



گورنر KATHY HOCHUL

فوری ریلیز کے لیے: 3/7/2025

موسم گرما کی تعطیلات کے آغاز کے ساتھ ہی گورنر HOCHUL نے والدین اور بچوں کے لیے "آف لائن ہوں، باہر آئیں" اقدام کی اہمیت اجاگر کی ہے

گورنر نے والدین سے گزارش کی کہ وہ اپنے بچوں سے بات کریں کہ وہ موسم گرما کے دوران سمارٹ فونز اور ڈیجیٹل آلات کے استعمال سے گریز کریں اور کھیل کود جیسی فعال سرگرمیوں میں شامل ہوں

گورنر کی جانب سے بیرونی سرگرمیوں، سیر و تفریح، اور نوجوانوں کے کھیلوں میں سرمایہ کاری سے اس موسم گرما میں بچوں کے لیے مزید سرگرمیاں مہیا ہو گئی ہیں

گورنر نے ڈیجیٹل دور میں بچوں کی حفاظت جاری رکھنے کے لیے "مصنوعی ذہانت کے رفقاء" پر ملک کے سب سے اولین اور سرکردہ حفاظتی اقدامات پہلے ہی لاگو کیے ہوئے ہیں

اب جبکہ پوری ریاست نیو یارک میں اسکول جانے والے لاکھوں بچوں کے لیے موسم گرما کی چھٹیاں شروع ہو چکی ہیں، تو گورنر Kathy Hochul (کیتھی ہوکل) نے آج والدین، سرپرستوں، اور دیکھ بھال کرنے والوں پر زور دیا ہے کہ وہ ایسی تعلیم و آگاہی حاصل کرنے کے لیے اقدامات کریں جو انہیں یہ سکھائے کہ بچوں کو آن لائن کیسے محفوظ رکھنا ہے۔ آج کے بچے اور نوجوان پہلے سے کہیں زیادہ ڈیجیٹل دنیا کی عمیق گہرائیوں میں ڈوبے ہوئے ہیں۔ یہ ایک ایسی نسل ہے جو ٹیکنالوجی تک مسلسل رسائی کے ساتھ پروان چڑھی ہے۔ اگرچہ ٹیکنالوجی سے پیداواری صلاحیت میں اضافہ ہونے اور معلومات تک بہتر رسائی جیسے اہم فوائد وجود میں آتے ہیں، لیکن اسکا ایک تاریک پہلو بھی ہو سکتا ہے۔ ٹیکنالوجی کا تاریک پہلو یہ ہے کہ اس سے ٹیکنالوجی کی لت لگتی ہے، سماجی احساس تنہائی پیدا ہوتا ہے، سائبر غنڈہ گردی بڑھتی ہے، اور نامناسب مواد دیکھنے یا اسکی زد میں آنے کے امکانات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اسی لیے یہ بات اور بھی اہم اور ضروری ہو گئی ہے کہ والدین اس ڈیجیٹل دور میں اپنے بچوں کی آن لائن سرگرمیوں کی حفاظت کرنے والے وسائل اپنے پاس رکھیں۔

"موسم گرما کا باضابطہ آغاز ہو چکا ہے — اور ہم چاہتے ہیں کہ نیو یارک کے خاندان اس سے زیادہ سے زیادہ لطف اور فائدہ اٹھائیں اور کبھی نہ ختم ہونے والی اسکرولنگ میں گم نہ رہیں،" گورنر Hochul (ہوکل) نے کہا۔ "میری والدین سے پُر زور گزارش ہے کہ وہ اپنے بچوں سے اسکرین پر ضرورت سے زیادہ وقت مصروف رہنے کے خطرات کے بارے میں کھل کر بات چیت کریں، اور ساتھ یہ احساس پیدا کرنے میں انکی مدد کریں کہ اب اپنے آلات سے جان چھڑانے، باہر کی دنیا میں نکلنے، اور دوستوں اور خاندان والوں کے ساتھ یادیں تخلیق کرنے کا وقت آ چکا ہے۔"

سیکرٹری برائے ریاست Walter T. Mosley (والٹر ٹی موزلی) نے کہا، "اب جبکہ موسم گرما کی چھٹیاں شروع ہو گئی ہیں تو ظاہر ہے بہت سے بچوں کے پاس زیادہ وقت ہوگا، تاہم یہ امر یقینی بنانا بھی ضروری ہے کہ اسکول کی چھٹیوں کا انکا یہ قیمتی وقت کہیں ڈیجیٹل دنیا بڑپ نہ کر جائے۔ میری والدین اور سرپرستوں سے پُر زور گزارش ہے کہ وہ بچوں سے آن لائن تحفظ کے بارے میں بات چیت شروع کرنے اور آف لائن ہونے اور باہر آنے کا وقت پہچاننے میں ایک مددگار رہنا کے طور پر صارفین کے تحفظ کے ڈویژن (Division of Consumer Protection) کی جانب سے دیے جانے والے یہ مفید مشورے استعمال کریں!"

گورنر Kathy Hochul (کیتھی ہوکل) نے بچوں پر سوشل میڈیا کے منفی اثرات سے نمٹنے میں مدد کے لیے حال ہی میں "آف لائن ہوں، باہر آئیں" نامی آگاہی مہم کا آغاز کیا۔ یہ مہم نیو یارک کے بچوں اور خاندانوں کی حوصلہ افزائی کرتی ہے کہ اب وہ پلگ سے دور ہوں - یعنی اپنے فون اور کمپیوٹرز کو چھوڑیں، سوشل میڈیا سے کچھ وقفہ لیں، سیر و تفریح اور بیرونی سماجی اجتماعات سے لطف اندوز ہوں، اور اپنی ذہنی اور جسمانی صحت و تندرستی کو اولین ترجیح بنائیں۔

اس مہم سے نوجوانوں اور خاندانوں میں صحت مندانہ زندگی کو فروغ دینے اور بچوں کی آن لائن حفاظت کے لیے گورنر کی کوششوں کو مزید مہمیز مل رہی ہے۔ گزشتہ برس، گورنر نے بچوں کی اپنا عادی بنانے والی سوشل میڈیا فیڈز سے حفاظت کرنے اور انکے ذاتی ڈیٹا کو آن لائن پلیٹ فارمز سے محفوظ رکھنے والی ملک کی اولین قانون سازی پر دستخط کیے تھے۔

جیسے جیسے ٹیکنالوجی ترقی کر رہے ہے، تو بغیر نگرانی کے AI سے چلنے والی ٹیکنالوجی نئے خطرات بھی پیدا کر رہی ہے جن میں ذاتی تعلقات کی نقالی کرنے والے AI چیٹ بوٹس سے لے کر ڈیپ فیک ایپس تک شامل ہیں جو کم عمر افراد کی عریاں تصاویر تیار کرتی ہیں۔ اس سال، گورنر Hochul (ہوکل) نے AI ساتھیوں (AI companions) کے خلاف پورے ملک کی اولین اور سرکردہ حفاظتی نافذ کیں - جو ایسے چیٹ بوٹس ہوتے ہیں جنہیں صارفین کے ساتھ انسانی تعلقات کی نقالی اس انداز میں کرنے کے لیے ڈیزائن کیا جاتا ہے گویا وہ انکے AI دوست یا رومانوی پارٹنر ہوں۔ نیو یارک میں کام کرنے والے AI ساتھی آپریٹرز کے لیے اب لازمی قرار دے دیا گیا ہے کہ اگر کوئی صارف خود کو نقصان پہنچانے کے بارے میں بات کرے تو وہ حفاظتی پروٹوکول لاگو کریں مثلاً اس صارف کو کسی بحرانی ہاٹ لائن کی جانب ریفر کر دیں، اور صارفین کو ان سسٹمز کے ساتھ لگاتار اور بہت دیر تک مشغول رہنے سے روک دیں۔ AI کے ذریعے "بے لباس کرنے" والی ایپلی کیشنز اور ویب سائٹس میں حالیہ خوفناک اضافے سے نمٹنے کی خاطر، گورنر Hochul (ہوکل) نے بچوں کے استحصال کے AI سے تیار کردہ جنسی مواد کو چائلڈ پورنوگرافی قرار دینے کے لیے ریاست کے تعزیری قانون میں ایک اپ ڈیٹ بھی حاصل کیا۔

مندرجہ ذیل مفید مشورے والدین کی مدد کریں گے کہ وہ آن لائن رہنے کے دوران اپنے بچوں کی حفاظت کس طرح کریں:

### واضح اور کھلی بات چیت کریں

بچوں اور نوجوانوں کے لیے ایسی محفوظ جگہ بنائیں جہاں وہ اس کے بارے میں باہم بات چیت کر سکیں کہ آن لائن یا سوشل میڈیا پر کیا دیکھنا ہے اور کیا نہیں: ان کے ساتھ اس مواد اور معلومات کے بارے میں پہلے سے اور اکثر بات کرتے رہیں جو انہیں آن لائن مل سکتا ہے۔ انکے سامنے مثالیں بیان کریں اور انکے ساتھ ڈیجیٹل دنیا کے ان ممکنہ مسائل پر تبادلہ خیال کریں جنکا انہیں اپنی روزمرہ زندگیوں میں عموماً سامنا رہتا ہے۔ اپنے بچوں کو آن لائن مواد اور چینلز کے بارے میں تنقیدی انداز میں سوچ بچار کرنا سکھائیں۔

**سوالات پوچھنے میں انکی حوصلہ افزائی کریں:** انکے لیے ایسا ماحول بنائیں جہاں وہ سوالات پوچھنے میں آسانی محسوس کریں اور انہیں یہ ڈر نہ ہو کہ انکا محاسبہ کیا جائے گا۔ ان سے ایسے سوالات پوچھیں جو ان مثالوں اور حالات کی عکاسی کرتے ہوں جنکا انہیں آن لائن سامنا ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر:

- وہ وائرل چینلز کے بارے میں کیا سوچتے ہیں؟
- وہ یہ کیسے طے کریں گے کہ آن لائن کوئی چیز اصلی ہے یا جعلی؟
- وہ یہ کیسے طے کریں گے کہ کوئی چیز معقول ہے یا بے وقوفانہ؟

اپنے بچوں کے ساتھ بات چیت کی ابتدا کرنے کے لیے Common Sense Media's Family Tech سے استفادہ کریں جن میں بچوں کے ساتھ انکی عمر کے لحاظ سے بات چیت کرنے کے لیے موزوں سوالات دستیاب ہیں۔

بچوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ آن لائن رویے اور بچوں کی ساکھ اور مستقبل پر اسکے اثرات کے بارے میں کھل کر بات چیت کریں: ہو سکتا ہے نوجوان ایسا مواد پوسٹ کر دیں جو انکی آن لائن ساکھ یا انکے مستقبل کے مواقع کو نقصان پہنچا سکتا ہو۔ اپنے بچوں کے ساتھ انکی ڈیجیٹل موجودگی کی حفاظت کرنے کی اہمیت، اپنی آن لائن سرگرمیوں کے حوالے سے محتاط اور ہوشیار رہنے، اور مثبت آن لائن ساکھ برقرار رکھنے کے بارے میں بات چیت کریں۔ انٹرنیٹ پر اپ لوڈ کیے جانے کے بعد کسی مواد کو مکمل طور پر ہٹانا عملی طور پر تقریباً ناممکن ہوتا ہے، اور اسی لیے اسکے خطرات کو سمجھنا بہت ضروری ہے۔ سوشل پلیٹ فارمز ڈیٹا کو ٹریک کرتے ہیں، جو پوسٹ کیا گیا ہے فالو کرنے والے اسکے بارے میں فیصلہ کرتے ہیں، اور آن لائن شیئر کیے جانے والے کسی بھی مواد کو کاپی، شیئر، یا غلط طریقے سے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ حتیٰ کہ اگر کسی تصویر، پوسٹ یا تبصرے کو پرائیویٹ بھی رکھا گیا ہو، تب بھی انہیں ڈیجیٹل بیک گراؤنڈ چیک کے دوران دیکھا جا سکتا ہے یا آئندہ کا کوئی آجر انہیں دیکھ سکتا ہے۔ پوسٹ کرنے سے پہلے احتیاط سے غور کرنے کی اہمیت پر زور دیں اور جو کچھ آن لائن ڈالا جا رہا ہے اسکے ہمیشہ برقرار رہنے کے خطرات پر بات کریں۔

**سوشل میڈیا کے دباؤ سے نمٹنے کے بارے میں بات چیت کی حوصلہ افزائی کریں:** نوجوان افراد کو ایسے نقصان دہ اور نامناسب مواد کا سامنا ہو سکتا ہے جس میں جسم کی غیر حقیقی پیمائشیں، غیر منصفانہ موازنے اور سائبر غنڈہ گردی، اور آن لائن اپنی بہترین شخصیت پیش کرنے کی ضرورت محسوس کرنے جیسے معاملات شامل ہیں۔ آف لائن اپنے بچوں کی خود اعتمادی اور اعتماد بڑھانے پر توجہ مرکوز کرنے سے سوشل میڈیا کے دباؤ سے نمٹنے میں انکی مدد کی جا سکتی ہے۔

**اپنے بچوں کو سوشل میڈیا کی اصلیت اور سوشل میڈیا "چیلنجوں" کے خطرات سے ہوشیار اور خبردار کریں:** بچوں کے ساتھ ان مختلف قسم کے چیلنجز کے متعلق بات کریں جنکا انہیں آن لائن سامنا ہو سکتا ہے، جن میں خطرناک کرتب یا بازی گری، نقصان دہ رویے اور شرمناک کاموں جیسے معاملات شامل ہیں۔

**اپنے بچوں سے ان خطرات کے بارے میں بات چیت کریں جنکا انہیں آن لائن سامنا ہو سکتا ہے:** ایف بی آئی (FBI) کی ایک اطلاع کے مطابق بچوں اور نوجوانوں کو ڈرا دھمکا کر اپنی عریاں تصاویر آن لائن بھیجنے پر مجبور کرنے جیسے واقعات میں اضافہ ہوا ہے۔ دھوکہ دے کر جنسی زیادتی کا نشانہ بنانے کی کوششوں کو ناکام بنانے کے لیے اپنے بچوں اور نوجوانوں سے آن لائن حفاظت اور ورغلانے والی آن لائن حرکتوں کے خطرات کے متعلق بات چیت کریں۔ دھوکہ دے کر جنسی زیادتی کا نشانہ بنانے کی بہت سے کوششوں کا ایک عام داخلی دروازہ انسٹاگرام (Instagram) یا اسنیپ چیٹ (Snapchat) جیسی سوشل میڈیا ایپس ہیں، لہذا بچوں کی یاددہانی کروائیں کہ دوسرے لوگ انکی تصویروں یا ویڈیوز کو محفوظ کر کے بعد میں بلیک میلنگ کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ بچوں اور نوجوانوں سے بات چیت کرنے کے لیے اضافی وسائل [FBI کی ویب سائٹ](#) پر ملاحظہ کریں۔

**آن لائن رہنے کی محفوظ اور صحت مندانہ حدود مقرر کریں:** والدین کی جانب سے رہنمائی کا انتظام کریں: اپنے بچے کی آن لائن سرگرمیوں پر نظر رکھیں، عمر کے لحاظ سے مناسب حدود مقرر کریں، اور قواعد و ضوابط بنائیں۔

**والدین کے کنٹرولز کو فعال کریں:** والدین کے کنٹرولز (Parental controls) اسکرین ٹائم کا نظم و نسق کرنے، نامناسب مواد کو بلاک کرنے، حادثاتی خریداریاں روکنے، اور اجنبی افراد کو دور رکھنے کے لیے استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ کچھ ویب سائٹس یا مواد تک رسائی محدود کرنے کے لیے والدین کے کنٹرول والے سافٹ ویئر یا ایپس استعمال کریں۔ یہ جاننے کے لیے کہ والدین کے کنٹرولز کیسے فعال کیے جاتے ہیں، [Internet Matter's How-To-Guides](#) ملاحظہ کریں۔

**پرائیویسی سیٹنگز چیک کریں:** اپنے بچوں کے تمام آن لائن پلیٹ فارمز پر ان کے آلات کی پرائیویسی سیٹنگز سے خود کو آگاہ بھی رکھیں اور اس رسائی کو محدود کرنے پر بھی غور کریں کہ ان کی ذاتی معلومات، دوست احباب کی فہرستوں، اور محل وقوع تک کون رسائی پا سکتا ہے۔ یقینی بنائیں کہ پرائیویسی سیٹنگز ان کی عمر کے لحاظ سے موزوں ہوں اور وہ یہ سمجھتے ہوں کہ اپنی ذاتی معلومات کی حفاظت کیسے کرنی ہے۔

والدین کی رہنمائی سیٹ کرنے کے طریقوں کی مزید تجاویز کے لیے [Data Privacy and Online Video](#) اور [Games](#) اور [Children's Technology Toys](#) پر DCP کا صارفین کے لیے الرٹ ملاحظہ کریں۔

### ڈیجیٹل خواندگی اور حفاظت کو فروغ دیں:

**حفاظت، سیکورٹی، اور رازداری:** آن لائن حفاظتی طریقوں کو فروغ دیں جن میں مضبوط پاس ورڈز سیٹ کرنے اور پرائیویسی سٹیٹنگز کا باقاعدگی سے نظم و نسق کرنے جیسے امور شامل ہیں۔ اگر بچوں کا کوئی سوشل میڈیا اکاؤنٹ ہو، تو یقینی بنائیں کہ انکے سوشل میڈیا اکاؤنٹس پرائیویٹ پر سیٹ ہیں اور انہیں یاد دلاتے رہیں کہ ایسے لوگوں کی جانب سے دوستی کی درخواستوں کو سختی سے مسترد کرنا ہے جنہیں وہ نہیں جانتے۔

**سافٹ ویئر کو اپ ٹو ڈیٹ رکھیں:** یقینی بنائیں کہ آپ کے بچوں کے آلات میں سافٹ ویئر کے تازہ ترین ورژن اور سیکورٹی پیچز موجود ہوں۔ اگر آپ کا آلہ خودکار اپ ڈیٹس کو سپورٹ کرتا ہو تو وہ سیٹ کر دیں۔

**دھوکہ بازی اور شناخت کی چوری سے ہوشیار رہیں:** یہ ضروری ہے کہ بچے دھوکہ بازی اور شناخت کی چوری جیسے حرکات سے ہوشیار رہیں کیونکہ ان کے سنگین ذاتی نتائج ہو سکتے ہیں۔ اپنے بچوں کو بتائیں کہ انہیں گمنام افراد کی جانب سے آنے والی مواصلات سے بہت محتاط رہنا چاہیے: گمنام ارسال کنندگان کی جانب سے آنے والے لنکس یا ایچ ایم ایچ پر ہرگز کلک نہ کریں۔ دھوکہ باز اور بدمعاش افراد بچوں کو عام طور پر گمنام پیغامات اور دوستی کی درخواستوں کے ذریعے نشانہ بناتے ہیں۔

**اپ ڈیٹ رہیں:** جب بھی نئی ڈیجیٹل ٹیکنالوجیز متعارف کروائی جاتی ہیں، تو انکے ساتھ آن لائن ڈیٹا کی حفاظت کرنے اور رازداری کے چیلنجز سے نمٹنے کے لیے ایک سیٹ ہمیشہ شامل کیا جاتا ہے۔ ریاست نیو یارک کے ڈیپارٹمنٹ آف اسٹیٹ (Department of State) کا صارفین کے تحفظ کا ڈویژن (Division of Consumer Protection) آن لائن حفاظت، دھوکہ بازی، اور شناخت کی چوری کی روک تھام کے لیے مفت وسائل اور تجاویز پیش کرتا ہے۔ ہم نوجوانوں اور والدین دونوں کے لیے منفرد طور پر تیار کردہ مفت ورکشاپس اور ویبنارز کی ایک سیریز پیش کرتے ہیں۔ اپنے بچوں کو یاد دلاتے رہیں کہ وہ مدد حاصل کر سکتے ہیں۔ ہماری آن لائن حفاظتی پریزیٹیشنز ڈیجیٹل دنیا سے محفوظ طریقے سے استفادہ کرنے کے لیے حکمت عملیاں اور مفید مشورے اور تجاویز فراہم کرتی ہیں۔ ہماری پریزیٹیشنز کے متعلق مزید معلومات حاصل کرنے یا کسی پریزیٹیشن کی درخواست کرنے کے لئے ہماری [ویب سائٹ](#) ملاحظہ کریں۔

### **ریاست نیو یارک کے تحفظ صارفین کے ڈویژن کے بارے میں**

نیو یارک اسٹیٹ ڈیپارٹمنٹ کو [Facebook](#)، [X](#) اور [Instagram](#) پر فالو کریں اور ہر منگل کو چیک ان کر کے نیویارک کے صارفین کو مختلف موضوعات پر آگاہی دینے اور باختیار بنانے والی تجاویز حاصل کریں۔ اپنے ای میل یا فون پر صارفین کے انتباہات براہ راست حاصل کرنے کے لیے [یہاں](#) سائن اپ کریں۔

نیویارک اسٹیٹ ڈویژن آف کنزیومر پروٹیکشن کسی صارف اور کاروبار کے مابین رضاکارانہ ثالثی فراہم کرتا ہے جب وہ صارف اپنے طور پر کسی حل تک پہنچنے میں ناکام رہا ہو۔ صارفین کی معاونت کی ہیلپ لائن -1-800-697-1220 پیر تا جمعہ، ریاستی تعطیلات کے علاوہ، صبح 8:30 سے شام 4:30 تک دستیاب ہے اور صارفین کی شکایات کسی بھی وقت [www.dos.ny.gov/consumerprotection](http://www.dos.ny.gov/consumerprotection) پر درج کروائی جا سکتی ہیں۔ ہمارے ڈویژن سے [@NYSConsumer](#) کے ذریعے X پر یا [Facebook](#) پر بھی رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

###

مزید خبریں [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov) پر دستیاب ہیں

ریاست نیو یارک | ایگزیکٹو چیفمبر | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418  
گورنر آفس سے اپ ڈیٹس کے لیے سائن اپ کریں: [ny.gov/signup](http://ny.gov/signup) | 81336 پر NEW YORK ٹیکسٹ کریں

ان سبسکرائب کریں