



## Tilmaamaha Waalidka Ee ammaanka online-ka

Wax cad oo mowduuca khuseeya  
Macluumaad iyo talooyin loogu talagalay  
waalidiinta car-ruurta ee da'ha oo  
dhan ah



**\*Si ammaan ah  
u-sahmi**

## Tilmaameha waalidka ee ammaanka online-ka ah



Ayadoo ujeeddadu tahay in laga caawiyo in loo til-maamo carruurta iyo dadka dhalinyarada ah waaya-aragnimooyinka online-ka ammaanka iyo raaxada leh, Office of the Children's eSafety Commissioner (xafiiska) wuxuu rajaynayaa inuu dhiirigeliyo isbaddalka dhaqanka — halkaas oo carruurta iyo dadka dhalinyarada ah ee Australia ay si masuuliyad ah ugu dhaqmaan online — siday markay yihiin offline-kaba.

Si arintaas loo gaaro, waxaan rajaynayaa in waxna la bari karo laguna caawiyo ka-hortaga dhaqanka online-ka waxyeelada leh inuu marka kowaadba dhaco. Ka-waalid ahaan, waad ka taqaan ilmahaaga si ka fiican cid kasta, waxaadna haysataa fursadda ugu fiican si looga caawiyo in la baro si ay si ammaan ah wax uga baartaan.





# Xoog-u-sheegashada-intarneedka ah

Xoog-u-sheegashada-intarneedka ah (cyberbullying) waa adeegsiga taknoolojiyadda si loogu xoogsheegto qof ama koox ayadoo ujeeddadu tahay dhaawicidooda bulsho ahaan, nafsi ahaan ama xataa jidh ahaan.



## Dhaqanka Xoog-u-sheegashada-intarneedka ah waxaa ka mid ah:

- \* qoraalada iyo emailada xadgudubka ah
- \* farriimaha, muuqalada ama fiidiyowada wax yeelidda leh
- \* dad kale iska-yeelid onlineka ah
- \* dad kale ka-reebidda online-ka ah
- \* dad kale ku dullaynta online-ka
- \* Xan iyo sheekayn online ah oo aad u xun

## Ayadoo la soo-sheego xoog-u-sheegashadaas, oo laga hadlo iyo is-taageerideena qof kasta, waan joojin karnaa.

Carruurta iyo kurayo badan, noloshooda online-ka ah waa qayb muhiim ah ee aqoonsiga bulshanimadooda. Iskama dhaafi karaan oo keliya. Dad dhalinyaro ah oo badan uma soo sheegaan xo-og-u-sheegashada-intarneedka waalidiintooda maaddaama ay ka baqayaan inay lumiyaan helitaanka qalabkooda iyo intarneedka.

**Dadka dhalinyarada ah waxay kaloo dareemi karaan in falka waalidku arinta xo-og-u-sheegashada-intarneedka ah uga sii-daro, sidaas darteed waxaa muhiim kuu ah inaad is-dejiso aadna taageere noqoto.**

## Ka-xanaajinta

Ka-xanaajintu waa markii adeegsade uu si ula kac ah ugu keeno walaac asagoo online-ka soogasha faallayn shucuurta kicinaysa.

**++** Ka-xanaajintu way ka badalan tahay xo-og-u-sheegashada ayadoo ka-xanaajiyuhu ujeedo inuu ku helo feejignaan iyo awood carqaladaynta sheekada asagoo dhiirigelinaya falceliska is-difaac oo ka imanaya dadka ay weerarayaan. Xo-og-u-sheegashadu badanaa xoogga aad uma saarto falceliska dhibanaha, oo waxay aad u-xoogsartaa dareennada iyo awoodda xoogsheegtaha. Xoog-u-sheegashadu badanaa waa dhaqan soo-noqnoqda, marka ka-xanaajintu ay noqon karto wax hal-mar ah.



## Maxaan samayn karaa?

**Wagtiga xaadirka ah, waad caawin kartaa ilmahaaga waxaadna ku dhiirigelin kartaa in arinta wax laga qabanayo. Kala-hadal ayaga wax ku saabsan xo-og-u-sheegashada ka-hor intaysan dhicin. Wadajir waa inaad uga wada-shaqaysaan xeeladaha si wax looga qabto arimaha jira oo dhan iyo in kalsooni la siiyo ilmahaaga inaad halkaa iman doonto si aad u taageerto.**

**+** U-soo sheeg waxyaalaha xo-og-u-sheegashada-intarneedka adeegga warbaahinta bulshada iyo halkii ay ka dhacday.

Adeegyada warbaahinta bulshada waa inay ka saaraan axyaalaha xoog-u-sheegashada-intarneedka kuwaas oo la soo-sheegay ahna kuwo jebinaya shuruudahooda. Badiba adeegyada warbaahinta bulshadawaxay leeyihiin meel wax lagu soo-sheego ee website-kooda ah. Office Website wuxuu kaloo bixiyaa macluumaadka ku saabsan sida loogu soo-sheego waxyaalaha adeegyada kala duwan.

**+** Ururi faahfaahinta walaxda xo-og-u-sheegashada-intarneedka ah. Arintan waxaad u baahan tahay inaad samayso kahor intaadan ku soo-sheegin bogga. Sida ugu fudud oo loo ururiyo macluumaadkan waa ayadoo sawir laga qaado ama shaashada laga sawiro ama koobigareeyo URL-ka.

Haddii aad usoo-gudbiso cabasho Xafiiska ku saabsan walaxda xoog-u-sheegashada-intarneedka ah, waxaad u baahan tahay inaad bixiso macluumaadkan.

U-soo-sheeg xoog-u-sheegashada-intarneedka ah Of-fice of the Children's eSafety Commissioner.

**+** Xayiraad ku-samee qofka. Waxaan ku talinaynaa inaad caawiso ilmahaaga xayir ama cadw isaga dhig qofka adoo ka caraysiia, si aysan usii wadin inay ka carraysiyaan ayaga markii waxyaalaha laga saaro meesha.

**++** Xusuusnow haddii ilmahaagu uu la kulamy xo-og-u-sheegashada-intarneedka ah, uuna u muuqdo mid walaacsan ama ay ka muuqato isbaddalo xaga dhaqanka ama niyada, waxaa lagu talinayaa in la raadsado taageerada xirfad-yaqaanka ayadoo loo marayo Kids Helpline.

**Kids Helpline waa adeeg online ah oo lacag la'aan ah iyo qarsoodi ah iyo la-talinta taleefanka ah oo la siiyo dadka dhalinyarada ah, lana heli karo 24 saac maalintii, 7da beri asbuucii taleefanka 1800 55 1800,**

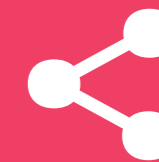
# Shabakadda Bulshadeed

Shabakadda sheekaysiga iyo bulshadeedba waa siyaabo aad u sarreeya oo lagu wada xiriiro laguna helo saaxiibo cusub.

**Shabakadda Bulshadeed waxay sheegtaa adeegyo kala duwan sida Facebook, YouTube, Snapchat, In-stagram, World of Warcraft, Moshi Monsters, Twitter, Skype, Minecraft iyo kuwa kale oo badan.**

Dhammaan adeegyadan waxay suurtageliyaan is-dhexgalka tooska ah oo u dhaxeeya shaqsiyaadka. Adeegsadeyaashu waxay soo diri karaan maclu-umaadka ku saabsan naftooda, sawiro muujin kara, dadka waxay u sheegi karaan waxay soo mareen, kala sheekaysan karaan ama dheelo la cayaari karaan. Shabakadda bulshadeed waxay samaysaa qayb aqoon-siga bulshadeed ah ee dad badan oo dhalinyaro ah.

Waxaa jira qataraha qaarkood, oo ay ka midka yihiin la-wadaagidda dadka aysan garanayn ama aysan ku kalsoonayn, ama aysan awoodin inay kontaroolaan halka sawirka ama fiidiyowga la-waddaagey, ama ku-la-kulmida dadka nolosha dhabta ah kuwaas oo ay ku garanayeen keliya online-ka.



## Maxaan samayn karaa?

**Ka-waalid ahaan, waad caawin kartaa ilmahaaga inuu ka yeesho waayaragnimo habboon xagga boggaga shabakadda bulshadeed.**

+ Ka-qaybgal adeegsiga ilmahaaga ee taknooloji-yadda. Samee akoon adigu aad iska leedahay waxna ka baro sida loo sameeyo gaarnimada si aad u fahamto sida ugu fiican oo aad ilmahaaga u ilaalin karto. Waxay adigana kuu noqonaysaa mid fan kuu ah.

+ Ka aqri 'terms of use' adeegyada warbaahinta bulshadeed waxaadna hubisaa in ilmahaagu garanayo waxa laga filayo. Boggagga qaarkood, sida Club Pen-guin, waxaa loo sameeyey gaar ahaan carruurta. In badan, sida Facebook iyo Instagram, waxay uga baahan yihiin adeegsadeyaasha ugu yaraan inay jiraan 13 sano da'da ah (badanaa ku dhaqma sharciyada US oo ku saabsan qaadidda macluumaadka shaqsiyeed ee carruurta). Waxaa kaloo waxtar leh in la hubiyo qiyaasaha da'da oo ay samaysey app—anagoo maskaxda ku hayna in qiyaasahan da'da inay mararka qaarkood ka duwanaan karaan kuwa website-yada isla adeegga ah.

+ Kula tali carruurta inay usamaystaan akoonkooda si gaar ah sidaas darteed dadka kaliya oo arki kara macluumaadkooda waa kuwa ay ku kalsoon yihiin.

+ Ku dhiirigeli carruurta inay ka fiirsadaan ka hor intaysan wax gelin onlineka iyo inay ixtiraamaan dadka kale. Macluumaadka la soo-gashey online-ka way adag tahay

ama suurtagalba maahan in laga saaro. Muuqaalada aan-haboonayn oo maanta la soo-gasho waxay ku yeelan kartaa saamayn muddo dheer ah sumcaddooda dhijitaalka ah.

+ Tus ilmahaaga sida loo maareeyo adeegyada goobaha ku jira taleefankooda si aysan si qasad la'aan ah u baahin goobtooda. Ku-caawi inay ku samaystaan heegan-geliye si ay u ogaadaan in lagu 'dabo-jiro' sawirka ay soo-galiyeen dadka kale.

+ Xusuusi carruurta inay feejignaadaan markay saax-iibo cusub samaysanayaan; dadka waxaa laga yaabaa inaysan ahayn waxay isku sheegeen inay yihiin. Waa inaysan ballan la samaysan ay kula kulmaan online-ka saaxiib ama qof weyn oo ay ku kalsoon yihiin inuu la joogo mooyee.

**++ U-soo-sheeg wixii xoog-u-sheegashada-intarneedka ah ama waxyaalaha aan habboonayn bogga shabakadda bulshadeed waxaadna tustaa carruurta sida loo sameeyo sidaas oo kale. Haddii adeegga warbaahinta bulshadeed ku fashilmo inay ka saarto waxyaalahaas, waxaad cabasho u samayn kartaa Xafiiska Office of the Children's eSafety Commis-sioner.**



# Xiriirka aan-la-doonayn

Xaga Online-ka, carruurta waxay kula xiriiri karaan dadka aysan aqoon amase aysan kula kulmin nolosha dhabta ah.



**Inta lala xiriirayo dad cusub way xiiso badan tahay, magac-la'anta laysku siiyo intarneedka waxay ogo-laanaysaa xiriiradan cusub inay qariyaan aqoonsigooda dhabta ah.**

Tusaale ahaan, cidii tiraahda inay yihiin gabar da'da 10-sano-jir ah waxay runtii noqon karaan 40-sano jir oday weyn ah. Magacla'aantan macnaheedu waa dhi-laysi galmeed iyo shukaansiga online-ka ah- wuxuuna ka dhici karaa online-ka waana arin halis daran ah.

Shukaansiga online-ka ah iyo ku helidda carruurta intarneedka waa fal ku sharci-darro ah waayeelku inuu kula sameeyo xiriir online ah ilmo ka yar 16 sano ayadoo ujeeddadu tahay fududaynta xiriirka galmeed. Dhilaysiga galmeed waa markii cid lagu weydiisto in lala yeesho sheeko galmeed ama nashaad—ama waa soo-dirid muqaalo ama macluumaad galmo caddaan ah.

**Macluumaad badan waxaa laga helayaa Australian Federal Police (AFP). AFP waxay baartaa kaysaska laga shakiyo ee shukaansiga online-ka ah.**

## Maxaan samayn karaa?

+ Ilmahaaga ku dhiirigeli inuu kuu sheego ama qof weyn oo lagu kalsoon yahay usheego haddii ay jirto han-jaabaad lagu hayo ammaankooda. Waxaad kaloo la xiriiri kartaa booliiska.

+ Ku-caawi ilmahaaga inuu soo-sheego ama inuu xayiro xiriirka ama inuu ka saaro liiska saaxiibada ilmahaaga.

+ Ku-dhiirigeli ilmahaaga inuu baddalo samayska sooyaalkiisa sidaas darteed faahfaahinta shaqsiyadooda waxaa laga dhigayaa mid gaarnimo.

+ Haynta caddaynta. Taasi waxay waxtar u noqon kartaa in la-raad-raaco qofka soo-gudbinaya waxy-aalaha aan-habsoonayn.

+ Hubsii ilmahaaga inaad mar kasta taageeri doonto aadna ka xirayn helidda intarneedkooda haddii ay soo-sheegaan inaysan ka-xumayn ama ka wa-laacsanayn wixii lagu soo yiri online-ka.

+ Ka feejignow isbaddalada ku dhaca dhaqanka iyo niyadda ilmahaaga kuwaas oo dareenka leh, ay ka mid tahay dhaqanka galmada oo kordhay ama yaraaday iyo/ama isku-kalsoonanta muuqata, ku-dhaganaan ama ka-bixitaanka, walaaca ama muruqada iyo is-dhexgalkii saaxiibada oo isbadda-lay. Baar dareenkaaga aad ka qabto, haddii ay lagama maarmaan tahayna, raadso caawimaadda xirfad-yaqaanka.

**++ Soo-sheegidda waxaa si toos ah loogu diri karaa AFP ayadoo ku saabsan xadgudubka ama nashaadyada sharci-darrada ah ee online-ka ah ayadoo la adeegsanayo foomka ka-faai'daysiga galmada ilmaha ee online-ka ah. Waalidiintu waxay kaloo riixi karaan batanka Soo-sheegidda Xadgudubka oo ku yaal ThinkuKnow ama website-ka Virtual Global Taskforce.**

**Haddii aad rumaysan tahay in ilmahu ku jiro halis degdeg ah, wac Saddex Eber (000), Crimestoppers taleefanka 1800 333 000 ama wac saldhigga booliiska deegaanka.**



# Galmaysiga

Galmaysigu waa diridda sawiro, farriimo ama fiidiyoyal daandaansi ama galmo ah.

## Galmaysiga waxaa badanaa lagu soo diraa taleefanka moobaylka hase ahaatee wuxuu kaloo ku jiri karaa meelo online-ka ah ama wadaagid ayadoo la adeegsanayo app.

Markii la wadaagayo muuqaalo ama farriimo qoraalo wax sheegaya waxay u muuqan karaan sidii kaftamid niyadsami ah ee dadka dhalinyarada ah ama loo arko fan, galmaysigu wuxuu yeelan karaa cawaaqib bul-shadeed iyo mid sharciyeed aad u daran.

Badiba dhacdooyinka galmaysiga, dadka dhalinyarada ah oo jecel inay la-wadaagaan sawirada qaawan ee naftooda. Si kastaba ha ahaatee galmaysigu wuxuu kaloo dhacaa asagoo jawaab u ah cadaadiska faca. Shilal ayaa kaloo dhaca, tusaale ahaan, haddii soo dirahu ama helahu galmaysiga taleefankooda uu-xadey qof kaas oo ga'aansada inuu muuqaalada ku faafiyo online-ka.



<3

## Maxaan samayn karaa?

+ Waxaa muhiim ah in lagala niqaasho cawaaqibta galmaysiga carruurtaada. Haddii muuqaalkooda ay daawadeen dad kale waxaa laga yaabaa in si cad loogu xoogsheegto iyo in faallooyin aan galmo ahaan habboonayn ay ka bixiyaan saaxiibadooda iyo shisheeyaha, oo ay ka mid yihiin dad waaweyn.

+ Kala hadal carruurtaada wax ku saabsan saamaynta dhici karta ee bulshadeed, aqooneed, shaqo-helideed iyo sharciyeed ee waxyaalaha aan habboonayn oo ayaga ama dadka kale laga soo-gudbiyo.

+ Haddii galmaysigu uu mar horeba si taban u-saameeyey ilmahaaga, ku caawi inay aqoonsadaan halka muuqaalku ka iman karo. Udir codsiyo qoraal ah dhammaan boggaga iyo sidoo kale dhammaan carruurta kale una dir farriimo dhammaan carruurta kale kuwaas oo helay muuqaalka waxaadna ka codsataa inay iska tiraan waxaas is-la-markiiba.

+ Xusuusi ilmahaaga inuu tirtiro walaxda galmada ah oo ay ka helaan dadka kale iskana ilaali gudbinta waxyaalaha noocan oo kale ah.

+ Xusuusi ilmahaaga inuu tixgeliyo dareennada dadka kale markii sawirada la qaadayo iyo markii walxo kasta lagu kala dirayo taleefanka moobaylka ama online-ka.

+ Raadso taageerada xirfad-yaqaanka haddii aad ka walwalsan tahay in ilmahaaga uu u nugul yahay.

+ Haddii aad dareen ka qabto in dhacdada galmaysiga inay noqon karto arin fal-dembiyeed ah, la-xiriir booliiska deegaankaaga.

**++ Haddii ilmahaagu uu ku lug leeyahay galmaysiga, xusuusnow inaad is-dejiso waxaadna noqotaa qof macquul ku ah wixii ku saabsan cawaaqibta. Galmaysiga maahan dhaqan aan caadi ahayn aya-doo ilmahaagu uusan keli ku ahayn in si taban loo saameeyey. Baddalkii halkaad ku kordhin lahayd walaaca, xoogga-saar xal u-helidda ilmahaaga.**



# Waqti badan ku-qaadashada online-ka

Waalidiin badan waxay u e'gtahay in carruurta iyo dadka dhalinyarada ah ay si joogto ah ugu jiraan online-ka.



# #YOLO

**Badanaa waxay u muuqdaan inay ku mashquulsan yihiin markiiba wax ka badan hal howl, tusaale ahaan, soo-degsiga iyo dhagaysiga muusikada isla markii wax la baranayo ama lala sheekaysanayo saaxiibada ama farriimo ku-diridda taleefannadooda moobaylka ah.**

Tirada saacadaha ay carruurta iyo dadka dhalinyarada ah ay ku qaataan online-ka si weyn ayey u kala duwan yihiin. Ma jiro tilmaan-raac ku saabsan xaddiga waqtiga 'saxda' ah ee carruurta ku qaataan online-ka, si kastaba ha ahaatee, haddii howshooda online-ka u-muuqato inay si taban u-samayso dhaqankooda ama ladnaan-tooda, ama kan qoyska, waxay noqonaysaa waqtigii lagala niqaashi lahaa waxyaalaha laga filayo loona samayn lahaa waqti xaddidan.

**Waxaa muhiim ah in la xusuusto in qaar ka mid ah waqtiga ay carruurtaadu ku qaataan online-ka uu la xiriiro waxbarashadooda.**

## Maxaan samayn karaa?

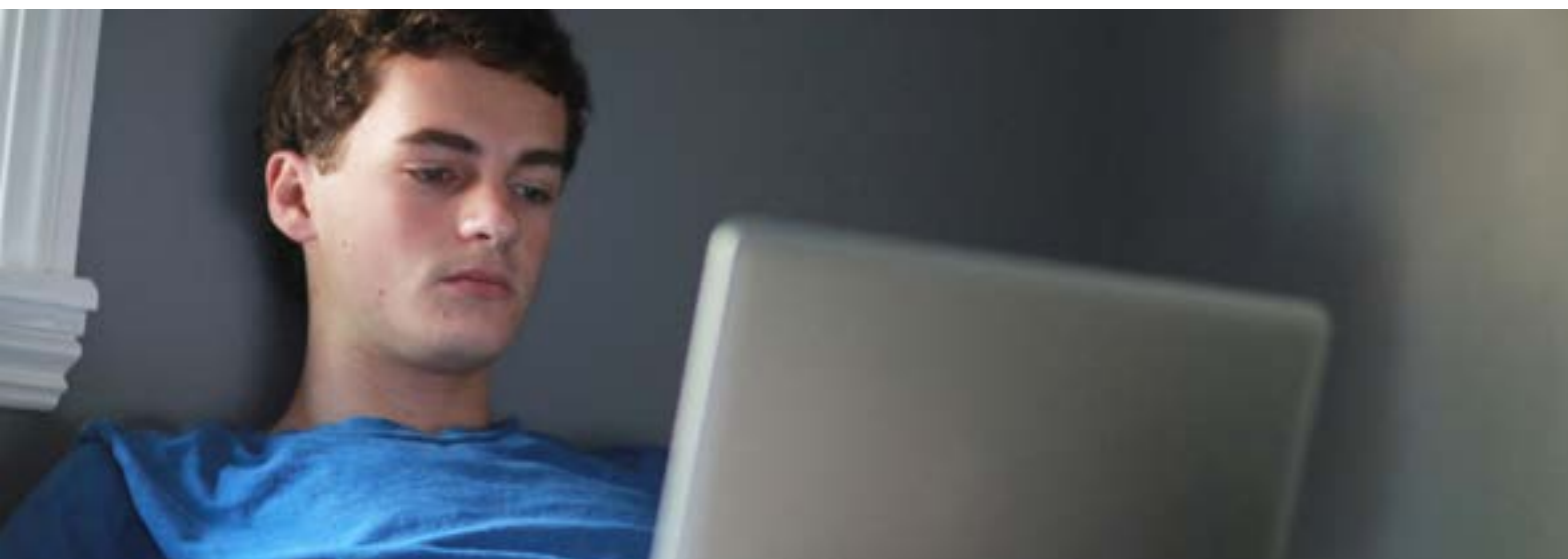
+ Intii ay sii badataba intaad sugayso inaad wax ka qabato arinta, waxaa sii-adkaanaysa in laga adkaado. Sidaas darteed haddii aad aragto dhibaato degdeg ah oo ka soo dhalanaysa adeegsiga saai'dka ah, tallaabo ka qaad isla markiiba arintaas.

+ Kala hadal ilmahaaga wax ku saabsan walaacyada aad qabto lana soco cayaaraha uu cayaaro waxay yihiin, apps iyo qalabyada la soo gaday ama uu isticmaalo ilmahaagu.

+ Waxaad jeclaan kartaa inaad barnaamijka ku xirto qalabka uu ilmahaagu isticmaalayo kaas oo lagu habayn karo inuu xaddido xaddiga waqtiga uu xiri-taanka (connection) intarneedku lagu heli doono qalabkaas.

+ Ka fiirso hirgelinta heshiisyada qoyska oo ku saabsan xaddiga waqtiga ay carruurtaadu ku qaadata online-ka. Hab kaas la mid ah ayaa loo adeegsan karaa inuu xaddido helitaanka qal-abyadaas.

**++ Haddii uu ilmahaagu u-muuqdo mid gaar ahaan walaacsan ama caro badan, ama aad ku aragatay inay ka go'doosan yihiin saaxiibada ama nashaadyada kale, waxaa jiri karta arin caafimaadka dhimirka ah. Kala hadal dugsigu ilmahaaga ama GP-gaaga haddii walaacyadaadu ay sii dhaafsiisan yihiin waqtiga shaashadda.**



# Walxaha aan-habboonayn, weerarka ah & kuwa sharci-darrada ah

Walxaha aan-habboonayn, weerarka ah & kuwa shar-ci-darrada ah waxaa ka mid ah mowduucyada, muuqaalada ama macluumaadka kale kuwaas oo ka mamnuuc ah Australia ama waxay noqon karaan kuwa ku waxyeeleeya dadka dhalinyarada ah online-ka.



**Carruurta iyo dadka dhalinyarada ah waxaa laga yaabaa inaysan si ula kac ah raadsan walxaha aan-habboonayn. Waxaa laga yaabaa inay si u qasdin la'aan ah u helaan walxahaas markii ay ku jiraan baadi-goobka online-ka ah, waxaa laga yaa-baa inay raadsadaan, ama ay u tilmaamaan ayaga dad kale.**

Dadka dhalinyarada ah oo haysta smartphones-ka Waxaa kaloo laga yaabaa inay awoodaan inay baaraan walxahaas kuwaas oo ay xayireen filtarada intarneedka guriga iyo dugsi.

Walxaha danbiga iyo sharci-darrada ah waxaa ka mid ah mowduucyada, muuqaalada ama macluumaadka kale kuwaas oo ka mamnuuc ah Australia ama waxay noqon karaan kuwa ku waxyeeleeya dadka dhalinyarada ah online-ka. Walxaha danbiga iyo shar-ci-darrada ah waxay u bandhigaan carruurta fikradaha aysan diyaarka u ahayn inay maareeyaan kuwaas oo jebin kara caadooyinka bulshadeed iyo kuwa dhaqan-eed.

Walxaha qaarkood waxay noqon karaan kuwo walaac ku ah carruurta. Waxaa laga yabaa inaysan usoo-sheegin waalidiinta, ama bareyaasha maaddaama ay ka xishoonayaan waxay soo arkeen, gaar ahaan haddii ay ayagu raadsadeen.

## Kani waa walax ay:

+ Ku jiraan footage-ka rabshadda dhabta ah ama mid la-mataley, fal dambiyeed ama shilal ah, xayeysiin fikrado siyasadeed ama diimeed oo daran ah ama galmo caddaan ah. Kaasna waxaa ka mid ah xadgudbka galmada.

+ Walxaha xayeysiya nacaybka loo qabo shaqsiyaadka ama kooxaha oo ku salaysan cunsurka, diinta, dookha galmada ama arimaha bulshadeed/dhaqaneed, fara ama xayeysiya jariimada, rabshadda ama dhaqanka aan ammaanka ahayn, sida bamka ama samaynta hubka, anorexia, adeegsiga daroogada, ku-guulaysiga helitaanka aan la-idmin ee kombiyuutarka, musuqmaasuqa ama argagaxisada.

## Maxaan samayn karaa?

+ Ku-dhiirigeli ilmahaaga si uu kuugu sheego qoraalada aan-habboonayn kuwaas oo u yimid kana samee cabasho ku saabsan qoraal gaar ah.

+ Ku xadee u-bandhigidooda walxaha aan-habboonayn ayadoo la kormeerayo waqtiga ay online-ka ku jiraan halkii suurtagal ahba.

+ Ku xidh filtarada, dul-qoraalka iyo soonayaasha ammaanka kuwaas oo awoodsiinaya inaad yarayso halistooda ka imaanaysa u-bandhigidda boggaga aan-habboonayn ama kuwa sharci-darrada ah.

+ Ka dhig kuwo ku xiran saaxiibo lagu kalsoon yahay iyo online iyo offline-ka qoyska.

+ Ku-caawi ilamhaaga inuu adeegsado search en-gines si uu u ogaado goobta website-ka. Ka fiirso u-samaynta liiska waxyaalaha ay jecel yihiin car-ruurta dhalinyarada ah.

+ Hubsii ilmahaaga in helitaanka intarneedku inaan laga qaadayn hadday kuu soo sheegaan wax ku saabsan arkidda walxaha aan-habboonayn.

+ Haddii aad ka walaacsan tahay, ama ilmahaagu u-nugul yahay, fadlan raadso taageerada xirfad-yaqaanka.

+ U-soo-sheeg walxaha aan-habboonayn maamulaha bogga.

**++ Xafiisku wuu baari karaa cabashooyinka ku saabsan walxaha noqon kara kuwo sharci-darrada ah ama la mamnuucay. U-soo-sheeg walxahaas [esafety.gov.au/reportillegalcontent](https://www.esafety.gov.au/reportillegalcontent)**



# Dhawrista

Haddii uu ilmahu uu helo intarneedka-uu-xoojiyo qalabku, waxay kaloo heli karaan xaddi aad u fara badan ee walxaha webka ku jira.



Waxaa jira siyaabo badan oo waalidiintu u caawin karaan carruurtooda inay si ammaan wax u baaraan.

## Maxaan samayn karaa?

+ Meesha keen dhawrista online-ka ah iyo qaabka kontaroolada waalideed, filterada iyo badeecadaha kuwaas oo gacan ka gaysta inay xayiraan waxy-aalaha qaarkood sidaas darteed waxaad si fiican u awoodi doontaa inaad ilaaliso waxa ay carruurtaadu ku arkaan online-ka. Kontaroolada waalideed waxaa laga helaa badiba qalabyada oo qaab hore loogu xiray ah kuwaas oo aad kicin karto, ama ayadoo la marayo ku-xiridda softweerka lacag la'aanta ah ama ganacsiga ah.

## Tusaaleyaalka qaarkood waa:

- + Akoonka kombiyuutarka ee la-macaamileeyey oo loo sameeyey carruurtaada
- + Samayska si aad u adeegsan karto kombiyuutarkaaga si aad ugu xayirto helitaanka soo-degsiga, apps, gadashada, cayaaraha iyo inaad samayso xaddidaada waqtiga adeegsiga intarneedka.
- + Samaysiga aad ku adeegsan karto rootarkaaga si aad u xadiddo ka-helidda walxaha online-ka.
- + Apps ama samayska lagu adeegsadey taleefanka moobaylka ee ilmahaaga si loo xaddeeyo helitaanka browsers, apps, goobaha shabakadda bulshadeed, walxaha aan-habboonayn, sawirka iyo/ama goobaha wadaagga fiidiyowga, soo-daynta iyo cayaar-samaynta.
- + Filterada ganacsiga ama lacag la'aanta ah kuwaas oo kugu heegan-gelin kara xiriirka ka yimaada ajaanibta ka baxsan shabakadaha bulshadeed ee la ogol yahay, xaddid helitaanka walxaha aan-habboonayn, la soco nashaadyada online-ka ee ilmahaaga, xaddid waqtiyada adeegsiga online-ka ah, waxaadna raadraad meelaha GPS-ka, wicitaanada, SMS iyo xiriirada.
- + Xusuusnow inaysan jirin qalabka kontaroolka waalideed ee keliya oo 100 boqolkiiba boqol wax-qabta. Walxaha iyo goobaha qaarkood waxaa loo inkiribti-gareeyey si aysan u garan kontaroolada waalideed, ama tech-savvy child waxay yeelan kartaa awoodda inay ka-gudubto kontaroolada waalideed.

## Waxaad kaloo:

- + Dhiirigelin kartaa aadna la matali kartaa dhaqanka habboon carruurtaada yaryar oo ku habaysan adeegsigooda qalabyada isku-xiran, tusaale ahaan keenid la'aanta qalabyada miiska cashada.
- + Usamee xadadka caafimaadka leh oo ku saabsan imisa ayuu yahay waqtiga lagu qaato online-ka maalin kasta, iyo ujeeddada loo adeegsado.
- + Hirgeli xuduudaha sida keliya ku-adeegsiga qalabayada 'meel amman' ah, sida qolka fadhiga, ama yeelashada qorshaha albaabka furan markii car-ruurtu ku adeegsanayaan qalabka ama kombiyu-utarada qolka jifka. U-diyaargarow inaad ku ad-kaato xuddudahan adiga naftaadu.
- + Baro inaad fahamto qalabyada ay carruurtaadu adeegsato, kalana hadal wax ku saabsan muhiim-madda ku-ammaan helka online-ka iyo ka-warhaynta dhaqannadooda iyo kuwa dadka kale.
- + Abuur oo ilaali is-aaminaadda. Way adag tahay in waqtiyada oo dhan lala-socdo nashaadyada online-ka ee carruurtaada sidaas darteed is-aaminaaddu waa muhiim.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan kala hadlidda arimahan carruurtaada waxaa laga heli karaa: [esafety.gov.au/chatbox](https://esafety.gov.au/chatbox)

# Caawimaadda iyo macluumaadka



Ka hubi adeegyada taageerada iyo macluumaadka ee soo socda si ay kaaga caawiyaan inaad qoyskaga ka dhigto mid ammaan ku ah online-ka.

## The Office of the Children's eSafety Commissioner

Website-ka Xafiiska waxaa ku jira macluumaad iyo xirriiro la xiriira si ay waalidka uga taageeraan inay carruurta yaryar ka dhigaan kuwa ammaan ku hela online-ka. Macluumaadkaas waxaa ka mid ah cama-liyad, xoogga-saaraysa waxqabad, talooyin, fi-idiyowyaal, cayaaraha, taageerada, iyo macluumaad cilmi-baaris-ku-salaysan, ayadoo wax walbaa uu yahay lacag la'aan.

[esafety.gov.au](https://esafety.gov.au)

## Taageerada dugsiga

Dugsiyo badan waxay leeyihiin qorsheyaal iyo ha-braacyo faahfaahsan oo jira si ay u caawiso inay ka taageerto carruurta online-ka, oo ay ka mid tahay sida loo maareeyo arimaha sida xo-og-u-sheegidda-intarneedka ah, galmaysiga iyo dareenada online-ka ee kale.

Qorsheyaasha Wasaaradda Waxbarashada ee dow-lad-goboleed kasta wuxuu siiyaa macluumaad ardayda, bareyaasha, waalidiinta iyo bulsho weynta si loo caawiyo in kor-loo-qaado wacyiga lagana hortago adeegsiga aan habboonayn ee taknoolojiyada.

Wixii macluumaad dheeraad ah, kala-xiriir dugsiga ilmahaaga.

## La-talinta Online-ka ah

Haddii aad ka shakiso ama aad ogtahay in ilmahu si taban u saameeyeen waxyaalaha online ahaan ugu dhacaya ayaga, ka fiirso inaad uraadiso taageerada xirfad-yaqaanka.

## Kids Helpline

Kids Helpline adeegan wuxuu siiyaa la-talinta online ah oo lacag la'aan ah iyo qarsoodi ah dadka dhalinyarada ah. Kids Helpline wuxuu kaloo siiyaa dadka dhalinyarada ah ku-waayo-qaadshada dhibaatooyinka online-ka aydoo uu la jirto la-talinta sheekaysiga web-ka oo lacag la'aan iyo gaarnimo ah.

[kidshelpline.com.au](https://kidshelpline.com.au) ama ka wac 1800 55 1800

## eHeadspace

eHeadspace waa boos qarsoodi ah, lacag la'aan ah oo ammaana ah halkaas oo dadka dhalinyarada ah oo da'doodu tahay 12 ilaa 25 ama qoyskooda ayaa la sheekaysan kara, email u diri kara ama kula-hadli kara taleefanka xirfad-aqaanka tababaran ee caafimaadka dhimirka dhalinta.

[eheadspace.org.au](https://eheadspace.org.au)

## Macluumaadka

### Parentline

Parentline waxay siisaa adeegga la-talinta, macluumaadka iyo meel-u-dirida waalidiinta waxayna shaqaysaa toddobo maalmood asbuucii inta u dhaxaysa 8am iyo 10pm.

[parentline.com.au](https://parentline.com.au) ama ka wac 1300 30 1300

### Lifeline

Lifeline wuxuu bixiyaa la-talinta waqtiga shiddada oo lacag la'aan 24-saac ah iyo macluumaad ku saabsan adeegyada taageerada.

[lifeline.org.au](https://lifeline.org.au) ama ka wac 13 11 14.

### Crime Stoppers

Crime stoppers ama booliiska degaanka ayaa ka caawin kara dareennada ku saabsan ammaanka shaqsiyeed ee carruurta.

[crimestoppers.com.au](https://crimestoppers.com.au) ama ka wac 1800 333 000







## Aan bulshayno

Waxaad ahaan kartaa mid la socda ammaanka online-ka ugu dambeeyey ee wararka, talooyinka iyo macluumaadka ku saabsan janaalada warbaahinta bulshadeed:

### Blog

[esafety.gov.au/eSafetyblog](https://esafety.gov.au/eSafetyblog)

### Facebook

[facebook.com/eSafetyOffice](https://facebook.com/eSafetyOffice)

### Twitter

[@eSafetyOffice](https://twitter.com/eSafetyOffice)

### YouTube

[youtube.com/c/  
OfficeoftheChildreenseSafetyCommissionerAU](https://youtube.com/c/OfficeoftheChildreenseSafetyCommissionerAU)







#YOLO



**Nala soo-xiriir**

Office of the Children's  
eSafety Commissioner

E: [enquiries@esafety.gov.au](mailto:enquiries@esafety.gov.au)

P: 1800 880 176

W: [esafety.gov.au](http://esafety.gov.au)





Office of the Children's  
**eSafety Commissioner**