ ਨੈਟਵਰਕ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਨ ਤਿਆਰ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।.

ਖ਼ਤਰੇ ਕੀ ਹਨ?

ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਾਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਨਲਾਈਨ ਗੱਲਬਾਤ ਦੌਰਾਨ ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਨੈਟਵਰਕ ਨੂੰ ਅਣ-ਉਚਿਤ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਣ-ਚਾਹਿਆ ਸੰਪਰਕ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਦੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੀ ਆਨਲਾਈਨ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਧੌਂਸ ਜਮਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਓ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਓ ਕਿ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਬਲਾਗ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਉਣ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹੀ ਦੇਖ ਸਕਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਆਫਲਾਈਨ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਾਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਜ਼ਾਤੀ ਤਸਵੀਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੋਚਣ। ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਬੜੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਕਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸਦਾ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੇਖੋ: www.childnet-int.org/blogsafety

ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ

ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੈਮੀਨਾਰ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਦੀ ਕਿਡਸਮਾਰਟ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ, ਵੇਖੋ: www.kidsmart.org.uk/parents.

ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਦੋਵਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪਰਚੇ ਵੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ www.childnet-int.org/order ਤੋਂ, ਚਾਈਲਡਨੈਟ ਨੂੰ 020 7639 6967 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨ ਰਾਹੀਂ, ਜਾਂ info@childnet-int.org 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੰਗਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ, P2P ਅਤੇ ਫਾਈਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ

ਸਾਥੀ-ਤੋਂ-ਸਾਥੀ (Peer-2-Peer) (P2P) ਕੀ ਹੈ?

P2P ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਰਾਹੀਂ, ਇੱਕ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨੈਟਵਕ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਵੀਡੀਓ, ਸੰਗੀਤ, ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਆਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਇਹ ਕਨੂੰਨੀ ਹੈ?

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਰਚਨਾਕਾਰ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਆਨਲਾਈਨ ਡਾਊਨਲੋਡ ਜਾਂ ਅਪਲੋਡ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਨੂੰਨ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਕਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ।

ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਕੀ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਨਿਯੰਤਰਤ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਨੂੰ ਸਪਾਈਵੇਅਰ, ਵਾਇਰਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਆਕਰਾਮਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠਤ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਫਾਇਰਵਾਲ ਅਤੇ ਐਂਟੀ-ਵਾਇਰਸ ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਵਰਤਣ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਤੇ ਜ਼ਾਤੀ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਦੀ ਹਿਫ਼ਾਜ਼ਤ ਕਰੋ।

ਅਢੁਕਵੇਂ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਬਾਰੇ?

ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੈਟਵਰਕ ਇੰਟਰਨੈਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਿਯੰਤਰਤ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸ਼ਲੀਲ ਅਤੇ ਅਢੁਕਵਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਕਸਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਭੁਲੇਖਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਣ। ਖ਼ਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਭੇਜੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੇਖੋ: **www.childnet-int.org/music**

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨਾਂ 'ਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ

ਆਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਓਨਾ ਹੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਫੋਨਾਂ 'ਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੰਚਾਰ, ਪਰਸਪਰ ਮੇਲ ਜੋਲ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਕਾਫੀ ਅਵਸਰ ਹਨ, ਲੇਕਨ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਢੁਕਵੀਂ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੇਖਣ ਜਾਂ ਵੰਡਣ ਅਤੇ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸ਼ਲੀਲ ਲਿਖਤ ਸੁਨੇਹੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬੱਚੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੇ ਵਪਾਰਕ ਦਬਾਅਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਗ੍ਰਹਣਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫੋਨ ਦੇ ਭਾਰੀ ਬਿਲ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਦਾ ਨੰਬਰ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਦੇਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਨਲਾਈਨ ਹੋਣ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਅਸਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ। ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰਾਨਾ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਲਈ ਵੇਖੋ: **www.chatdanger.com/mobiles**