



# کنیکٹڈ سوسائٹی

## موبائل انٹرنیٹ سکلز ٹریننگ ٹول کٹ

لوگوں کو موبائل انٹرنیٹ کی بنیادی مہارتوں کی تربیت دینے کے لیے ایک گائیڈ



# مادّیول 7 آن لائن حفاظت

# ہائٹ سائز ٹریننگ

## ؟ یہ کیا ہے؟

"بہت ساری اچھی چیزیں ہیں جن کے لیے آپ انٹرنیٹ استعمال کر سکتے ہیں، لیکن یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ دنیا بھر میں کوئی بھی انٹرنیٹ استعمال کر سکتا ہے۔ اس کے ساتھ حقیقی زندگی کی عوامی جگہ (جیسے بازار کی جگہ) کی طرح برتاؤ کرنا اور محفوظ رہنا ضروری ہے۔"



## آپ اسے کس چیز کے لیے استعمال کر سکتے ہیں؟

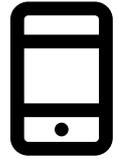
'انٹرنیٹ کی حفاظت کے لیے آسان ٹپس شیٹ' دیں

"بالکل عوامی جگہ کی طرح:

1. 'بلاک' کریں یا ان لوگوں کو نظر انداز کریں جنہیں آپ نہیں جانتے یا جو آپ کو پریشان کر رہے ہیں۔
2. اپنی ذاتی معلومات کو نجی رکھیں (مثلاً آپ کون ہیں، آپ کہاں رہتے ہیں، پاس ورڈز)
3. اگر آپ انٹرنیٹ پر کسی بھی چیز کو دیکھتے یا تجربہ کرنے کے بارے میں ناخوشگوار محسوس کرتے ہیں تو کسی کو بتائیں جسے آپ جانتے ہیں اور بھروسہ کرتے ہیں۔
4. لوگوں کے ساتھ شائستہ اور احترام سے پیش آئیں اور انہیں تنگ نہ کریں۔"

ٹریبٹ: ہر مشورے کے لیے اپنی مثالیں دیں (اگر وقت ہو)۔

وہ چیزیں جس کی آپ کو ضرورت ہوگی



اسمارٹ فون  
ہینڈ سیٹس



حفاظتی  
پوسٹرز

## آپ کیسے محفوظ رہ سکتے ہیں؟

ٹرینی سے پوچھیں کہ وہ کس سروس پر محفوظ رہنا سیکھنا چاہتے ہیں (واٹس ایپ ، یوٹیوب ، ویکیپیڈیا ، فیس بک ، کائی او ایس ، اینڈروئیڈ یا موبائل منی)۔

واٹس ایپ: "اگر کوئی آپ کو نہیں جانتا ہے اور آپ کو میسج بھیجتا ہے یا آپ کو واٹس ایپ پر پریشان کرتا ہے ، تو آپ اسے 'بلاک' کر سکتے ہیں تاکہ وہ آپ سے دوبارہ رابطہ نہ کر سکے۔" 'بلاک' کرنے کا طریقہ 'پوسٹر دکھائیں اور اقدامات کا مظاہرہ کریں (صفحہ 251 دیکھیں)۔



یوٹیوب: "اگر آپ یوٹیوب پر ویڈیوز دیکھ رہے ہیں اور آپ کو کوئی ایسی وڈیو نظر آتی ہے جو آپ کو بری یا ناگوار لگتی ہے ، تو آپ پچھلے صفحہ پر واپس جا کر اپنی تلاش کو بہتر بنا سکتے ہیں اور دیگر ویڈیوز کو دیکھنا جاری رکھ سکتے ہیں۔" یوٹیوب پر اس کا مظاہرہ کریں: بیک بٹن دبائیں ، اپنے سرچ باکس میں مطلوبہ الفاظ کو مٹائیں اور مختلف مطلوبہ الفاظ استعمال کر کے اپنی تلاش کو تبدیل کریں۔



ویکیپیڈیا: "ویکیپیڈیا پر تمام معلومات پوری دنیا کے لوگوں سے ہیں۔ یاد رکھیں کہ آپ کو اس بات کی جانچ کرنی چاہئے کہ اس کا ذریعہ کیا ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ یہ درست ہے۔" ویکیپیڈیا پر اس کا مظاہرہ کریں: ٹرینیز کو ویکیپیڈیا صفحے کے نیچے ذرائع اور حوالہ جات کی فہرست دکھائیں۔



WIKIPEDIA  
The Free Encyclopedia

فیس بک: "اگر آپ فیس بک پر ہیں تو آپ تبدیل کر سکتے ہیں کہ آپ کا پروفائل کون دیکھتا ہے اور کون آپ سے رابطہ کر سکتا ہے۔" فیس بک پر اس کا مظاہرہ کریں: انہیں پرائیویسی شارٹ کٹ دکھائیں جہاں وہ تبدیل کر سکتے ہیں کہ کون ان کا پروفائل دیکھ سکتا ہے اور کون ان سے دوستی کی درخواستوں کے ساتھ رابطہ کر سکتا ہے۔



کائی او ایس: "اگر آپ کائی او ایس فون استعمال کر رہے ہیں ، تو آپ کے فون کو تبدیل کرنے کے متعدد طریقے ہیں جو آپ کو محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ آپ انہیں اپنے فون پر 'رازداری اور سلامتی' میں پا سکتے ہیں۔"

کائی او ایس پر اس کا مظاہرہ کریں: ٹرینی کو مرکزی کائی او ایس مینو کے ذریعے 'رازداری اور سلامتی' تلاش کرنے کا طریقہ دکھائیں۔

## KaiOS

اینڈروئیڈ: "اگر آپ کچھ دیر کے لیے اپنا اینڈروئیڈ فون استعمال نہیں کرتے تو یہ بیٹری کو محفوظ کرنے کے لیے سکرین بند کر دے گا۔ پاس ورڈ بنانا ضروری ہے تاکہ اگر دوسرے لوگوں کو آپ کا فون مل جائے تو اسے استعمال نہ کر سکیں۔"

اینڈروئیڈ پر اس کا مظاہرہ کریں: ٹرینی کو دکھائیں کہ وہ اسے محفوظ رکھنے کے لئے اپنی ڈیوائس پر پین / پاس کوڈ کیسے لگا سکتے ہیں۔



موبائل منی: "یاد رکھیں کہ آپ کا 'پن نمبر' آپ کا اپنا ذاتی نمبر ہے۔ یہ بہت اہم ہے کہ آپ اس کو محفوظ رکھیں کیونکہ اسی کے ساتھ آپ اپنے اکاؤنٹ تک رسائی حاصل کرتے ہیں۔ یہ نمبر کسی کو بھی دینے میں محتاط رہیں ، یہاں تک کہ موبائل منی ایجنٹس یا کسٹمر کیئر سٹاف ، چاہے وہ سامنے ، ایس ایم ایس یا موبائل انٹرنیٹ کے ذریعے ہو۔"

موبائل منی سروس پر اس کا مظاہرہ کریں: عام موبائل منی ٹرانزیکشن میں پن کی ضرورت پڑنے پر ٹرینی کو دکھائیں (جیسے کسی دوست یا خاندان کے کسی فرد کو رقم بھیجتے وقت)۔



## یہ کیا ہے؟

"جب بھی آپ اپنے فون پر انٹرنیٹ استعمال کرتے ہیں، آپ 'ڈیٹا' استعمال کر رہے ہوتے ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کو اپنے موبائل نیٹ ورک سے ڈیٹا خریدنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ انٹرنیٹ پر کچھ سرگرمیاں زیادہ ڈیٹا استعمال کرتی ہیں، اس لیے زیادہ خرچہ آتا ہے۔"

"آپ انٹرنیٹ کے لیے ڈیٹا خرید سکتے ہیں؛ یہ کالوں اور پیغامات کے لیے فون کریڈٹ خریدنے جیسا ہے۔ انٹرنیٹ کے لیے ڈیٹا آپ کے مقامی موبائل نیٹ ورک ایجنٹ یا فون کریڈٹ بیچنے والے سے خریدا جا سکتا ہے جو اسے آپ کے لیے ڈال دے گا۔"

"بعض اوقات انٹرنیٹ ڈیٹا کو 'ڈیٹا واؤچرز' یا 'ڈیٹا کارڈز' میں بھی خریدا جا سکتا ہے جسے آپ خود اپنے موبائل انٹرنیٹ کو ٹاپ اپ کرنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔"



## کیا چیزیں ڈیٹا استعمال کرتی ہیں؟

### خرچے کا پوسٹر دکھائیں

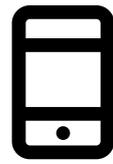
"مختلف سرگرمیاں مختلف مقدار میں ڈیٹا استعمال کرتی ہیں۔ ٹیکسٹ کو دیکھنے میں کم سے کم ڈیٹا استعمال ہوتا ہے، تصاویر کو دیکھنے میں زیادہ استعمال ہوتا ہے، میوزک چلانے اور ڈاؤن لوڈ کرنے میں، اسٹیکرز اور رنگ ٹونز بھی زیادہ استعمال کرتے ہیں اور ویڈیوز ڈاؤن لوڈ کرنے اور چلانے میں سب سے زیادہ استعمال ہوتا ہے۔ ویڈیوز انٹرنیٹ کے دوسری چیزوں سے زیادہ ڈیٹا استعمال کرتی ہیں۔"

"کچھ انٹرنیٹ سروسز ایسی سرگرمیوں سے منسلک ہیں جو زیادہ ڈیٹا استعمال کرتی ہیں:

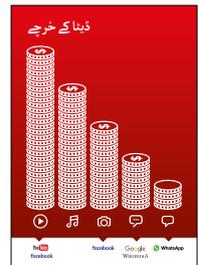
- جیسے یوٹیوب پر ویڈیوز دیکھنے میں بہت زیادہ ڈیٹا استعمال ہوتا ہے۔
- جیسے گوگل ٹیکسٹ اور امیجز کو دیکھنے کے لیے کم خرچہ آتا ہے لیکن اگر آپ ویڈیوز دیکھیں گے تو زیادہ خرچہ آئے گا۔"

وضاحت کریں کہ "سافٹ ویئر اپ ڈیٹس بھی ڈیٹا کا استعمال کرتی ہیں اور اس پر بھی خرچہ آئے گا۔"

وہ چیزیں جس کی آپ کو ضرورت ہوگی



اسمارٹ فون  
ہینڈ سیٹس



خرچہ  
پوسٹر

## آپ اپنے ڈیٹا کے اخراجات کیسے چیک کرتے ہیں؟

"یہ سمجھنے کے لیے اپنے ڈیٹا کو چیک کرنا مفید ہے کہ آپ نے کتنا استعمال کیا ہے ، اور مختلف سرگرمیوں پر کتنا خرچہ آ رہا ہے -

ٹرینی کے ہاتھوں

آپ چیک کر سکتے ہیں کہ آپ کے پاس کتنا ڈیٹا ہے ، بالکل اسی طرح جیسے آپ اپنے فون پر اپنے موبائل نیٹ ورک کا کوڈ ٹائپ کر کے چیک کرتے ہیں کہ آپ کے پاس کتنے منٹ یا ٹیکسٹس ہیں -

میں فون رکھیں

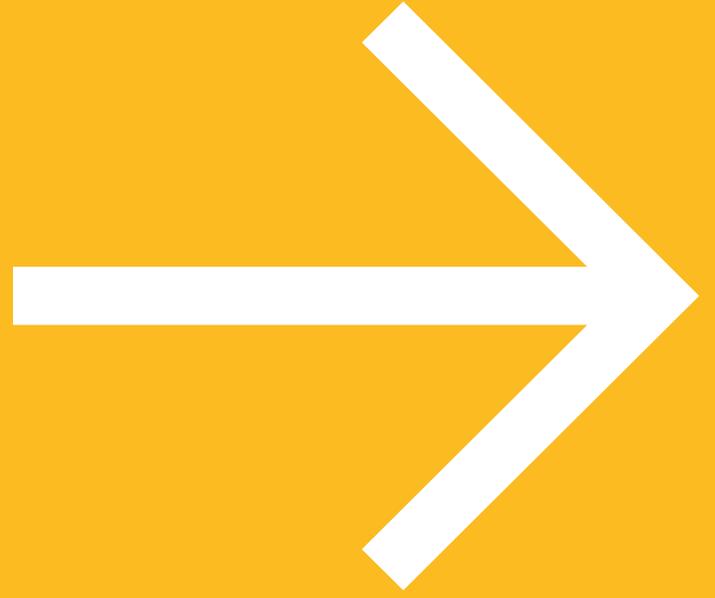
اور اقدامات پر

ٹرینی کو دکھائیں کہ ڈیٹا کیسے چیک کیا جاتا ہے - یہ اس بات پر منحصر ہے کہ آپ کس ملک میں ہیں اور آپ کس نیٹ ورک کے ساتھ ہیں - اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہو تو موبائل ایجنٹ سے پوچھیں -

عمل کرنے میں

ان کی مدد کریں

مشورہ: "آپ مختلف مقداروں میں ڈیٹا خرید سکتے ہیں اور یہ اس پر منحصر ہے کہ آپ انٹرنیٹ کس چیز کے لیے استعمال کرنے جا رہے ہیں - اپنے مقامی موبائل ایجنٹ سے مشورہ طلب کریں کہ کون سی رقم آپ کے لیے موزوں ہے -"



# پوسٹرز تصاویر (کٹ آؤٹ) اور معلوماتی شیٹس

# انٹرنیٹ پر محفوظ رہنے کے لیے آسان تجاویز



اپنی ذاتی معلومات کو نجی  
رکھیں



'بلاک' کریں یا ان لوگوں کو نظر  
انداز کریں جنہیں آپ نہیں جانتے،  
یا جو آپ کو پریشان کر رہے ہیں



لوگوں کے ساتھ شائستگی  
اور احترام سے پیش آئیں

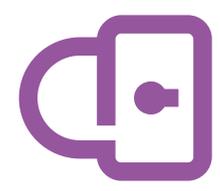


اگر آپ کسی بھی چیز کو دیکھنے یا  
تجربہ کرنے کے بارے میں ناخوشگوار  
محسوس کرتے ہیں تو کسی ایسے  
شخص کو بتائیں جسے آپ جانتے ہیں  
اور اس پر بھروسہ کرتے ہیں



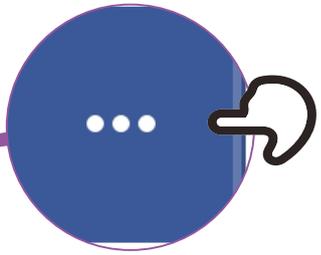
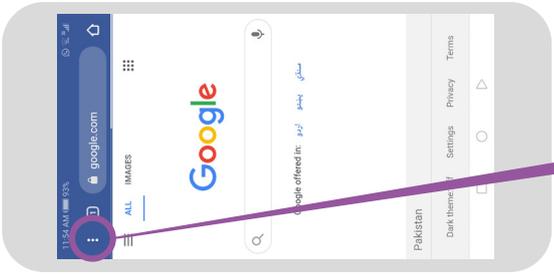




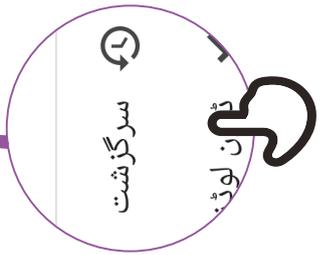
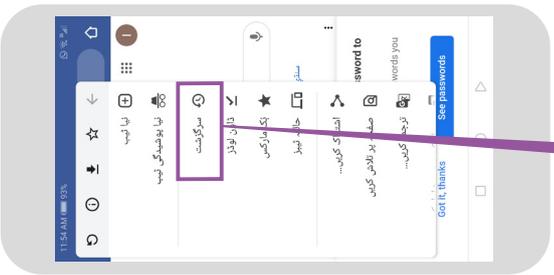


# کروم میں تلاش کی سرگزشت ' تک رسائی حاصل کرنا

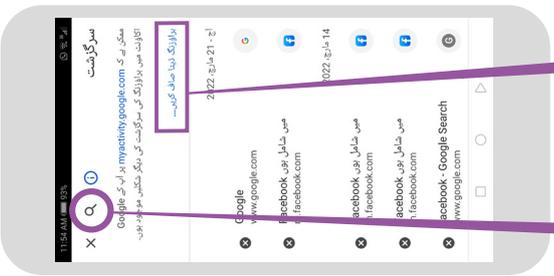
1



2



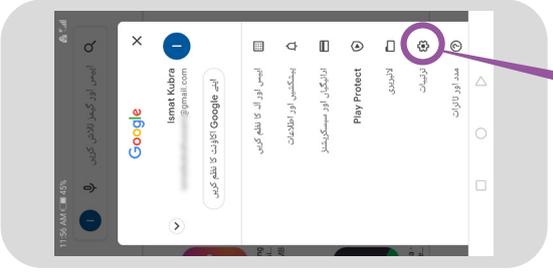
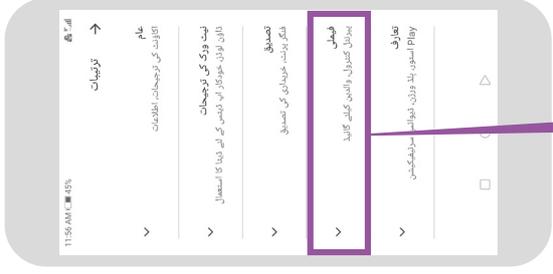
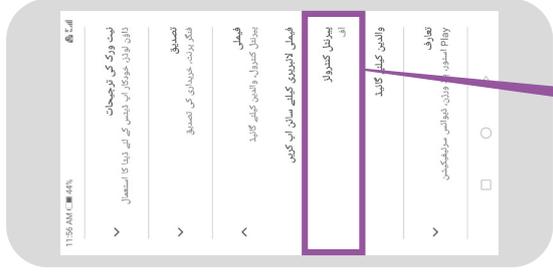
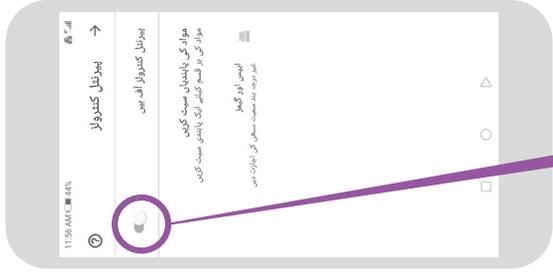
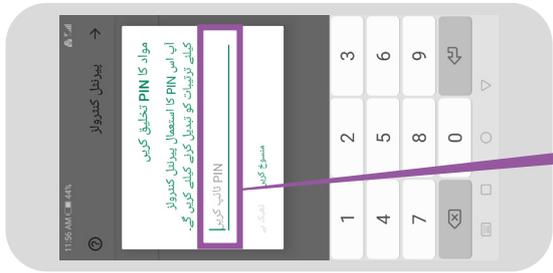
3





# پے سٹور پر پیرنٹل کنٹرولز قائم کرنا

1 → 2 → 3 → 4 → 5 → 6



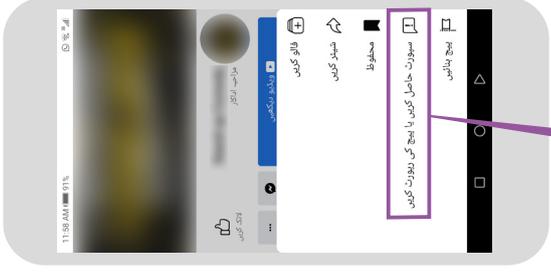
# فیس بک پر پیج کی رپورٹنگ کرنا



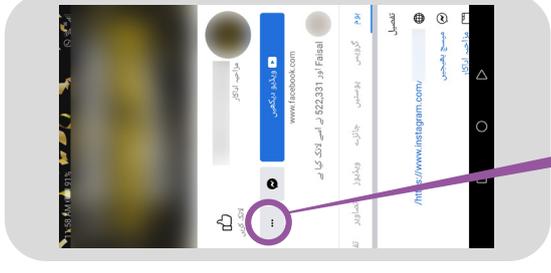
3



2



1

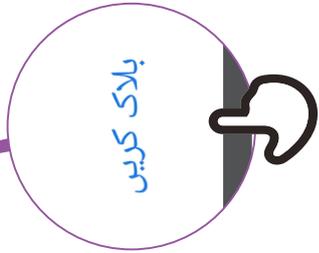
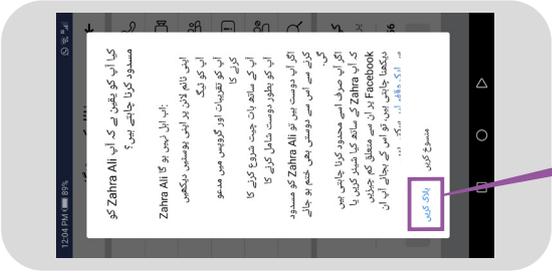


پیج کی رپورٹ کریں

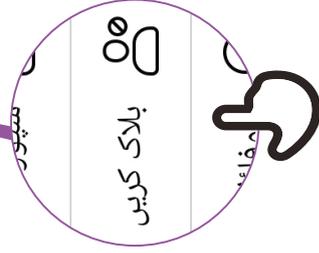


# فیس بک پر 'بلاک' کیسے کریں

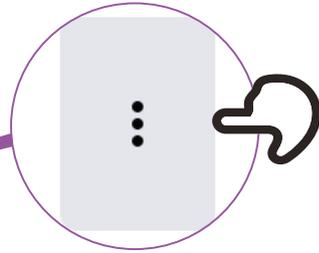
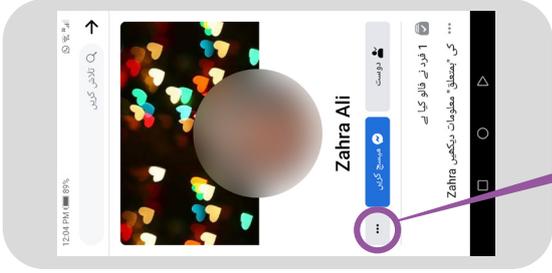
3



2



1



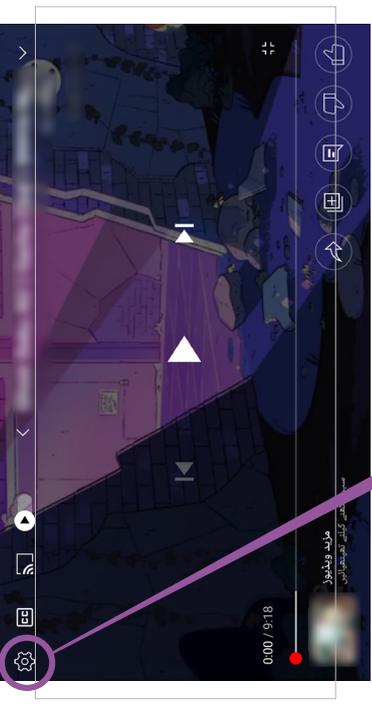
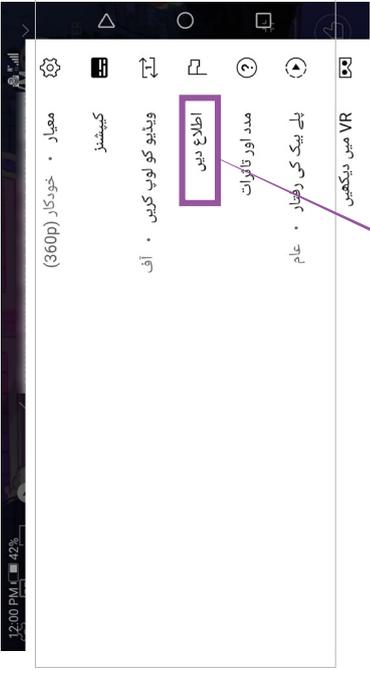
# یوٹیوب پر ویڈیو کی اطلاع دینا



3

2

1



اطلاع دینا

اطلاع دینا

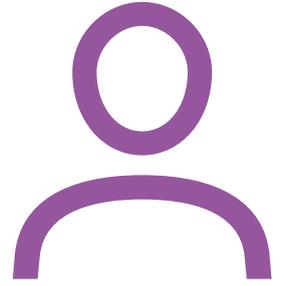
اطلاع دینا

# غلط معلومات

محتاط رہیں



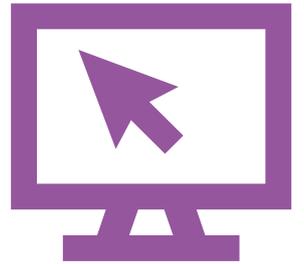
اگر آپ کو یقین نہیں ہے،  
تو کسی سے پوچھیں جس  
پر آپ بھروسہ کرتے ہیں



سوچے بغیر کسی چیز  
کو دوسرے لوگوں کے  
ساتھ شیئر نہ کریں

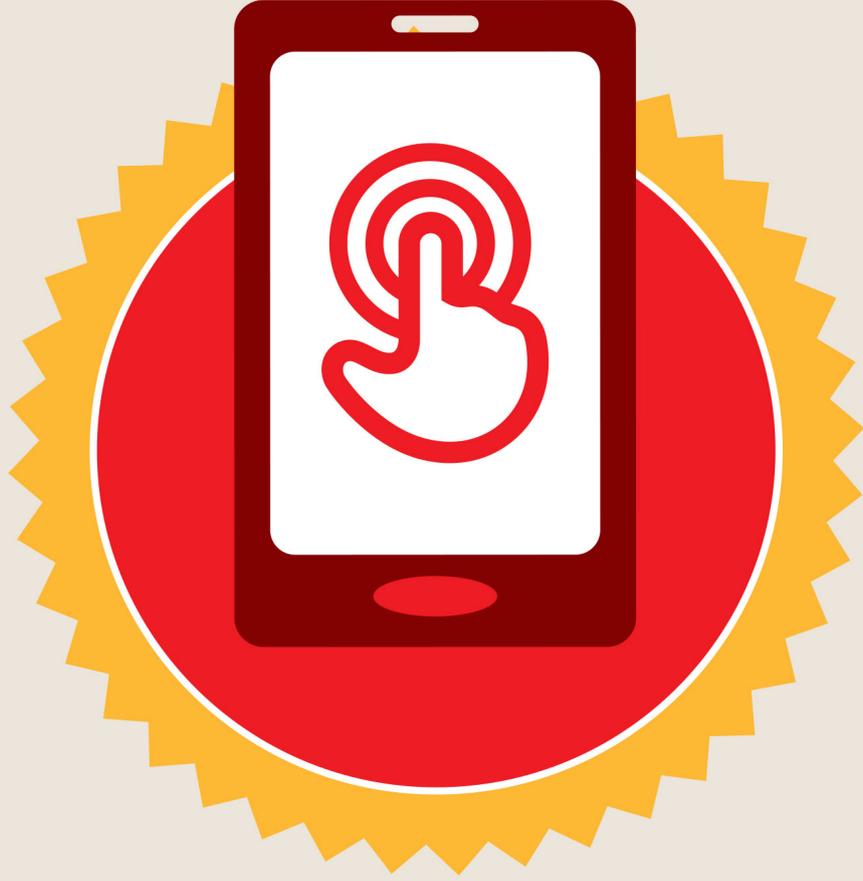


دوسری سائٹیں  
چیک کریں



رپورٹ کریں





# سرٹیفیکیٹ

نے بنیادی موبائل انٹرنیٹ مہارتوں کی  
ٹریننگ مکمل کر لی ہے



دستخط



تاریخ



# سرٹیفیکیٹ

نے بنیادی موبائل انٹرنیٹ مہارتوں کی  
ٹریننگ مکمل کر لی ہے



دستخط



تاریخ