Safe Sisters

Mwongozo mzuri kwa usalama wa kidijitali kwa wanawake na wasichana katika Afrika Kusini mwa Sahara

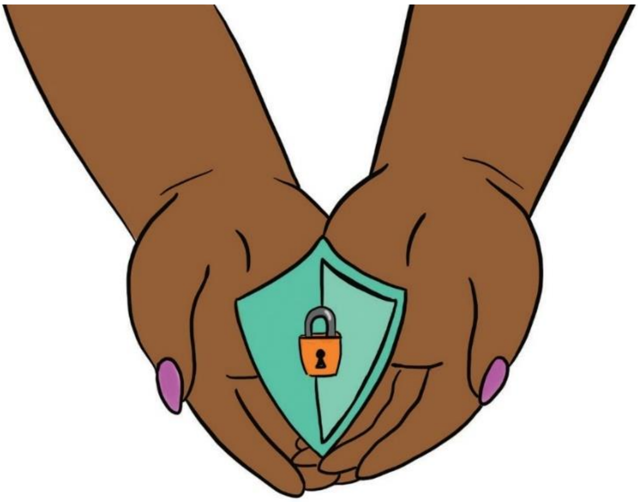
Pakua na usome zaidi mwongozo kutoka kwenye tovuti ya

https://safesisters.net

Kiswahili

Kitabu hiki ni nini?

Ahsante kwa kuchukua kitabu chetu kidogo! Tumeandika kitabu hiki kiweze kuwasaidia wasichana waweze kusoma juu ya matatizo ambayo wanaweza kukutana nayo katika wavuti (kama picha kuvuja au kuibiwa, virusi, na ulaghai) jinsi tunavyoweza kufanya maamuzi sahihi kila siku ili kujilinda wenyewe na kufanya wavuti iwe mahali salama kwa ajili yetu wenyewe, familia zetu, na wanawake wote.



Sisi ni nani?

Kitabu hiki kimetengenezwa kwa juhudi za Internews, Defend Defenders, na Programu ya fellowship ya Safe Sister ya mwaka 2017-2018. Lengo letu ni kufanya usalama wa kidijitali kutokuwa na ugumu na kuwa na uhalisia zaidi kwa watumiaji na kuwahamashisha wanawake na wasichana wote kusimamia kwa ufasaha usalama wao wa mtandaoni. Tunategemea kitabu hiki kitasaidia wasomaji kuona kwamba njia nyingi nzuri za kujilinda mtandaoni ni zile njia bora ambazo tayari tumekuwa tukizitumia tunapokuwa nje ya mtandao.

Imeandaliwa na:

Internews

DEFENDDEFENDERS
East and Horn of Africa Human Rights Defenders Project

Michoro na utafiti na:

POLLICY

Kutana na Aisha!

Aisha ni msichana kutoka kampala, Uganda na yeye pamoja na marafiki zake wanatumia wavuti muda wote. Wanatupia taarifa zao kwenye mtandao wa Facebook, wanatupia picha zao kwenye Instagram, hushiriki mawazo yao kwenye Twitter, hutuma ujumbe kwa marafiki na familia kwenye WhatsApp na Viber, hutafuta vitu kwenye Google, na kutuma barua pepe kwa ajili ya kazi.

Aisha ana mtoto mdogo wa kike, Natu, na anaishi karibu na mahali ambapo baba, mama na mdogo wake Miriam wanaishi. Aisha ana marafiki ambao akaunti zao za mitandao ya kijamii zimewahi kudukuliwa na picha zao zikatupiwa kwenye mitandao hiyo pasipo wao kufahamu, hivyo hata yeye ana wasiwasi kuhusu usalama wake na usalama wa familia yake kwenye mtandao.

Kupitia kitabu hiki Aisha atauliza maswali kuhusu kinachotokea kwenye taarifa zake anapotumia wavuti na kupata mawazo ya namna ya kuwa salama mtandaoni na badae kumfundisha binti yake pamoja na marafiki zake namna ya kuwa salama pia.

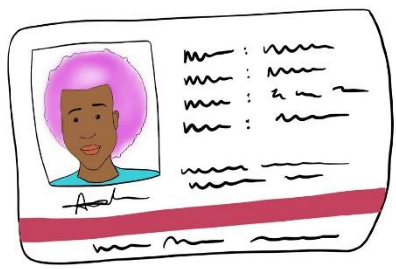
1/2

Fuatana pamoja na Aisha katika kujifunza kwake zaidi juu ya usalama wa kidijitali!

Aisha anauliza...

Kuna mtu anaweza kudukua akaunti yangu?

Binamu wa Aisha, Rachel, alikuwa na akaunti ya Facebook iliyo dukuliwa mwaka jana, na mtu akaandika kwenye ukurasa wake bila yeye kuandika. Rachel akawasiliana na facebook akawaeleza kilichotokea na wakamsaidia haraka kupata tena akaunti yake, ila bado hajajua bado ni nani aliye dukua akanti yake na alidukua vipi!



Kuna njia nyingi ambazo huenda mtu alitumia kuingia kwenye akaunti ya Rachel. Inawezekana kwasababu kuna mtu alipata nywila ya kuingia kwenye akaunti yake. Watu wengi bado wanaendelea kuiba nywila za watu. Kiuhakika shughuli hii inakua kwa kasi! Nywila yako ni muhimu sana kwa wadukuzi kwa sababu inafungua taarifa zako binafsi. Ni kwanini wanafanikiwa? Yawezakuwa nywila tunazotumia zinaibwa kwenye kompyuta na kutumiwa na wahalifu.

113

Je unajua kwamba neno p@ssw0rd ni nywila inayotumika sana katika jamii ya Waingereza?

Zingatia hili:

- Nywila ngumu inaweza ikawa mstari wa mbele kukulinda.Chagua kibusara.
- Kama kutakuwa na tatizo kumbuka nywila zako zote, jaribu kutumia **password manager**! Programu hii itakumbuka nywila zako zote, Kwahiyo utatakiwa kukumbuka kitu kimoja tuu: nywila kuu.

Aisha anauliza...

Je ni jinsi gani naweza tengeneza nywila imara?

Jitihada zaidi katika kuunda nywila imara zinaweza kulinda akaunti zako za mtandaoni dhidi ya wadukuzi. Kumekuwa na wasiwasi kwamba nywila nyingi ni za kawaida na kwamba si nzuri sana kwani ni fupi na ni rahisi kwa watumia kompyuta kuigundua kwa haraka. Jaribu kutumia Fungu nywila. **Fungu nywila** ni aina ya nywila ambayo inatengenezwa kwa kutumia makundi ya maneno, ambayo yanakuwa ni rahisi kukumbuka kuliko hata kwa kutumia neno moja, na nywila hizi huwa imara zaidi! Fungu nywila ndefu si rahisi kugundulika hata kwa mdukuaji.

Nywila ya Aisha ya akaunti yake ya Facebook ilikuwa ni **@ugust2013**, kama mwezi na mwaka wa mdogo wake wa kike wa kuzaliwa. Nanirahisi kubuniwa, kama unamfahamu mdogo wake! Kuweka fungu nywila, akabadilisha kuwa **NapendaMaraf1k1Zangu&Fam1l1a!** (Aliyomaanisha, "napenda marafiki zangu na familia!").

Zingatia hili:

- Nywila ndefu ndio nywila bora. Hivyo fanya nywila yako kuwa na zaidi ya herufi 15, alama, namba, na herufi kubwa, kama utaweza.
- Hata fungu nywila nzuri inaweza isitoshe. Kama unahitaji ulinzi zaidi wa akaunti yako ni bora kuwezesha **uthibitisho wa pili (2FA).** Watu wengi kwenywe tovuti maarufu (kama Facebook, Gmail, Twitter, Instagram) Wanauthibitisho wa pili (2FA) kama njia ya kuingia katika akaunti!
- Kwa kila unachooamua kutumia, nywila na fungu nywila zinafaa kutumiwa tu kwa ajili ya akaunti moja tu kwani mtu akigundua nywila yako moja anaweza kutumia kuingia kwenye akaunti zako zingine zote!

Aisha anauliza...

Nisasishe nini kwenye mitandao ya kijamii?

Kama upo kama watu wengi, mitandao ya kijamii ni njia rahisi ya kuchangamana na kuwasiliana na marafiki na familia. Watu husasisha na hutuma taarifa nyingi kuhusu wao mitandaoni, lakini hawagundui kuwa watu wengine huangalia picha zao na maoni yao.

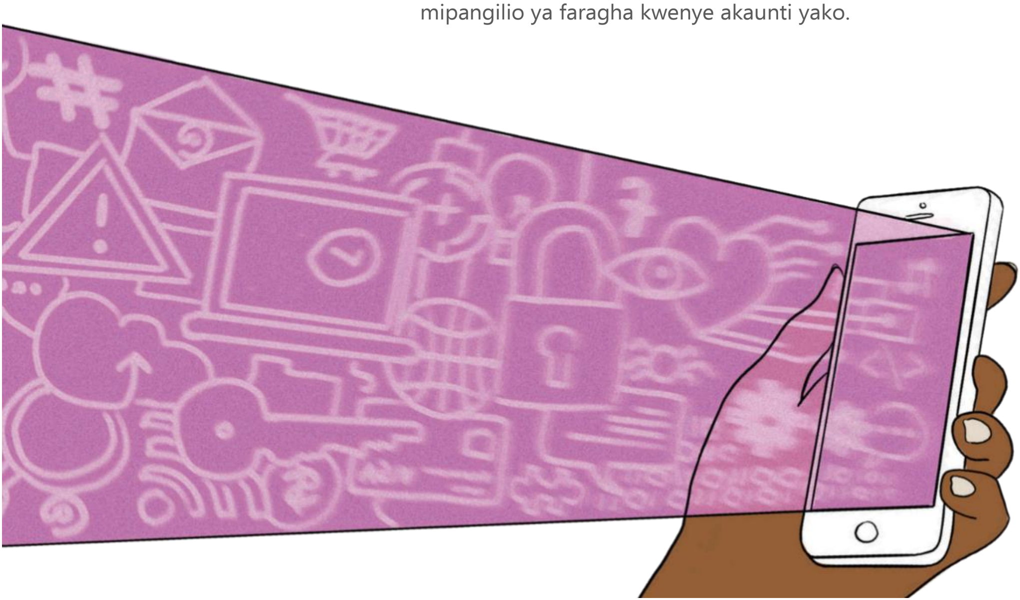
Chagua kwa hekima ni ujumbe gani, video au picha unazo sasisha mitandaoni. Kuwa makini kuhusu picha unazopiga na taarifa unazotuma kuhusu wewe.

Kumbuka:
hakuna kinachopotea kabisa mtandaoni!

Zingatia hili:

//5

- Tafuta jina lako kwenye google na uangalie kuna taarifa kiasi gani zinazopatikana kuhusu wewe ambazo watu wanaweza kuangalia.
- Kama baba yako angepitia ukurasa wako wa mtandao wa kijamii, angepata taarifa kiasi gani kuhusu wewe? Unajisikia vizuri kutokana na hizo data kuwa kwenye umma? Kama sivyo, badilisha mipangilio ya faragha kwenye akaunti yako.



Aisha anauliza...

Kuna mtu anaweza kuingia kwenywe akaunti yangu bila nywila yangu?

Je unapokea viunganishi kutoka kwa watu tofauti usio wajua? Au labda ujumbe unaokupongeza kwa kushinda zawadi fulani? Au ujumbe wa kukumbusha kwamba kompyuta yako imeingiliwa na virusi na unatakiwa kupakua na kusahihisha kisahihi?

Ukiachana na kugundua nywila yako, Njia nyingine mtu anaweza kuingia katika akaunti yako bila ruhusa yako ni kwa kukutumia kirusi (kiitwacho **malware**). Hivyo virusi vinaweza vikadhuru kompyuta yako na kuchukua habari zako au

akaunti yako pamoja na utambulisho na taarifa zako za mapato. Zitafanya kazi kiumakini endapo utafungua au kupakua kiunganishi usicho kiamini kilicho beba malware ndani yake.

Zingatia hili:

- Kuwa makini na mwangalifu katika barua pepe na viunganishi ambavyo unatumiwa na mtu usie mjua. Chunguza kikaribu taarifa za mtumaji kama itakushtua, usiifungue.
- Kama utapata taarifa kwenye simu yako au kompyuta ina virusi na unahitajika upakue na usahihishe, kuwa makini, inaweza isiwe kweli. Angalia kwa ukaribu-je inaonekana ni kweli? Kama huna huakika, toa taariafa kwa Google na uangalie kama kuna mtu mwingine ameripoti.
- Usidharau ujumbe wa kusahihisha programu, Ni muhimu kusahihisha programu kwa sababu zinabeba muonekano mpya na ulinzi na kuimarisha ulinzi wa kompyuta dhidi ya virusi! Kama unakuwa na wasiwasi,nenda kwenye tovuti ya programu na pakua kutoka huko.

Aisha anauliza...
Je kuna mtu anaangalia ninachokifanya mtandaoni?

Ni kawaida kujisikia kuwa kuna mtu anakuona mtandaoni, Hiyo haina maana kuwa kuna mtu anaangalia kwenye vidio yako, ingawaje muda mwingi wakati unatumia wavuti huwa unaacha alama huko nyuma au sehemu ya habari imekusanywa wakati wa kuperuzi mtandao na kutumia programu. Hii inaweza kuwa kama: nini tunapenda (au kutopenda), majina ya marafiki, wakati unaenda shule, mawazo yetu ya kisiasa na hata chakula ulichokula usiku wiki iliyopita!

Asilimia kubwa ya tovuti tunazotumia kila siku zinamilikiwa na wafanyabiashara wanaotengeneza pesa kwa kukusanya taarifa na kuziuza kwa matangazo. Kwa hiyo kuna uwezakano mkubwa kwamba alama (**digital footprints**) unazoziacha mtandaoni zinakusanywa sasa hivi na makampuni haya, lakini kuna njia ya kuboresha faragha yako ili uweze kuacha data chache mtandaoni.

Zingatia hili:

- Ikiwa programu ni ya bure, ni jinsi gani mtengenezaji wake anaweza kupata pesa kutokana na hiyo programu? Mara nyingi, ni njia ya kukusanya na kuuza data yako kwa watangazaji.
- Pitia mpangilio wako wa faragha kwa ajili ya mitandao ya kijamii unayotumia, wao hubadili kila mara.
- Pitia vibali vyako katika programu ya simu yako na angalia programu zinachukua taarifa gani kutoka kwenye simu yako. Chukua tahadhari dhidi ya programu ambazo zinaweza kufikia vitu kama kitabu chako cha simu, mikrofoni yako, au eneo lako, na badili vibali vya programu kama unataka.

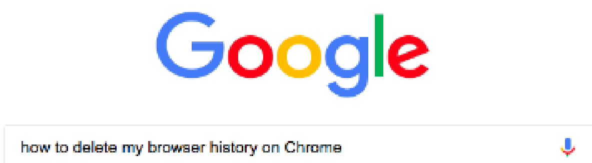
Aisha anauliza...

Vipi kama nikishirikiana vifaa na wengine?

Kama unatumia kompyuta moja na watu wengine, kazini, nyumbani au kwenye "cyber cafe" ni rahisi sana kwa watu wengine wanaotumia kupitia kitu chochote ulichokifanya kwenye computer, kama vile kuangalia tovuti ulizopitia, kusoma ujumbe wako wa faragha au barua pepe, kuangalia picha zako au hata kusasisha video ama masahihisho kwenye akaunti yako.

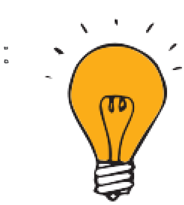
Njia bora ya kuhakikisha kwamba watu hawafikii vitu vyako ni kufuta historia ya kivinjari chako kabla ya kufunga tarakilishi yako, ondoka kwenye akaunti zako zote (kama barua pepe au mitandao ya kijamii), na utoke kwenye kompyuta yako (kama inawezekana). Kama unawasiwasi kuhusu watu wanaosoma nyaraka zako au kuona picha zako, usizipakue kwenye kompyuta yako, badala yake ziweke kwenye hifadhi (kama vile hifadhi ya google au Dropbox), lakini hakikisha kutoka kwenye akaunti kabla ya kuondoka.

118



Hata kama kompyuta yako au simu yako mnatumia na watu wengine katika familia, ni muhimu sana kuwa na nywila au namba za kufungia (wakati mwingine NAMBA YA UTAMBULISHO) kwa ajili ya kushirikiana nao. Hii itasaidia kama kifaa chako kitaibiwa, walioiba hawataweza kuwa na njia au jinsi ya kupata taarifa zako muhimu na pichao.

Zingatia hili:



- Kama unatumia kompyuta yako na mtu usie mwamini, wanaweza wakaweka programu na kufatilia mambo unayo yafanya. Hii programu inaitwa **Spyware**. Kama ukihisi kompyuta unayo itumia ina spyware ndani yake kuwa makini kwa vitu unavyo vifanya.
- Kama kuna mtu unaemfahamu anahitaji kutumia simu yako na anaweza akasoma ujumbe wako binafsi kwahiyo ni bora kufuta maongezi usiyo taka mtu mwingine kujua.

Orodha ya mambo ya kufanya ya Aisha

Sasa Aisha ameshajifunza zaidi kuhusu usalama wake wa kidijitali, tupitie mambo machache ambayo anaweza kuyafanya leo kuwa salama mtandaoni!

1 Kufanya nywila bora

Tengeneza nywila yako kwa furaha kabisa kutoka kwenye nyimbo yangu pendwa, na uongeze kwenye mchanganyiko wa herufi maalum, namba na herufi kubwa! usizitumie nywila moja kwenye akaunti tofauti.

2 Fikiri kabla ya kubofya

Kuanzia sasa usibofye viungo na viambatisho usivyoviamini. Chunguza barua pepe ngeni na za ajabu kutoka kwa watu ambao huwajui kwa kuwa makini na taarifa ya mtumaji na maudhui ya barua pepe.

3 Daima aga/toka

Pitia upangaji wa usalama wako kwenye simu yako na kompyuta, Ongeza nywila za kuingia katika vifaa vyako, na daima Aga au toka kwenye akaunti yako wakati unapofunga kompyuta au simu inayotumiwa na watu wengi.

4 Kuwa makini na unacho sasisha mtandaoni

Ni kama haiwezekani kutoa picha ama ujumbe baada ya kuisasisha / kuusasisha kwenye wavuti, kwahiyo, fikiria kwa makini unachotaka kusasisha kwenye mitandao ya kijamii kabla ya kufanya hivyo. Pitia vipimo vyako vya faragha kwenye mitandao ya kijamii na tovuti na ruhusu kwa kikomo (mahali, mikrofoni, kitabu cha simu) na ambaye anaona vitu vyako.

5 Kuwa mwangalizi wa dada mwenzako

Kuwa na picha binafsi zilizovuja mtandaoni zinaweza kuwa na madhara, haswa kwa wanawake. waaangalie dada zako na usitume picha za watu wengine zilizovuja. Futa na ripoti watu wanaotumia akaunti zao kama jukwaa kwa ajili ya uonevu mtandaoni na ukatili dhidi ya wanawake.

Kumbuka: unaweza ukafanya!

Tenga muda wa kujifunza kuhusu maana ya kuwa salama mtandaoni, na fanya mazoezi ya tahadhari unapokuwa mtandaonii. na mazoezi tahadhari mtandaoni. Silaha yako nzuri inaweza kuwa uwezo wa kutambua mambo ya ajabu na kutambua matatizo kabla ya kuenea kwa wengine.