

پټولو ته د تگ لپاره لارښوونې

په افغانستان کې د بشري حقونو فعالان له طالبانو او نورو څخه د خوندي پاتې کېدو څرنگوالي په اړه د لارښوونې غوښتنه کوي چې دوی ته زیان ورسوي تر هغه چې دوی له هیواد څخه د وتلو لاره ومومي. په لومړي ځل په بشري حقونو کې ، مور باور لرو چې فعالین د خپل خطر ارزولو او د خپل خونديتوب په اړه باخبره پریکړې کولو لپاره ترټولو مناسب دي.

د بشري حقونو لومړی فعالینو ته مشوره نه ورکوي چې ایا دوی باید له هیواد څخه د تینښتې هڅه وکړي یا پټ شي. دا هغه پریکړې دي چې فعالان پخپله د کولو لپاره غوره دي.

مور په افغانستان کې فعالینو ته یو لړ معلومات وړاندې کوي ، [پشمول د دوی ډیجیټل تاریخونو حذف کولو څرنگوالی او د دوی بایومیټریک معلوماتو له غلط استعمال څخه مخنیوی](#). دلته ، مور د خوندي کورونو او د پټولو څرنگوالي په اړه لارښود وړاندې کوي.

مور پوهیږو چې هرڅوک خوندي ځایونو ته د لاسرسۍ لپاره ورته فرصتونه نلري ، یا یوازې یا د کورنۍ یا ملګرو سره پاتې کېدو له لارې.

ځایي ملاحظات او شخصي شرایط په پراخه کچه توپیر لري ، او دا باید د عمومي شوي مشورې په پرتله د فعالینو کړنو ته لارښود کړي.

هغه څوک چې پټېدو ته پام کوي- دا لیست زموږ د تجربې پر اساس دی چې د فعالینو سره په یو لړ شرایطو کې پټ او د نورو متخصصینو مشورې پر اساس دی. مور به دا مشوره تازه کړو ځکه چې مور په افغانستان کې د فعالینو څخه ډیر څه اورو ، پشمول د پټو کسانو.

د وخت دمخه پلان کول

پوه شئ چېرته ځئ: پلان جوړول د خوندي پاتې کېدو لپاره اړین دي. د ډیجیټل نقشو سره خپل احتمالي نوي موقعیت وپلټئ ، په سرچینو پوه شئ چې تاسو به یې لرئ او نه به یې لرئ ، او چېرې چې تاسو به وکولی شئ خواره ، اوبه او نور اکمالات ترلاسه کړئ.

که یو ملګری یا موټر چلوونکی ستاسو سره مرسته کوي ، د خپل کور څخه لرې د ناستي ځای تنظیم کړئ.

ستاسو او ستاسو کورنۍ لپاره د باور وړ کیسه جوړه کړئ. پریکړه وکړئ چې تاسو څومره معلومات پټول غواړئ: ایا تاسو یو بشپړ نوی هویت غوره کوئ یا یوازې دا پټ ساتئ چې تاسو د بشري حقونو شالید لرئ؟ څومره چې تاسو کولی شئ حقیقت ته نږدې اوسئ.

خپله کیسه ځان ته تمرین کړئ ، عکس ته یې ووايست ، خپلو ملګرو ته یې ووايي ، خپل مغز مو په لور غږ د کیسې ویلو عادت کړئ.

ستاسو او ستاسو د کورنۍ لپاره یو پلان ولرئ که پوښتنه ترې وشي ، د سکرېپټ کولو په شمول څوک به څه ووايي.

په خپله کیسه کې توضیحات شامل کړئ ترڅو دا قانع کړي چې ولې تاسو پدې ځای کې یاست. د خپلو توضیحاتو او خپلې عمومي کیسې سره مطابقت ولرئ.

د هغه څه لپاره پلان ولرئ چې ستاسو کورنۍ/ملګري/همکاران یې باید ووايي که چېرې ترې وپوښتل شي چېرې یاست.

ایا تاسو اړتیا لرئ د روغتیا پاملرنې ترلاسه کولو لپاره روغتیايي مرکزونو ته نږدې اوسئ؟

د دې لپاره پلان رامینځته کړئ که تاسو اړتیا لرئ خپل خوندي کور پریردئ ، شاید ناڅاپه. یو نظر ولرئ چې تاسو به چېرته ځئ او تاسو به څنګه هلته ورسیرئ.

ومومئ چې ایا ستاسو اصلي هویت د ریل/بس/الوتني ټیکټونو اخیستلو ته اړتیا لري او دا څنګه ممکن ستاسو نوم نه پیژني.

په کې ګډول یا ورسره یو ځای کول:

غیر معمولي چلند څرګند دی - هیڅ داسې کار مه کوئ چې ستاسو د ګاونډیو یا حکومتی ځواکونو پام ځانته راوړوي. که تاسو د کورنۍ واحد یاست ، د کورنۍ واحد په توګه عمل وکړئ.

د هغو لیدنو شمیر کم کړئ چې تاسو یې احتمال لرئ د هغو کسانو سره ولرئ چې ممکن تاسو څخه پوښتنه وکړي.

خپل ورځني معمول بدل کړئ ، چمتو اوسئ:

که تاسو باید بهر ته لارښئ ، د مثال په توګه ، د خواړو پیروډ لپاره ، وختونه او لارې چې تاسو یې اخلئ بدل کړئ. د وړاندوینې وړ ورځني حالت درلودل ستاسو د پام وړ کیدو ډیر احتمال لري.

هڅه وکړئ د اکمالاتو ذخیره وساتئ په هغه صورت کې چې ستاسو ګاونډ ناڅاپه د امنیتي ځواکونو څخه ډک وي ، او تاسو نشئ کولی د ډیرو ورځو لپاره پریردئ.

هغه لارې په پام کې ونیسئ چې پکې تاسو په غلطۍ سره خپل موقعیت افشا کولی شئ:

که ممکنه وي ، مخکې لدې چې خپل نوي موقعیت ته لارښئ ، یو نوی تلیفون او سیم کارت واخلئ (با څوک یې دا ستاسو لپاره وپیري) د نغدو پیسو سره.

په نوي موقعیت کې د خپل ډیجیټل امنیت پیاوړي کولو لپاره [د ډیجیټل څارنې د ناکامولو لپاره زموږ لارښود تعقیب کړئ.](#)

کله چې تاسو د شپې بستر ته ځئ یا کله چې ستاسو تلیفون په کارولو کې نه وي ، د ذخیره کولو کڅوړه کې یې اچولو ته پام وکړئ چې دې ته د رسیدو مخه نیسي. دا په ټن/المونیم ورق کې پوښل کار کولی شي.

د پټولو لپاره بڼه ځایونه پکې شامل دي:

دنده او بهر د ډیری لارو سره - تاسو ته نور انتخابونه درکوي که تاسو ناڅاپه پریردئ.

چيرې چې تاسو ليدلى شئ څوك له ليرې څخه راځي.

چيرې چې تاسو لږ يا هيڅ شخصي اړيکه نلرئ ، د مثال په توگه ، د هغه ځايونو څخه مخنيوی وکړئ چيرې چې ستاسو په نوم يا ستاسو د کورنۍ نوم اجاره شتون لري.