১। হোয়াটসঅ্যাপ-এ আমি কী করতে পারি?

- হোয়াটসঅ্যাপ মূলত তাৎক্ষণিক মেসেজ আদাপ্রদানের একটি অ্যাপ বা অ্যাপ্লিকেশন।
- এর মাধ্যমে আপনি মেসেজ, ছবি এবং ভিডিও পাঠাতে পারবেন।
- আপনি একজনের সাথে অথবা একইসাথে একাধিক জনের সাথেও

মেসেজ আদানপ্রদান করতে পারবেন।

- আপনি কারো সাথে ভিডিও চ্যাট করতে পারবেন।
- আপনি একটি বার্তা ভয়েস রেকর্ড করে পাঠাতে পারবেন।
- আপনি আপনার বর্তমান অবস্থান ৮ ঘণ্টা যাবত শেয়ার করতে পারবেন।

আমি কীভাবে নিরাপদ থাকতে পারি?

সচেতন থাকুন!

- গ্রুপ চ্যাট বা দলবদ্ধ আড্ডায় আপনি উৎপীড়ন বা অযথা আক্রমণের স্বীকার হতে পারেন।
- এটা আসক্তি সৃষ্টি করতে পারে।

- যে কেউ আপনাকে অপ্রাসঙ্গিক বা অনুপযুক্ত ভিডিও বা ছবি পাঠাতে অথবা শেয়ার করতে পারে।
- আপনি কোন মেসেজ বা বার্তা বিষয়ে রিপোর্ট করতে পারবেন না।
- যে কেউ আপনার নাম্বার নিয়ে আপনাকে হোয়াটঅ্যাপ পাঠাতে পারে।
- আপনি যেকোন মানুষকে ব্লক করতে পারবেন।

- এটি ওয়াইফাই বা মোবাইল ডেটা ব্যবহার সাপেক্ষে পুরোপুরি ফ্রি, তাই এটা ব্যবহার করার লোভ সামলানো বেশ কঠিন।

২। ইন্সটাগ্রাম-এ আমি কী করতে পারি?

আপনার প্রোফাইলে ভিডিও এবং ছবির জন্য ব্যক্তিগত বা প্রাইভেসি সেটিংস ঠিক করে নিন।

- ইন্সটাগ্রাম মূলত ফটো ও ভিডিও শেয়ার করার একটি বিনামূল্যের অ্যাপ।
- আপনি এখানে ফটো ও ভিডিও আপলোড বা যুক্ত করতে পারবেন।
- সেইসব ফটো ও ভিডিও আপনি আপনার অনুসারীদের জন্য শেয়ার করতে পারবেন।
- আপনার পছন্দের বন্ধুদের একটা নির্দিষ্ট দলের সাথে শেয়ার করতে পারবেন।

- আপনার অনুসারী বা বন্ধুদের কেউ যদি আপনার পোস্ট করা ফটো বা ভিডিও শেয়ার করে, সেগুলো যেকেউ দেখতে, কমেন্ট/মন্তব্য করতে বা পছন্দ করতে পারবে।
- ১৩ বছর বয়সী বা তার বড় যেকেউ রেজিস্ট্রেশন করে একটা অ্যাকাউন্ট খুলতে পারবে।

আমি কীভাবে নিরাপদ থাকতে পারি?

নকল সাজগোজ, সাইবারবুলিং বা উৎপীড়নের মনোভাব এবং অতিরিক্ত শেয়ার করার বিষয়ে সচেতন থাকুন।

- যদি কেউ অশোভনীয় বা অস্বস্তিকর ভিডিও বা ফটো শেয়ার করে, তবে তাকে আনফলো বা ব্লক করুন।
- ইন্সটাগ্রামের আইনের বিরুদ্ধে যায় এমন যেকোন বিষয়ে রিপোর্ট করুন।

- যাচাই করে দেখুন আপনার অ্যাকাউন্টটি প্রাইভেট(শুধু বন্ধুদের জন্য) নাকি পাবলিক(সবার জন্য) হিসেবে সেট করা।
- যেকোন অযাচিত আক্রমণ, হয়রানি অথবা ট্রলিং বিষয়ে রিপোর্ট করুন।
- যেকোন অযাচিত বা অনাকাঙ্ক্ষিত কমেন্ট সরিয়ে ফেলুন।
- আপনার ফটো বা ভিডিও শেয়ার করতে আপনি স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করছেন কি না সে ব্যাপারে নিশ্চিত হন। কখনই এমন কিছু

করবেন না যেটাতে আপনি অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ করেন। প্রয়োজনে সাহায্য নিন।

৩। ফেসবুক-এ আমি কী করতে পারি?

আপনার প্রোফাইলে ভিডিও এবং ছবির জন্য ব্যক্তিগত বা প্রাইভেসি সেটিংস ঠিক করে নিন।

- ছবি বা ভিডিও শেয়ায় করতে এবং সেগুলোতে কমেন্ট/মন্তব্য করতে বা কমেন্টের উত্তর দিতে পারবেন।
- টেক্সট মেসেজ পাঠাতে পারবেন।

- ভিডিও পোস্ট করতে পারবেন, অন্য কারো পোস্ট করা ভিডিও দেখতে এবং সেটাতে কমেন্ট করতেও পারবেন।
- আপনার বন্ধুর প্রোফাইল পেইজে বা কোন পোস্টে কমেন্ট করতে পারবেন।
- ফেসবুক লাইভ সুবিধা ব্যবহার করে আপনি যেকোন ঘটনা সরাসরি সবাইকে দেখাতে পারবেন।

- আপনার যেকোন অনুভূতি বা বর্তমান মানসিক অবস্থা সবাইকে জানাতে পারবেন।
- বন্ধুদের একটি তালিকা বজায় রাখতে পারবেন।
- অনলাইনে সরাসরি কথোপকথন চালিয়ে যেতে পারবেন।

আমি কীভাবে নিরাপদ থাকতে পারি?

নকল সাজগোজ, অযাচিত উৎপীড়ন এবং অতিরিক্ত শেয়ার করার বিষয়ে সচেতন থাকুন।

- আপনার ফেসবুক স্ট্যাটাস, প্রোফাইল ও ছবির জন্য আপনার পছন্দ অনুযায়ী ব্যক্তিগত সেটিংস ঠিক করে নিন।
- শুধু আপনার বন্ধুদের বন্ধুরা আপনার বন্ধু হতে পারে।

- আপনার প্রোফাইলে যা আছে সেটা কারা দেখতে পারবে তা আপনিই নিয়ন্ত্রণ করুন।
- যাচাই করে দেখুন কারা আপনার ঠিকানা ও ফোন নাম্বার জেনে নিতে পারে।
- ফেসবুকে অনুসন্ধান করে কে আপনাকে খুঁজে নিতে পারে, সে বিষয়টি আপনি পরিবর্তন করতে পারবেন।
- কোন অপরিচিত অ্যাপ্লিকেশনে ব্যক্তিগত তথ্য শেয়ার করবেন না।
- কোন ইউজারের পোস্টে অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ করলে সেই ইউজারকে ব্লক করুন এবং সেই পোস্টটি রিপোর্ট করুন।

৪। ইউটিউব-এ আমি কী করতে পারি?

অনুপযুক্ত কনটেন্ট বিষয়ে সচেতন থাকুন।

- ভিডিও দেখতে পারবেন, নিজে ভিডিও বানিয়ে আপলোড করতে পারবেন এবং বিভিন্ন ভিডিওতে কমেন্ট করতে পারবেন।
- আপনার নিজের ইউটিউব অ্যাকাউন্ট তৈরি করতে পারবেন।

- আপনি একটি মিউজিক প্লে-লিস্ট তৈরি করতে পারবেন এবং এমনকি
- আপনার নিজের ইউটিউব চ্যানেল তৈরি করতে পারবেন।
- সরাসরি ভিডিও সম্প্রচারের সুবিধাসহ আপনি একটি পাবলিক প্রোফাইল পেতে পারেন।

আমি কীভাবে নিরাপদ থাকতে পারি?

১। লোকজন আপনার ভিডিওতে বাজে মন্তব্য করতে পারে।

২। অনুপযুক্ত ভিডিও আপনার দৃষ্টিগোচরে আসতে পারে।.

৩। প্রচুর বিজ্ঞাপনের যন্ত্রণা আছে।

৪। কিছু ইউটিউবার নেতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গির হতে পারে।

- আপনি নিজে নিজেই সকল ভিডিও যাচাই করে দেখুন।
- তবে অবশ্যই পুরোপুরি যাচাই করবেন।
- সীমাবদ্ধ সুবিধা বা ‘রেস্ট্রিকটেড মোড’ চালু করুন।

- একটি ফ্যামিলি অ্যাকাউন্ট সেট করুন।
- একটি প্লে-লিস্ট তৈরি করুন।
- একটি বিকল্প সাইট ব্যবহার করুন।
- আপনার কম্পিউটারটি দৃষ্টির সামনে রাখুন।
- আপনার আপলোড করা ভিডিওগুলো নিয়মিত দেখভাল করুন।

৫। স্ন্যাপচ্যাট-এ আমি কী করতে পারি?

স্ন্যাপচ্যাটের মাধ্যমে আপনার বন্ধুদেরকে ছবি পাঠাতে বা দেখাতে পারবেন। এবং আপনার পাঠানো কোন ছবি একবার কেউ দেখলে সেটা চিরতরে হারিয়ে যাবে! অর্থাৎ ফেসবুকের মত এখানে অনেককাল যাবত সংরক্ষিত থাকবে না।

- অপরিচিত কাউকে আপনার বন্ধু তালিকায় যুক্ত করবেন না।
- অপরিচিত কেউ আপনার সাথে যোগাযোগ করার চেষ্টা করলে তাকে ব্লক করতে পারবেন।
- অনুপযুক্ত কোন ছবি কাউকে পাঠাবেন না।
- আপনার অবস্থান প্রাইভেট হিসেবে বজায় রাখুন।
- স্ন্যাপচ্যাটের মাধ্যমে কাউকে কোন ব্যক্তিগত তথ্য দেবেন না।
- আপনার বয়স প্রকাশের ব্যাপারে সৎ থাকুন।
- কোনকিছুর অপব্যবহার বা কোন বানোয়াট গল্পের ব্যাপারে স্ন্যাপচ্যাটকে অভিযোগ জানাতে পারবেন।
- আপনি যেকোন বন্ধুকে বন্ধুতালিকা থেকে মুছে ফেলতে পারবেন বা ব্লক করতে পারবেন।
- আপনার অ্যাকাউন্ট এমনভাবে সেট করুন যাতে শুধুমাত্র আপনার বন্ধুরা আপনাকে দেখতে পারে বা আপানার সাথে যোগাযোগ করতে পারে।

স্ন্যাপচ্যাটে যেভাবে আপনি নিরাপদ থাকতে পারেন

স্ন্যাপচ্যাটে যেকোন বার্তার স্ক্রিনশট নেয়া যায়, সে ব্যাপারে সচেতন থাকুন।

- স্ন্যাপচ্যাট ব্যবহারকারী কেউ একটি ছবি বা ভিডিওর “স্ন্যাপ” নিয়ে কোন বন্ধুকে সেটা পাঠাতে পারবে।
- ছবির সাথে বার্তা বা মজার কোনকিছু যুক্ত করতে পারবেন। আপনার পাঠানো বার্তা কতক্ষণ স্থায়ী হবে বা দেখা যাবে সেটা আপনি নির্বাচন করতে পারবেন।
- আপনি কাকে বার্তা পাঠাতে চান সেটা নির্ধারণ করে নিন।
- পাঠানো বার্তা একবার দেখা হলেই সেটা স্বয়ংক্রিয় ভাবে মুছে* যাবে।
- আপনার স্ন্যাপচ্যাট গল্প বা বক্তব্য পোস্ট করুন। ছবি বা ভিডিও ২৪ ঘণ্টা যাবত আপনার বন্ধু তালিকার যেকেউ দেখতে পারবে।

- প্রতিদিন একবার করে যে কেউ তার কোন ভিডিও বার্তা পুনরায় দেখাতে পারবে।