

Campus Connect

ALUMNI
CONNECT

DIGITAL CITIZENSHIP AND ONLINE SAFETY

Digital citizenship refers to the ability to think critically, behave safely, and participate responsibly in our digital world. Too often we are seeing students as well as adults misusing and abusing technology but not sure what to do.

Digital Safety, frequently referred to as internet safety, media safety, online safety, or cyber safety encompasses many things.

Digital safety is learning how to safeguard your privacy and protect your family from predators.

Being a responsible digital citizen means having the online social skills to take part in online community life in an ethical and respectful way.



RESPONSIBLE DIGITAL CITIZENSHIP ALSO MEANS:

- Behaving lawfully – for example, it's a crime to hack, steal, illegally download or cause damage to other people's work etc.
- Protecting your privacy and that of others
- Recognizing your rights and responsibilities when you are using digital media
- Thinking about how your online activities affect yourself, other people you know, and the wider online community.
- Digital Citizenship is a concept which helps teachers, technology leaders and parents understand what students should know to use technology appropriately.



PULKITA

- **BATCH 2022-23 (CLASS 10TH)**
- **CURRENTLY PURSUING
MEDICINE IN CHRISTIAN
MEDICAL COLLEGE LUDHIANA**
- **GRADUATING IN BACHELORS
OF DENTAL SURGERY (BDS)**

*Think before
you click,
respect before
you comment
– that's the
true mark of a
responsible
digital citizen.*



Campus Connect

Here are some ways to be safe and responsible online, while still having fun.

PROTECT YOUR REPUTATION

Make sure your child understands the consequences of posting photos and videos, and uploading other personal content. Once this content is online, it's very hard to get rid of and can become part of your child's permanent online reputation.

For example, you might say, 'Some photos and videos might seem OK to you now, but you might feel differently about them in the future and not want people to see them.' Depending on your child's age you could agree that he shows you images and other content before he uploads them.

BE RESPECTFUL – AND EXPECT RESPECT

You can encourage your child to treat online friends with as much respect as those he meets face to face.

Part of this is not creating or forwarding nasty or humiliating emails, photos or text messages about someone else.

You can also encourage your child to tell you or another trusted adult if he sees someone being bullied or attacked online. Young people often try to sort things out for themselves, but it's good to get your child into the habit of telling you if she's worried about something that's happening online. It might help your child to know that things are easier to sort out when other people help. If your child gets any nasty or bullying comments on his profile pages, he should block or unfriend people who don't treat him with respect online. This sends the message that it's not OK to mistreat or bully someone online.

PROTECT YOUR PRIVACY

There are several ways your child can protect his privacy.

Share only as much personal information as necessary – for example, it's not compulsory to enter your year of birth, mobile number, email address or home address on forms.

Keep privacy settings up to date on social media sites, so your child's profile isn't publicly available.

Keep passwords private.

Check the location settings and services on smartphones, tablets and apps. You can usually do this by going into Settings or checking the instructions for the device or app. Turn off the location services your child doesn't need.

At last I would like to say this only that we should use the online safety rules to be safe from scams and also we should use internet wisely.



Campus Connect

ਹਿੰਮਤ – ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਸਲ ਤਾਕਤ

ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਸਲ ਤਾਕਤ ਹਿੰਮਤ ਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਗੁਣ ਹੈ ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਔਖੀਆਂ ਤੋਂ ਔਖੀਆਂ ਘੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਡਿੱਗਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਤਾਕਤ ਹੈ ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਉਭਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਾਹ ਬੰਦ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਉਦੋਂ ਪਰਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਇਨਸਾਨ ਤਕਲੀਫਾਂ, ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਅਤੇ ਹਾਰ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਖੜਾ ਹੋ ਕੇ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, "ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਹਾਰਾਂਗਾ!" ਇਹ ਸਿਰਫ ਸ਼ਬਦ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹਨ।

ਜੀਵਨ ਜਿਊਣਾ ਸੁਖਾਲਾ ਨਹੀਂ ਇਹ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਰਾਹ ਹੀ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਹਿੰਮਤ ਤੇ ਹੌਸਲਾ ਰੱਖੀਏ, ਤਾਂ ਉਹੀ ਸਾਡਾ ਹਥਿਆਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਹੇ ਉੱਤੇ ਜਦੋਂ ਚੋਟ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਅਕਾਰ ਲੈ ਪਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਵੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਅੱਗ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰ ਕੇ ਮੰਜ਼ਲ ਤੱਕ ਉਹੀ ਪਹੁੰਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਹਿੰਮਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਮਤੀ ਮਨੁੱਖ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹਾਰਦਾ ਸਗੋਂ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਚਾਨਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਦਾ ਅਰਥ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਡਰ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਹ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਡਰ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਦੇ ਨਾਕਾਮੀ ਘੇਰਨ ਲੱਗੇ, ਦੁਨੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਬਲੀਅਤ 'ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਕਰੇ ਤਾਂ ਅੱਖ ਬੰਦ ਕਰਕੇ, ਸ਼ਾਂਤ ਮਨ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਛਿਪੀ ਹੋਈ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਉਮੀਦ ਨੂੰ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਬਾਂਹ ਫੜਾ ਦੇਣਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਕਦਮ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪੁੱਟਣਾ ਫਿਰ ਦੇਖਣਾ ਨਵੀਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੀ ਪੌੜੀਆਂ ਤੱਕ ਜ਼ਰੂਰ ਪਹੁੰਚਾ ਦੇਵੇਗੀ।

ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖੋ – ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹਿੰਮਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਕਈ ਵਾਰ ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ।

ਬਲਵਿੰਦਰ ਕੌਰ
ਟੀ ਜੀ ਟੀ ਪੰਜਾਬੀ



Editor & Coordinator: Ms. Sanskriti Verma (PGT Mass Media)