

شهروندان گرامي \* توصيه هاي حفاظتي را با دقت و ظرافت عمل نماييد

ما در دنياي پرآشوبي زندگي مي كنيم. حفظ امنيت خويشتن و اجتناب از آسيب براي هر فردي قابل تصور است. گاهي حتي محتاط ترين و به لحاظ امنيتي آگاه ترين افراد، دچار آسيب هاي امنيتي مي شوند. گر چه امنيت تضمين شدني نيست ولي به طور خارق العاده اي قابل افزايش است. همه دستگاه هاي امنيتي كشور از جمله كاركنان وزارت اطلاعات، براي حفظ امنيت ملي، بطور شبانه روزي در حال تلاش هستند. اما اين ميسر نخواهد شد مگر اين كه هر يك از شهروندان عزيز ايراني، نسبت به امنيت خود و ساير همنوعان احساس مسئوليت و تلاش نمايند. براي اين مقصود، هر شخص بايد براي افزايش ايمني خود، قواعد مربوط به امنيت فردي را بياموزد. آشنايي هر يك از ما با برخي اقدامات خود حفاظتي، اولين گام براي دفاع و حفاظت شخصي در مقابل خطرات غيرقابل پيش بيني است.

توصيه هاي حفاظتي در محل سكونت و كار:

1-هرگز نسبت به آن چه كه در اطراف شما رخ مي دهد، بي اعتنا نباشيد.

2- هرگز نسبت به حضور نيروهاي خدماتي در محيط زندگي به‏ صورت ناخواسته بي تفاوت نباشيد.

همواره نسبت به حضور بي موقع، طولاني مدت و خارج از برنامه افرادي با پوشش نيروي خدماتي شهرداري، كارگران سيار و ... در كوچه و خيابان خود حساس باشيد. دشمن ممكن است از طريق ارسال نيروهاي خدماتي و‏... نسبت به شناسايي و آسيب رساندن به شما يا نزديكانتان اقدام نمايد.

3- هرگز فرزندان خردسالتان را حتي لحظه اي در كوچه يا ورودي منزل براي بازي يا هر دليل ديگر، تنها نگذاريد.

كوچك ترين فرصت مي تواند احتمال آسيب رساندن افراد شياد و آدم ربا را به شما افزايش دهد.

4- هرگز افراد دوره گرد و ناشناس نظير كارگر، فروشنده سيار و ... با منظورهاي مختلف به منزل خود راه ندهيد.

دشمن به ‏منظور جمع آوري اطلاعات با پوشش‏هاي مختلف كارگري،  در اطراف محيط زندگي شما حضور پيدا كرده تا با اين پوشش به داخل منزل شما ورود نمايد.

4- هرگز نسبت به پارك طولاني مدت اتومبيل‏هاي متفرقه در اطراف محيط كار يا زندگي خود بي تفاوت نباشيد.

اتومبيل‏هايي كه به‏صورت طولاني و نامعلومي در اطراف محل كار شما پارك شده باشند، مي‏توانند متعلق به يك گروه متخلف، سارق يا حتي جنايت كار باشد.

5- هرگز كليدهاي محل كار، منزل، خودرو و ساير اماكن خود را در اختيار افرادي كه اطمينان قطعي از او نداريد، قرار ندهيد (حتي نزديك‏ترين افراد).‌

قرار دادن كليد در اختيار ديگران حتي براي يك لحظه امكان قالب گيري و ساخت كليد يدكي را براي آن‏ها ‏فراهم مي‏‏سازد.

6- هرگز جهت تعويض يا تعمير قفل‏هاي محيط زندگي و كار خود، از افراد متفرقه استفاده ننمائيد.

استفاده از افراد متفرقه جهت تعمير قفل‏هاي يك محيط مي‏تواند عواقب جبران ناپذيري در پي داشته باشد. زيرا اين‏گونه ‏‏‏‏افراد مهارت خاصي در باز كردن قفل‏ها داشته و به‏راحتي مي‏توانند نمونه‏هايي از كليدها براي خود تهيه نمايند. تعويض مغزي داخل قفل كار چندان پيچيده اي نيست، سعي نماييد خودتان آن را تعويض نموده و يا به افراد مطمئن بسپاريد.

7- هرگز محيط كار و زندگي خود را بدون اطمينان از قفل بودن درب‏ها، رها نكنيد.

8 -هرگز از وسايل ايمني محيط زندگي و كار خود غافل نشويد.

هميشه نسبت به سيستم‏هاي ايمني منزل و محيط كار خود مانند (سيستم‏هاي اطفاي حريق، سنسورها، راه‏هاي اضطراري و .... ) ‌توجه داشته باشيد تا خداي ناكرده دچار عواقب آن نگرديد.

توصيه هاي حفاظتي در رابطه با همسايگان:

يكي از روش هاي ساده و بسيار خوب براي افزايش امنيت، برقراري روابط حسنه با همسايگان است. اغلب گفته مي شود حصار خوب همسايگان خوب مي سازد، ولي اين شامل همه حقايق نيست. زيرا، همسايگان خوب حصارهاي خوبي هستند. افرادي كه شما را مي شناسند احتمالاً وضعيت غير عادي شما را نيز تشخيص مي دهند و به كمكتان مي آيند. به طور مثال اگر بدانند شما در مسافرت به سر مي بريد، با شنيدن صداي مشكوك از منزلتان كنجكاوي نموده، با شما و يا با پليس تماس خواهند گرفت. همسايگان ما معمولاً خودروهايي كه در جلوي خانۀ مان و يا در كوچه مقابل پارك مي نمايند، يا حتي خودروهاي برخي از ميهمانان و بستگان ما را كه به منزل ما تردد دارند، مي شناسند. آن ها با شناختي كه از وضعيت ما دارند، مي توانند نگهبان خوب و مطمئني براي اماكن ما باشند. بنابراين توصيه هاي زير را مد نظر قرار دهيد:

1- هرگز روابط خود با همسايگان را تخريب ننماييد. حتي اگر همسايه اي به شما آزار مي رساند، هرگز با او تندي و درگيري فيزيكي ايجاد نكنيد. براي حل هر مشكل راه هاي متختلفي وجود دارد. شما دقت كنيد تا بهترين يا كم ضررترين راه را براي حل مشكل خود با همسايه انتخاب نماييد.

2- اگر به صداقت و امانت داري همسايه اي كه قصد داريد او را از سفر خود مطلع نماييد، ترديد داريد. هرگز مقصد نهايي و زمان دقيق برگشت خود را آشكار ننماييد. به گونه اي كه هر روز تصور كند، به منزل برخواهيد گشت. همسايه ها به سرعت به عدم حضور شما پي مي برند، ولي با اين وجود، چنان چه شما اطلاعاتي در اختيار آن ها قرار ندهيد، از زمان برگشت شما چيزي نخواهند فهميد.

3- - هرگز در مواقعي كه قصد سفر طولاني مدت داريد و روابط شما با همسايگان مطلوب نيست، هيچ يك از آن ها را از طولاني بودن سفر خود، مطلع ننماييد. حتي در مواقعي كه فقط با برخي يا يكي از همسايه ها، روابط خوبي نداريد، ترجيحاً براي احتياط در برابر كنجكاوي‏ او و جلوگيري از آسيب احتمالي، فقط اطلاعات ضروري را درباره علت عدم حضور خود، در اختيار همسايه ذي صلاح قرار دهيد.

توصيه هاي حفاظتي در برخوردهاي اجتماعي و حضور ديگران :

1- هرگز به افرادي كه از پيشينه و اصل و نسبش اطلاع دقيقي نداريد، اعتماد نكنيد.

2- هرگز به كساني كه بدون دليل منطقي به شما ابراز علاقه مي كنند، به ويژه غريبه ها اعتماد نكنيد.

3- اگر با افراد ناشناس قرار ملاقات داريد هرگز با او در مكان هاي ناآشنا و خصوصي ديدار نكنيد. زيرا افراد معمولاً در ملاء عام كم تر مورد حمله واقع مي شوند.

4- هرگز ديگران را از اهداف كاري خود مطلع نكنيد.

در صورتي كه نيازي به اطلاع ديگران از اهداف كاري نباشد، هرگز اهداف و مراحل كار خود را براي ديگران بازگو نكنيد. اطلاع ديگران از اسرار و اهداف كاري شما معمولاً باعث مشكلات لاينحلي خواهد شد كه شما را به ‏شدت پشيمان خواهد كرد.

5- هرگز نسبت به كنجكاوي ديگران در امور كاري خود بي تفاوت نباشيد.

كنجكاوي ديگران در امور كاري شما ممكن است موجب دردسرهايي گردد. برخي افراد سودجو پس از اخذ اطلاعات لازم، اقدام به غصب عنوان شغلي و جايگاه اداري شما نموده و با نام شما از اعتماد مردم سوء استفاده نموده و تحت عنوان حل مشكل اداري آن ها، اقدام به كلاهبرداري نمايد.

6- هرگز نسبت به اطلاع ديگران از مسائل كاري خود بي تفاوت نباشيد.

در صورتي كه متوجه شده ايد ديگران از مسائل محرمانه كاري شما مطلع شده‏اند، ‏آن‏ را جدي بگيريد. زيرا ممكن است به نحوي به اطلاعات شما دسترسي يافته يا ‏‏‏‏اطلاعات شما به سرقت رفته باشد.

7-هرگز نسبت به رفتار غيرعادي ديگران (سردي يا گرمي) نسبت به خود، بي تفاوت نباشيد.

برخوردهاي سرد مي تواند حاكي از كدورتي باشد كه قادر به بيان آن نيست يا شرايط مناسبي براي آشكار كردن آن فراهم نشده است. اين كدورت تدريجاً مبدل به دشمني خواهد شد. لذا قبل از اين كه بذر كينه و نفرت رشد نمايد، سعي كنيد از بي ربط بودن رفتار غيرعادي ديگران نسبت به خود مطمئن شويد. گرمي و ابراز عطوفت غيرعادي نيز ممكن است ناشي از شكل گيري يك توطئه يا هدفي شوم باشد و ... .

8- هرگز در پي برقراري ارتباط با اتباع بيگانه و اعضاي سفارتخانه‏ها نباشيد.

هرگونه ارتباط با اتباع بيگانه بدون اطلاع مسئولين چه در داخل و چه در خارج از كشور، ممكن است شما را اسير دست اجانب و سرويس‏هاي بيگانه نمايد.

9- هرگز از وسايل ارتباطي اهدايي از سوي افراد استفاده نكنيد.

يكي از بهترين روش‏هاي دسترسي به اطلاعات شخصي يا ورود به حريم خصوصي افراد، اهداي وسايل ارتباطي مانند: دستگاه تلفن، نمابر، مودم، پرينتر، دستگاه كپي، گوشي موبايل و ... مي‏‏باشد.

10- هرگز قفل‏هاي رمزدار خود را ‏‏در حضور ديگران باز نكنيد.

هر قدر سرعت عمل شما در باز كرده قفل‏هاي رمز دار بالا باشد، باز هم نمي‏‏‏‏توان اطمينان داد كه ذهن افراد حاضر نمي‏‏‏‏تواند آن را به‏خاطر بسپارد. افراد تيزهوش با يك‏بار نگاه كردن به نحوه باز كردن قفل‏هاي رمزدار، مي‏توانند آن را به خاطر بسپارند.

11- هرگز در هنگام باز كردن قفل‏هاي رمزدار، رمز قفل‏ها را به زبان نياوريد.

بعضي افراد طبق عادت هنگام بازكردن قفل‏هاي رمزدار رمزها را به زبان مي‏‏آورند. اين كار مي‏تواند مخاطرات جدي براي آن‏ها ‏در برداشته باشد. زيرا در صورتي كه افرادي در محيط حضور داشته باشند، به‏راحتي از اعداد رمز مطلع گردد.

12- هرگز در مكان‏هاي عمومي، باز،ساكت و پابت با بستگان، دوستان و همكاران به بحث و گفت‏وگو نپردازيد.

با توجه به متصور بودن ‌دقت و توجه غريبه ها به سخنان شما، هرگونه بحث و گفت‏وگو در اين مكان‏ها عواقب جبران ناپذيري خواهد داشت. لذا در صورت نياز و ضرورت بحث به گفت‏و‏گو در اين اماكن، حتماً در حال حركت و آهسته تر صحبت كنيد.

13- هرگز نيازمندي‏هاي شخصي خود را نزد افراد غيرمطمئن بازگو نكنيد.

بازگو كردن نيازهاي شخصي نزد ديگران ارائه نقطه ضعفي از سوي شماست كه غريبه ها مي‏توانند از اين نقطه ضعف سوء استفاده كرده شما را مديون خود نموده تا در مواقع نياز از شما بهره كشي نمايند.

14- هرگز از اعداد مشخص مانند ( شماره تلفن،‌تاريخ تولد، شماره ماشين، سال تولد و ...) به‏عنوان‏‏ رمز قفل‏هاي رمزدار خود استفاده ننماييد.

معمولاً افراد به‏منظور سهولت در به‏خاطر سپردن رمزها از شماره‏هاي شناخته شده استفاده مي‏‏كنند. اين امر كمك زيادي به افرادي مي‏‏كند كه مي‏خواهند قفل‏هاي رمزدار را باز كنند. پيشنهاد مي‏‏شود رمز قفل‏هاي خود را هر از گاهي تعويض نماييد تا امنيت قفل‏ها بيش‏تر‏‏‏ گردد‏.

15- هرگز رمز قفل‏هاي خود را در جايي يادداشت نكنيد.

بعضي از افراد به خاطر عدم اطمينان به حافظه خود رمزهاي خود را يادداشت كرده و در جايي نگهداري مي‏كنند. اين كار ضريب اطمينان و حفاظت شما را به‏شدت كاهش مي‏دهد. زيرا ممكن است اين رمز بر حسب اتفاق در اختيار ديگران قرار گيرد.

16- هرگز به اميد انجام معاملات پرسود، سرمايه گذاري در بورس هاي خارجي و شركت هاي اقتصادي و ... ، پول خود را در اختيار حتي صميمي ترين دوست خود قرار ندهيد.

چه بسا ممكن است دوست صميمي شما به اشتباه خود واقف نبوده و مغلوب نيرنگ افراد شياد و گروه هاي گلدكوئيستي شده باشد.

 17- هرگز از به ‏خاطر سپردن شماره تلفن‏هاي ضروري غفلت نكنيد.

همواره سعي كنيد شماره تلفن‏هاي ضروري خود را مانند (شماره تلفن روابط عمومي وزارت اطلاعات، فوريت‏هاي پليسي، اورژانس، آتش نشاني و ....) را به‏خاطر سپرده تا در مواقعي كه دچار مشكل شده يا ‏‏‏‏مورد نيازتان شد، به آن‏ها ‏دسترسي داشته باشيد.

18- هرگز آمادگي جسماني خود را از دست ندهيد.

كسب آمادگي جسماني علاوه بر سلامتي و نشاط، شما را در خطرات احتمالي ياري رسانده و در بعضي مواقع جان شما را از بعضي تهديدات حفظ مي‏نمايد.

19- هرگز از مسائل عقيدتي غافل نشويد.

هيچ‏گاه از ارتباط با خداوند غافل نشده و در كليه امور از او ياري بجوئيد. زيرا زندگي دنيوي بسيار پرپيچ و خم و مخاطره آميز بوده و تنها او مي‏تواند شما را ‏‏در اين راه ياري نمايد.

توصيه هاي حفاظتي درخصوص خودرو:

تروريست نمي­تواند بدون دسترسي به خودروي شما، بمب يا مواد منفجره را در آن كار بگذارد. به همين دليل اتخاذ اقدامات حفاظتي در مورد سرقت خودروي شما در جاهايي كه احتمال دارد هدف حمله تروريستي قرار بگيريد، كاملاً ضروري است. لذا به توصيه هاي ذيل توجه كنيد:

 1- همواره حتي اگر قصد داريد فقط لحظاتي خودروي خود را ترك كنيد (براي خريد يا ...) شيشه هايش را بالا كشيده و درب آن را قفل كنيد. در صورت امكان، ماشين را به هنگام شب در خيابان رها نكنيد.

2-چنان چه در محيطي ناامن و پرخطر قرار داشته يا سكونت داريد، درب باك را قفل كرده و درب لوله اگزوز را با سرپوشي ببنديد. بدين ترتيب قراردادن مواد منفجره در خودروي شما مشكل‏تر مي­شود. نگذاريد كسي در نبود شما به صندوق عقب ماشين دسترسي پيدا كند.

3- وقتي خودرو را در محوطه­اي باز پارك مي­كنيد، قبل از خروج از ماشين، مراقب افراد مشكوك حاضر در محل و چشم هايي كه شما را مي پايند، باشيد. در صورت مشاهده افراد مشكوك با ماشين از محل دور شويد.

4-وقتي ماشين را در محوطه­اي نامن پارك كرده و سپس  به طرف ماشين برگشته­­ايد، ابتدا دور ماشين قدم زده و قبل از سوار شدن، اطراف آن را به دقت بررسي كنيد. در مناطق پر خطر، شايد بد نباشد در جستجوي هر ردپايي از سيم يا نوار غيرعادي، زير ماشين را خوب بگرديد.

5- هرگاه متوجه حمله عليه خود شده ايد، بايد بدون در اختيار داشتنِ زمان كافي براي سنجش تمامي پيامدهاي احتمالي، تصميمي لحظه­اي بگيريد. لذا براي تسريع تصميم گيري در اين زمينه، مي­توانيد از قبل در ذهن خود مشخص كنيد كه تحت شرايط مختلف و احتمالي، چه واكنشي خواهيد داشت.

6- هرگز در هنگام حوادث رانندگي، ‌خود را با طرف مقابل درگير نكنيد.

چنان چه حادثه در مناطق ناامن يا غريب برايتان رخ داده است، از پذيرفتن هرگونه پيش‏نهاد توسط طرف مقابل امتناع كرده و سعي كنيد موضوع را توسط كارشناسان راهنمايي و رانندگي حل كنيد. زيرا ممكن است پيش‏نهادهايي از قبيل تعمير اتومبيل توسط طرف مقابل، اخذ آدرس منزل و مدارك شناسايي، شماره تلفن و غيره از طرف مقابل درخواست گردد. شما بايد هشيارانه به اين موضوعات توجه داشته باشيد.

4-هرگز در هنگام رانندگي نسبت به اتومبيل‏هاي پشت سر خود بي تفاوت نباشيد.

هر فرد، ممكن است در معرض سوء قصد افراد ناباب واقع گردد. بنابراين، هوشياري در هنگام رانندگي مي‏تواند شما را از اين موضوع مطلع كند. به‏خصوص اگر در ساعات مشخصي به محيط كار خود رفته يا ‏‏‏‏آن جا را ترك مي‏‏كنيد.

توصيه هاي حفاظتي در نگهداري اسناد و مدارك شخصي:

1- هرگز نسبت به حمل وسايل و اسناد و مدارك شخصي خود از محيط زندگي و كار بي تفاوت نباشيد.

برخي افراد در جيب، كيف و ديگر وسايل شخصي خود اسناد و مدارك يا ‏‏‏‏كاغذهاي يادداشت و ...  قرار داده و به همراه خود حمل مي‏كنند. اين كار موجب مي‏گردد افراد ديگر به‏طور تصادفي به اين اسناد دسترسي پيدا كنند.

2- هرگز در محيط‏هاي متفرقه كيف اسناد و مدارك را از خود جدا نكنيد.

بعضاً مشاهده مي‏گردد، برخي افراد كيف و اسناد و مدارك خود را در محيط كار ديگران گذاشته و براي كارهاي متفرقه، مانند رفتن براي رفع حاجت و غيره محيط را ترك مي‏كنند. در بعضي مواقع فراموش مي‏كنند كه وسايل خود را از اطاق ديگران بردارند. لذا هرگز اسناد و مدارك خود را در هيچ شرايطي از خود جدا نكنيد تا دچار عواقب بعدي آن نگرديد.

3- هرگز در مواقع غيرضروري اسناد و مدارك را به همراه خود حمل نكنيد.

بعضي افراد عادت به حمل اسناد و مدارك غيرضروري داشته و گاهي اوقات آن‏ها ‏را در داخل اتومبيل گذاشته و به خريد يا ‏‏‏‏كارهاي متفرقه مي‏روند. به همراه داشتن اسناد و مدارك هميشه مسئوليت افراد را نسبت به حامل آن‏ها ‏سنگين‏تر نموده و خطرات سرقت براي آن‏ها ‏متصور است. لذا پيش‏نهاد مي‏گردد، هر روز كيف اسناد و مدارك خود را بازديد كرده و مدارك اضافي را از آن خارج نمائيد.

\*\*\*\*\*\*

توصيه هاي حفاظتي در استفاده از تلفن:

1- هرگز تلفن همراه خود را در اختيار ديگران قرار ندهيد.

سيم كارت تلفن همراه به‏راحتي قابل كپي برداري بوده و ديگري به‏راحتي مي‏تواند از سيم كارت و هم‏چنين اطلاعات ذخيره شده در آن (‌شماره‏هاي ذخيره شده، ‌پيغام‏ها، قرارها و ... ) كپي برداري نمايد.

از آن‏جا كه اطلاعات ذخيره شده در دستگاه تلفن همراه، بخشي در حافظه دستگاه قرار مي‏گيرد، بايد همواره هنگام تعويض و فروش يا ‏‏‏‏تعمير گوشي تلفن همراه، اطلاعات ذخيره شده در حافظه گوشي را پاك نمائيد.

2- هرگز از تلفن همراه افراد ناشناس براي برقراري ارتباط خود استفاده نكنيد.

در بعضي مواقع ممكن است شما نياز فوري به برقراري تماس تلفني داشته ولي چون دستگاه تلفن خود را در اختيار نداشته يا امكان تماس با آن وجود ندارد، ممكن است از تلفن همراه ديگران استفاده كنيد. از آن جا كه شماره تماس در حافظه تلفن همراه او ثبت مي‏‏گردد. لذا از تلفن هاي عمومي مخابرات استفاده كنيد، يا از تلفن همراه افراد مطمئن، كسبه هاي ثابت و ... استفاده نموده و حتي‏المقدور پس از تماس، شماره را حذف نماييد.

3- هرگز به مكالمات تلفني افراد ناشناس اعتماد نكنيد.

يكي از سريع‏ترين و ارزان‏ترين روش جمع آوري اطلاعات تخليه تلفني است كه برخي افراد با تقليد صدا، غصب عنوان مراكز دولتي و موجه، پوشش هاي شغلي مختلف و ترفندهاي بسيار جالبي اقدام به كسب اطلاعات از ديگران مي‏‏نمايند. مواظب باشيد، حتي برخي افراد حرفه اي نيز ممكن است فريب خورده و ناخواسته اطلاعات ارزشمندي را در اختيار تماس گيرنده قرار ‏دهد.

4- هرگز منوي «بلوتوث» تلفن همراه را در حالت فعال قرار ندهيد.

يكي از امكانات انتقال اطلاعات به‏صورت بي سيم استفاده سيستم «بلوتوث» مي‏باشد. گوشي‏هاي جديد تلفن همراه داراي اين قابليت بوده و از اين طريق اطلاعات خود را مبادله مي‏‏كنند. در صورت فعال بودن اين قابليت در تلفن همراه، افراد ناشناس تا فاصله 50 متري از شما مي‏توانند از اطلاعات دستگاه تلفن همراه شما بهره برداري كرده يا ‏‏‏‏با ارسال ويروس گوشي شما را دچار مشكل كنند.

5- هرگز از تلفن‏هاي بي سيم در ارتباطات تلفني استفاده نكنيد.

فركانس تلفن‏هاي بي سيمي اغلب توسط راديو موج FM–SW-AM و كانال‏هاي تلويزيوني قابل دريافت مي‏باشند. بنابراين، ديگران به ويژه همسايه‏ها ‏به‏راحتي مي‏توانند، مكالمات تلفني شما را شنود كنند. به همين خاطر، هيچ گاه سعي در استفاده بي سيمي نداشته باشيد. در صورت لزوم، مطالب سري و مهم خود را از اين طريق رد و بدل نكنيد.

6- هرگز شماره تلفن دوستان، آشنايان و همكاران خود را بر روي كاغذ باطله، روزنامه، پشت جعبه دستمال كاغذي و موارد مشابه يادداشت ننمائيد.

بارها مشاهده مي شود كه افراد هنگام مكالمات تلفني شماره تلفن ديگران را بر روي روزنامه نوشته، نسبت به آن بي توجه مي‏باشند. اين در حالي است كه در صورت خارج شدن روزنامه‏هاي باطله، اين‏گونه ‏‏‏‏اطلاعات نيز خارج مي‏گردد.

توصيه هاي حفاظتي در استفاده از رايانه ها:

 1- هرگز از رايانه خود به ويژه در محل كار، بدون رمز عبور (پسورد‌) استفاده نكنيد.

هميشه براي رايانه خود رمز عبور تعيين كرده و آن را طوري تنظيم نمائيد كه در صورت عدم استفاده از آن به مدت (حداكثر) ‌پنج دقيقه از شما اسم عبور درخواست نمايد. اين كار مانعي براي دسترسي ديگران به رايانه شما خواهد بود و تا حدودي امنيت سيستم شما را افزايش مي‏دهد.

2- هرگز از رمز عبور ساده و مشخص استفاده نكنيد.

سعي كنيد رمز عبورهاي سيستم خود را پيچيده و غيرقابل پيش بيني انتخاب كنيد. انتخاب رمز عبور با كاركترهاي زياد، با حروف و اعداد، حروف كوچك و بزرگ و يا انتخاب آن به زبان ديگر، مي‏تواند امنيت سيستم شما را افزايش دهد.

3- هرگز اطلاعات محرمانه خود را در فايل‏هاي آشكار و سهل الوصول قرار ندهيد.

فايل‏هاي محرمانه خود را مي‏توانيد به‏صورت پنهان و در زير مجموعه فايل‏هاي سيستمي يا ‏‏‏‏زير مجموعه ساير برنامه‏هاي نصبي سيستم قرار دهيد تا به‏راحتي در اختيار افراد بيگانه قرار نگيرد. در غير اين صورت، احتمال دسترسي راحت به اين‏گونه ‏‏‏‏فايل‏هاي همواره متصور است.

4- هرگز از كامپيوتري كه داراي اطلاعات محرمانه و با اطلاعات خصوصي است، براي متصل شدن به اينترنت استفاده نكنيد.

هميشه در هنگام متصل شدن به اينترنت خطر سرقت اطلاعات، ‌تخريب اطلاعات به‏صورت جدي وجود داشته و در صورت بي تفاوتي به اين مطلب خطرات جبران ناپذيري سيستم و اطلاعات شما را تهديد مي‏‏كند.

5- هرگز كامپيوتر خود را كه حاوي اطلاعات محرمانه يا ‏‏‏‏خصوصي است، جهت تعمير به افراد متفرقه و ناشناس ندهيد.

حتماً نسبت به تعميركار كامپيوتر خود اطمينان حاصل نموده و سعي كنيد شخصاً هنگام تعمير حضور داشته باشيد.

6- هرگز قطعات آسيب ديده سيستم كامپيوتر خود را (مانند: ‌هارد، فلاپي، ‌سي دي ‌و ... ) دور نياندازيد.

حتما اين‏گونه ‏‏‏‏لوازم از كار افتاده را منهدم كرده و امكان بهره برداري مجدد را از آن‏ها ‏بگيريد. اغلب كامپيوترهاي مستعمل و از رده خارج شده داراي اطلاعات ارزشمندي است كه در هنگام تعويض يا فروش بر اثر سهل انگاري در سيستم‏ها باقي مانده است. هم‏چنين امكان بازيافت اطلاعات از حافظه‏هاي پاك شده سيستم وجود داشته و صرف پاك كردن يا ‏‏‏‏فرمت كردن سيستم نمي‏توان از پاك شدن صد در صد آن‏ها ‏اطمينان داشت. بنابراين بعضي از افراد تصور مي‏كنند با پاك كردن هاردهاي مستعمل تمام اطلاعات آن‏ها ‏از بين رفته و مي‏توانند آن‏ها ‏را دور ريخته يا ‏‏به فروش برسانند.

7- هرگز به تماس‏هاي تلفني از طريق اينترنت اعتماد نداشته باشيد.

امروز اغلب تلفن‏هاي خارج از كشور توسط تماس‏هاي تلفني اينترنتي صورت مي‏گيرد كه كارت‏هاي خدماتي آن‏ها ‏در همه جا قابل دسترس مي‏باشد. از آن‏جا كه شركت‏هاي خدمات اينترنت (‌آي- اس- پي) ‌و كشورهاي سرويس دهنده (بك بن) توانايي استراق سمع تمامي مكالمات تلفني را دارند. استفاده از اين ارتباطات نيز ناامن و غيرمطمئن مي‏باشد.

8- هرگز از مشخصات اصلي خود در محيط اينترنت استفاده نكنيد.

در هنگام حضور افراد در خارج از كشور يكي از راه‏هاي به‏دست آوردن اطلاعات از آن‏ها‏، مراجعه به فضاي اينترنت مي‏باشد. در صورتي كه مشخصات شما در يك سايت يا ايميل يا .... مشاهده گردد. اطلاعات با ارزشي نسبت به شما مي‏تواند به‏دست آيد.

9- هرگز از كامپيوتر مخصوص اينترنت براي كارهاي متفرقه استفاده ننمائيد.

در نظر دشته باشيد كه مودم، ‌پرينتر، اسكنر و بعضي از اجزاي داخلي كامپيوتر «آي- پي» پذير بوده و مي‏تواند اطلاعات خود را به آدرس برنامه ريزي شده از طريق اينترنت ارسال كنند. بنابراين ممكن است نامه‏اي ‏‏كه تايپ كرده و پرينت گرفته‏ايد و حتي از كامپيوتر خود را كه پاك كرده‏ايد، بعد از آن‏كه به اينترنت متصل مي‏‏شويد، ‌به آدرس برنامه ريزي شده ارسال گشته بدون آن‏كه شما از آن مطلع گرديد.

10- هرگز نسبت به محافظت و نگهداري نسخه ذخيره اطلاعات (backup ) بي تفاوت نباشيد.

معمولاً به‏خاطر محافظت از اطلاعات و پيش‏گيري از تخريب آن‏ها ‏اقدام به تهيه نسخه‏هاي ذخيره مي‏‏نمايند. حفاظت و نگهداري اين نسخه‏ها ‏حتي از اطلاعاتي كه در سيستم‏ها نگهداري مي‏‏شوند با اهميت‏تر مي‏‏باشد. زيرا اين اطلاعات به‏صورت آماده و بدون دردسر مي‏‏باشند. سهل انگاري در نگهداري از اين نسخه‏هاي ذخيره بعضاً معضلات جبران ناپذيري در بر خواهد داشت.

12- هرگز در مواقع غيرضروري سيستم خود را به شبكه اينترنت متصل ننمائيد.

اغلب در ارتباطات ليزلاين و شبكه‏اي‏‏، ارتباط اينترنتي به‏صورت پيوسته و شبانه روزي است. اما با توجه به تهديداتي كه از اين طريق براي سيستم شما متصور است، در مواقعي كه نيازي به ارتباط با اينترنت نداريد، ‌آن را قطع نمائيد تا از گزند هكرها و جاسوسان اينترنتي و عوامل بيگانه در امان باشيد. هكرها توانائي فعال‏سازي ميكروفن و دوربين (‌وب كم) ‌شما را بدون توافق با شما را دارند. لذا با توجه به متصل بودن بي‏مورد و طولاني مدت سيستم شما به اينترنت اين‏گونه ‏‏‏‏خطرات همواره متصور است.

13-هرگز نسبت به تهيه نسخه ذخيره از اطلاعات درون رايانه خود مسامحه نكنيد.

رايانه‏ها ‏ابزار قابل اطميناني نيستند و همواره احتمال صدمه ديدن آن‏ها ‏متصور است لذا هميشه سعي كنيد از اطلاعات داخل سيستم خود يك نسخه ذخيره داشته باشيد تا در صورت بروز هرگونه اختلالي اطلاعات شما در اختيارتان باشد.

14- هرگز به موارد شناخته نشده در اينترنت پاسخ ندهيد.

ايميل‏هاي ناشناخته يكي از موارد بوده كه هرگز نبايد آن‏ها ‏را گشود، زيرا در مواردي با گشودن ايميل يا يك تصوير اينترنتي تروجاني از اين طريق وارد سيستم شما گشته و مراحل كار جاسوسي و نفوذ به سيستم شما را آغاز مي‏‏نمايد يا ‏‏‏‏پنجره‏هايي كه در خلال كار با اينترنت به‏صورت ناخواسته ظاهر گشته يا ‏‏‏‏درخواست‏هاي اشتراك در سايت، شما را ترغيب به دادن نام كاربر و نام عبور مي‏‏نمايد كه از اين طريق اطلاعات مربوط به رمز عبور شما را در اختيار گرفته و از آن بهره برداري ‏‏كنند.

توصيه هاي حفاظتي در رابطه با مسافرت:

خطر در گوشه و كنار دنيا وجود دارد اما ماهيت و شدت آن در هر كشور يا منطقه متفاوت است. صرف نظر از جايي كه مي رويد شما بايد در رابطه با مسافرت خود اقدامات اساسي خاصي را انجام دهيد. سطح اين اقدام بستگي به مقصد دقيق شما دارد. مع الوصف، براي مسافرت به توصيه هاي ذيل توجه كنيد:

1- هرگز بدون آشنايي كافي از مقصد و مسيري كه براي سفر انتخاب مي كنيد، به مسافرت نرويد. قبل از سفر درباره پاسخ سئوالات زير تحقيق كنيد.

الف. آيا براي سفر به مقصد مورد نظر هشدار خاصي به لحاظ امنيتي، سيل، آتش سوزي، زلزله، برف و بوران و ... داده شده است يا خير؟

امروزه، با گسترش امكانات ارتباطي، فني و ماهواره اي، به راحتي مي توان از وضعيت راه ها، آب و هوا، حوادث طبيعي خطرناك مثل وقوع سيل و طوفان و ... مطلع شد. حصول اطمينان از ايمني راه ها و مسيري كه بايد طي كنيم. هم چنين به همراه داشتن تجهيزات مورد نياز سفر، ما را در برابر آسيب هاي احتمالي محفوظ نگاه مي دارد.

ب. امنيت جاده اي در چه ساعاتي از شب يا روز كاهش مي يابد؟

ج. چه امكانات جاده اي براي حوادث احتمالي وجود دارد؟

د. كدام نقطه از مسيري كه طي خواهيد كرد، براي اطراق و استراحت بين راهي مناسب و امن تر است؟

كدام منطقه از مسير سفر، آب آشاميدني لوله كشي شده دارند و در كداميك بايد از بطري هاي آب استفاده كرد؟.

هـ. چه رستوران هايي را براي صرف غذا بايد انتخاب كرد؟

و. مصرف چه غذاي بين راهي مناسب تر است؟

2- در صورت تمايل به صرف غذا در رستوران ها هرگز سالاد (به ويژه در رستوران هاي ناشناس)، ميوه هاي پوست نكنده و آشاميدني هاي همراه با يخ را ميل نكنيد.

3-هرگز پول ها و اشياء ارزشمند خود را در يك كيف يا يك ظرف قرار ندهيد.

سعي كنيد قبل از سفر، وضعيت فرهنگي و اقتصادي ساكنين مناطقي كه در مسيرتان قرار خواهند گرفت، اطلاعات لازم را بدست بياوريد. محتويات كيف شما شايد معادل ماه ها حقوق افرادي باشد كه در مناطق فقيرنشين زندگي مي‏كنند. معمولاً مسافران پول نقد و اموال ارزشمند تري نسبت به افراد بومي دارند، لذا ممكن است به راحتي هدف دستبرد يا حمله افراد ناشناس قرار بگيريد. به ويژه آن كه بومي ها، مناطق امن و ناامن را مي شناسند. عدم آشنايي با افراد و محيط يا محدوده اي كه تردد مي‏كنيد، مطمئناً احتمال آسيب پذيري را افزايش مي دهد.

4- هرگز از مردم رهگذر در خيابان آدرس نپرسيد. سعي كنيد افسر پليس يا مسئولي را پيدا كنيد.

 با اين كار يك فرد غريبه را از مقصد خود مطلع مي كنيد. نقشه اي تهيه نموده و از كساني كمك بگيريد كه احتمال بيش‏تري دارد به شما كمك كند. براي انتخاب بهترين و ايمن ترين مسير، هميشه از افراد موجه مثل مأمورين راهنمايي و رانندگي و يا افرادي كه شناسايي آن ها آسان است، مثل رانندگان تاكسي، مغازه دارها و ... سئوال نماييد. در موارد خاص، وقتي فرد مطمئني را براي اخذ راهنمايي نيافتيد، سعي نماييد در پرسش خود مقصد نهايي خود را بيان نكنيد بلكه در شهرهاي بين راهي براساس نقشه اي كه در اختيار داريد، آدرس نزديك ترين شهر بعدي مسير خود را بپرسيد تا ديگران از مقصد نهايي شما مطلع نگردند.

5- در مسافرت، هرگز اسناد خود را درون هتل‏ها ‏جا نگذاريد.

در مسافرت هاي به ويژه مسافرت‏هاي خارج از كشور سعي كنيد هيچ‏گونه اسناد و مداركي به همراه خود به داخل هتل‏ها نبريد و در صورت نياز هرگز آن‏ها ‏را در داخل هتل ‏جا نگذاريد. زيرا افراد غريبه مي توانند در غياب شما با پوشش نظافت به داخل اطاق‏هاي هتل رفته و به اسناد شما دسترسي پيدا كنند.

توصيه هاي حفاظتي درخصوص اقلام پستي:

1-هرگز اقلام پستي و نامه هاي مشكوك و غيرقابل انتظار را از كسي دريافت نكنيد. حتماً اعضاي خانواده و كاركنان خانه شما بايد از پذيرش هرگونه بسته­اي در منزل اجتناب كنند. (اگر داراي شغل ديگري نيز هستيد) در محل كار خود نيز اطمينان يابيد كه كاركنان دفتري نحوه برخورد با نامه­ها يا بسته­هاي مشكوك را مي­دانند، به ويژه  وقتي در خارج از كشور حضور داريد، با حساسيت بيش‏تري به اين بسته ها توجه كنيد.

 2- بسته يا نامه مشكوك را هيچ گاه نبايد لمس و جابه جا كرد. وجود چنين اقلامي را فوراً به مقامات امنيتي  اطلاع داده و افراد را از آن دور كنيد. هرگونه جابه جايي به ويژه برش نوار دور بسته،  بست‏ها، يا هرگونه بسته­بندي روي بسته مشكوك، چه­بسا موجب انفجارِ ابزار گردد.

3- هرگز بسته يا نامه مشكوك را باز نكرده و يا در آب قرار ندهيد زيرا شايد موجب انفجار آن گردد.

\*\*\*\*\*\*

ساير توصيه هاي حفاظتي:

1-در صورت مشاهده افراد مشكوك، تروريست و خرابكار مراتب را به مراكز امنيتي به ويژه ستاد خبري وزارت اطلاعات به شماره 113، اطلاع دهيد.

2- چنان چه داراي دوربين عكاسي يا گوشي تلفن همراه دوربين دار هستيد، حتي المقدور از آن ها و متعلقاتشان، از جمله خودرو و ... تصويربرداري نماييد.

3- در صورت امكان بدون اين كه ايجاد حساسيت كنيد، آن ها را تعقيب و آدرس محل استقرار آن ها را كشف نماييد.

4- چنان چه شئي مشكوكي را به خودروي ديگران چسبانده يا در مكاني رها نموده اند، به آن نزديك نشده، بلافاصله به افراد مسئول اطلاع دهيد.

5- هرگز به افرادي كه خود را مأمور وزارت اطلاعات معرفي نموده و در مراكز غيررسمي با شما قرار ملاقات مي گذارند، اعتماد نكنيد و بلافاصله به ستاد خبري وزات اطلاعات به شماره 113 اطلاع دهيد.

6- هرگز در ارزيابي هاي خود به ظاهر افراد اكتفا نكنيد، افراد شياد هرگز چهره واقعي خود را به شما نشان نخواهند داد.