



unicef 



Protesaun Labarik OnLine:

Matadalan ba inan-aman,
kuidador no edukador.

*Hanesan inan-aman, kuidador
no edukador, ita-boot dalaruma
sente preokupadu konaba
utilizasaun internet ba ita-boot
nia oan. Matadalan ida ne'e
dezenvelope hodi ajuda ita-boot
hanorin labarik sira konaba
uza internet ho seguru no
responsabilidade.*

(+)



Uzu pozitivu husi internet.

Ligasaun ba internet ofere se oportunidade ne'ebe mak interesante. Bele hasa'e asesu ba ema nian no abilidade atu benefisia husi tratamentu saude, edukasaun no serbisu publiku. Internet hanesan fonte informasaun ne'ebe diak ne'ebe bele fo tulun uza nain jovem ho sira nia serbisu uma nian. Liu husi aplikasaun internet hanesan "Facebook" no 'Whatsapp', internet mos sai hanesan plataforma komunikasaun ne'ebe diak ne'ebe bele fo tulun uza nain kontinua iha relasaun ho kolega sira no membru familia sira – mak hela besik ka dook husi ita.

Hanesan Timor Leste sai dezenvolidu tebes, iha ejjensia aumenta iha okupasaun no setor hotu iha Timor Leste ba abilidade Informasaun, no Teknolojia Komunikasaun (ITK) no literasia internet. Mezmu, importante atu konsiente ba risku sira ne'ebe mak uza nain internet hasoru.

Risku ne'ebe mak iha ligasaun ho utilizasaun internet.

*Ohin loron, joven
Timor barak mak iha
ona telemovel ne'ebe
bele asesu ba internet.*



Liu husi utilizasaun internet wireless ne'ebe aumenta, liu-liu iha sidade boot sira, utiliza nain telemovel ho internet matenek atu bele tama ba internet ho gratuita. Jovem Timor barak utiliza sira nia telemovel hodi asesu ba internet iha ne'ebe de'it sira ba, no ida ne'e aumenta risku ne'ebe perigozu sira sei hetan liu husi online - mai husi ne'ebe de'it iha mundu - se laiha atensaun husi ema adultu sira.



Ida ne'e posivel
katak ita nia
oan sira sei
kompriende
teknolojia ka
meiu internet

ida diak liu ita-boot. Dalaruma ita-boot laiha serteza konaba saida mak akontese iha online ka koñese diak ho teknolojia foun, importante katak ita boot ko'alia ho ita nia oan kona ba moris seguru. Ema adultu bele hodi ba abilidade moris nian ne'ebe valor

tebes no experiensia ba debate e-seguru, no diak ba ita hodi fó konsellu, orienta no suporta.

Iha koperasaun inan-aman, edukador no labarik sira bele hetan benefisiu husi ITK, iha parte seluk bele minimiza possibilidade perigu ba labariks sira. Liu husi halo labarik sira konsiente ba risku ne'ebe ligasaun ho utilizasaun internet, ita-boot bele ajuda kontrola ita nia oan no minimiza sira hodi nune'e ita nia oan sempre seguru iha online ka iha offline.



Risku hirak ne'ebe interligadu ho utilizasaun internet inklui:

Visiu

Ne'e bele akontese wainhira labarik lakon tempu barak liu ba telemovel ho internet no husik hela serbisu eskola nian, serbisu uma laran no nsst.

Espozisaun ba subtánsia problemátika ka ilegal

Ne'e inklui pornografia no asesu ba seksual, violensia ka konteudu seluk ne'ebe mak iha potencia fó perigu.

Fahe sai ba ema (Oversharing') informasaun no foto privadu

Ida ne'e bele hamosu perigu karik informasaun ne'e monu iha ema ne'ebe sala no iha relasaun ho ema ne'ebe uza beibeik online – bainhira ema adultu hamosu relasaun emosional ho labarik ida hodi hetan sira nia fiar ba objektivu abuzu no esploraun seksual. Ema boot dalaruma subar husi ninia perfil falsu no koko atu buka barak atu hatene konaba rede familia no sosial labarik no, karik sira sente ida ne'e "seguru duni" depois sei koko atu halo izolasaun ba sira nia vítima no bele utiliza adulasau no promesa prezente sira, ka amesa no intimidasaun hodi atu bele kontrola.

Haruka mensajen seksual husi telemovel (Sexting)

Ne'e mak labarik no foinsa'e sira tau sira nia aan iha risiko nia laran liu husi postajen imajen seksual provokativu husi sira nia aan rasik liu husi online ka sira haruka ba sira nia kolega sira utiliza teknolojia mobile.

Goza-malu liu husi sosial midia (Cyberbullying)

Ida ne'e akontese bainhira rumores negativu, hahalok, imajen ka video konaba ema ruma mak espalla iha internet ka liu husi telemovel. Buat ida ne'e bele sai estensaun goza-malu oin ho oin, ka forma retaliasaun ba insidente offline. Ne'e bele sai ladiak no estraga tamba expande luan tebes ba ema barak, konteudu ne'ebe iha sei bebeik; gozu ho meu eletróniku bele akontese 24/7 ho nune'e bele kontra privacidade vítima nian no karik bele mós "aseguru" fatin sira hanesan iha sira nia uma, no informasaun privadu bele halo manipulasaun, muda imajen vizual no ida ne'e depois bele pasa ba ema seluk. Buat ida ne'e mós bele halo ho meu anónimu. Goza-malu liu husi sosial midia (Cyber-bullying) bele estraga vítima nia imajen no dignidade.



Knaar ne'ebe inan-aman no kuidador bele halo.

Atu garante seguransa online ne'e seguru ba labarik, tenke prátika auto-regulasaun. Labarik online ho seguru, hanesan auto-regulasaun hahú husi uma. Labarik sira nakonu ho variasaun iha sira nia kapasidade ba regulamentu ne'ebe óptimal, maibe hanesan inan-aman no kuidador, ita-boot bele foti desizaun tuir mai hodi aseguira ita nia oan husi ameasa sira:

Halo regras.



Tenki klaru konaba regra iha ita-boot nia familia no espektativa iha teknolojia mak hadulas, no konsekuensia ba utilizasaun ne'ebe lalos. Iha tempu labarik utiliza telemovel, diskute konaba desizaun preventiva aseguira hamutuk hodi dezentolve lista husi regra sira ne'ebe

konkorda ona. Regra sira hirak ne'e tenki inklui bainhira ita nia oan sira bele ba online utiliza telemovel no dalahira mak sira babain utiliza ida ne'e, modelu material saida mak sira bele sosa ka utiliza hodi -download, oinsa atuasaun ba iha item ne'ebe lamerese, no level gastus.



Eduka utilizador foinsa'e konaba risku no responsabilidade utilizaun teknolojia.

Fó hatene ita nia oan sira saida mak ita-boot tau laran konaba, no eduka sira konaba risku ne'ebe iha ligasaun ho utilizaun internet em jeral, suporta sira atu rona sira nia instintu no utiliza sira nia sentidu kumun.

Familiariza ho utilizaun internet ba ita-boot nia oan sira.

Ida ne'e importante hodi haree saida mak labarik no joven halo hela iha online, no seluk fali saida mak joven sira hanoin hela atu halo. Koalia ho ita-boot nia oan konaba saida mak sira halo no sé mak sira atu halo komunikasaun bainhira sira utiliza sira nia telemovel. Diálogo no tau matan ne'e importante tebes atu aseguara labarik sira nia seguransa. Familiariza ho produitu no situs ne'ebe labarik sira utiliza, no koko atu kompriende utilizaun ita nia oan sira husi rede sosial no sira nia perspektiva.

Iha inan-aman no edukador barak mak labele kompriende tansa presiza iha “kolega” barak iha lista kontaktu, maibe kolega barak ahensan ho popularidade ba utiliza nain foinsa'e. Karik ita-boot iha ligasaun ba rede sosial ne'e rasik, ‘halo kolega’ ho ita-boot nia oan mós iha ne'ebe. Tan ne'e, **esforsu atu hatene sira nia kolega sira**, nune'e mós iha online ka offline.

Posibilidade, ajuda ita nia oan sira aplika aplikasaun sira ba privasidade no kontrola sira atu fahe ho sé.

Iha situs barak hodi fahe esperiensa, foto, video, atualizasaun estatutu no liu tan. Situs barak ne'e oferese aplikasaun privada no kontrolu ne'ebe bele ajuda ita-boot hodi hili ema sé mak bele haree no asesu ita nia konteudu antes ita-boot halo postajen.





Tau atensaun ba ita nia oan nia hahalok.

Buka atu hatene katak dalaruma ita-boot nia oan ninia hahalok oinseluk iha online duke offline, hateke oin ho oin ho itaboot. Ida ne'e lanormal ba ema atu sai agresivu iha online, iha ne'ebe sira lahanoin atu ema sé de'it sei bandu sira atu reponsabiliza. Utiliza relatoriu balu husi hahalok sira ne'ebe inapropriadu husi ita-boot nia oan hanesan oportunidade atu halo diskusaun ho sira konaba lian ne'ebe loos atu halo komunikasaun online. Tau atensaun ba hahalok labarik hodi identifika mudansa ne'ebe bele hatudu sai goza-malu liu husi sosial midia (cyberbullying) ka perseguisaun.

Esplika ba ita nia oan atu labele marka enkontru pesoalmente ho ema ruma mak sira foin koñese liu husi online.

Labarik sira sei hetan perigu tebes karik sira hasoru direita ho ema deskoñesidu ne'ebe mak sira halo ona komunikasaun liu husi online. Ita-boot tenki enkoraja labarik sira atu utiliza situs internet hodi halo komunikasaun ho sira nia kolega offline deit, laos ho ema ne'ebe mak nunka hasoru ho sira. Maibe, wainha iha kolega online ne'ebe hakarak tebes marka enkontru, duke risku ba sira sei mesak ka la-akompañia husi ema ruma diak liu ita akompañia sira ka ema adultu ruma baa ho sira no garante katak hasoru malu primeiru ne'e halo iha fatin ne'ebe publiku naroman no iha ema barak iha sor-sorin.



Prevene labarik atu fahe informasaun privadu.

Fó tulun ba ita nia oan sira kompriende informasaun saida mak tenki rai hanesan privadu. Esplika katak labarik sira tenki halo postajen de'it ba informasaun mak ita-boot ho sira sente komfortavel ho sira seluk nia vizaun. Fó hanoin ba ita nia oan katak depois de sira haruka informasaun online, sira sei lafoti fali.

Koalia ho labarik sira konaba sira nia esperiensa.

Enkoraja ita nia oan atu fó hatene ita-boot buat ruma ne'ebe sira hetan husi internet mak halo sira sente

lakomfortavel ka iha ameasa ba sira. Fó hanoin ba ita nia oan sira atu para kedan ho buat saida de'it mak sira halo bainhira sira sente lakomfortavel ka mosu deskomfia. Koko atu sira kompriende sira sei lahetan problema atu hodi buat ruma ba ita-boot nia atensaun. Ba ita-boot, hanesan inan-aman no ema adultu, labele halo reajen demais bainhira ita nia oan fahe sira nia esperiensa ho ita-boot. Manten kalma ho buat ne'ebe mak sira hatete ba ita, hetan faktus hotu, hafoin tuir mai foti medida sira. Enkoraja ita nia oan atu fiar ba ita. Garante ba labarik sira atu bele hato'o sai sé mak abuza sira.

Knaar ne'ebe edukador bele halo.



Edukador iha papel importante ba promosaun no aseguara seguransa internet. Inan-aman sira fiar katak eskola tenki iha knaar sentral hodi eduka labarik sira konaba teknolojia ne'ebe seguru.

Ida ne'e importante tebes katak edukador sira labele si'ik konaba saida mak labarik sira no joven sira posivel hatene ka laposivel lahatene konaba problema e-seguransa. Iha dezentendimentu barak konaba internet no saida mak diak, ka larelevante. Hanesan ezemplu, adolescente barak fahe ba malu seña (password) ba malu no ida ne'e babain haree hanesan sinal kolega diak. Knaar importante ba edukador mak atu hanorin labarik sira no foinsa'e sira konaba importansia husi seña ne'e, oinsa atu aguarda no oinsa atu halo seña ne'ebe seguru.

Hanesan edukador, ita mós bele ajuda atu aseguira labarik seguru iha online hanesan tuir mai:

**Eduka labarik sira konaba
utilizasaun internet ho
responsabilidade.**

Edukasaun no literasia midia importante tebes. Asegura jovem sira ne'ebe mak iha ita nia seguransa konsiente ho potencia risku no oinsa atu koko ho seguru, hahalok ne'ebe iha responsabilidade, iha ne'ebe de'it no bainhira sira online. Esplika matadalan no regras virtual mundu nian. Labarik sira sei gosta halo tuir matadalan no dalabarak sei fó hanoin ba ema seluk atu halo tuir buat ne'ebe hanesan. Eduka labarik sira atu labele hatan ba mensajen kasar no atu hases husi ko'alia konaba seks iha online. Hanorin sira atu labele loke anexu kaligasaun bainhira halo korespondensia ho ema seluk tamba dalaruma posível iha konteudu ne'ebe perigozu.

**Eduka estudante atu labele hato'o
informasaun privadu bainhira
halo komunikasaun ho ema seluk.**

Fó informasaun ba estudante sira katak informasaun privadu (hanesan ezemplu; naran kompletu, hela fatin, email, número telemovel, eskola, nsst)



labele fó bainhira halo komunikasaun ho ema deskoñesidu liu husi online.

**Asegura katak iha duni politika
konaba anti-goza-malu**

ne'ebe inklui referensia ba goza-malu liu husi internet no liu husi telemovel ka meu sira seluk, no aseguira katak iha sansaun ne'ebe efektivu bainhira kontra desizaun.

Relata insidente goza-malu liu husi sosial midia (cyberbullying) ka abuzu sira seluk liu husi internet ba ema ne'ebe apropiadu.

Instala 'Aplikasaun Parental' atu prevene imi nia oan sira husi pornografia no porno asaun.

Se ita hakarak atu hatu'o keixa ka preokupasaun relasiona ho protesaun iha midia internet halo favor kontaktu:

PNTL; Unidade Ema Vulneravel (VPU) ou Oficial Protesaun Labarik (OPL)