ऑनलाइन
सावधान
रहें
username

जोखिमों को जानें 1

सुरक्षित रहने के तरीके 12

मदद लें 20

ख़ुद को परखें 21

जिस तरह आपको वास्तविक दुनिया में सतर्क रहने की ज़रूरत है ...
... उसी तरह इंटरनेट पर भी सतर्क रहें!
******

टेक्नोलॉजी हमारे जीवन का
हिस्सा है। यह कई अवसर
लाती है ...

हे हे
... मगर इससे जोखिम भी पैदा होते हैं
सबको पता होना चाहिए कि खतरों से कैसे बचा जाए

जब भी आप इंटरनेट का उपयोग करते हैं, अपने पदचिह्न छोड़ जाते हैं
मेरा स्थान
मैं किस तरह दिखता हूं
मेरा नाम/उम्र/लिंग
मेरी बातचीत के विषय

एक बार आपकी जानकारी ऑनलाइन पहुंची तो यह चिरस्थाई हो सकती है!

किसी अजनबी के साथ इतनी निजी जानकारी सांझा करने में आपको कैसा महसूस होगा?

शोषण का जाल

दुष्ट लोग* आपका विश्वास जीतने से शुरुआत करते हैं

आप उसी क्षण जाल में फंस जाते हैं जब आप मान बैठते हैं कि कोई ख़ास दोस्ती है

1 रिश्वत

उपहार, पैसे या इनाम में अंक - आपकी रुचि जगाने के लिए

2 चापलूसी

लाइक, दिलों, स्नेह और प्रशंसा की बौछार - आपका भरोसा जीतने के लिए

3 यौनिक खेल

चैट, निजी संदेश - आपकी कमज़ोरी भांपने के लिए

*** जिन्हें आप परिचित मानते हैं, उनके भी बुरे इरादे हो सकते हैं!**

जो जाल में फंसा हो, उसका कई तरह से शोषण हो सकता है!

4

असंवेदनशील बनाना

यौनिक या शोषण के चित्र दिखाना - आपके ख्यालों को नियंत्रित करने के लिए

5

भावनात्मक हेरफ़ेर

धमकी या ब्लैकमेल। - आपसे कुछ ख़तरनाक करवाने के लिए (जैसे, कैमरे के सामने यौन क्रिया)

6

पूरा नियंत्रण

आपसे कुछ भी करवा लेने की शक्ति

यह सब मेरे साथ कभी नहीं होगा!

हां! अब आप ख़तरे को पहचानते हैं। सुरक्षित रहें!

पहचान की चोरी

दुष्ट लोग आपकी ऑनलाइन पहचान चुरा सकते हैं*

जिससे आपके नाम से कई अपराध किए जा सकते हैं ...

आपके अकाउंटस / खातों से पैसों की चोरी

जो आपको सालों के क़र्ज़ तले दबा सकती है

ड्रग्स या लोगों की तस्करी

जिससे आप जांच-पड़ताल में मुख्य संदिग्ध बन सकते हैं

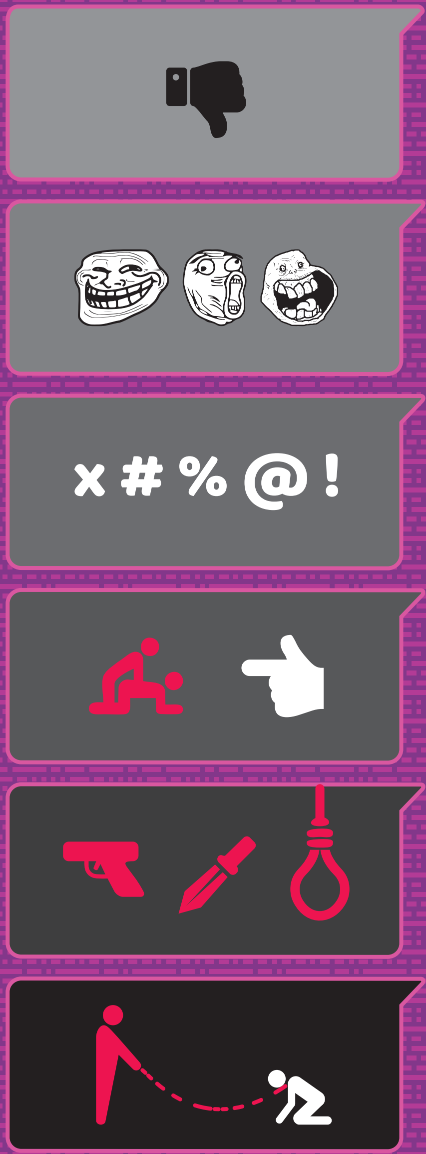
* एक ओटीपी, पासवर्ड, या सीवीवी नंबर बहुत कुछ चुराने के लिए काफ़ी है

धमकियाँ, धौंसियाना, ट्रोलिंग

बार-बार किसी को उकसाना

ऑनलाइन गाली, धमकी, घृणा भरे संदेशों या पोस्ट द्वारा

जिसे धौंस का सामना करना पड़े, उसके लिए जानलेवा या शोषणमूलक स्थिति पैदा हो सकती है

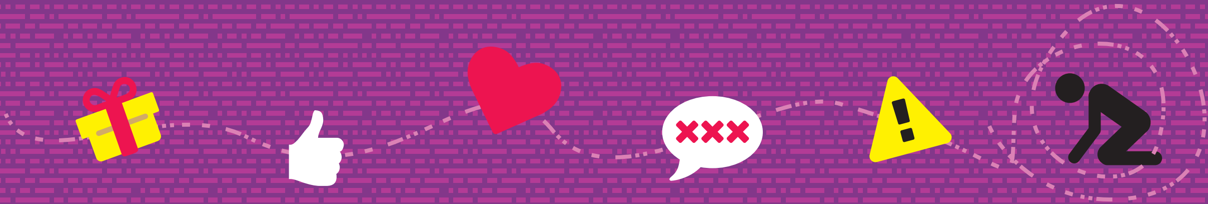


एक बूढ़ा आदमी नकली प्रोफ़ाइल बना कर युवा लड़की होने का ढोंग कर सकता है

कैटफ़िशिंग

फ़र्ज़ी पहचान का प्रयोग करके दुष्ट लोग आपके साथ छल कर सकते हैं

यह ऑनलाइन भेस में रहने जैसा है



वह फिर युवा लोगों के साथ संबंध बनाना शुरू कर सकता है ...

... उनमें से किसी की दुर्बलता का फ़ायदा उठाने की ताक में

दुष्ट लोग आपके पैसे या जानकारी चुराने के लिए जाने-माने व्यवसाय होने का दिखावा कर सकते हैं

डिवाइस हैक

दुष्ट लोग चोरी-चोरी आपके डिवाइस को नियंत्रित कर सकते हैं

कुछ ऐप्स या प्लग-इन्स आपको आपकी जानकारी के बिना नुकसान पहुंचा सकते हैं

दुष्ट लोग धोके से आपसे प्रच्छन्न सॉफ़्टवेयर इंस्टॉल करवा सकते हैं

दुष्ट सॉफ़्टवेयर की मदद से अपराधी चुपचाप रिमोट कंट्रोल कर सकते हैं, आपके ...

... माइक्रोफ़ोन को ध्वनि रिकॉर्ड करने के लिए

इससे वे आप पर नज़र रख आपको ब्लैकमेल कर सकते हैं या धमकी दे सकते हैं!

सतर्क रहें सुरक्षित रहें

आम फंदों के बारे में सतर्क रहें

सतर्कता ही सबसे अच्छी सुरक्षा है

अपराधी आपको चकमा देने के लिए अलग-अलग तरीके आजमा सकते हैं। लेकिन जब आप मुख्य विधियों को जान लेंगे, तो आप उनके नए तरीकों को भी समझ जाएंगे

आम फंदों के बारे में जानने के लिए कोड स्कैन करें ...

... घोटाले, धोखे और हमले

https://cybercrime.gov.in/Webform/CrimeCatDes.aspx

एक ही जाल में बार-बार मत फंसें

खुद को सुरक्षित करें
दूसरों को सुरक्षित रहने में मदद करें

अपनी गोपनीयता लॉक करें

गोपनीयता की सेटिंग का सोच-समझ कर उपयोग करें

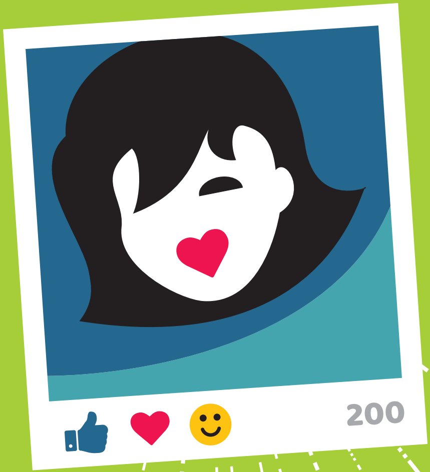
ऐसी सेवाओं के उपयोग से बचें जो आपकी गोपनीयता को सुरक्षित रखने के विकल्प नहीं देती हैं

सभी अकाउंटस /खातों में गोपनीयता का **उच्चतम स्तर** निर्धारित करने का प्रयास करें

कभी भी सार्वजनिक रूप से व्यक्तिगत जानकारी शेयर न करें **जैसे, आपका जन्म वर्ष**

व्यक्तिगत ही रखें

ध्यान रहे, अपने दोस्तों के बारे में भी अधिक जानकारी शेयर न करें



कम शेयर करें

अनजाने में आपका पोस्ट बहुत कुछ प्रकट कर देता है

दुष्ट लोग आपकी व्यक्तिगत जानकारी का कई तरह से कुप्रयोग कर सकते हैं

व्यक्तिगत फ़ोटो / विडिओ द्वारा बहुत कुछ पता लगाया जा सकता है जो बताना आपका इरादा न हो

छवियों से अपराधी वास्तविक नकल बना सकते हैं

बेहतर गोपनीयता, सुरक्षा, गरिमा और मन की शांति के लिए कम शेयर करें

हर कोई दोस्त नहीं होता

सावधान रहें कि आप किसे अपने मित्रों में जोड़ रहे हैं

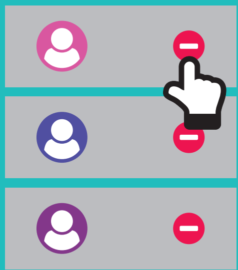
उनमें से कुछ वैसे नहीं हों जैसा आप उनके बारे में सोचते हैं

बहुत से मित्र होना अच्छा लगता है; यहाँ तक की ऐसे लोग जिन्हें आप कभी मिले भी नहीं। मगर जोखिम का ख्याल रखें!

उन्हीं लोगों को जोड़ें जिन्हें आप वास्तविक जीवन में जानते हैं

कभी भी **CVV / OTP शेयर न करें** मित्रों के साथ भी नहीं

अपनी मित्र सूची से लोगों को निकालना या ब्लॉक करने में **संकोच न करें**



मुफ्त नक़द, क्रेडिट या **उपहार स्वीकार न करें**

कभी भी अपनी यौन रूप से स्पष्ट तस्वीरें या संदेश **शेयर न करें**

क्रमरहित अक्षर और संख्याएं मजबूत पासवर्ड बनाती हैं

7y]i2^Wx#Wc

- ☑ अक्षर
- ☑ बड़े/छोटे अक्षर मिलाकर
- ☑ संख्याएं
- ☑ विशेष हरफ़
- ☑ कम से कम ११ हरफ़ वाला

✔ मजबूत

मगर इन्हें याद रखना कठिन है

हम हमेशा एक ही पासवर्ड का प्रयोग करते हैं!

```
7 y ] I 2 ^ W x # W c
8 z \ J 3 & X y $ X d
9 a ; K 4 * Y z % Y e
0 b ' L 5 ( Z a ^ Z f
```

एक पासवर्ड के मजबूत विकल्पों की गणना करने का ख़ुद का तरीका खोजें

पासवर्ड?

अपने सबसे महत्वपूर्ण बचाव पर ध्यान दें

पासवर्ड सुरक्षा में कमज़ोरी है, जहां संभव हो नई तकनीक का प्रयोग करें

पास-फ्रेज़ेस का प्रयास करें

कम से कम 4 क्रमरहित शब्द जो इतने बेतुके हों कि भूलना मुश्किल हो

gun grow toot gaya

इसे क्रैक करने का समय 57,928 सदियां

सुरक्षा तकनीक रोज़ बदल रही है, नई तकनीक अक्सर बेहतर होती है

मजबूत पासवर्ड और उसके विकल्प बनाने की यहां कोशिश करें

नया पासवर्ड 1	8C/|BH"D~c}
विकल्प 1.1	9D~:Cl,E!c
विकल्प 1.2	0E!"DJ/F@d
विकल्प 1.3	
नया पासवर्ड 2	
विकल्प 2.1	
विकल्प 2.2	
विकल्प 2.3	
नया पासवर्ड 3	
विकल्प 3.1	
विकल्प 3.2	
विकल्प 3.3	

यहां यादगार पास-फ्रेज़ेस लिखने का प्रयास करें

इस पन्ने को अपनी सुरक्षा के लिए छुपा कर रखें!

kitten had me there

cat smudge kite hair

sour door queue sugar

सुरक्षित सर्फ करें

सुनिश्चित करें कि आपका कनेक्शन और वेबसाइट सुरक्षित हैं

चेतावनी के संकेतों पर ध्यान दें

अगर कुछ सपने जैसा सुंदर लगे, तो वह सपना ही होगा!

ख़तरनाक साइटों से दूर रहें

- MALWARE
- PHISHING
- UNSAFE

कुछ भी खोलते/डाउनलोड करते वक्त सावधान!

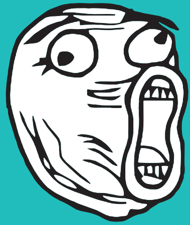
अपने एंटीवायरस प्रोग्राम को अपडेट करते रहें

शेयर किए हुए उपकरणों का प्रयोग करने के बाद सभी खातों से लॉग आउट करें

ट्रोल मत बनें

सुनिश्चित करें कि इंटरनेट दूसरों के लिए सुरक्षित है

खुद अच्छे नेट-नागरिक बनें, अपने दोस्तों को भी शिष्टता के लिए प्रोत्साहित करें

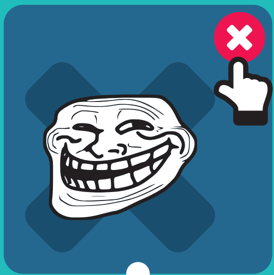


ट्रोल

ट्रोल वह है जो लोगों को परेशान करने या गुस्सा दिलाने के लिए आक्रामक या उत्तेजक ऑनलाइन पोस्ट करता है

धमकी / धौंस न दें, ट्रोल न करें

फ़र्ज़ी ख़बरें न फैलाएं



धमकी / धौंस देने वालों की शिकायत कर उन्हें ब्लॉक करें

सभ्य और शिष्ट बनें

किसी भरोसेमंद वयस्क को बताएं

पुलिस को सूचना दें

मदद लें

परेशानी होने पर साइबर अपराधों की रिपोर्ट करें

अपराधियों के खिलाफ कार्रवाही करने के लिए स्थानीय और राष्ट्रीय संस्थाएं हैं

राष्ट्रीय हेल्पलाइन

साइबर अपराधों की रिपोर्ट करने के लिए ...

...बच्चों से संबंधित

CHILD LINE 1098 NIGHT & DAY

... महिलाओं और बच्चों से संबंधित

... और सोशल मीडिया, वित्तीय धोखाधड़ी, रैनसमवेयर, हैकिंग, तस्करी या जुए से संबंधित

cybercrime.gov.in

155260

9 AM to 6 PM

इन सेवाओं की नवीनतम सुरक्षा जानकारी के लिए कोड स्कैन करें

ख़ुद को परखें

इस प्रश्नोत्री की मदद से देखें आप कितने सुरक्षित हैं

बाद में इसे अपने दोस्तों के साथ भी आजमाएं!

1. यूज़रनेम बनाते वक्त....

क) हमेशा अपने असली नाम का प्रयोग करें

ख) ऐसे नाम का प्रयोग करें जो आपकी पहचान को उजागर न करे

ग) ऐसे नाम का प्रयोग करें जो आपकी पहचान का अच्छा संकेतक हो

2. अपने गुप्त कोड/पासवर्ड....

क) केवल अपने सबसे अच्छे दोस्तों को दें

ख) अजनबियों को केवल तभी दें अगर वे भरोसेमंद हों

ग) केवल अपने माता-पिता को दें

3. यदि कोई आपसे व्यक्तिगत जानकारी (जैसे फ़ोन नंबर/पते) ऑनलाइन मांगता है, तो आपको....

क) विनम्रता की खातिर जानकारी दे देनी चाहिए

ख़) उसे फेसबुक जैसी सार्वजनिक जगह पर सांझा करना चाहिए जहां वह किसी को भी उपलब्ध हो

ग) उसे कभी भी नहीं देना चाहिए क्योंकि आप नहीं जानते वह किसके हाथ लगेगी

4. व्यक्तिगत फ़ोटो और सेल्फ़ी ऑनलाइन शेयर करना....

क) सुंदर यादों को सहेजने का अच्छा तरीका है

ख) आपको या आपके दोस्तों को बहुत जोखिम में डाल सकता है

ग) आपके लिए ज़रूरी है क्योंकि इससे आपको पता लगेगा कि कितने लोग आपको सराहते हैं

5.जब ऑनलाइन दोस्त व्यक्तिगत रूप से मिलना चाहें, तो आप....

क) उनसे मिलने से पहले एक योजना बनाएं

ख) अपने माता-पिता को बताएं, और केवल वही मिलें जहां आसपास बहुत सारे लोग हों

ग) कभी भी ऐसे व्यक्ति से न मिलें जिससे परिचय ऑनलाइन हुआ हो; यह सुरक्षित नहीं है

6.जब आपको ऐसे लोगों से संदेश मिले जिन्हें आप नहीं जानते, तो आप....

क) संदेश को अनदेखा कर उसे ट्रैश फ़ोल्डर में डाल दें

ख) विनम्रता से संदेश का जवाब दें

ग) अपने सबसे अच्छे दोस्तों के साथ संदेश शेयर करें

7.सोशल मीडिया पर लाइव लोकेशन शेयर करने से....

क) आपके पीछा किए जाने का खतरा बढ़ जाता है

ख) दोस्तों के साथ समन्वय करने में मदद मिलती है

ग) लोगों को पता चलता है कि आप कितने सक्रिय हैं

सही उत्तर = 10 अंक ✓ 1 ख, 2 ग, 3 ग, 4 ख, 5 ग, 6 क, 7 क

60+: आप मूल बातें जानते हैं

40+: आपको और सावधान रहना चाहिए

<40: आप सुरक्षित नहीं हैं

WEST BENGAL COMMISSION FOR PROTECTION OF CHILD RIGHTS

HELP LINE 9836 300 300

+91 33 2356 0385

wbscpcr@gmail.com

wbcpcr.org

DEVELOPED BY
THOUGHTSHOP
FOUNDATION
thoughtshopfoundation.org

2019