विद्यया ऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी

NCERT

دستی کتاب

برائے سائبر تحفظ

سائبر تحفظ کیا ہے؟

سائبر تحفظ سے مراد اطلاعاتی اور مواصلاتی ٹیکنالوجی کا محفوظ اور ذمہ دارانہ استعمال ہے۔اس کا تعلق صرف معلومات کو محفوظ رکھنے تک ہی محدود نہیں ہے، بلکہ معلومات کے تئیں ذمہ دار ہونے، دوسرے آن لائن افراد کا احترام کرنے اور انٹرنیٹ کے آداب (Netiquette) کو اختیار کرنے سے بھی ہے۔

پہلا
ہفتہ

Helpline Number:
1930

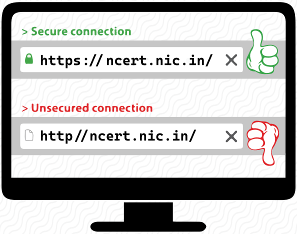
مفت میں دستیاب سافٹ ویئر سے ہوشیار رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

دوسرا ہفتہ

Helpline Number:
1930



حساس ڈیٹا کو شیئر کرتے وقت ہمیشہ محفوظ ویب سائٹ **(https://)** ہی کھولیں/استعمال کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

تیسرا ہفتہ

Helpline Number:
1930

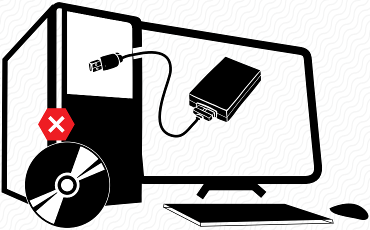
سوشل نیٹ ورکنگ پلیٹ فارم پر آپ جس شخص کے ساتھ رابطہ قائم کرتے ہیں اس کی تصدیق کرلیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چوتھا ہفتہ

Helpline Number:
1930



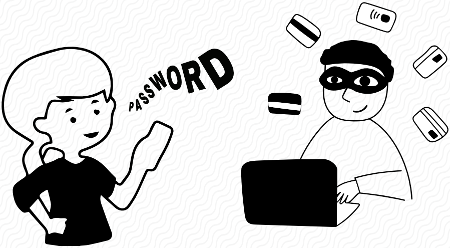
اپنے خارجی اسٹوریج ڈیوائس (سی ڈی/ڈی وی ڈی/پورٹیبل یو ایس بی/ایچ ڈی ڈی) کے ساتھ کسی طرح کی لاپرواہی نہ برتیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

پانچواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



اپنے OTP / PIN/اکاؤنٹ کی تفصیلات کسی اجنبی شخص کے ساتھ ہرگز شیئر نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چھٹا ہفتہ

Helpline Number:
1930

جہاں بھی ممکن ہو، پاس ورڈ درج کرنے کے لیے ورچوئل کی بورڈ (Kyboard) کا استعمال کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

ساتواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

اپنے پاس ورڈ کو محفوظ رکھنے کے لیے آپ کا دماغ سب سے بہتر جگہ ہے

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

آٹھواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

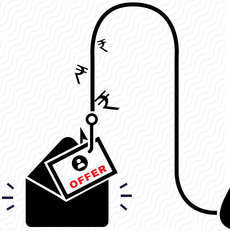
ایک مضبوط پاس ورڈ وہ ہوتا ہے جو اعداد، حروف اور خصوصی نشانات کا مجموعہ ہو

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

نواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



فشنگ ای میل کے ذریعے کی جانے والی جعل سازی (Scam) سے ہوشیار رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

دسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

اسپیم (ای میل) میں موجود لنک کو نہ کھولیں اور نہ ہی کلک کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

گیارھویں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

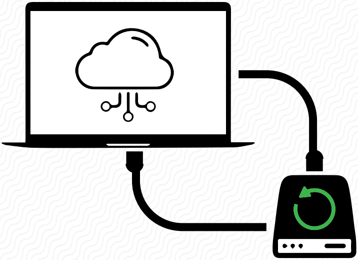
آپ جو کچھ آن لائن پڑھتے ہیں اس پر آنکھ موند کر یقین نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

بارھواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



ہمیشہ اپنے اہم ڈیٹا کا بیک اپ (نقل) ضرور رکھیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

تیرھواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

کمپیوٹر فائر وال (حفاظتی دیوار) کو ہمیشہ آن رکھیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چودھواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

ذاتی تصاویر کو آن لائن پوسٹ کرنے سے پہلے اچھی طرح سوچ سمجھ لیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

پندرھواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

اپنے وائرلیس مواصلات کو نیٹ ورک حفاظتی آلات کی مدد سے محفوظ بنائیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

سولھواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

کسی بھی سافٹ ویئر یا ایپلی کیشن کا ہمیشہ تازہ ترین ورژن ہی استعمال کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

سترھواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

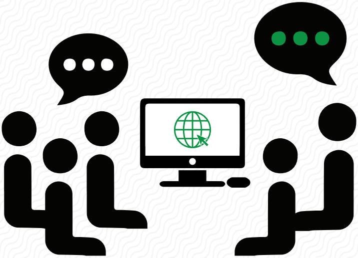
نامعلوم ذرائع سے موصول ہونے والی ای میل کی منسلکات کو ڈاؤن لوڈ نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اٹھارھواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



اہم حفاظتی نکات اپنے ساتھیوں/دوستوں کو بھی بتائیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

انیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

کسی بھی اہم ترسیل/لین دین کے لیے
عوامی کمپیوٹر کے استعمال سے گریز کریں

بیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

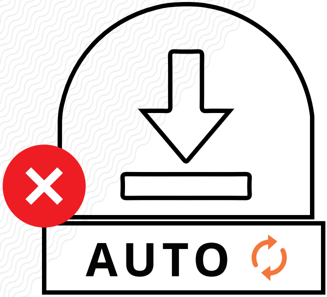
اگر آپ کسی سائبر جرائم کے شکار ہیں تو
فوراً اس کی رپورٹ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-
let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اکیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



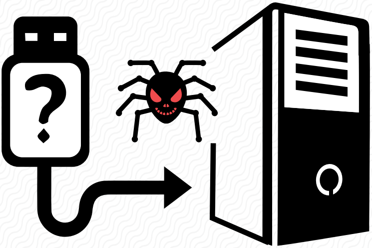
اپنے موبائل آلات میں میڈیا فائلوں کے خودکار ڈاؤن لوڈ کو بند رکھیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

بائیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



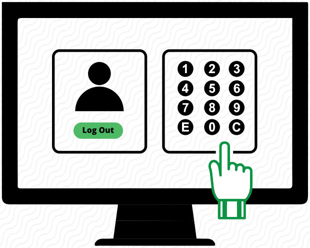
اپنے کمپیوٹر میں نامعلوم یو ایس بی (USB) آلات کا استعمال نہ ہونے دیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

تیئیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



کمپیوٹر کو چھوڑنے سے پہلے ہمیشہ اُسے لاک/لاگ آؤٹ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چوبیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

اپنے موبائل آلات کو اجنبی لوگوں کے ساتھ کبھی بھی شیئر نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

پچیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

اسکیمر (Skimmers) یعنی ڈیٹا چرانے والوں سے ہوشیار رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چھبیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

اپنے کمپیوٹر سسٹم اور اپنے نیٹ ورک کو مضبوط پاس ورڈ سے محفوظ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

ستائیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

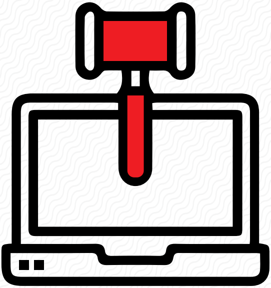
محفوظ مواصلات کے لیے ہمیشہ گروپ کے بجائے انفرادی طور پر ای میل بھیجیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اٹھائیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



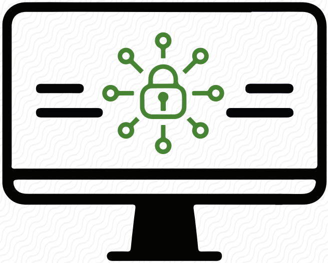
سائبر قوانین سے آگاہ رہیں اور جب آپ آن لائن ہوں تو ان پر عمل کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

انتیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



انٹرنیٹ کا استعمال کرتے وقت سائبر تحفظ کے طور طریقوں اور حفاظتی اخلاقیات پر ہمیشہ عمل کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

تیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

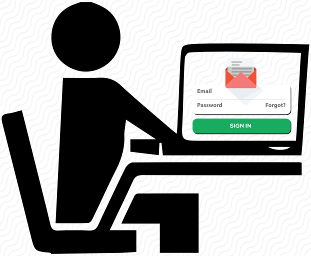
آن لائن رہتے ہوئے دوسروں کی رازداری کا احترام کریں، جس طرح آپ اپنے لیے دوسروں سے توقع رکھتے ہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اکتیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



اپنے علاوہ کسی اور ای میل اکاؤنٹ کو لاگ ان نہ کریں، چاہے ایسا کرنے کی درخواست ہی کیوں نہ کی جائے

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

بتیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

کاپی رائٹ کے ضابطوں سے باخبر رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

تینتیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

استعمال میں نہ ہونے پر وائرلیس نیٹ ورک کو بند کر دیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چونتیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

PASSWORD

پاس ورڈ موزے کی طرح ہوتے ہیں
انہیں باقاعدگی سے تبدیل کرتے رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

پینتیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

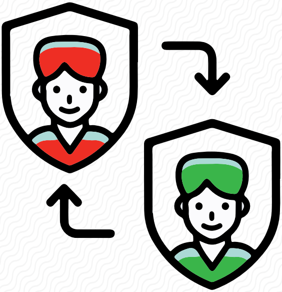
پبلک پی سی کا استعمال کرتے ہوئے کبھی بھی اطلاعات کو پاس ورڈ/دستاویزات اور دیگر حساس معلومات میں ترمیم نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چھتیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



کبھی بھی نامعلوم پیئر ۔ ٹو ۔ پیئر (peer-to-peer) نیٹ ورک میں حصہ نہ لیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

سینتیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

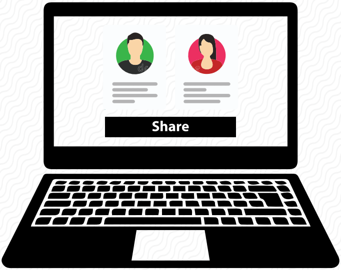
بلا مقصد آپ کو بھیجی گئی ایسی ای میل، کال اور پیغامات کے بارے میں مشکوک رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اڑتیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



انٹرنیٹ پر کبھی بھی کسی کے ساتھ ذاتی معلومات شیئر نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

انتالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

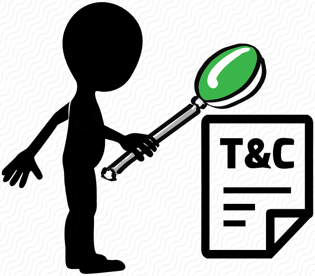
کبھی بھی نامعلوم افراد سے بات چیت کے دوران چیٹ (CHAT) سے فائل ڈاؤن لوڈ نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



انٹرنیٹ پر آگے بڑھنے کے لیے "Accept" پر کلک کرنے سے پہلے ہمیشہ "شرائط وضوابط" کو غور سے پڑھیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اکتالیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

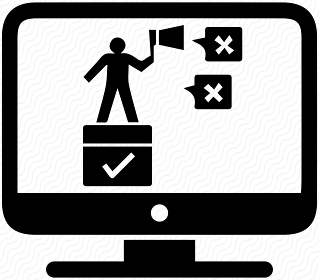
سوشل میڈیا پر اس بات کی تشہیر نہ کریں
کہ آپ گھر سے دور ہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

بیالیسواں ہفتہ

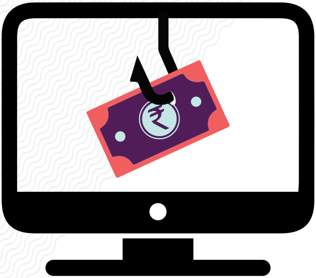
Helpline Number:
1930



انٹرنیٹ پر غلط معلومات سے ہوشیار رہیں

تینتالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



تحائف دینے کا وعدہ کرنے والی مفت آن لائن پیشکش سے ہوشیار رہیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چوالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

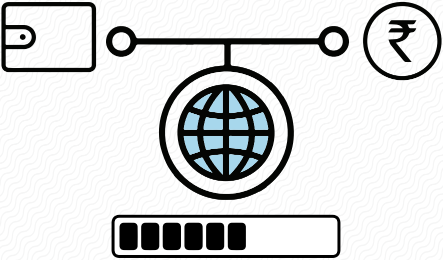
براؤزنگ کے دوران اپنے کمپیوٹر کے ساتھ لاپرواہی نہ برتیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

پینتالیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



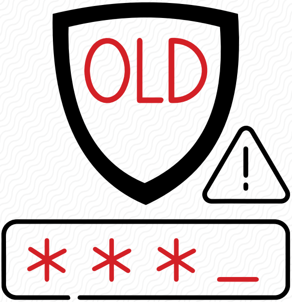
آن لائن لین دین کے لیے ہمیشہ اپ ڈیٹ براؤزر کا استعمال کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

چھیالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



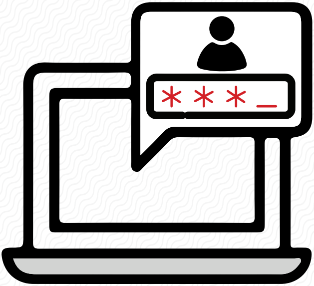
پرانے پاس ورڈ کو دوبارہ استعمال نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

سینتالیسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930



ذاتی معلومات کبھی بھی پوپ اپ
(popup) اسکرین میں درج نہ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

اڑتالیسواں ہفتہ

Helpline Number:
1930

پبلک پی سی استعمال کرنے کے بعد تمام کوکیز (cookies) کو حذف کردیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

انچاسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

اپنے بارے میں آن لائن اطلاعات محدود رکھیں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
**https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-
let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en**

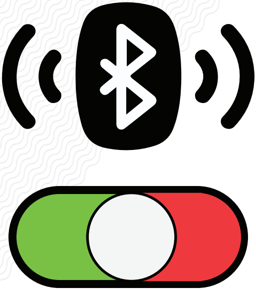
پچاسواں
ہفتہ

Helpline Number:
1930

پاس ورڈ کم از کم آٹھ حروف کا ہونا چاہیے

اکیاونواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



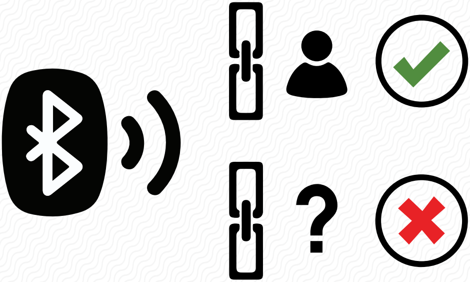
اپنے بلوٹوتھ آلات کو ناقابل دریافت یا پوشیدہ موڈ میں سیٹ کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=book-let-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

باونواں ہفتہ

Helpline Number:
1930



بلوٹوتھ آلات کے لیے پیئرنگ (Pairing) کی تمام نامعلوم درخواستوں کو رد کریں

شکایت
https://cybercrime.gov.in

اسکولی نظام کے لیے ہدایات
https://ciet.nic.in/pages.php?id=booklet-on-cyber-safetysecurity&ln=en&ln=en

CYBER SECURITY
MAJOR THREATS
PROTECTING
SAFE PRACTICE
means
Modification
Destruction
Curiosity
Money
Pornography
Slander
False Accusations
Websites
Insults
Teasing
Name Calling
Sexual Activities
Unauthorised Access
Revenge
Fake Account
Libel
IM
Lies
Rumors
Threats
Threats
Grooming
Disruption
from
Attention
committed for
Defamation
including
through
E-mails
Disclosure
Information & Devices
Fun
Identity Theft
Cyber Stalking
is
Repeated Harassment
Phone
Online Groups
Cyber Bullying
Online Predators
Harassments
Use/Misuse
Theft
Cyber Crime
include
uses
Social Engineering
Share
Changed
should be
do not
from
Morphing
E-Mail Bombing
Website Defacement
Spam
Piracy
Spyware
Virus
Scareware
Websites Spoofing
Securely
save
Password
Malware
include
Ransomware
Hoax
Strong
shoud be
use
Scam
Hacking
Worms
E-mail Spoofing
Firewall
Trojans
Password
protect
use
Phishing
Adware
through
Software
update
for
legal
Latest Browser
Content Filtering
Copyright Violation
Before Discarding
obtaining
Sensitive Information
Click jacking
in using
backup
Desktop/ Laptop
Cyber Laws
Friendship
Authorised Store
Data
use
use
avoid
with
format
Phone Call
Tab Napping
no to
WiFi
Pirated Software
use & update
in
secure
Internet
update
Browser Pluggins
Unknown People Online
Mobile Devices
download app from
use current/ updated
E-mail Tracer
use
Antivirus
access only
like
Instant Messaging
Operating System
any
never visit
use
regular/ automatic
any
check
Untrusted Website
avoid
do not accept
Auto Lock
Social Media
Threats
Password
Scan
avoid
inform
URL
beware of
do not open
avoid
Meeting in Person
Call from Weired Number
record
Authorised WiFi
Strangers
do not share
Parents
clean
and do not
switch on
User Name
use
do not
Spy Camera
E-mail Attachments
Referral Links
Call back
Personal Informtion
ensure
approach
from
IMEI Number
Credit Card Details
save
Be Scared
instead
only
Privacy Options
Security Options
User to be Old Enough
Cyber Police
Chat Screen
browser's cookies and cache
Unknown Persons
Type the URL
Bluetooth
When Needed
CC:BY:SA-M.U.Paily

एन सी ई आर टी
NCERT

Central Institute of Educational Technology
National Council of Educational Research and Training
Sri Aurobindo Marg, New Delhi-110016

Join us on
Telegram Channel
CIET-ETx

مزید جانکاری کے لیے رابطہ قائم کریں
cybersafety@ciet.nic.in
jointdirector@ciet.nic.in
Call @ : 011-26962580
IVRS : 8800440559