Ontario

Funded by the Government of Ontario

سائبر جرائم کو اجاگر کرتے ہوئے ایک محفوظ اور جامع آن لائن کمیونیٹیز پراجیکٹ کا آغاز

Malton Women Council

Email: info@mwc.community Website: www.mwc.community Phone: +1 647-391-9668

فہرست مضامین

سائبر / آن لائن فراڈ سے متعلق آگاہي
اور اس کي روک تھام
صفحہ 3

سائبر / آن لائن نفرت پر مبني جرائم
سے آگاہي اور روک تھام

صفحہ12

اسلاموفوبیا کو سمجھنا اور اس سے نمٹنا
صفحہ 18

اسلاموفوبیا کو سمجھنا اور اس سے نمٹنا
صفحہ 24

جوابی تقریر کیا ہے؟
صفحہ 30

سائبر / آن لائن فراڈ سے متعلق آگاہي

اور اس کي روک تھام

مفید معلومات کی فہرست

سائبر یا آن لائن فراڈ کیا ہے ؟

سائبر یا آن لائن فراڈ ایسي اصطلاح ہے جو انٹرنیٹ کے ذریعے سائبر حملہ آوروں کي طرف سے کیے جانے والے جرائم کے لیے استعمال ہوتي ہے ۔ یہ جرائم کسي فرد یا کسي کاروبار کي حساس معلومات کو غیر قانوني طور پر حاصل کرنے کے ارادے سے کئے جاتے ہیں ۔ اور ان معلومات کو مالیاتي یا کوئي اور فائدہ حاصل کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے ۔

سائبریا آن لائن فراڈ کي اقسام

شناختي فراڈ

جب کوئي مجرم کسي کي چوري شده ذاتي معلومات کو استعمال کرتا ہے تو یہ شناختي فراڈ کہلاتا ہے۔ یہ جرم کئي اور جرائم کے لیے راہ ہموار کرتا ہے۔ مجرم اس چوري شده معلومات کو درج ذیل مقاصد کے لیے استعمال کر سکتا ہے ۔

کمپیوٹر یا اي میل تک رسائي کے لیے
آپ کے بینک اکاؤنٹ تک رسائي کے لیے
نیا بینک اکاؤنٹ کھولنے کے لیے
بینک سے رقم کي منتقلي کیلیے
قرضہ اورکریڈٹ کارڈ کے حصول کے لیے
سامان کي خریداري یا خدمات کے حصول کے لیے
اپني مجرمانہ سرگرمیوں کو چھپانے کے لیے
پاسپورٹ کے حصول یا حکومت کي جانب سے دیئے گئے فوائد حاصل کرنے کے لیے

درج ذیل اقدامات سے آپ اپنے آپ کو شناختي فراڈ سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

ایسي غیر متعلقہ اي میلز ، ٹیکسٹ پیغامات، ٹیلي فون کالز اور ڈاک سے ہوشیار رہیں جو آپ سے ذاتي یا مالي معلومات طلب کرتي ہیں۔

اپني کریڈٹ رپورٹس، بینک اور کریڈٹ کارڈ اسٹیٹمنٹس کو باقاعدگي سے دیکھتےرہیں اور کسي بے ضابطگي کي صورت میں متعلقہ محکمے سے رجوع کریں۔

اپني ذاتي اور مالي دستاویزات کو کوڑے دان میں پھینکنے سے پہلے ٹکڑے ٹکڑے کر دیں۔

کسي ممکنہ چوري سے بچنے کے لیے اپني روزمرہ کي ڈاک کو ہر وقت نکال کر محفوظ کرلیں۔

جب آپ کسي نئي جگہ منتقل ہوں تو اپنے پوسٹ آفس متعلقہ مالیاتي ادارے اور خدمات فراہم کرنے والوں کو ضرور مطلع کریں۔

غیر ملکي رقم کي پیشکش یا وراثتي دھوکہ دہي یا جعلي کاروباري پیشکش

اي میل، ٹیکسٹ، ڈاک، فون اور فیکس دھوکہ دہي کے ذرائع کے طور پر استعمال ہو سکتے ہیں۔

بعض مرتبہ دھوکے باز آپ سے ایک ملک سے دوسرے ملک میں بڑي رقم کي منتقلي کے لیے رابطہ کرتا ہےاس طرح کي درخواست عموماً کسي وکیل یا قانوني ادارے کي طرف سے آئي ہوتي ہے ۔

ان درخواستوں میں وراثت کے جعلي خطوط یا کاروبار کي جعلي پیشکش ہوسکتي ہے۔ اس کے علاوہ کسي غیر قانوني سرگرمي میں مدد کي درخواست بھي ہو سکتي ہے جیسے عراق سے سونے کي سمگلنگ میں مدد کے لیے درخواست۔

وہ آپ کو رقم کے حصول کے لیے ایک یا زیادہ بار فیس ادا کرنے کا کہتے ہیں حالانکہ کسي قسم کي رقم کا کوئي وجود نہیں ہوتا لہٰذا آپ کو بھي کوئي رقم موصول نہیں ہوتي۔

ان دھوکہ بازیوں کو بعض دفعہ نائجیرین 419 یا مغربي افریقن بھي کہا جاتا ہے

ائير ڈکٹ کي صفائي کا فراڈ

دھوکے باز کي طرف سے ائير ڈکٹ، بھٹي يا بوائلر کي صفائي بہت کم نرخوں پر کرنے کي پيشکش کي جاتي ہے۔ ايسي صورت ميں بہت کم معيار کي خدمات پيش کي جاتي ہيں۔ دي جانے والي وارنٹي بھي غير مؤثر ہوتي ہےياغير معياري مرمت کسي ممکنہ خطرات کا سبب بن سکتي ہے ۔

موبائل فون سروس فراہم کرنے والوں کي طرف سے فراڈ

بعض دفعہ کوئي دھوکے باز آپ کو فون کرکے موبائل فون سروس مہيا کرنے کا دعوي کرتا ہے۔ وہ آپ کو بظاہر بہت پرکشش ڈيل کي پيشکش کرتا ہے۔ اس سلسلے ميں وہ متاثرہ شخص سے اس کي ذاتي معلومات بشمول اس کے ڈرائيونگ لائسنس نمبر اور سوشل انشورنس نمبر مانگتا ہے۔وہ ذاتي معلومات کو شناختي فراڈ کے ليے استعمال کر سکتا ہے يا آپ کي شناخت کا استعمال کرتے ہوئے موبائل فون کا آرڈر کر سکتا ہے جو متاثرہ شخص کو بھجوا ديا جاتا ہے۔ اس کے بعد آپ کو بتايا جاتا ہے کہ ايسا غلطي سے ہو گيا لہذا مجرم اسے اپنے پتے پر بھجوانے کا مطالبہ کرتا ہے۔

اگر آپ کو سروس مہيا کرنے والوں کي طرف سے کوئي ايسي کال موصول ہوتي ہے تو آپ يہ کہہ کر فون بند کر ديں کہ آپ تھوڑي دير تک ان کو واپس کال کريں گے۔ پھر بتائي جانے والي کمپني کے اصل نمبر ر کال ملائيں اور ان سے براہ راست رابطہ کرکے صورتحال سے آگاہ کريں۔

کم شرح سود کي پيشکش کي صورت ميں کيا جانے والا فراڈ

بعض دفعہ کوئي دھوکہ باز آپ کو کريڈٹ کارڈ پر کم شرح سود يا لائن آف کريڈٹ کي پيشکش کرتا ہے۔ وہ آپ سے آپ کا سوشل انشورنس نمبر، والدہ کا پہلا نام، تاريخ پيدائش يا کريڈٹ کارڈ کي معلومات پوچھتا ہے۔ اکثر اوقات وہ آپ سے صرف ايک مرتبہ فيس کي ادائيگي کي درخواست کرتا ہے۔ حالانکہ دھوکے باز کم شرح سود دينے کا حق نہيں رکھتا۔ لہذا اس طريقے سے وہ آپ کي ذاتي معلومات يا آپ کي رقم چوري کرليتا ہے۔

امیگریشن ویب سائٹ فراڈ

دھوکےباز جعلي ویب سائٹ اور آن لائن اشتہارات بناتے ہیں جس میں امیگریشن کي خدمات سستے داموں فراہم کرنے کي پیشکش کرتے ہیں اور اس کے ساتھ اچھي تنخواہ والي نوکري کي ضمانت بھي دیتے ہیں۔ بہت سي ویب سائٹس بظاہر سرکاري ویب سائٹس کي طرح دکھتي ہیں۔ ایسے دھوکے بازوں سے ہوشیار رہیں جو آغاز میں ہي درخواست تک رسائي کے لیے فیس کا مطالبہ کرتے ہیں ۔

سائبر /آن لائن فراڈ کي رپورٹ کيسے کريں؟

اگر آپ کسي دھوکے بازي، فراڈیا سائبر کرائم کا شکار ہوئے ہیں تو جلدازجلد مقامي پولیس سے رابطہ کریں۔

ایک تجویز یہ بھي ہے کہ آپ چاہے دھوکہ دہي فراڈیا سائبرکرائم کے شکار ہوئے ہیں یا نہیں آپ ایسے کسي واقعے کي شکایت کینیڈین اینٹي فراڈ سنٹر کو ضرور کریں۔

1-888-495-8501

https://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm

سائبر /یا آن لائن فراڈ سے بچنے کے لیے تجاویز

اپنے سافٹ ویئر اور آلات کو اپڈیٹ رکھیں تاکہ اس بات کو یقیني بنایا جا سکے کہ آپ کے سسٹم میں سب سے جدید حفاظتي نظام موجود ہے۔

اس بات کو یقیني بنائیں کہ آپ کے تمام آلات جدید ترین اینٹي وائرس سافٹ ویئر سے لیس ہیں۔

اپنے تمام اکاؤنٹس کے لیے مختلف اور منفرد پاس ورڈ کا انتخاب کریں۔ ہر پاسورڈ ایک جیسا نہ رکھیے۔

ایسے پاسورڈ نہ رکھیں جن کا اندازہ لگانا کسي کے لیے آسان ہو جیسے اپني تاریخ پیدائش یانام وغیرہ ۔

اضافي تحفظ کو یقیني بنانے کے لیے پاسورڈ کي دوہري تصدیق کے نظام کو فعال رکھیں۔

کلاؤڈیا بیروني ڈرائیو پر اپنے تمام ڈیٹا کا بیک اپ رکھیں۔

حوالہ جات:

کینیڈین اینٹي فراڈ سینٹر
https://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm
گیٹ سائبر سیف
https://www.getcybersafe.gc.ca/en
پیل ریجنل پولیس سائبر سیفٹي ٹپس اینڈ ریسورسز
https://www.peelpolice.ca/en/safety-tips/cyber-crime-computer-and-internet-safety.aspx
آرسي ایم پي سینئر گائیڈ بک فور سیفٹي اینڈ سکیورٹي
https://www.peelpolice.ca/en/safety-tips/cyber-crime-computer-and-internet-safety.aspx

کینیڈین اینٹي فراڈ سینٹر
https://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm
گیٹ سائبر سیف
https://www.getcybersafe.gc.ca/en
پیل ریجنل پولیس سائبر سیفٹي ٹپس اینڈ ریسورسز
https://www.peelpolice.ca/en/safety-tips/cyber-crime-computer-and-internet-safety.aspx
آرسي ایم پي سینئر گائیڈ بک فور سیفٹي اینڈ سکیورٹي
https://www.peelpolice.ca/en/safety-tips/cyber-crime-computer-and-internet-safety.aspx

سائبر / آن لائن نفرت پر مبني جرائم سے آگاہي اور روک تھام

مفید معلومات کی فہرست

کینیڈا میں نفرت پر مبني جرم کي کیا تعریف جاتي ہے؟

نفرت پر مبني جرائم سے مراد ایسے مجرمانہ واقعات ہیں جو کسي قابل شناخت گروہ کے خلاف نفرت کي وجہ سے رونما ہوتے ہیں۔ کینیڈا کے ضابطہ فوجداري کي شق 4(s318) کے تحت ایسے گروہوں کو ان کي نسل، قومیت، زبان ،رنگ، مذہب، جنس، عمر، ذہني یا جسماني کمزوري جنسي رجحان، صنفي شناخت، صنفي اظہار یا ایسے ہي کسي اور عوامل کي وجہ سے پہچانا جا سکتا ہے. دوسرے الفاظ میں یہ کہا جا سکتا ہے کہ کوئي مجرمانہ فعل نفرت پر مبني تصور کیا جائے گا اگر اس میں نفرت کا عنصر ثابت ہوجائے۔

سا ئبر یا آن لائن نفرت کیا ہے ؟

سائبر/ آن لائن نفرت سے مراد کسي بھي فرد،گروہ یا برادري کے خلاف نفرت انگیز اور متعصبانہ مواد پوسٹ یا شیئر کرنا ہے۔ اس طرح کا مواد تضحیک آمیز رویوں، غیر انساني بیانات، دھمکیوں، توہین آمیز جملوں ،طنزیہ اصطلاحات اور بدزباني کي صورت اختیار کر سکتا ہے۔

اگر کوئي پوسٹ کسي فرد سے اس کي نسل، مذہب، معذوري، جنسي رجحان یا صنفي شناخت سے دشمني ظاہر کرے تو اسے نفرت انگیز تقریر کے طور پر تصور کیا جا سکتا ہے۔ اور اگر معاملہ سنجیدہ نوعیت کا ہو تو اسے قانون کي خلاف ورزي سمجھا جائے گا چاہے یہ عمل آن لائن یہ آف لائن کیا جائے۔

سا ئبر / آن لائن نفرت کا اظہار مختلف ذرائع سے کیا جاسکتا ہے جن میں پیغامات، تصاویر، ویڈیو اور آڈیو شامل ہیں۔ بعض اوقات ان تمام ذرائع کو یکجا کر کے بھي نفرت کا اظہار کیا جاتا ہے۔

سائبر / آن لائن نفرت میں بد نیتي پر مبني مراسلے بھي شامل ہوسکتے ہیں جیسے کسي کو ایسے خطوط، اي میلز یا پیغامات بھیجنا جو اس کے لیے تکلیف یا اضطراب کا باعث بنیں۔ اس کے علاوہ سائبر ایذارساني، کسي کو ہراساں کرنے کے لیے مواصلات کا بار بار استعمال اور تشدد کے لیے اکسانا بھي اس میں شامل ہے۔ پیغامات، تصاویر، ویڈیویا آڈیو کے ذریعے نفرت کو ہوا دینا بھي اس زمرے میں آتا ہے۔

آن لائن نفرت انگیز واقعے كي رپورٹ كیسے كریں؟

یہ بات بہت اہم ہے کہ ہم آن لائن نفرت انگیز تقاریر کے معاملے کو نظر انداز نہ کریں۔
چونکہ آن لائن مواد آگے منتقل ہوتا رہتا ہے اس لیے اس کو ممکنہ حد تک مخصوص ہونا چاہیے۔
جب آپ نفرت پر مبني مواد سے متعلق اطلاع دیں تو درج ذیل تفصیل کو سامنے رکھیں۔

یہ واقعہ کب رونما ہوا ؟ وقت اور تاریخ کو نوٹ کر لیں کیوں کہ بعض اوقات آن لائن مواد جیسے کہ چیٹ رومز میں بحث کے موضوعات جلد ہي غائب ہو جاتے ہیں۔

مواد کس طرح آپ تک پہنچایا گیا ؟

کیا آپ کو براہ راست اي میل، ایس ایم ایس، ٹیکسٹ میسج ، فوري پیغام یا نجي پیغام رساني کے ذریعے کچھ بھیجا گیا تھا؟

کیا آپ کو ویب براؤزر کے دوران نفرت انگیز مواد ملا؟

اگر پیغام براہ راست آپ کو بھیجا گیا تھا تو آپ کو چاہیے کہ اصل اي میل کو محفوظ رکھیں اس کے علاوہ چیٹ یا ٹیکسٹ لاگ کو بھي محفوظ کر لیں۔ اگر ضروري سمجھیں تو اس کي اطلاع قانون نافذ کرنے والے حکام کو دیں ۔ اگر ممکن ہو تو نفرت انگیز پیغام بھیجنے والے کا نام یا اي میل محفوظ کر لیں

اگر آپ کو نفرت انگیز مواد کسي ویب سائٹ پر ملا ہو تو

اپنے ویب براؤزر کے ایڈریس پر کلک کر کے اس ایڈریس کو نمایاں کر لیں اور پھر اسے کاپي کرکے ورڈ پروسیسر میں محفوظ کرلیں۔

پولیس کو ثبوت دینے کے لیے ایسے نفرت آمیز مواد کا سکرین شاٹ لے لیں۔ سکرین شاٹ لینے کے لیے ونڈوز کمپیوٹر پر پرنٹ سکرین کے بٹن کو دبائیں پھر گرافک یا ورڈپروسیسنگ پروگرام پر جائیں اور ایڈٹ مینیو سے پیسٹ کو کلک کریں جبکہ Mac پر command shift 3 دبانے سے سکرین کي موجودہ تصویر آپ کے ڈیسک ٹاپ پر گرافک فائل کے طور پر محفوظ ہو جائے گي۔

درج ذیل جگہوں پر آپ نفرت پر مبني معاملات کي اطلاع دے سکتے ہیں۔

سائٹ کے منتظمین کو مطلع کرنا

ایسي سائٹ یا سروسز جو عام عوام کو مواد پوسٹ کرنے کي اجازت دیتي ہیں وہ اس بارے میں پالیسیاں رکھتے ہیں کہ کون سا مواد قابل قبول ہے جیسے یوٹیوب ،فیس بک اور ایکس باکس لائیو وغیرہ۔ آپ نفرت پر مبني مواد سے متعلق ان کے ہوم پیج پر Contact Us پر کلک کر کے شکایت کر سکتے ہیں بعض سائیٹس پر خاص طور پر اس مقصد کے لیے tools بھي ہوتے ہیں ۔

فیس بک لوگوں کو مختلف قسم کے جارحانہ مواد کي اطلاع دینے کي اجازت دیتا ہے مزید معلومات کے لیے درج ذیل لنک دیکھیں

https://www.facebook.com/help/?page=247013378662696

یو ٹیوب لوگوں کو جارحانہ ویڈیوز کو flagکرنے کي اجازت دیتا ہے۔ یاد رہے ایسا کرنے کے لیے آپ کے پاس یوٹیوب کا اکاؤنٹ ہونا ضروري ہے۔ مزید معلومات کے لیے درج ذیل لنک دیکھیں

http://support.google.com/youtube/bin/answer.py?hl=en&answer=95403

ایکس بکس لائیو کے صارفین بھي ہر قسم کي ہراساني سے متعلق شکایات درج کر سکتے ہیں ۔ مزید معلومات کے لیے دیکھیں
http://forums.xbox.com/xbox_forums/xbox_support/f/26/t/19139.aspx

ورلڈ آف وارکرافٹ اپني پالیسي کے تحت کسي بھي قسم کي ہراساني جو نسلي بنیاد پر ہو یا قومیت کي بنیاد پر ہو یا جنسي رجحان کي بنیاد پر ہو منع کرتي ہے۔ اس معاملے کو درج ذیل لنک پر دیکھا جا سکتا ہے
http://us.battle.net/support/en/article/previous/20455

گیم ماسٹر یا اوپن آ ٹکٹ پر ہراساں کیے جانے سے متعلق شکایت کرنے کے لیے ان سے رابطہ کریں مزید معلومات کے لیے دیکھیں
http://us.battle.net/support/en/article/previous/19775

انٹرنیٹ کي خدمات مہیا کرنے والوں کو مطلع کرنا

بہت سے انٹرنیٹ کي خدمات مہیا کرنے والے اپنے سرور سے نفرت انگیز مواد ہٹا دیتے ہیں اگر ان کو اس سے متعلق آگاہ کیا جائے ۔ کسي مخصوص سائٹ کے ہوسٹ کو جاننے کے لیے www.uwhois.com یا www.easywhois.com ملاحظہ کریں۔

کینیڈا کے انساني حقوق ٹربیونل کو مطلع کرنا

آپ نفرت پر مبني مواد سے متعلق کینیڈا کے انساني حقوق ٹریبونل کو شکایت کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے آپ کینیڈا کے انساني حقوق کمیشن سے رابطہ کریں جن کا مکمل پتہ فون نمبر اور آن لائن رابطے کا پتہ درج ذیل ہے:

پتہ:

کینیڈین ہیومین رائیٹس کمیشن 344 سلیٹر اسٹریٹ ، آٹھویں منزل، اوٹاوا، اونٹاریو،

کے 1 اے 1 اي ون، کینیڈا

فون: (613)995-1151

ٹول فري: 1-888-214-1090

ٹي ٹي وائے : 1-888-643-3304

فیکس : (613) 996-9661

آن لائن ایڈریس:

www.chrc-ccdp.ca/contact/default-eng.aspx

غیر سرکاري تنظیموں کو مطلع کرنا

ایسي غیر سرکاري تنظیمیں بھي ہیں جن کو نفرت پر مبني مواد سے متعلق آن لائن یا آف لائن شکایات کي جاسکتي ہیں ان میں درج ذیل تنظیمیں شامل ہیں۔

بنائي برتھ کینیڈا

www.bnaibrith.ca/contactus.html

فرینڈز آف سیمن وائیسن تھل سینٹر

www.wiesenthal.com/site/pp.asp?c=lsKWLbPJLnF&b=4441269

کینیڈین اینٹي ریسزم ایجوکیشن اینڈ ریسرچ سوسائٹي
www.stopracism.ca/reportfrm.php

قانون نافذ کرنے والے اداروں کو مطلع کرنا

پولیس فورس کے پاس نفرت پر مبني واقعات سے نمٹنے کے لیے خصوصي یونٹ ہوتي ہے اگر آپ اونٹاریو یا برٹش کولمبیا میں رہتے ہیں تو آپ صوبائي سطح پر بھي نفرت پر مبني جرائم سے متعلق شکایت کر سکتے ہیں۔

اونٹاریوہیٹ کرائم ایکسٹریم ازم اینویسٹي گیٹیو ٹیم
www.hceit.ca
بي سي ہیٹ کرائم ٹیم
4903-543-604 or 604-598-4243

حوالہ جات

کینیڈین ریس ریلیشنز فاؤنڈیشن
https://www.crrf-fcrr.ca/en/news-a-events/articles/item/26823-hate-crime-in-canada
اسٹاپ ہیٹ یو کے
https://www.stophateuk.org/about-hate-crime/what-is-online-hate-crime /
میڈیا سمارٹس
https://mediasmarts.ca/teacher-resources/responding-online-hate-guide
اونٹاریو ہیٹ کرائم ایکسٹریم زم انویسٹیگیٹو ٹیم
www.hceit.ca
کینیڈین ہیومن رائٹس ٹربیونل
www.chrc-ccdp.ca/contact/default-eng.aspx
کینیڈین سینٹر فار سائبر سکیورٹي
https://cyber.gc.ca/en

سائبر ایذا رسانی

(Cyberbullying)

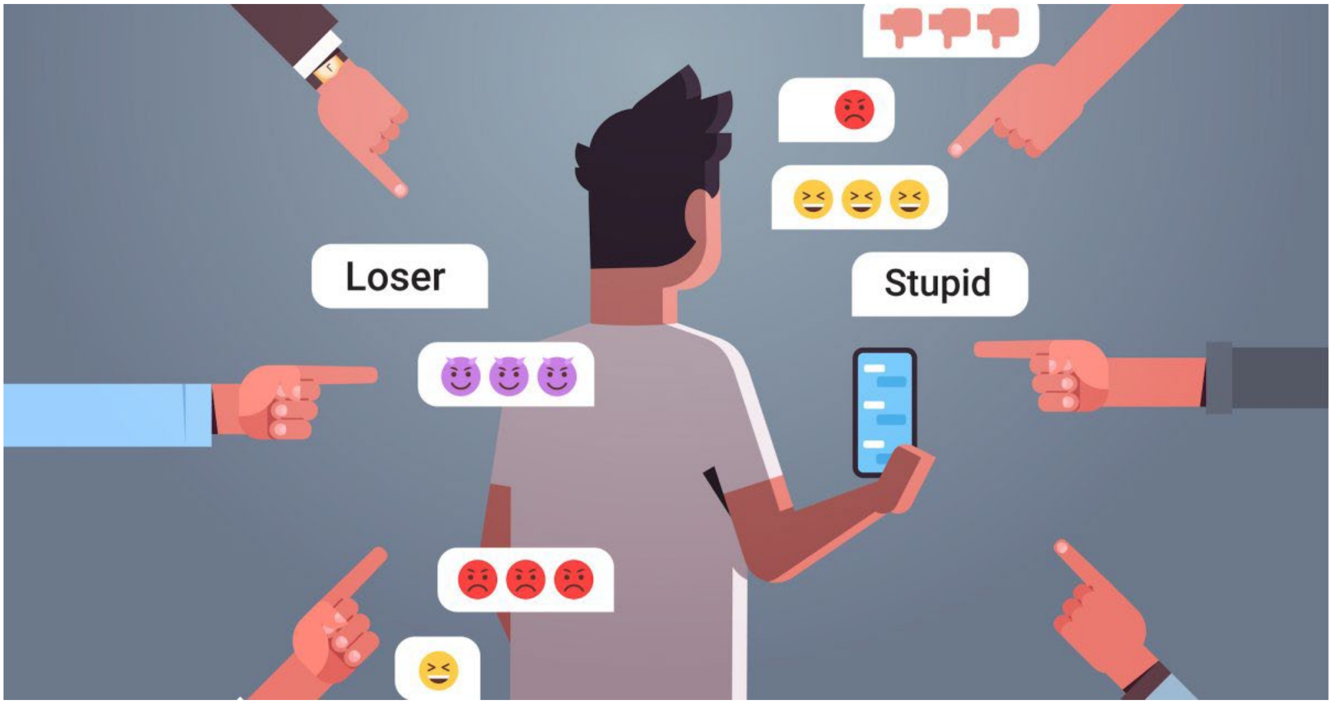
مفید معلومات کی فہرست

سائبر ایذا رسانی (cyberbullying)کیا ہے؟

کسی کو خوفزدہ یا پریشان کرنے کی نیت سے سوشل میڈیا ای میلز یا ٹیکسٹ کے ذریعے پیغامات بھیجنے کو سائبر ایذارسانی یا cyberbullingکہتے ہیں۔

کسی اور کے بارے میں منفی، نقصان دہ، یا جھوٹا مواد بھیجنا یا شیئر کرنا بھی اسی زمرے میں آتا ہے۔

اس میں کسی کی ذاتی یا نجی معلومات کو شیئر کرنا جو کسی کے لیے شرمندگی یا تذلیل کا باعث بنے بھی شامل ہے۔



يہ كہاں ہوسكتي ہے؟

اس كے ليے سوشل ميڈيا ايپس يا پيغام رساني كي ايپس كا استعمال كيا جاتا ہے۔

سوشل ميڈا ايپس TikTok, Twitter, Snapchat, Instagram, Reddit, Facebook

پيغام رساني كي ايپس : Whatsapp, iMessage

سائبر ايزارساني (cyberbullying)كي اقسام

ہراساں كرنا: جارحانہ انداز ميں كسي كو بار بارپيغامات بھيجنا ۔

بھڑكانا: آن لائن بحث مباحثہ كے دوران كسي كو گالي دے كر توہين كرنا۔

راز افشاني: كسي كے نجي خيالات ، راز يا ذاتي معلومات كو ظاہر كرنا۔

تذليل كرنا : ڈيجيٹل آلات كا استعمال كرتے ہوئے جھوٹ يا افواہيں پھيلانا

نقالي كرنا: تفريح كے مقصد يا دھوكہ دہي كي خاطر كسي كا روپ دھارنا

سائبر اسٹاكنگ :ڈيجيٹل آلات كا استعمال كرتے ہوئے كسي كو ہراساں كرنا يا كسي كي آن لائن حركات و سكنات كي نگراني كرنا۔

سائبرایذارساني کے اثرات

جسماني اثرات	رویوں پر اثرات	ذہني اثرات	جذباتي اثرات
معدے اورآنتوں کے مسائل بد ہضمي نیند میں خلل	شراب یا منشیات کا استعمال کرنا سکول نہ جانا خراب تعلقات	ڈیپریشن اور انزائٹي احساس کمتري کا شکار ہونا تعلیمي مسائل کا شکار ہونا خود کشي کے خیالات آنا خود کو نقصان پہنچانا	شرمندگي و رسوائي محسوس کرنا الگ تھلگ رہنا بے اختیار محسو س کرنا غصہ آنا

آپ سائبر ایذا رساني کا شکار ہیں تو درج ذیل اقدامات کریں

رک جائیں: کسي برے رویے کا جواب مت دیں۔

محفوظ کریں:ایسے کسي پیغام کو حذف نہ کریں۔ جو کچھ ہورہا ہے اس کا ریکارڈ محفوظ رکھیں ۔

بلاک کریں: بھیجنے والے کے فون نمبر یا اي میل کو بلاک کریں ۔ اگر آپ بلاک کرنا نہیں جانتے تو اپني فون کمپني یا انٹر نیٹ سروس مہیا کرنے والوں سے رابطہ کریں۔

یہ بہت ضروري ہے کہ آپ کسي ایسے شخص کو سب کچھ بتائیں کہ کیا ہورہا ہے جس پر آپ کو مکمل اعتماد ہے۔ آپ کو چاہیے کہ

اپنے مقامي پولیس اسٹیشن کو رپورٹ کریں۔

سوشل میڈیا یا سائٹس یا ایپس کو رپورٹ کریں۔

اسکول کے منتظمین یا اساتذہ کو مطلع کریں۔

کسي قابل بھروسہ بالغ کو بتائیں۔

سائبر ایزارساني سے اپنے آپ کو محفوظ رکھنے کے طریقے

اپنے پاس ورڈ کو راز رکھیں۔ اپنے دوستوں کو بھي مت بتائیں۔

اپني ذاتي معلومات ، جن میں آپ کا نام، خاندان والوں اور دوستوں کے نام، آپ کا پتہ ، فون نمبر اور آپ کا اسکول وغیرہ شامل ہے ہر گز کسي اجنبي کے ساتھ شیئر نہ کریں ۔

تصاویر پر وہ ٹیگ ہٹا دیں جو آپ کو پریشان کرتے ہیں ۔ اپني ذاتي معلومات کے محفوظ بنانے کے لیے اس بات کو یقیني بنائیں کہ اسے صرف دوست دیکھ سکیں۔

آن لائن کچھ بھي پوسٹ کرنے سے پہلے اچھي طرح سوچیں کیونکہ آپ کي پوسٹ تک ہر ایک کي رسائي ممکن ہوسکتي ہے۔

آپ اس معاملے میں بہت محتاط رہیں کہ آپ آن لائن کس پر بھروسہ کرتے ہیں۔ کیونکہ ایک مرتبہ آپ نے معلومات شیئر کردیں تو آپ کا یہ اختیار نہیں رہ سکتا کہ کون اس کو دیکھتا ہے اور کیسے اس کا استعمال کرتا ہے۔

اپني چھٹي حس پر بھروسہ رکھیں۔ اجنبیوں کي طرف سے آنے والي درخواستوں کا جواب نہ دیناور نہ ان کے پیغامات کھولیں۔

انٹر نیٹ سرچ انجن میں اپنا نام اور تصویر کثرت سے تلاش کریں ۔ اگر کوئي ذاتي معلومات ، تصاویر یا ویڈیوز سامنے آئیں جن کا سائبر معلومات کو غلط استعمال کرنے والوں کے ہاتھ لگنے کا خدشہ ہو تو انھیں ہٹانے کے لیے NeedHelpNow.ca سے رابطہ کریں۔

حوالہ جات:

https://kidshelpphone.ca/: Free, 24/7

نوجوانوں کے لیے خفیہ مشاورت، معلومات ، حوالہ جات اور معاون سروس

Text: 686868; Call: 1-800-668-6868

https://www.cybertip.ca/en :/

بچوں کے آن لائن استحصال کي رپورٹنگ کے لیے کینیڈا کي ٹپ لائن

https://needhelpnow.ca/app/en :/

نو عمر بچوں کو جنسي تصاوير يا ويڈيوز کے پھیلاؤ سے روکنے میں مدد مہیا کرنا اور نوجوانوں کے لیے مددگار

https://www.prevnet.ca/bullying/cyber-bullying :

سائبر ایذا رساني کو روکنے اور اس سے نمٹنے کے لیے نوجوانوں اور والدين کو آن لائن سہولت فراہم کرنا

https://getcybersafe.gc.ca/en :

کینیڈینز کو سائبر سکیورٹي کے بارے میں آگاہ کرنے کے لئے قومي اور عوامي آگہي مہم اور خود کو آن لائن محفوظ رکھنے کے لئے آسان اقدامات کي طرف رہنمائي

https://cssn.me/about :

کینیڈین سیف سکول نیٹ ورک ایک قومي، غير منافع بخش رجسٹرڈ خيراتي تنظيم ہے جس کا مقصد نوجوانوں پر تشدد کو کم کرنا اور سکولوں اور کمیونٹیز کو محفوظ بنانا ہے

https://www.ccohs.ca/oshanswers/psychosocial/cyberbullying.html :

کینیڈین سینٹر فار آکوپیشنل ہیلتھ اینڈ سیفٹي کي جانب سے انٹرنیٹ پر ہراساں کرنے سے متعلق ٹپ شیٹ

https://www.peelpolice.ca/en/safety-tips/child-and-teen-safety.aspx#Bullying-

پیل ریجنرل پولیس کي جانب سے سائبر ایذا رساني پر ٹپ شیٹ

اسلاموفوبیا کو سمجھنا اور اس سے نمٹنا
مفید معلومات کی فہرست

اسلاموفوبيا:

اسلاموفوبيا ايسي اصطلاح ہے جو اسلام اور مسلمانوں کے خلاف انتہائي خوف اور دشمني کو ظاہر کرتي ہے۔ جو اکثر اوقات نفرت انگيز تقرير اور نفرت انگيز جرائم کا باعث بنتي ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ سماجي اور سياسي تعصب کي وجہ بھي بنتي ہے ۔

اونٹاريو کے انساني حقوق کميشن کے مطابق اسلاموفوبيا کسي انفرادي مسلمان يا عام طور پر اسلام کے پيروکاروں کے خلاف تعصب يا دشمني کا اظہار ہے۔

اسلاموفوبيا کي بنيادي وجوہات ميں کينيڈا کے معاشرے ميں اسلام کے اثرات کا خوف، خواتين کے حقوق ميں رکاوٹ اور رجعت کے تصورات اور متشدد مذہبي اقدار کے تصورات کا ہونا ہے۔

صنفي اسلاموفوبیا:

اس سے مراد مسلم خواتین کے خلاف تعصب ہے جو تاریخي تناظر کو مدنظر رکھتے ہوئے پیدا ہوا اور جو مخصوص تصورات سے آیا ہے جیسے پردے دار مسلم خواتین مظلوم ہیں۔

ادارہ شماریات کینیڈا کے اعداد و شمار کے مطابق 2010سے 2019 تک مسلمانوں کے خلاف رپورٹ ہونے والے پرتشدد نفرت انگیز جرائم میں سے 47 فیصد ایسے تھے جس میں خواتین کو نشانہ بنایا گیا

اسلاموفوبیا کا نظام:

اسلاموفوبیا کا نظام جو کہ قوانین، پالیسیوں، طرز عمل اور اعمال کي وجہ سے معرض وجود میں آیا ہے اور جو بظاہر غیر جانبدار دکھتا ہے لیکن مسلمانوں پر اس کا گہرا اثر ہے ۔ اس کي ایک مثال کیوبیک میں بل 21ہے جس کے تحت ایک قانون خواتین سرکاري ملازموں کو حجاب پہننے سے روکتا ہے جو کہ ایک مذہبي علامت ہے۔ تعلیمي نظام میں اسلاموفوبیا حجاب پر پابندي، ایتھلیٹک یونیفارم کے محدود اختیارات اور حلال کھانے کے اختیارات کي عدم موجودگي کي صورت میں پایا جاتا ہے۔

ایک دوسرے سے منسلک شناخت کو سمجھنا:

وہ طریقے جو صنفي، نسلي، جنسي رجحان، صنفي شناخت، معذوري، طبقاتي فرق اور امتیازي سلوک پر مبني عدم مساوات پیدا کرتے ہیں یہ تمام طریقے باہم ایک دوسرے سے منسلک ہیں اور اثرات مرتب کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر جب کسي مسلم خاتون کو حجاب پہننے پر امتیازي سلوک کا نشانہ بنایا جاتا ہے تو یہ بات ناممکن ہے کہ اس خاتون کو اس کي مسلم شناخت سے الگ کردیا جائے۔

کینیڈا میں اسلاموفوبیا:

کینیڈا میں اسلاموفوبیا مسلمانوں کے خلاف نفرت انگیز حملوں اور مسلمانوں کو قتل کرنے کي وجہ رہا ہے جس کا تناسب کسي بھي اور جي سیون ملک کے مقابلے میں زیادہ ہے کینیڈا کے ادارہ شماریات کي تازہ ترین رپورٹ کے مطابق 2021 میں کینیڈا میں مسلمانوں کے خلاف پولیس سے متعلقہ نفرت انگیز جرائم میں 71 فیصد اضافہ ہوا ہے۔

اسلاموفوبيا کے خلاف اجتماعي کاروائي کيسے کي جائے؟

اسلامو فوبيا کے ڈھانچے کو سمجھیں جيسے اسلاموفوبيا قانون سازي، قانوني نظام ميں غير منصفانہ سلوک، ميڈيا کا تعصب، مسلم مخالف سياسي بيان بازي اور پناہ گزينوں کي آبادکاري کے خلاف مزاحمت۔ اس کے علاوہ پرائيويٹ اسلاموفوبيا بشمول نفرت انگيز گروپ کي سرگرمياں، مسجد کي مخالفت ، مسجد کي توڑ پھوڑ ، ہراساں کرنا اور تشدد شامل ہے۔

مستند ذرائع کا استعمال کرتے ہوئے اپنے آپ کو اور دوسروں کو اسلام اور مسلمانوں کے بارے ميں تعليم ديں۔ اس کے علاوہ شريعت مخالف تحريک، نظرياتي طور پر تشدد کي حوصلہ افزائي، اميگريشن اور جرائم کے بارے ميں حقائق، ميڈيا کے دہرے معيار، اسلام کو درپيش مسائل کے بارے ميں معلومات حاصل کريں ۔

ناانصافي، جانبدارانہ ميڈيا کوريج، غيرمنصفانہ قانون سازي، نفرت انگيز تقرير، مساجد ميں توڑ پھوڑ اور ہراساں کرنے والے واقعات کے خلاف بات کريں۔ اور اقليتوں، تارکين وطن ، پناہ گزينوں اور شہري اور انساني حقوق کے حق ميں بات کريں۔

ہمسايوں اور کميونٹيز کو متحرک کرکے منظم کريں ، شہري گروپوں ميں تعاون بڑھائيں، بين المذاہب اتحاد کو فروغ ديں اور عوامي يکجہتي کا مظاہرہ کريں ۔

مسلمان مرد اور عورتوں کي آوازوں کو سنيں اور انہيں اپنے حق ميں بات کرنے کي آزادي ديں۔

خود تحقيق کريں اور پسماندہ کميونٹيز پر دوسروں کو تعليم دينے کا بوجھ مت ڈاليں۔

بين المذاہب اتحاديوں کي جانب سے کي جانے والي عام غلطيوں سے بچيں۔

اسلاموفوبيا سے لڑتے ہوئے مشترکہ کوششوں سے حاصل ہونے والي کامياب کہانيوں کا مطالعہ کريں۔

اسلاموفوبیا

https://islamophobia-is.com/

انٹرنیشنل سول لبرٹیز مانیٹرنگ گروپ

https://iclmg.ca/resources-against-islamophobia

نیشنل کونسل آف کینیڈین مسلمز

https://www.nccm.ca/community-resources

ڈیجیٹل اینٹي ریسزم ایجوکیشن پروجیکٹ

https://www.daretobeaware.ca/about

کونسل آف ایجنسي سرونگ ساؤتھ ایشینز

http://cassa.on.ca/eradicatehate/

این ایس سي سي لائبریریز

https://subjectguides.nscc.ca/anti-racism/anti-islamophobia

مسلم ایجوکیٹرز اونٹاریو

https://www.muslimeducatorsontario.org/resources

پیل ڈسٹرکٹ سکول بورڈ اینٹي اسلاموفوبیا سٹریٹجي

https://www.peelschools.org/documents/4d852330-cc5d-41ef-bcd4-1787e4231b24/14.1d_Directive%2014%20Affirming%20Muslim%20Identities%20and%20Dismantling%20Islamophobia%20StrategyReport.v3.pdf

جوابی تقریر کیا ہے؟

جوابی تقریر

جوابی تقریر کیا ہے؟

جوابی تقریر نفرت انگیز یا نقصان دہ تقریر کا براہ راست جواب ہ۔
-آن لائن نفرت کے مدِمقابل، جوابی تقریر کو ایک زیادہ مؤثر انداز کے طور پر تجویز کیا جاتا ہے
جو کچھ بھی پوسٹ کیا گیا ہے، اس مواد کو روکنے یا ہٹانے کے بجائے، جوابی تقریر ایک براہ راست متبادل، شائستہ اور غیر جارحانہ ردعمل پیش کرتی ہ۔
-جوابی تقریر، تحریر (متن)، گرافکس، یا ویڈیو کی شکل اختیار کر سکتی ہے
مواد میں اعتدال کے کئی فوائد ہیں ، جیسے کہ آزادی اظہار کی حفاظت،
متاثرین کی مدد ۔ جوابی تقریر دوسرے سوشل میڈیا صارفین کو اشارہ دیتی ہے کہ نفرت ناقابل قبول ہے۔

جوابی تقریر کیوں ضروری ہے؟

جوابی تقریر کی انسانی انسداد کا مقصد ایک ہمدردانہ اظہار ہے، جو یہ ظاہر کرنا ہے کہ ہر شخص قیمتی ہے۔

جوابی تقریر یہ ظاہر کرتی ہے کہ اکھٹے ہونے میں طاقت ھے۔ وہ زیادہ سے زیادہ سامعین کی توجہ کا مرکز بن کر، ایک خوشُ آئین دعوی پیش کرنے کی کوشش کرتی ہے۔

جوابی تقریر مخالفت کا رجحان پیدا کرنے کے برعکس، حل تلاش کرنے کی کوشش ہےُ، اِس اظہار رائے کےُ ساتھ کہ نفرت انگیز تقریر کی ہدف کے پیچھے ایک بڑا گروہ کھڑا ہے۔

جوابی تقریر نفرت انگیز تقریر کی براہ راست جوابدہی سے بچنے کی کوشش ہے۔

جوابی تقریر کا استعمال کیسے کریں؟

بہادری کے ساتھ رابطہ قائم کریں۔ سامعین سے دلچسپی کے ساتھ اپنے خیالات کا اظہار کیجیے

موضوع کی تذلیل یا تنقید کئے بغیر، بااختیار اور متاثر کن بننے کی کوشش کریں

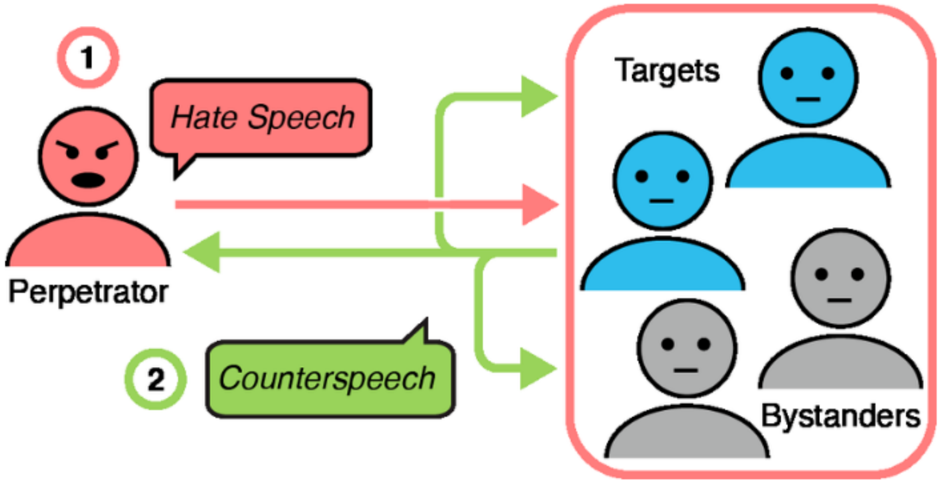
پیچیدہ الفاظ کے بجائے، آسان الفاظ کے استعمال سے، ایک پیغام لے کر آئیں جو تبدیلی کو متاثر کر سکتا ہے۔

ناظرین یا سامعین کو نظریاتی سوچ اور ذاتی رائے اختیار کرنے کی جگہ دیجیے۔

اپنے پیغام کو طاقتور بنانے کے لیےاسکا خلاصہُ چند جملوں تک محدود کیجیے۔

جوابی تقریر کا مقصد، ہرگز نفرت انگیزی پیدا کرنا نہیں، بلکہ حل تلاش کرنا ہے۔

ہدف گروپ کا مقصد، ایک بہتر حل تلاش کرنے کا مظاہرہ ہے، ہرگز خود کو یا دوسروں کو تنقید کا نشانہ مت بنائیں
بااختیار رہنا یاد رکھیے۔
تبلیغ نہ کریں اور مسئلہ کا حتمی جواب نہ دیں۔ یاد رکھیں:
تبدیلی ایک وقت میں ایک قدم اٹھا کر ہوتی ہے
آن لائن نفرت کو سمجھیں۔
انسانی حقوق کا استعمال کے ساتھ، آن لائن نفرت کے بارے میں خود کو اور دوسروں کو تعلیم دیجیے۔
آن لائن نفرت اور آن لائن ہراساں کرنے کے مابین فرق جانیے
بات چیت میں تنازعات کو پہچانیے۔
اپنی بات چیت سے، ہمدردی اور امن قائم کرنے کی کوشش کیجیے
نفرت انگیز تقریر کےمتعلق اپنی سوچ میں وضاحت لائیے۔
صاف اور کھری بات کیجیے
کمپنیوں کو جرمانہ دینے کے بجائے، اور طریقوں سے حل ڈھونڈیں۔
تحمل کاُراستہ اختیار کیجیے۔
ایسی پالیسیوں سے احتراز کرنا چاہئےجو آزادی اظہار کی راہ میں رکاوٹ بن سکتی ہوں



وسائل اور حوالہ جات:

https://www.mll.fi/en/about-mll/media-education/safely-in-digital-environments/hate-speech-and-counter-speech/

https://mediasmarts.ca/online-hate/resources-teachers-online-hate
https://dangerousspeech.org/counterspeech/

MALTON WOMEN COUNCIL

CONTACT

INFORMATION

+1 647-391-9668

www.mwc.community

info@mwc.community