Hampshire Services
EMTAS

হ্যাম্পশায়ার এথনিক মাইনরিটি এন্ড ট্রাভেলার অ্যাচিভমেন্ট সার্ভিস

নিরপত্তা ও কল্যাণ

বাবা-মা, অভিভাবক বা কেয়ারারদের দায়িত্ব

Hampshire County Council

www.hants.gov.uk

Hampshire Services
EMTAS

‘সেইফগার্ডিং’ বা ‘সুরক্ষা’ মানে কী?

সুরক্ষা হলো শিশুদের নির্যাতন ও অবহেলা থেকে রক্ষা করা। এর অর্থ এটিও যে শিশুরা যেন সুস্থ ও ভালো থাকে এবং স্বাস্থ্যসেবা পাওয়ার ব্যাপারে তারা সাহায্য পায় তা নিশ্চিত করা।
এই পুস্তিকাটিতে শিশুদের কিভাবে সুরক্ষা করতে হবে সে ব্যাপারে অভিভাবক এবং দেখাশোনাকারীদের জন্য তথ্য রয়েছে।

শিশুদের একা বাসায় রেখে যাওয়া

কোন বয়সী শিশুকে বাসায় একা রেখে যাওয়া যাবে তার কোন আইনত বয়সসীমা নেই, কিন্তু শিশু আঘাত বা কষ্ট পাওয়ার ঝুঁকিতে থাকলে বাবা মায়ের ব্যাপারে অবহেলা করার অপরাধে আইনত পদক্ষেপ গ্রহণ করা হতে পারে।.

পরামর্শ দেওয়া হয় যে:

- ১২ বছরের নিচের বয়সী শিশুকে দীর্ঘ সময়ের জন্য একা বাসায় রেখে যাওয়া উচিত নয়, কারণ কোন জরুরী অবস্থা সামাল দেয়ার মত তারা বড় হয়নি;
- ১৬ বছরের নিচের বয়সী শিশুকে সারারাত একা রেখে বাইরে যাওয়া উচিত নয়;
- শিশু স্বস্তিবোধ না করলে সে যত বছর বয়সের হোক না কেন তাকে বাসায় একা রেখে বাইরে যাওয়া উচিত নয়;
- ১৬ বছরের কম বয়সী শিশুর কাছে, তার চেয়ে বয়সে ছোট শিশু বা অতিরিক্ত সাহায্য প্রয়োজন এমন শিশুর দেখাশোনা করার দায়িত্ব দিয়ে বাইরে যাওয়া উচিৎ নয়

Hampshire Services
EMTAS

শিশুদের অনলাইনে নিরাপদ থাকার জন্য সহায়তা

অনলাইনে শিশুরা নতুন জিনিস শিখতে পারে, হোমওয়ার্কের ব্যাপারে সাহায্য পেতে পারে, সৃষ্টিশীলভাবে (ক্রিয়েটিভ) নিজেদের প্রকাশ করতে পারে এবং খেলতে পারে এবং বন্ধুবান্ধব ও পরিবারের সাথে যোগাযোগ রাখতে পারে।

এর মধ্যে ঝুঁকি রয়েছে কিন্তু সেগুলো বুঝে এবং বিপদের ব্যাপারে কথা বলে আপনি আপনার শিশুকে অনলাইনে নিরাপদ রাখতে সহায়তা করতে পারেন।

ইএমটিএস ওয়েবসাইটে শিশুদের সুরক্ষার ব্যাপারে আরো তথ্য ও নির্দেশিকা পাবেন: https://www.hants.gov.uk/educationandlearning/emtas/safeguarding.

সংক্ষিপ্ত তথ্য ও নির্দেশিকা পাবেন এই ওয়েবসাইটে যেখানে ইন্টারনেট নিরপত্তা নিয়ে শিশুদের সাথে কিভাবে কথা বলবেন, কিভাবে সন্তানকে অনলাইনে নিরাপদ রাখতে প্যারেন্টাল কন্ট্রোল বসাবেন, এসব বিষয়ও অন্তর্ভুক্ত https://www.childnet.com/parents-and-carers

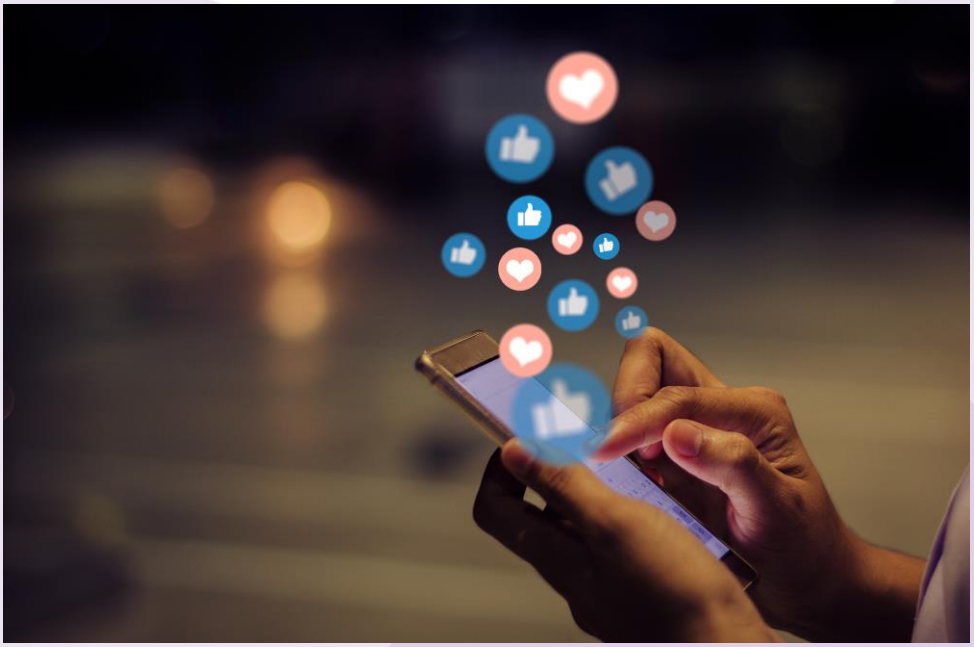
Hampshire Services
EMTAS

অনলাইনে এবং সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে শিশুরা কী করে?

- বন্ধুবান্ধবের সাথে যুক্ত হয় এবং নতুন বন্ধু বানায়, ইন্টারেনেটে তথ্য খোজে, অন্যদের সাথে কথা বলে ও খেলে
- গুগলের মত সার্চ ইঞ্জিন দিয়ে বিভিন্ন তথ্য খুঁজে
- কোন কিছু তৈরী করে, শেয়ার করে, ছবি কিংবা ভিডিওতে অ্যাপের মাধ্যমে লাইক দেয় বা মন্তব্য করে যেমন, মিউজিক.লি, ইনস্টাগ্রাম এবং স্ন্যাপচ্যাট
- বন্ধুদের সাথে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে সমসাময়িক ব্যাপারে আলোচনা করে যেমন ফেসবুক, টুইটার এবং ইনস্টাগ্রাম
- ফেসবুক লাইভ, ইনস্টাগ্রাম লাইভ এবং ইউটিউবে লাইভ ভিডিও প্রচার করে
- ভয়েস ও ভিডিও চ্যাট বা ইনস্ট্যান্ট মেসেজের মাধ্যমে অন্যদের সাথে যোগাযোগ করে। এটি সোশাল নেটওয়ার্কে মেসেজিং অ্যাপ যেমন হোয়াটসঅ্যাপ এবং অন্যান্য খেলার মাধ্যমে ঘটতে পারে
- ওয়েবসাইট, অ্যাপ বা গেইম কনসোলের মাধ্যমে খেলে

Hampshire Services
EMTAS

ঝুঁকিগুলো কী কী?



- শিশুরা নিজেদের আচরণের কারণে ঝুঁকিতে থাকতে পারে, যেমন, যদি তারা নিজস্ব তথ্য বেশীমাত্রায় শেয়ার করে – তাদের নাম, তারা কোন স্কুলে পড়ে তা, এমনকি কোন ঠিকানার সাথে সংযুক্ত ছবি শেয়ার করে
- শিশুদের যদি বুলি বা এমন কেউ যোগাযোগ করে যারা নির্যাতন করার জন্য শিশুদের গ্রুমিং করে বা তৈরী করে নেয় । গ্রুমিং বা তৈরী করে নেয়ার অর্থ হলো যৌননিপীড়ন করা, সুযোগ কাজে লাগানো বা পাচার করার উদ্দেশ্যে কোন শিশুর সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা। অনলাইন বা বাস্তব জীবনে অপরিচিত ব্যক্তি, শিশুর ছদ্মবেশে কোন প্রাপ্তবয়স্ক কিংবা পরিচিত কারো মাধ্যমে, শিশু বা অল্পবয়স্কদের গ্রুমিং করা হতে পারে।
- যৌন নির্যাতন হলো যখন কোন শিশু বা অপ্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিকে জোর করে বা বোকা বানিয়ে যৌন কার্যক্রমে লিপ্ত করা হয়। যৌন নির্যাতন বা অসদ্ব্যবহার অনলাইনে ঘটতে পারে (যেমন কোন শিশুকে শিশু নির্যাতনের ছবি বা ভিডিও বানাতে, দেখতে বা শেয়ার করতে কিংবা অনলাইন আলাপে যৌন কার্যকলাপে অংশ নিতে বাধ্য করা হতে পারে)
- সাইবারবুলিং। এটি অনলাইনে ঘটা যেকোন ধরনের বুলিং
- শিশুরা লুকায়িত খরচ বা অ্যাপ, গেইম ও ওয়েবসাইটের বিজ্ঞাপন সম্পর্কে অবগত না থাকতে পারে
- শিশুর জন্য তার বয়স-অনুপযুক্ত বা অনির্ভরযোগ্য বিষয়াদি সুলভ হতে পারে। তারা ম্যালওয়ার যেমন ভাইরাস বা ট্রোজান হর্সেস ডাউনলোড করতে পারে যা কম্পিউটারের ক্ষতি করতে পারে বা যার ফলে কম্পিউটারে সংরক্ষিত সকল তথ্য চুরি হয়ে যেতে পারে।
- পর্নোগ্রাফি হলো যৌন বৈশিষ্ট্য সম্বলিত, অনুপযুক্ত এবং/বা অবৈধ বিষয়াদি সুলভ্য হওয়া।

Hampshire Services
EMTAS

- যখন কেউ নিজের বা অন্য কারো যৌন আবেদন সম্পন্ন, নগ্ন বা অর্ধনগ্ন ছবি বা ভিডিও শেয়ার করে বা যৌনআবেদনসম্পন্ন মেসেজ পাঠায় তখন তাকে সেক্সটিং বলে। যদি কোন শিশু বা অপ্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিকে জোর করে বা ভুলিয়ে তাদের নিজের বা অন্য কারোর এইধরনের ছবি তুলানোর বা পাঠানোর ব্যবস্থা করা হলে তা অনলাইন নির্যাতন হিসেবে গণ্য হয়। এটি ছবির শিশুর জন্য ক্ষতিকর এবং অন্য কারো এধরনের ছবি অন্যদের সাথে শেয়ার করা আইনত নিষিদ্ধ।
- অনলাইনে গেইম খেলা, নির্যাতন বা বুলি করতে আগ্রহীদের সাথে অনাকাঙ্খিত যোগাযোগের সুযোগ এনে দিতে পারে।

সবকিছু ঠিক নেই তার সম্ভাব্য লক্ষণগুলো কী?

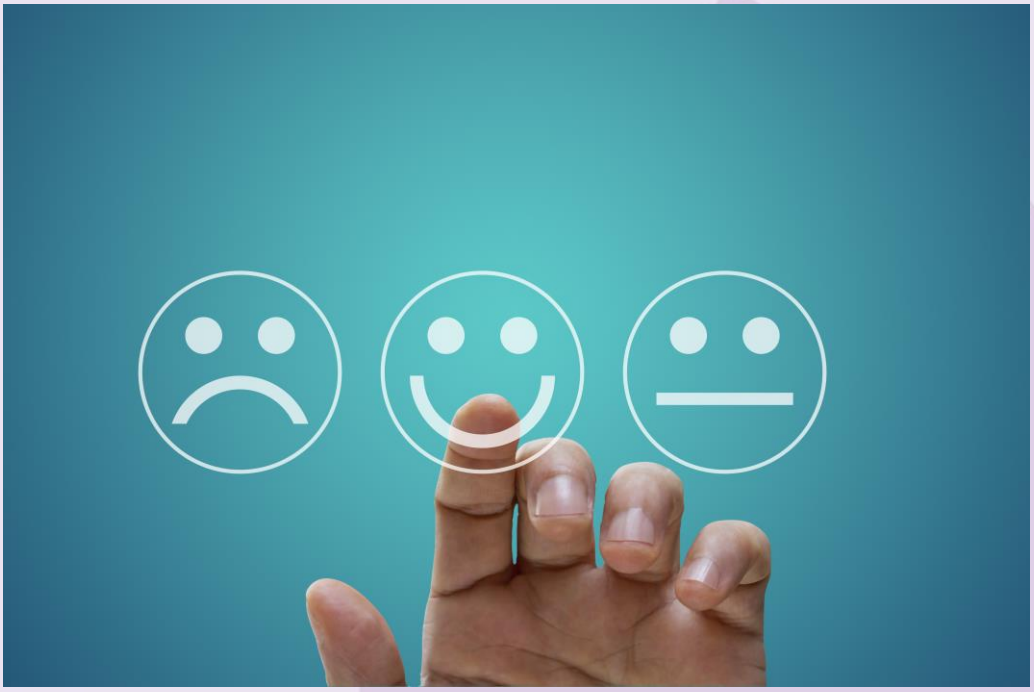
আপনার শিশু হয়তো

- সবকিছুতে উদাসীন হয়ে উঠেছে এবং ডিভাইসে স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী সময় কাটাচ্ছে
- তারা কার সাথে বলছে এবং অনলাইনে বা তাদের মোবাইলে কার সাথে কথা বলছে এব্যাপারে লুকাতে চাইছে
- ভিন্নরকম আচরণ করছে, যেমন: উদ্বিগ্ন বা আগ্রাসী
- অন্য কোন কাজে কোন আগ্রহ না দেখানো
- প্রচুর নতুন ফোন নাম্বার, টেক্সট বা ইমেইল অ্যাড্রেস তাদের ইলেকট্রনিক ডিভাইসে পাওয়া যাচ্ছে
- তাদের বন্ধু হিসেবে চিনেন না এমন কারো কাছ থেকে উপহার পাচ্ছে
- বাইরে বেশী যাচ্ছে কিন্তু কোথায় যাচ্ছে বা কাদের সাথে দেখা করতে যাচ্ছে তা লুকাতে চাচ্ছে
- অনলাইনে বেশী পয়সা খরচ করছে
- চুরি করছে

Hampshire Services
EMTAS

- মদ বা ড্রাগ গ্রহণ করছে

আপনি আপনার সন্তানদের অনলাইনে নিরাপদ রাখতে কিভাবে সহায়তা করতে পারেন?



- আপনার শিশু অনলাইনে কি করে – কি খেলা খেলে, কোন অ্যাপ ব্যবহার করে সে সম্পর্কে তার সাথে নিয়মিত কথা বলুন কিন্তু তা অভিযোগের সুরে নয়। আপনি আর আপনার সন্তান যদি তাদের অনলাইন কাজকর্ম নিয়ে কথা বলতে অভ্যস্ত থাকেন তাহলে তারা ভবিষ্যতে অনলাইনের কোন ব্যাপারে উদ্বিগ্ন হইলে আপনাকে জানানোর সম্ভাবনা বাড়বে।

- ব্যক্তিগত তথ্য নিরাপদ রাখতে ও অপরিচিত কাউকে না জানাতে, পপ-আপ ও স্প্যাম ইমেইল ব্লক করতে, অ্যাপের ভিতর ক্রয়করার সুবিধা আছে এমন অ্যাপ যখন পারা যায় বন্ধ করতে এবং অনলাইন কোন ফর্মে পরিবার ব্যবহার করে এমন কোন ইমেইল অ্যাড্রেস ব্যবহার করতে আপনার শিশুকে উৎসাহিত করুন।

- শিশুদের তাদের বেডরুমে ইন্টারনেটের সুবিধা থাকা উচিত নয়, শুধুমাত্র পারিবারিক স্থানে যেখানে বাবা-মা তাদের কার্যকলাপ পর্যবেক্ষণ করতে পারবে সেখানে তাদের ইন্টারনেট ব্যবহার করা উচিত।

- অভিভাবকের নিয়ন্ত্রণ বা প্যারেন্টাল কন্ট্রোল স্থাপন করুন।

Hampshire Services
EMTAS

- আপনার শিশু যেসব অ্যাপ চায় সেগুলোর বয়সের রেটিং দেখুন। ইউটিউব ১৭+ এর অর্থ ইউটিউবে সকল বিষয় আপনার ১৭ বছরের নিচের বয়সী শিশুর জন্য অনুপোযুক্ত হতে পারে। ফেসবুক, স্ন্যাপচ্যাট, ইনস্টাগ্রাম এবং হোয়াটসঅ্যাপ ইত্যাদি সব ১২+।

- আপনি অনুপযুক্ত আলাপ, মেসেজ, ছবি এবং আচরণ এনএসপিসিসিতে এই নাম্বারে ০৮০৮ ৮০০ ৫০০০ বা এই ইমেলে help@nspcc.org.uk রিপোর্ট করতে পারেন।

- আপনার শিশুকে কেউ বিরক্ত করতে থাকলে, তাদের কারো ব্যাপারে অস্বস্থিবোধ হলে কিংবা যদি তাদের কোন বন্ধুকে কেউ অনলাইনে বিরক্ত করে তাহলে তা বিশ্বস্ত কোন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিকে সাথে সাথে জানানোর গুরত্ব শিশুকে বুঝিয়ে বলুন।

- অনলাইনের বিষয়সমূহের বিশ্বাসযোগ্যতা বিবেচনা করা এবং সেগুলো সত্য নাও হতে পারে এবং/বা সেগুলো অনিরপেক্ষভাবে লেখা হতে পারে সে সম্পর্কে সচেতন থাকা আপনার শিশুর জন্য গুরত্বপূর্ণ।

- অনলাইন বন্ধুদের ব্যাপারে আপনার শিশুর সাথে কথা বলুন এবং অনলাইনে বানানো নতুন বন্ধু নিজের ব্যাপারে যা বলছে তা হয়তো সে নয় সেটি শিশুকে শিক্ষা দিন। অনলাইনের কোন বন্ধুর সাথে একা একা দেখা করতে যাওয়া উচিত নয়, আপনার শিশু যেন সেটা জানে তা নিশ্চিত করুন।

- আপনার শিশুর সাথে অনলাইনে কোন অনাকাঙ্খিত ব্যক্তির যোগাযোগ স্থাপিত হওয়ার বা কেউ যোগাযোগের চেষ্টা করছে এমন উদ্বেগ থাকলে পুলিশের কাছে রিপোর্ট করুন। তারা অনলাইন বুলিং বা নির্যাতনের শিকার হলে আপনি চাইল্ড এক্সপ্লয়টেশন এবং অনলাইন প্রটেকশন সেন্টারের (www.ceop.police.uk) মাধ্যমে তা করতে পারেন।

আপনি যদি মনে করেন কোন শিশু এই মুহুর্তে ক্ষতির ঝুঁকির মধ্যে আছে, তাহলে দেরী করবেন না, এখনই পুলিশকে ৯৯৯ এ যোগাযোগ করুন।

Hampshire Services
EMTAS

Hampshire County Council

www.hants.gov.uk