Ministry for Ethnic Communities
Te Tari Mātāwaka

# အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှုနှင့် နှောင့်ယှက်မှု

## အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှုနှင့် နှောင့်ယှက်မှုဆိုတာဘာလဲ

အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှုနှင့် နှောင့်ယှက်မှုဆိုတာ လူတစ်ဦးက အင်တာနက်သို့မဟုတ် လူမှုကွန်ရက်များကို အသုံးပြု၍ အခြားသူတစ်ဦးကို အနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ ခြိမ်းခြောက်ခြင်း၊ အနှောင့်အယှက်ပေးခြင်း အပြုအမူမျိုးကို ဆိုလိုပါသည်။ ဤကဲ့သို့အပြုအမူမျိုးသည် စာတို၊ ပို့စ်များ သို့မဟုတ် အခြားအွန်လိုင်းလုပ်ဆောင်ချက်များမှတစ်ဆင့် ဖြစ်ပွားနိုင်ပြီး ခံစားရသူကို စိတ်ဆိုး၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်း သို့မဟုတ် မလုံခြုံသည့် ခံစားချက်များ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

**အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှု သို့မဟုတ် နှောင့်ယှက်မှုကို ပြည်ပအစိုးရတစ်ခုအတွက် သို့မဟုတ် ပြည်ပအစိုးရကိုယ်စား ပြုလုပ်ပါက၊ ယင်းသည် ပြည်ပဝင်ရောက်စွက်ဖက်မှု (foreign interference) ၏ ပုံစံတစ်မျိုးဖြစ်သည်။** အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှုနှင့် နှောင့်ယှက်မှုများသည် စိတ်ဖိစီးမှု ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ဘယ်လိုဘေးကင်းအောင်နေရမလဲ၊ ဘယ်လိုအကူအညီတွေရနိုင်လဲ၊ သင် ဒါမှမဟုတ် သင့်အသိုင်းအဝိုင်းက အွန်လိုင်းမှာ အလွဲသုံးစားလုပ်ပြီး နှောင့်ယှက်ခံရရင် ဘာလုပ်နိုင်လဲဆိုတာ သိဖို့ အရေးကြီးတယ်။

## အွန်လိုင်းမှာ နှောင့်ယှက်ခံရရင် ဒါမှမဟုတ် ခြိမ်းခြောက်ခံရရင် ဘာလုပ်ရမလဲ

### ထိုလူ သို့မဟုတ် အကောင့်နှင့် အဆက်အသွယ် မလုပ်ပါနှင့်။

**ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများနှင့် စာတိုပေးပို့ခြင်းများ** 'ဆက်သွယ်မှု ဖြတ် (block contact)' ရန် သင့်ဖုန်းဆက်တင်များကို ပြောင်းပါ။ ထိုသို့လုပ်မရပါက ၎င်းနံပါတ်ကိုပိတ်ရန် သင့်ဖုန်းကုမ္ပဏီသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

**အွန်လိုင်းအလွဲသုံးစားမှုနှင့် နှောင့်ယှက်မှု** သင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ပရိုက်ဗေစီ ဆက်တင်များကို ပြောင်းပါ။ Netsafe သည် သင့်ပရိုက်ဗေစီ ဆက်တင်များ လူမှုကွန်ယက် လမ်းညွှန်မှုများ ကူညီပေးပါသည်။

သင့်သည် လုံခြုံမှုမရှိ သို့မဟုတ် နှောင့်ယှက်မှု၊ ခြိမ်းခြောက်မှု သို့မဟုတ် အနိုင်ကျင့်ခံရသည်ဟု ခံစားရပါက ၎င်းကို သတင်းပို့ပါ။

### သင့်ကိုယ်ရေးအချက်အလက် ထုတ်ဖော်ခံရသော နေရာ/ ဝက်ဘ်ဆိုက်/ အက်ပ်ကို တိုင်ကြားအသိပေးခြင်း

ဖြစ်စဉ်ဖြစ်ပွားခဲ့သော ဝက်ဘ်ဆိုက်/အက်ပ်/ပလက်ဖောင်းမှာ Report လုပ်ပါ။

Netsafe ၏ လူမှုမီဒီယာလမ်းညွှန်များတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့်နည်းလမ်းအချက်အလက်များ ရှိသည်။

## Netsafe သို့ သတင်းပို့ပါ။

သင်သည် Netsafe သို့ အန္တရာယ်ရှိသော အကြောင်းအရာများကို သတင်းပို့နိုင်သည်- တောင်းဆိုချက်တစ်ခု တင်သွင်းပါ - Netsafe။

Netsafe သည် သင့်အား အွန်လိုင်းဘေးကင်းရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သော ပံ့ပိုးမှု၊ အကြံဉာဏ်များနှင့် အကူအညီများကိုလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။ အကူအညီယူရန် အီးမေးလ် help@netsafe.org.nz သို့မဟုတ် 4282 သို့ 'Netsafe' ဟု စာပို့ပါ။

## ရဲကို သတင်းပို့ပါ

အန္တရာယ်ရှိတယ်ဆိုရင် 111 ကိုဆက်ပြီး ရဲချက်ချင်းခေါ်ပါ။

အရေးပေါ်အခြေအနေမဟုတ်ပါက ရဲစခန်းသို့ အောက်ပါအတိုင်း ဆက်သွယ်နိုင်သည်-

- အွန်လိုင်းဖောင် 105 သုံးခြင်း၊
- မိုဘိုင်း သို့မဟုတ် ကြိုးဖုန်းမှ 105 သို့ ဖုန်းခေါ်ခြင်း၊ ဤဝန်ဆောင်မှုသည် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး တစ်နိုင်ငံလုံး 24/7 ရရှိနိုင်ပါသည်။

105 ဖောင်တွင် ရဲတပ်ဖွဲ့သည် သင့်သတင်းပို့ချက်ကို လေ့လာပြီး နောက်ဆက်တွဲလုပ်ဆောင်ရန် သင့်ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အချက်အလက်အချို့ကို တောင်းဆိုပါသည်။ **ရဲတပ်ဖွဲ့သည် ဤအချက်အလက်ကို ခွင့်ပြုထားသည့်ရည်ရွယ်ချက်အတွက်သာ အသုံးပြုသည်။**

## NZSIS သို့ သတင်းပို့ပါ

ပြည်ပနိုင်ငံတစ်ခုသည် အလွဲသုံးစားလုပ်မှု သို့မဟုတ် နှောင့်ယှက်မှုနောက်ကွယ်တွင် ရှိနေသည်ဟု သင်သံသယရှိပါက လုံခြုံစိတ်ချရသော အွန်လိုင်းဖောင် အသုံးပြု၍ NZSIS သို့ တိုင်ကြားနိုင်ပါသည်။

ဆန္ဒမရှိပါက သင့်အမည်၊ ဖုန်းနံပါတ် သို့မဟုတ် ဆက်သွယ်ရန်အသေးစိတ်အချက်အလက်များကဲ့သို့ သင်၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များကို ပေးဆောင်ရန်မလိုအပ်ပါ။ ဖောင်ကို သင့်ကိုယ်ပိုင်ဘာသာစကားဖြင့်လည်း ဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။ သင်ပေးသော အချက်အလက်အားလုံးကို **လျှို့ဝှက်ထားပြီး ကာကွယ်ထားသည်။**

NZSIS မှ တစ်ယောက်ယောက်နှင့် စကားပြောလိုပါက ၎င်းတို့ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည် +64 4 472 6170 သို့မဟုတ် 0800 747 224။

### သတင်းပို့သည့်အခါ Netsafe, Police သို့မဟုတ် NZSIS တို့နှင့် မျှဝေရန် အချက်အလက်

သတင်းပို့သည့်အခါတွင် အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို တတ်နိုင်သမျှများများထည့်ရန် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ အထောက်အထား စခရင်ရှော့ (screenshot) သို့မဟုတ် မိတ္တူကူးပြီး သိမ်းထားရန်-

- အကြောင်းအရာက ဘာပြောပါသလဲ သို့မဟုတ် ဘာကို ပြဆိုပါသလဲ
- သင့်ကို အလွဲသုံးစားပြု သို့မဟုတ် နှောင့်ယှက်ခဲ့သူ၏ အသုံးပြုသူပရိုဖိုင် သို့မဟုတ် အကောင့် (ဥပမာ၊ ၎င်းတို့၏ အသုံးပြုသူအမည် username)
- အလွဲသုံးစားမှု သို့မဟုတ် နှောင့်ယှက်ခံရသည့် နေ့စွဲနှင့် အချိန်
- ထိုကိစ္စ ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည့်  ဝက်ဘ်ဆိုဒ် သို့မဟုတ် အက်ပ်၏အမည်

## အွန်လိုင်းတွင် လုံခြုံအောင်နေပါ

အွန်လိုင်းဘေးကင်းစွာနေရန် သင်လုပ်ဆောင်ရမည့်အဆင့်များအကြောင်း နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် Keeping Safe Online တွင် ကြည့်ပါ။