7 ਨੁਕਤੇ

ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ

ਪਰਦੇਦਾਰੀ **ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਬਦਲੋ**

ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਹੀ ਦੇਖ ਸਕਣ ।

ਸਿਰਫ਼ ਜਾਣਕਾਰ ਲੋ**ਕਾਂ ਤੋਂ** ਹੀ ਦੋਸਤੀ ਦੀਆਂ ਬੇਨਤੀਆਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ।

ਨਿੱਜੀ ਫੋਟੋ**ਆਂ, ਵੀਡੀਓ, ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ** ਨਾ ਕਰੋ

ਕਿਉਂਕਿ ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਚਿੱ**ਤਰ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਸਾਂਝੇ** ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ **ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ** ਪਰਿਵਾਰ, ਅਧਿ**ਆਪਕਾਂ**, **ਜਾਂ ਕਿਸੇ** ਅਜਨਬੀ ਦੁਆਰਾ ਦੇਖੇ ਜਾਣੇ **ਨਹੀਂ ਚਾਹੋਂ**ਗੇ।

ਕਦੇ ਵੀ ਔਨਲਾਈਨ ਪੈਸੇ ਨਾ ਭੇਜੋ

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਜਦ ਤੱ**ਕ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬੇ**ਨਤੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ**ਵੋਂ**।

(ਸਰਕਾਰੀ ਅਦਾਰੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ, ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਉਰਟੀ, USCIS ਆਦਿ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਫ਼ੋਨ, ਲਿਖਤੀ ਸੁਨੇਹੇ **ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਏ ਰਾਹੀਂ ਪੈਸੇ** ਦੀ ਮੰਗ ਨ**ਹੀਂ** ਕਰਨਗੇ ।)

ਕਦੇ ਨਾ ਮਿਲੋ

ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲੋ ਜਿਸ ਨੂੰ **ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼** ਔਨਲਾਈਨ ਮਿਲੇ ਹੋ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਔਨਲਾਈਨ ਹਮਲਾਵਰਾਂ ਨੂੰ ਬਲੌਕ ਕਰ ਦਿਓ

ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ **ਨਾਲ ਹੋਰ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਦੇਖ** ਸਕਣ।

ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਦੱਸੋ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਔਨਲਾਈਨ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਬਾਰੇ **ਤਾਂ ਜੋ** ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ।

ਔਨਲਾਈਨ ਸੋਸ਼ਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਰਿਪੋਰਟ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਲਈ 9-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ।

carie | INTERNATIONAL RESCUE COMMITTEE

CENTER FOR ADJUSTMENT, RESILIENCE & RECOVERY

ImportaMí