

## د ډاکسینګ ضد خونديتوب لارښود

ډاکسینګ: د یوه بل فرد په اړه د ناوړه نیت له مخې د شخصي، خصوصي، یا د پیژندل کېدو وړ معلوماتو په عامه ډول خپرول یا شریکول. دا ډول خپرول اکثر په انټرنیټ کې پېښیږي، او موخه یې دا وي چې دغه بل فرد په ویره کې شي، یا د فرد وپړول، غلې کول، څارل، ځورول، یا گواښل، یا هم د کوم بل فرد هڅول چې داسې یو کار وکړي.

### د حکومت کارمندانو لپاره د ډاکسینګ پر وړاندې محافظتونه

- ستاسې کار او کار پورې تړلي برېښنالیکونه او متنونه ممکن د عامه ریکارډ غوښتنې قوانینو موضوع وي.
- کوم داسې څه په برېښنالیک/متن کې مه لیکئ چې تاسې نه غواړئ د ورځپاڼې لومړي مخ کې چاپ کېدو باندې یې ویاړ وکړئ.
- په خپلو کاري وسایلو کې کوم چا ته د خپل شخصي تلیفون شمېره، د کور یا پوست پته، یا د کورنۍ، همسر/د ژوند شریک، یا د ماشومانو نومونه برېښنالیک یا پیغام کې مه لیرئ.
- د هغه محافظتونو په اړه د خپل معلوماتي ټیکنالوژۍ او د بشري سرچینو څانگو سره وگورئ کوم چې ستاسې لپاره موجود کیدی شي که تاسې د ډاکس سره مخ شئ، پشمول د مخته وړاندې کولو ترجیحاتو مدیریت کول، که چیرې د کود کولو انتخابونه موجود وي، ستاسې د ادارې ویب سایټ څخه ستاسې د معلوماتو لیرې کول، او په دفتر کې دننه د خونديتوب پلان.

### د ټولنیزو رسنیو خونديتوب

- په خپلو تنظیماتو کې حسابونه او هینډلز په خصوصي بڼه کې وساتئ.
- د خپل حساب څخه ټولې پټې، د کار ځایونه یا ښوونځۍ، او موقعیتونه لیرې کړئ (یوازې پټوی یې مه).
- مه اعلانوی چې تاسې چیرته ځئ، پشمول د ریستور انټونو/پارکونو/برنامو او قصیو/ښارونو/ایالتونو/هیوادونو.
- یوازې د هغه خلکو د ملګرتیا غوښتنې ومنئ چې تاسې یې پیژنئ.

- یوازي معلوم ملگرو ته اجازه ورکړی ستاسې پوستونه وویني.
- وي گورئ چې څوک کولی شي ستاسې پوستونه شریک کړي.
- خپل د کاروونکو نومونه/هیندلز بدل کړئ.
- د ټولنیزو رسنیو پلیټفارمونو کې مختلف او قوي پاسورډ وکاروئ.
- داسې انځورونه مه خپروئ چې ستاسې یا د نورو خلکو مخونه پکې ښودل کيږي.
- داسې انځورونه مه خپروئ چې له مخې یې کوم څوک وکولی شي معلوم کړي چې تاسې چیرته یې/وئ.
- کوم انځورونه چې تاسې ځړوئ د هغوی څخه میتا ډیټا پاکه کړئ. په یاد ولرئ ستاسې انځور کولی شي ستاسې موقعیت او د انځور د اخیستو نیټه/وخت څرگند کړي.
- معلوم کړئ چې په ټولنیزو رسنیو کې د ډاکسینګ یا د نفرت وینا راپور چیرې ورکړئ.

○ [Instagram](#) ، [Twitter](#) ، [Snapchat](#) ، [Facebook](#) ، [Yelp](#) ، [Google](#) ، وغیره ټول د کارولو مختلف شرایط لري.

#### ستاسې د ډاکس کیدو وروسته د خونديتوب اقدامات

- څه چې پیښیږي هغه [مستند](#) کړئ.
- د هرڅه سکریډ شاپت واخلئ.
- هڅه وکړئ نیټي/وختونه/د کاروونکو نومونه پکې شامل کړئ.
- که تاسې کولی شئ ډیلیټ یې کړئ، مگر لومړی یې په چټکۍ سره مستند کړئ.
- [پولیسو ته راپور ورکړئ](#) که گواښونه موجود وي. دا لاندې موارد پکې هرو مرو شامل کړئ:
  - د محافظت شوي طبقې معلومات، دواړه واقعی او گڼل شوي
  - د اوریگون او فدرال د نفرت جرمونه نه وایی چې مرتکب دي په سم ډول ستاسې محافظت شوي طبقه وپیژني.
  - د خونديتوب انډینني
    - کورنۍ/ماشومان/د ژوند شریکان
    - سفر
    - عامه ښکاره کیدل
    - ځانگړي معلومات په تړاو د:

Marty, can you please anchor to : **Commented [CJ1]** on the toolkit **Reporting Hate and Bias to the Police**

- نږدوالي: آیا مرتکب نږدې اوسیري؟
- دقیقاً کوم ټکي کارول شوي و؟ (سپکاوی، گواښونه، وسلې)
- کوم شواهد، پشمول د سکرین شاتونو. په یاد ولری چې پولیسو ته ستاسي په وخت راپور ورکول کولی شي د شواهدو ساتنه کې اغیزه ولري.
- په یاد ولری چې آنلاین ویل شوي، د پوست له لارې لیزل شوي، د تلفون زنگ له لارې شوي/ستاسي غریز پیغام کې پریښودل شوي
- "**واقعي گواښونه**" فدرالي جرم دی. FBI ته راپور ورکړئ، یا خپل ځایي پولیس و هڅوئ چې راپور د فدرال قانون تطبیق کونکو ته وړاندي کړي.
- د خپل تلفون، بریښنالیک، او د ټولنیزو رسنیو حسابونو پاسورډ بدل کړئ. داډ تر لاسه کړئ چې هر پاسورډ مو مختلف او پیچلی وي.
- پلینفارم ته راپور ورکړئ او غوښتنه وکړئ چې معلومات لیري کړي.
  - غوښتنه وکړئ چې ستاسي هنډل/نوم/معلومات د "نږدې نظارت کیدونکي" لیست ته وراضافه کړي ترڅو معلومات ژر تر ژره لیري کړی شي کله چې کوم بل چیري رابنکاره شي.
- د ملاتړ لپاره داسې چا سره وغږیږئ چې تاسي ورباندې باور لری. تاسي یوازي نه یی.
- د اوریگون [2021 HB 3047](#) د ډاکسنگ لپاره مدني قانوني چاري وړاندي کوي. د یوه وکیل سره وغږیږئ ترڅو وگورئ چې آیا تاسي نورې مدني قانوني چاري لری.
- [د اوریگون ایالت د وکیلانو د رجعت پروگرام](#)
- [قانوني مرسته](#)
- [د اوریگون د جرم قربانیانو د قانون مرکز \(OCVLC\)](#)
- د مدني حفاظت امر ملاحظه کړئ
- هغه معلومات ملاحظه کړئ چې تاسي کولی شئ کنترول کړئ لکه آیا تاسي په پلینفارم کې یی، څه شی تاسي پوست کوئ، د موقعیت شریکول، وغیره پروراندې د هغه څه چې تاسي ورباندې کنترول نلری.
- د خپل نوم، شمیرې، پتي لپاره د [گوگل خبرداری](#) تنظیم کړئ ترڅو خبرداری تر لاسه کړئ که چیري دا معلومات آنلاین رابنکاره کیري.
- د ډیټا بروکر منصرف کیدو انتخابونه وکاروئ – د ځینې خدمتونو لپاره ممکن تاسي اړ اوسئ تادیه وکړئ لکه [DeleteMe](#)، [Reputation](#)

Marty, can you please anchor to : **Commented [CJ2]**  
?on the toolkit **Protective Orders in Oregon**

[OneRep](#)، [Kanary](#)، [Privacy Bee](#)، [Defender](#)  
[Do Not Call Registry](#)، [OptOutPrescreen.com](#)

- د مختلف موخو لپاره د جلا برېښنالیک پتو کارول ملاحظه کړئ.
- د خونديتوب پلان:
  - په کار کې – د بشري سرچینو سره وغږیږئ.
  - په کور کې – د خپلې کورنۍ سره واضح پلان جوړ کړئ، باورمند گاونډیانو سره وغږیږئ، د خونديتوب ډیرو گزمو لپاره د پولیسو څخه غوښتنه وکړئ.
  - په عامه ځایونو کې – د ملگري سره سفر وکړئ، لارې بدل کړئ، باوري فرد ته ووايي چې تاسې چیرته ځئ او کله تمه لرئ چې بیرته راستون شئ.
- د کورنۍ غړو/ملگرو سره د هغه معلوماتو په اړه وغږیږئ چې هغوی یې ستاسې په اړه آنلاین شریکوي.

د آنلاین خونديتوب لپاره نورې سرچینې (لنکونه په انگليسي کې)  
د قوي پاسورډونو جوړولو لپاره لارښوونې:

[د انټرنیټ خونديتوب: د قوي پاسورډونو جوړول \(gcfglobal.org\)](#)  
[د قوي پاسورډ جوړول او د یوه ډیر خوندي حساب جوړول – د Google حساب مرسته](#)

د انټرنیټ خونديتوب په اړه نور معلومات ترلاسه کړئ:

[ډاکسینګ: دا څه دی او څنګه خپل ځان محافظت کړئ | NortonLifeLock](#)  
[د ټولنیزو رسنیو د امنیت او محرمیت لپاره 5 لارښوونې | Norton.com](#)  
[د محرمیت بیاځل تنظیم: د مهمو تنظیماتو په اړه لارښوونه چې تاسې یې باید اوس بدل کړئ | واشنګټن پوسټ](#)  
[خپل ځان د انټرنیټ څخه څنګه ډیلېټ کړئ | comparitech](#)  
[دلته د ډیټا بروکران یا دلالان دي چې غلې ستاسې شخصي ډیټا اخلي او خرڅوي](#)  
[Fast Company |](#)  
[څنګه په وریا ډول خپله ډیټا محافظت کړئ او د انټرنیټ څخه خپل شخصي معلومات لیرې کړئ: وریا DIY انصراف لارښود | DeleteMe](#)  
[د انټرنیټ څخه څنګه ورک شئ | Reader's Digest](#)

**د Google څخه د مینځپانګې لیرې کول:**  
[د Google څخه د مینځپانګې لیرې کول – قانوني مرسته](#)  
[د Google څخه خپل شخصي معلومات لیرې کول](#)  
[د Google لټون څخه خپل شخصاً پیژندل کیدونکي معلومات یا د ډاکسینګ مینځپانګه لیرې کړئ](#)

**د ډاکسینګ ضد قانون:**  
[مطبوعاتې اعلامیه د اوریګون سنا د ډاکسینګ ضد قانون پاس کړ](#)

**له پای تر پای کوډ کول:**  
[Signal ایپ](#)  
[Whatsapp](#)

**څېړتیا:** پدې وسیله کې ورکړل شوي لنکونه او معلومات یوازې د معلوماتو لپاره دي، هر اړخیز ندي، قانوني مشوره نده، او په سوداګریز بڼه موجود محصولاتو په اړه د اوریګون د عدلیه وزارت په واسطه تبلیغات یا ارزونه نه څرګندوي. ستاسې د حقونو او د قانوني انتخابونو په اړه د معلوماتو لپاره، [د وکیل سره مشوره وکړئ](#).