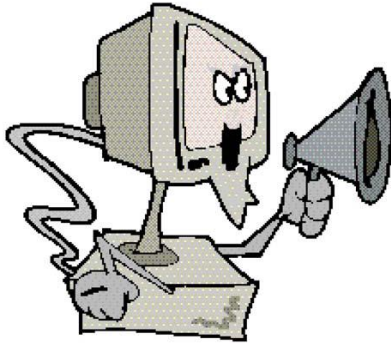


استفاده از اینترنت برای توسعه و سازماندهی

آموزش عملی و  
مجازی خواننده



---

<NetAction>>

601 Van Ness Ave. #631 San Francisco, CA 94102

تلفن: (415) 775-8674

نمابر: (415) 673-3813

Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)

Web: <http://www.netaction.org>

Netaction یکی از پروژه های مربوط به Tides Center است که  
سازمانی مبتنی بر 501(c)(3)

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

1

تلفن: (415) 775-8674

نمابر: (415) 673-3813

Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)

Web: <http://www.netaction.org>

## فهرست مندرجات

- ارتباطات سنتی و ارتباطات اینترنتی- 2
- آغاز کار با استفاده عملی از ایمیل- 3
- آیا هشدار عملی شما برای گردش در دنیای ارتباطات
- رایانه ای و اینترنتی آمادگی دارد؟- 4
- چه چیزی این موضوع را بصورت هشدار عملی کارآمد در
- می آورد؟- 5
- چه مواردی مورد این هشدار عملی درست نیست؟- 7
- آیا توسعه است و یا تبلیغات؟- 9
- نکاتی برای رسانه های آن لاین کارآمد- 11
- چگونه يك فهرست ایمیل bcc (بدون امکان مشاهده دیگر
- گیرندگان) ایجاد کنیم- 13
- فهرست يك امنیتی فضای رایانه ای و اینترنتی- 21
- منابع دفاعی رسانه های آن لاین- 23
- منابع آن لاین برای امنیت فضای رایانه ای و
- اینترنتی- 25

در مورد Netaction:

Netaction سازمانی مستقر در سان فرانسیسکو است که به امر آموزش فعالان در مورد چگونگی استفاده از اینترنت برای سازماندهی، توسعه و دفاع و همینطور آموزش عمومی و آموزش سیاستگذاران در زمینه خط مشی فن آوری اختصاص دارد. برای اطلاعات بیشتر در این زمینه لطفا با ما تماس حاصل نمایید.

حق نسخه برداری 1996-2002 توسط Netaction/ The Tides Center. کلیه حقوق محفوظ است. امکان استفاده از مطالب برای استفاده غیر تجاری به شرط اشاره به Netaction آزاد است.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

2

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## ارتباطات سنتی و مقایسه با ارتباطات اینترنتی

| روش ارتباطات  | تکنیک های سنتی                              | تکنیک های اینترنتی   |
|---|---|--|
| توزیع نشریات  | پست، نمابر                                  | ایمیل، صفحات وب، خدمات انتقال دیجیتال  |
| تماس از طریق نشریات   | روزنامه ها، تلویزیون، رادیو، خدمات دیجیتالی | رسانه های آن لاین (برای مثال Salon، Cnet)  |
| خبرنامه ها  | چاپ   | ایمیل، صفحات وب  |
| صف آرایي و نیروها   | حفظ صف آرایي و نیروها                       | سالن های شهر آن لاین مجازی   |
| دوره های خانگی  | حفظ دوره های خانگی                          | اتاق های گپ زنی  |
| بازدیدهای مربوط به قانون گذاران                             | هدایت بازدیدها                              | فرم های اظهارنظر اینترنتی  |
| جدول بندی   | هدایت جدول بندی                             | برگه های ثبت نام اینترنتی  |
| درخت های تلفنی  | تلفن زنی                                    | انتقال از طریق ایمیل (ایمیل های با خاصیت" این ایمیل را برای 5 نفر ز دوستان خود ارسال کنید.") |
| نامه های مربوط به قانون گذاران                              | پست، نمابر                                  | سرورهای نمابر آن لاین  |
| نامه های مربوط به افرادی که قانون گذار نیستند. سیاست گذاران | پست، نمابر                                  | ایمیل  |
| نامه های مربوط به ویراستار                                  | پست، نمابر                                  | ایمیل  |
| قطعات op-ed   | پست، نمابر                                  | ایمیل  |
| نمابرها   | دستگاه نمابر سنتی                           | ارسال نمابر بصورت آن لاین  |
| کارت پستال ها   | پست   | تصاویر دیجیتالی که بصورت آن لاین ایمیل می شوند   |
| تقاضاها   | کاغذی                                       | صفحات وب   |
| هشدار عملی  | ابلاغیه های چاپی بر روی بولتن ها، تابلوها،  | ایمیل، صفحات وب  |

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

3

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

|                                |                                      |               |
|--------------------------------|--------------------------------------|---------------|
|                                | و از طریق پستی،<br>نمابر، درخت تلفنی |               |
| سازماندهی بر اساس<br>علاقه خاص | گروه های پشتیبانی<br>گروه های همسایه | گروه های خبری |

1- این نمودار برای یک کارگاه عملگرایی ایمیل تحت پشتیبانی اتحادیه حق سقط جنین و تولید مثل کالیفرنیا (CARALI) ایجاد شده و با مجوز ایشان مورد استفاده قرار گرفته است.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

4

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## آغاز به کار با عملگرایی ایمیل

مجازا کلیه مطالب کتبی که سازمان شما ارائه می نماید می تواند برای توزیع دیجیتالی از طریق ایمیل، وب، و یا هر دو مورد استفاده قرار گیرند. در اینجا نکاتی برای کمک به شما به منظور شروع بکار ارائه شده است:

- کار را با درکی روشن از آنچه که می خواهید به منظور تکمیل کار به انجام برسانید و اینکه به چه کسی می خواهید دسترسی پیدا کنید انجام دهید. آیا حوزه انتخابی شما بصورت آن لاین است؟ در غیر اینصورت آیا شما در حال سعی به توسعه اساس پشتیبانی خود هستید؟
- مطمئن شوید که از منابع مربوطه به منظور حفظ حضور خود بصورت آن لاین برخوردار بوده و تعیین نمایید که چه مسی مسئولیت پاسخگویی به ایمیل مربوطه را بر عهده دارد. زمانی که وب سایتی را ایجاد می کنید و یا برنامه و یا فهرست بحثی را از طریق ایمیل آغاز می نمائید چه کسی آن را مدیریت می کند؟
- نشانی های ایمیل را از اعضا، پشتیبانان و داوطلبان خود، رسانه ها، طرف های تماسان در دفاتر قانونگذاری، موسسان خود و همچنین هرکس دیگری مه بصورت منظم با آن در تماس هستید در اختیار داشته باشید. فضایی را برای نشانی های ایمیل در فرم های عضویت خود، فرم های اشتراک برنامه، و کارت های پاسخ به جمع آوری کمک های مالی منظور نمائید.
- در صورتی که سازمان شما برنامه ای منتشر می کند، به اعضای خود گزینه دریافت آن بصورت الکترونیکی را ارائه داده و آنها را به این کار تشویق نمائید تا سازمان شما از این طریق بتواند در هزینه های خود صرفه جویی کند.
- در صورتی سازمان شما از وب سایتی برخوردار است که در آن بازدید کنندگان می تواند برای داوطلب شدن، اشتراک برنامه و یا هشدار عملی و یا اعطای وجوه عضو شوند مطمئن شوید که نشانی ایمیل و همینطور اطلاعات تماس آنها پرسیده شود.
- در صورتی که سازمان شما از جدولی در کنفرانس، اجتماع و یا دیگر مناسبت ها برخوردار است، فضایی را برای نشانی ایمیل در برگه عضویت خود منظور نمائید.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

5

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

- در صورتی که شما نشریات را در اختیار رسانه ها قرار می دهید کار را با ارسال مطالب برای آنها از طریق ایمیل بجای نمابر آغاز کنید (در عین حال مطمئن شوید که خروجی های رسانه ها را به فهرست توزیع خود اضافه کنید.)
- از ایمیل برای ارتباط با مشاورین پرسنلی در دفاتر قانونگذاری استفاده کنید.
- فهرست هشدار عملی ایمیلی را ایجاد کرده و ترویج دهید.

---

2- پروژه PEW INTERNET را در نشانی <http://www.pewinternet.org/reports/index.asp> برای گزارشات در مورد مردمشناسی کاربران اینترنتی مشاهده نمایید

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

6

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## آیا هشدار عملي شما براي گردش در فضاي رایانه اي و اینترنتی آماده است؟

### يك فهرست بررسی NETACTION

- آیا خوانندگان خواهند دانست که چه کسی هشدار عملي را ارسال خواهد کرد؟  
بصورت مشخص و روشن سازمان خود را بعنوان منبع هشدار عملي مشخص نمائید.
- آیا خوانندگان خواهند فهمید که چگونه با سازمان شما تماس بگیرند؟  
اطلاعات کامل تماس شامل نشانی ایمیل، آدرس پستی، نشانی وب سایت، شماره تلفن و شماره نمابر را ضمیمه نمائید. در صورت امکان نام، سمت و شمار تلفن فردي که باید در زمینه پرسش ها با وي تماس گرفته شود را نیز ضمیمه نمائید.
- آیا خوانندگان خواهند دانست که هشدار عملي به موقع است و یا خیر؟  
همواره تاریخي که هشدار عملي توزیع می شود و تاریخي که عمل مربوطه مورد درخواست قرار گرفته را منظور نمائید (و در ضمن اعلام سال مربوطه را نیز فراموش نکنید!!)
- آیا خوانندگان مجبور به خواندن هشدار عملي خواهند شد؟  
با استفاده از عناوین انگیزشی و یا مجبور کننده حس اضطراري بودن مطلب را منتقل کنید، بگونه اي که خوانندگان هشدار مربوطه را باز کرده و اقدام مربوطه را انجام دهند. هیچگاه خط مربوط به موضوع نامه را خالی نگذارید.
- آیا خوانندگان دلیل اهمیت عمل مربوطه را درك خواهند کرد؟  
اطلاعات پیش زمینه را بصورت روشن و دقیق بیان کنید، نشانی هاي مربوط به وب سایت هاي داراي اطلاعات بیشتر و همینطور نکات کلیدی برای برقراري تماس را منظور کنید. از استفاده از نکات و واژگان پیچیده خودداری کرده و تا حد امکان ساده نویسی کنید و پاراگراف ها و عناوین بخش ها را بصورت خلاصه نوشته و از خطوط افقي استفاده کنید. تصور نکنید که خواننده با موضوع مد نظر شما آشنایی دارد.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

7

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

○ آیا خوانندگان خواهند فهمید که چه عملی باید انجام دهند؟

در مورد آنچه که می خواهید انجام شود بصورت واضح و مشخص صحبت کنید. نشانی پستی، شماره نمابر و یا تلفن را در صورتی که از خوانندگان می خواهید تا نامه بنویسند، نمابر ارسال کنند و یا تلفن بزنند ضمیمه کنید. اشاره گری به اطلاعات آن لاین برای کمک به خوانندگان به منظور تعیین موقعیت مکانی نمایندگان انتخابی ایشان اضافه کنید.

○ آیا از واقعیات و حقایق مطمئن هستید؟

هشدار عملی الکترونیکی می توانند در ظرف چند دقیقه در سراسر جهان منتشر شوند. بدلیل آنکه شما نمی دانید که دقیقا چه کسی هشدار شما را می بیند، امکان تصحیح خطاهای مربوط به حقایق ساده نخواهد بود. از صحت حقایق از طریق بررسی امر با سازمان و یا فردی مطمئن پیش از فشار دادن کلید "ارسال" مطمئن شوید.

○ آیا شما اساس پشتیبانی خود را ایجاد می کنید؟

همواره اطلاعاتی در مورد اینکه خوانندگان چگونه می توانند به سازمان شما ملحق شوند، برای کمک داوطلب شوند، و یا فهرست هشدار عملی مشترک شده و یا از فهرست مشترکین آن خارج شوند ارائه نمایید.

○ برای دریافت نکات بیشتر در این زمینه "فعال مجازی" را در نشانی <http://www.netaction.org/training> مشاهده نمایید.



چه امري اين موضوع را بصورت هشدار عملي کارامدي در مي آورد؟

آدرس ايميل  
شخص مورد

|         |                          |
|---------|--------------------------|
| از طرف: | actionalert@anygroup.org |
| به:     |                          |
| رونوشت: |                          |

رونوشت بدون امکان مشاهده ديگر دريافت کنندگان:

آدرس های ايميل  
مخفی

absmith@elomen.com; ellen@designshop.com; hmurray@change.org;  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; kpatrick@sirius.com;  
lily@kilwatz.com;  
tige2345@aol.com; kalani@apogee.net; bsmith@elomen.com;  
torth@earthlink.net;  
ellen@designshop.com; hmurray@change.org; frankee@petshop.com;  
dandrews@sirius.com; kpatrick@sirius.com; lily@kilwatz.com;  
tige2345@aol.com;  
kalani@apogee.net; bsmith@elomen.com; torth@earthlink.net;  
ellen@designshop.com;  
hmurray@change.org; frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com;  
kpatrick@sirius.com; lily@kilwatz.com; tige2345@aol.com;  
kalani@apogee.net;  
bsmith@elomen.com; torth@earthlink.net; ellen@designshop.com;  
hmurray@change.org;  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; kpatrick@sirius.com;  
lily@kilwatz.com;  
tige2345@aol.com; kalani@apogee.net

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

9

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

خط موضوع نشان  
دهنده هشدار است

موضوع: هشدار عملی: با ناظر خود به منظور حفاظت از منافع

تاریخ انقضا

\*\*\*\*\* پس از چهارشنبه مورخه 6 مارس 2002  
مطالب این هشدار عملی فاقد ارزش خواهد بود. \*\*\*\*\*

هشدار عملی: با ناظر خود به منظور محافظت از منافع IHSS در برابر کاهش صلاحیت های انتخاباتی تماس بگیرید.

هیات ناظرین سان فرانسیسکو در نظر دارد تا در مورخه 5 شنبه 7 مارس 2002 به منظور پیشنهاد در مورد کاهش حداکثر میزان درآمد مجازی که فرد و یا زوجی را از شرایط برخورداري رایگان از خدمات حمایتی فروش منزل برخوردار می نماید رای گیری کند. کاهش در حداکثر میزان درآمد مجاز می تواند به این معنی باشد که شما باید به منظور دریافت این قبیل خدمات خود نیز وجهی را بپردازید. حتی در صورتی که یک دلار بیش از حداکثر میزان مربوطه درآمد داشته باشید ممکن است ملزم به پرداخت چند صد دلار در ماه برای خدماتی شوید که هم اکنون آن ها را بصورت رایگان دریافت می کنید!

امروز با ناظر خود تماس گرفته و وی را ملزم به دادن رای منفی به تغییرات مربوط به شرایط برخورداري از خدمات مزبور نمائید.

این پیام را برای دوستان و همسایگان خود که ایمیلشان را دارید ارسال کنید. نسخه هایی از آن چاپ کرده و آنها را در اختیار بقیه افرادی که ایمیل آن ها را ندارید قرار دهید.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

10

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

شماره های تلفن هیات ناظرین:

شماره تلفن ناظر شماره تلفن ناظر تام امیانو، رئیس، 5144-  
554 سوفي ماکسول 55-7670

اضافه نمودن شماره های  
تماس ناظرین

کریس دیلی 554-7970 جیک مک گولدریک 554-7410  
مت گوانزالز 554-7630 گیون نیوسوم 554-5942  
تونی هال 554-6516 آرون پسکین 554-7450  
مارک لنو 554-7734 جراردو ساندوال 554-6975  
لیلاند ئی 554-7752

**توجه:** در صورتی که نمی دانید در ناحیه کدامیک از ناظرین  
قرار دارید با شماره تلفن معاونت انتخابات (554-4375) تماس  
بگیرید. در صورتی که به آنها نشانی خیابان خود را بگوئید  
آنها می توانند به بگویند که کدامیک از ناظرین نمایندگی  
ناحیه شما را بر عهده دارند.

نکات مورد  
صحبت منظور  
شده است.

چه چیزی به ناظر خود در هنگام برقراری تماس بگوئید:

• هرگونه کاهش در حداکثر میزان درآمد مجاز برای IHSS موجب  
سختی برای سالخوردگان و افراد ناتوان سان فرانسیسکو خواهد  
شد.

• فردی که تنها 1 دلار در ماه بالاتر از حداکثر میزان مجاز جاری  
در می آورد باید بیش از 200 دلار در ماه برای خدماتی که قبلاً  
برای وی رایگان بوده است پرداخت کند.

• کاهش حداکثر میزان مجاز درآمد افراد را ناگزیر از هزینه  
کردن صدها دلار در ماه برای IHSS خواهد نمود که این به معنی  
آن است که آنها پول کمتری صرف غذا، اجاره، و دیگر ملزومات  
زندگی خواهند کرد.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

11

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

• دیگر برنامه هایی وجود دارد که شهر می تواند کاهش را در زمینه آنها اعمال کرده و موجب ایجاد سختی برای سالخوردگان و افراد ناتوان نمی شود. ناظرین باید برنامه های دلخواه همچون اشتراک برای سوبسیدها برای مناسبت های ورزشی حرفه ای را بجای IHSS را کاهش دهند.

پیشینه  
خلاصه

پیشینه

مقررات IHSS راهی برای افراد مجرد و یا زوج های متاهل به منظور برخورداری از کمک های مربوط به مراقبت های فردی و یا امور نگهداری منزل در صورتی که درآمد آنها بیش از میزان مجزا SSI بوده ولی در عین حال هنوز هم درآمدهای کم محسوب می شود فراهم می کند. این قبیل خدمات امکان تامین ایمنی برای آنها در منزل خودشان را فراهم می کند.

اشاره گر  
به اطلاعات  
در روی وب

اطلاعات تفصیلی در مورد شرایط برخورداری و اطلاعات تماس برای برنامه در وب سایت ذیل قابل دسترسی می باشد:

[http://www.seniorsurvivalschool.org/survival\\_sheets/share.htm](http://www.seniorsurvivalschool.org/survival_sheets/share.htm)

#### اطلاعات تماس:

Any Group

370 Main Street, 3rd Floor

San Francisco, CA 94108

تلفن: 415-555-0000

ایمیل: info@anygroup.org

وب سایت: <http://www.anygroup.org>

اطلاعات تماس  
شامل ایمیل  
و وب سایت

متن به  
بخشهایی  
مجزا  
تقسیم

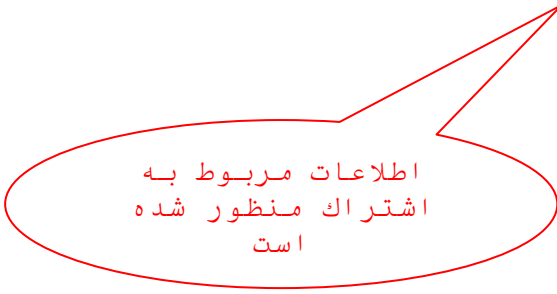
601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

12

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: <http://www.netaction.org>

اطلاعات مربوط به اشتراك:

براي اشتراك: ايميلي به [actionalert@anygroup.org](mailto:actionalert@anygroup.org) به همراه واژه "اشترك" در خط موضوع ايميل ارسال كنيد. پنجره مربوط به متن پيام را خالي بگذاريد.



اطلاعات مربوط به  
اشترك منظور شده  
است

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

13

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

نشانی بهتر به شرح  
ذیل خواهد بود:  
[actionalert@planningforel](mailto:actionalert@planningforel)

چه مشکلی در مورد این هشدار عملی وجود دارد؟

از طرف: [joe@anygroup.org](mailto:joe@anygroup.org)

به:

absmith@elomen.com; ellen@designshop.com; [hmurray@change.org](mailto:hmurray@change.org);  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; [kpatrick@sirius.com](mailto:kpatrick@sirius.com);  
lily@kilwatz.com; tige2345@aol.com; [kalani@apogee.net](mailto:kalani@apogee.net);  
bsmith@elomen.com;  
torth@earthlink.net; ellen@designshop.com; [hmurray@change.org](mailto:hmurray@change.org);  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; [kpatrick@sirius.com](mailto:kpatrick@sirius.com);  
lily@kilwatz.com; tige2345@aol.com; [kalani@apogee.net](mailto:kalani@apogee.net);  
bsmith@elomen.com;  
torth@earthlink.net; ellen@designshop.com; [hmurray@change.org](mailto:hmurray@change.org);  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; [kpatrick@sirius.com](mailto:kpatrick@sirius.com);  
lily@kilwatz.com; tige2345@aol.com; [kalani@apogee.net](mailto:kalani@apogee.net);  
bsmith@elomen.com;  
torth@earthlink.net; ellen@designshop.com; [hmurray@change.org](mailto:hmurray@change.org);  
frankee@petshop.com; dandrews@sirius.com; [kpatrick@sirius.com](mailto:kpatrick@sirius.com);  
lily@kilwatz.com; tige2345@aol.com; [kalani@apogee.net](mailto:kalani@apogee.net)

نشانی ها باید در  
قسمت تحت عنوان "  
رونوشت بدون امکان  
مشاهده دیگر دریافت  
کنندگان:" ذکر شوند.

اعلام نکرده که اقدام در  
این زمینه لازم است.

به:

رونوشت بدون امکان مشاهده دیگر دریافت کنندگان:

موضوع: خدمات پاراترانزیت در معرض تهدید است!

تاریخ انقضایی برای  
هشدار اعلام نشده است.

صحبت های قرارداد مابین MUNI و INTELLITRAN به شکست  
انجامید. مسئولین MUNI موضع سختی در مذاکرات اتخاذ نموده و  
به INTELLITRAN اعلام نمودند که آنها قرارداد جاری را پس از  
موعد مربوطه در صورتی که توافق جدیدی حاصل نشود تمدید  
نخواهند کرد. قرارداد فعلی در ساعت 11:59 شب جمعه منقضی  
خواهد گردید. این به دان معنی است که هیچگونه خدمات  
پاراترانزیتی پس از ساعت 12 شب شنبه در صورتی که توافقی در  
مورد قرارداد جدید صورت نگیرد ارائه نمی گردد! همین امروز  
با دفتر شهردار تماس بگیرید و شهردار براون را ملزم به

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

14

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

دستور به MUNI براي ادامه ارائه خدمات بر اساس قرارداد جاري تا زمان به نتيجه رسيدن مذاكرات بنمائيد.

پيشينه موضوع

قانون خدمات پاراترانزيتي ناتوانان امريكايي (ADA) برنامه اي با بودجه عمومي شهر و ناحيه سان فرانسيسكو به منظور ارائه خدمات حمل و نقل جانشين براي افراد ناتوان واجد شرايط به منظور استفاده از خدمات حمل و نقل و جابجايي ثابت MUNI مي باشد كه خدماتي تخصصي است و توسط MUNI براي افراد ناتوان كه بر اساس ADA واجد شرايط هستند ارائه مي گردد. MUNI با INTELLITRAN به منظور مديريت و اداره خدمات مزبور بعنوان كارگزار پاراترانزيت داراي قرارداد است. حمل و نقل بر اساس برنامه ياد شده از سوي 7 شركت تاكسي راني، يعني: Luxor, Desoto, Yellow Cab, Town Taxi, National, Serra Cab, Daly City Cab, and Pacific Cab

انجام مي شود. خدمات گروهی و نیز برای نمایندگی های اجتماعی و خدمات بهداشتی موجود می باشند. ون های مجهز به بالابر و تاکسی های مجهز به درب شیب دار نیز موجود می باشند.

این برنامه خدماتی اساسی برای افراد واجد شرایط دارای ناتوانی ارائه می دهد. ایاب و ذهاب نزد پزشکان، فیزیوتراپیست ها، نمایندگان خدمات اجتماعی و فروشگاه های خوار و بار در صورتی که خدمات مزبور تا زمان به نتیجه رسیدن مذاکرات قطع شود دچار اختلال خواهد گردید.

این یکی را بالای  
پیشینه قرار دهید.

چه کاری می توانید برای کمک در این زمینه انجام دهید  
1- تماس با دفتر شهردار براون، همین امروز شهردار از حق دستور به MUNI به تمديد قرارداد جاري در هنگام ادامه داشتن مذاکرات مربوطه برخوردار است. شهردار براون را ملزم به دخالت به منظور اطمینان از این امر که خدمات پاراترانزیت بدون وقفه ادامه خواهد یافت بنمائید.

ارائه متن نمونه در این  
قبیل موارد به کار کمک می

2) این مطلب را به اطلاع دیگر شهروندان مربوطه برسانید. در صورتی که دوستان و یا همسایگان شما ایمیل دارند این پیام را برای آنان ارسال کنید. در غیر اینصورت باز هم می توانید از طریق چاپ این هشدار و دادن آن به دوستان و همسایگان و یا

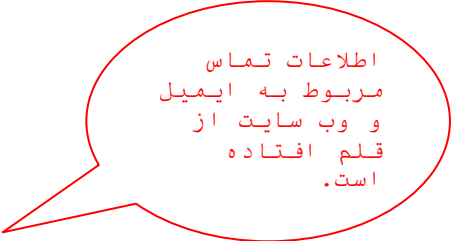
601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

15

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

برقراري تماس با " آنها اين هشدار را در اختيار آنها قرار  
دهيد.

\*\*\*\*\*



اطلاعات تماس  
مربوط به ايميل  
و وب سايت از  
قلم افتاده  
است.

Any Group

1370 Main Street, 3rd Floor

San Francisco, CA 94106

تلفن: 415-555-0000

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

16

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>



## آیا این امر توسعه است و یا آگهی های تبلیغاتی؟ نکات NETACTION برای فعالان مجازی

ایمیل می تواند در دستان يك سازمان دهنده و یا فعال مجرب ابزاری قدرتمند برای توسعه باشد. حتی کاربران فاقد تجربه اینترنتی نیز می توانند بصورتی کارآمد از ایمیل برای انتشار و سازماندهی در مقیاس جهانی استفاده کنند. تنها با فشردن يك کلید ساده شما به هزاران نفر از مردم تقریباً بدون تاخیر زمانی دسترسی خواهید داشت. اما آیا این کار توسعه است و یا آگهی های تبلیغاتی؟ با آن لاین شدن فعالان بیشتر شکایات بیشتری نیز در مورد ایمیل های ناخوانده و یا همان تبلیغاتی (اسپم) نیز مطمئناً ارائه می شوند. در اینجا نکاتی که باید به منظور جلوگیری از دریافت پاسخ های نامطلوب رعایت کنید ذکر می شود.

### نخست برخی نکات در مورد کارآمد کردن انتشار ایمیل خودتان:

#### ○ متن را کوتاه کرده و تمرکز آن را بر مطلب اصلی بگذارید.

ممکن است بخواهید تا تحلیل دقیقی از امر ارائه کنید اما در صورتی که هدف شما تحریک کردن مردم به اقدام است درست به سر اصل مطلب بروید.

#### ○ خط موضوع را بگونه ای بنویسید که متقاعد کننده و یا تحریک کننده باشد

بیا داشته باشید که خط موضوع نخستین چیزی است که دریافت کننده می بیند. هرچه آن را متقاعد کننده تر بنویسید احتمال اینکه پیام مزبور خوانده شود بیشتر خواهد بود.

#### ○ هویت خود را اعلام کنید.

بیاد داشته باشید که کلیه اطلاعات تماس خود شامل شماره تلفن، نشانی، نمابر، ایمیل و وب سایت را اعلام کنید. همه افراد در فضای اینترنتی و رایانه ای فاقد ظاهر هستند در نتیجه در صورت انجام این امر شما از اعتبار بالاتری برخوردار بوده و احتمالاً نتایج بهتری نیز در صورتی که هویت خود، سازمان خود و همینطور انگیزه و هدف خود را بیان کنید بدست خواهید آورد.

○ اطلاعات تماس برای تصمیم گیرندگان را ارائه نمایید.

شما در صورتی که شماره تلفن، نمابر، و نشانی پستی تصمیم گیرندگانی که از مردم می خواهید با آنها تماس بگیرید را ارائه کنید نتایج بهتری بدست خواهید آورد. اگر سازمان شما وب سایتی دارای سرور نمابر است، نشانی مربوط به سرور نمابر مزبور را نیز اضافه نمایید. اکثر نرم افزارهای ایمیل نشانی های اینترنتی را شناخته و خواننده را از امکان ورود مستقیم به این سایت بهره مند می کنند.

○ فهرستی از گروه های خبری و فهرست ایمیل هایی که مطالب را برای آنها ارسال می کنید تنظیم نمایید.

زمانی که بهترین محل برای ارسال هشدارهای خود را مشخص کردید نشانی های مربوطه را برای استفاده های بعدی در دسترس خود نگاهدارید. در صورتی که ایمیلتان به ما امکان تنظیم میل باکس های فردی را می دهد، یک میل باکس برای این قبیل آدرس ها تنظیم کنید بگونه ای که بتوانید آنها را در یک پیام ارسال کنید. (در صورت ارسال به چندین نشانی از قسمت تحت عنوان BCC استفاده کنید.)

○ متن در ایمیل های هشدار طولانی را با استفاده از سمبل های مبتنی بر کد بندی `ascii` جداسازی کنید.

در صورتی که هشدار شما بیش از دو یا سه پاراگراف است، از سمبل هایی همچون `=^+~*` به منظور جداسازی متن و از طریق ایجاد خطوط و یا مستطیل هایی بین آنها استفاده کنید.

○ پیامی آزمایشی پیش از ارسال هشدارهای مربوطه بفرستید.

همواره نسخه ای از هشدار را برای خود و یا یکی از همکاران قبل از توزیع ارسال کنید. فرمت را برای اطمینان از عدم وجود ناپیوستگی در خطوط و یا دیگر مشکلات بررسی کنید. کلیه نشانی های اینترنتی که در هشدار گنجانیده اید را برای اطمینان از کارکرد صحیح آنها بررسی کنید.

## حال برخی از موارد که باید از انجام آنها خودداری کنید در ذیل آورده می شود:

○ ایمیل به میزان زیاد برای افرادی که نمی خواهند آنها را دریافت کنند ارسال نکنید.

ما می دانیم که این موضوع وسوسه انگیز است! اما در صورتی که می خواهید در مورد موضوع با تعداد زیادی از مردم تماس بگیرید تنها پیام خود را به فهرست ایمیل های بحث و یا گروه های خبری که در مورد موارد مربوط به هشدار هستند ارسال کنید.

○ افراد را بدون اجازه آنها به فهرست ایمیل ها اضافه نکنید.

در صورتی که می خواهید فهرست توزیع ایمیل مربوط به خودتان را ایجاد کنید این کار را با ارسال پیام برای فهرست بحث های مربوطه شروع و فهرست جدید مربوطه را اعلام کرده و افراد را دعوت به عضویت کنید. تا حد امکان در مورد موضوع و چگونگی عملکرد فهرست شفاف عمل کنید. آیا فهرست بحث فاقد کنترل بوده و یا دارای کنترل خواهد بود؟ آیا روزانه چندین مطلب ارسال می شود و یا هر چند هفته یک مطلب ارسال خواهد شد؟

○ در هنگام ارسال ایمیل، نشانی های ایمیل را در قسمت های تحت عنوان to و یا cc قرار ندهید.

نشانی ایمیل خودتان را در قسمت to قرار داده و از قسمت تحت عنوان bcc برای دیگر نشانی ها استفاده کنید. از این طریق افرادی که پیام شما را دریافت می کنند نشانی ایمیل دیگر کسانی که پیام را دریافت می کنند نخواهند داشت و شما از این ریسک که یکی از دریافت کنندگان پیام نشانی ایمیل دیگر دریافت کنندگان را مشاهده کرده و یا آنها را بدون اجازه در فهرست مشترک نموده و یا ایمیل های در حجم انبوه که مورد نظر آنها نیست را برای ایشان ارسال کند جلوگیری می کنید.

○ هشدارهاي عملي در زمينه درخواست از مردم براي تماس با تصميم گيرندگان از طريق ايميل نفرستيد  
اکثر تصميم گيرندگان ايميل ها را نمي خوانند و حتي آن دسته از آنها که اين کار را مي کنند اهميت کم تري براي آن نسبت به نامه، نماير و يا تماس تلفني قائل هستند.

○ از حاشيه هاي زياد در پيام ايميل استفاده نکنيد  
حاشيه هاي زياد در پيام ايميل همواره بصورت خودکار برطرف نشده و در نتيجه موجب ايجاد فاصله در خطوط متن در هنگام دريافت در ميل باکس دريافت کننده مي گردد.

○ هشدار ها در مورد موارد نامربوط را به فهرست هاي بحث و يا گروه هاي خبري ارسال نکنيد.

در صورتي که موضوع هشدار عملي شما هواي پاك است اگر آن را براي فهرست بحثي در مورد آزادي بيان بفرستيد تنها موجب ناراحتي مردم مي شويد. موضوع فهرست بحث و يا گروه خبري بايد به موضوعي که در پيام خود به آن اشاره مي کنيد مربوط باشد.

○ خط موضوع پيام را خالي نگذاريد!  
در غير اينصورت مطمئنا دريافت کنندگان را عصباني خواهيد کرد!

## نکاتی برای رسانه های کارآمد آن لاین

ایمیل ابزاری عالی برای ارتباط با رسانه ها به حساب می آید . روشی مقرون به صرفه برای توزیع سریع نشریات و خبرنامه ها بوده و در عین حال برای ارائه نامه به ویراستار و یا مقالات مفید است. نشریات و خبرنامه های الکترونیکی نیز می توانند به وب سایت شما ارسال شوند. NETACTION پیشنهادات ذیل را برای ارتباط آن لاین ارائه می دهد.

### نکاتی برای رسانه های کارآمد آن لاین

○ توزیع نشریات ایمیلی بر اساس متن ساده ASCII مطالب خود را همچون دیگر ایمیل های خود و یا استفاده از برنامه نرم افزاری ایمیل همچون EUDORA و یا MICROSOFT OUTLOOK ارسال کنید. هیچگاه مطالب ارسالی به نشریات را ضمیمه ایمیل نفرستاده و مدارک دیگری نیز ضمیمه ایمیل مربوط به مطالب ارسالی نکنید. در صورتی که باید نسخه کاغذی نشریه ای را تهیه کنید متن ASCII مربوطه در فایل WORD پس از نوشته شدن مطلب مزبور در بروزر ایمیل کپی کنید.

○ متن را خلاصه و متمرکز بر موضوع حفظ کنید. مطالب ارسالی دیجیتالی برای نشریات باید از همان هرم فرمت همچون دیگر مطالب نشریات برخوردار باشند. کار را با اطلاعات مهم آغاز کنید و نگاتی همچون چه کسی، چه چیزی، کجا، چه زمان و به چه دلیل را مد نظر داشته باشید. از پاراگراف های کوتاه استفاده کرده و متن را خلاصه کنید.

○ خط موضوع را بگونه ای بنویسید که متقاعد کننده و یا تحریک کننده باشد  
بیاد داشته باشید که خط موضوع اولین چیزی است که گزارشگران و ویراستاران در هنگام دانلود کردن مطلب شما می بینند. هیچگاه مطالب نشریه ای (و یا دیگر پیام ها) را بدون پر کردن خط موضوع ارسال نکنید.

○ اطلاعات تماس الکترونیکی خود را ارائه کنید.  
بیاد داشته باشید تا نشانی ایمیل و وب سایت خود را علاوه بر شماره تلفن، نمابر و نشانی خودتان ارائه کنید. کلیه اطلاعات تماس خودتان را در بالای مطلب ارسالی قرار دهید.

○ در صورت اقتضا **HYPERLINK** استفاده کنید.

در صورتی که اطلاعات بیشتری در وب سایت شما - مانند گزارشات و یا اعلامیه مناسبت - موجود است **HYPERLINK** مربوطه را ارائه دهید طوری که گزارشگران بتوانند بصورت مستقیم و با یک کلیک به آن دسترسی داشته باشند. نشریات آن لاین اغلب این قبیل پیوندها را در مورد داستان های خود ارائه داده و از این روش بعنوان طریقه ای کارآمد برای هدایت بازدید کنندگان به وب سایت های خود استفاده می کنند.

○ پیامی آزمایشی پیش از ارسال مطالب برای نشریات بفرستید.

همواره نسخه ای از مطلب را برای خود و یا یکی از همکاران قبل از توزیع ارسال کنید.  
فرمت را برای اطمینان از عدم وجود ناپیوستگی در خطوط و یا دیگر مشکلات بررسی کنید. کلیه نشانی های اینترنتی که در مطلب گنجانیده اید را برای اطمینان از کارکرد صحیح آنها بررسی کرده و از تایپ صحیح آنها مطمئن شوید.

○ از افشای نشانی ایمیل دریافت کنندگان جلوگیری کنید  
هموار نشانی دریافت کنندگان را در قسمت ذیل عنوان **BCC** پیام ایمیل خود بنویسید و از انجام این کار در قسمت های دیگر تحت عنوان **TO** و یا **CC** خودداری کنید. (قسمت تحت عنوان "چگونه فهرست رسانه ای ایمیل **BCC** ایجاد کنیم" مربوط به **NETACTION** را مشاهده کنید.)

○ اطلاعات تماس رسانه ای سازمان خود را در صفحه خانه وب سایت خود ارائه کنید.

مطمئن شوید که اطلاعات تماس را بروز سازی کرده و اطلاعات مربوط به امکان اضافه شدن گزارشگران به فهرست پستی خودتان را ارائه کنید.

○ استعلام های رسانه ای از طریق ایمیل را مانند استعلام های تلفنی تلقی کنید.  
همواره بلافاصله به استعلام های ایمینی رسانه ها مانند تماس های تلفنی و سریع پاسخ دهید.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

22

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

گزارشگرانی که برای نشریات آن لاین کر می کنند بیشتر تمایل دارند تا بجای تلفن از طریق ایمیل با شما در ارتباط باشند. در صورتی که مسئول پاسخ به استعلام های رسانه ای هستید ایمیل خود را چندین بار در طی روز چک کنید.

○ آرشیو آن لاین برای ارتباطات رسانه ای خود ایجاد کنید. محدوده ای در وب سایت خود ایجاد کنید که در آن گزارشگران بتوانند مطالب ارسالی قبلی به نشریات را مطالعه کنند. (در صورتی که خودتان خبرنگار الکترونیکی منتشر می کنید، آرشیو آنلاین نشریات قبلی را نیز نگهداری کنید.)

○ مطالب را تنها برای فهرست ها، گروه های خبری و نشریات مربوطه ارسال کنید.

در صورتی که می خواهید مطلبی را هریک از فهرست های بحث، گروه های خبری و یا نشریات آن لاین ارسال کنید مطمئن شوید که موضوع مطلب ارسالی شما متناسب با فهرست و یا وب سایت مربوطه است. در صورتی که مطلب ارسالی شما گزارش جدیدی در مورد آلودگی هوا است نباید آنها را برای گروه مربوط به افراد علاقه مند به مسابقات اتومبیلرانی سرعت بفرستید.

نشانی های ایمیل را از طرف های تماس رسانه ای خود جمع آوری کنید در صورتی که از طریق نمابر و یا پست نشریات خود را ارائه می دهید از طرف های تماس خود بخواهید تا در صورت امکان نسخه ایمیلی به آنها ارائه دهید. روسای رسانه های بازرگانی (مانند BACON'S METRO CALIFORNIA MEDIA) معمولاً اطلاعات تماس ایمیل را ارائه می دهند. روزنامه ها اکثراً پرسنل مجزایی برای نسخه های آن لاین خود دارند در نتیجه شما باید طرف های تماس مزبور را نیز در فهرست خود بگنجانید. در عین حال بخش ها و سرویس های خبری رسانه ای خاصی نیز برای نشریات آن لاین وجود دارد که ممکن است اضافه کردن آنها به فهرست رسانه ای شما خالی از فایده نباشد.

○ اندازه پنجره پیام خود را محدود کنید. در بسیاری از بروزهای ایمیل، متنی که طولانی تر از عرض پنجره پیام باید به خط بعدی منتقل می شود. (زمانی که متن به حالت WRAP تنظیم می شود دیگر نیازی به زدن کلید RETURN در انتهای هر خط نخواهید داشت). در صورتی که اندازه پنجره پیام شما برای بیش از 75 تنظیم شده باشد WRAP بصورت خودکار ممکن است منجر به ایجاد فاصله در خطوط متن شود.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

23

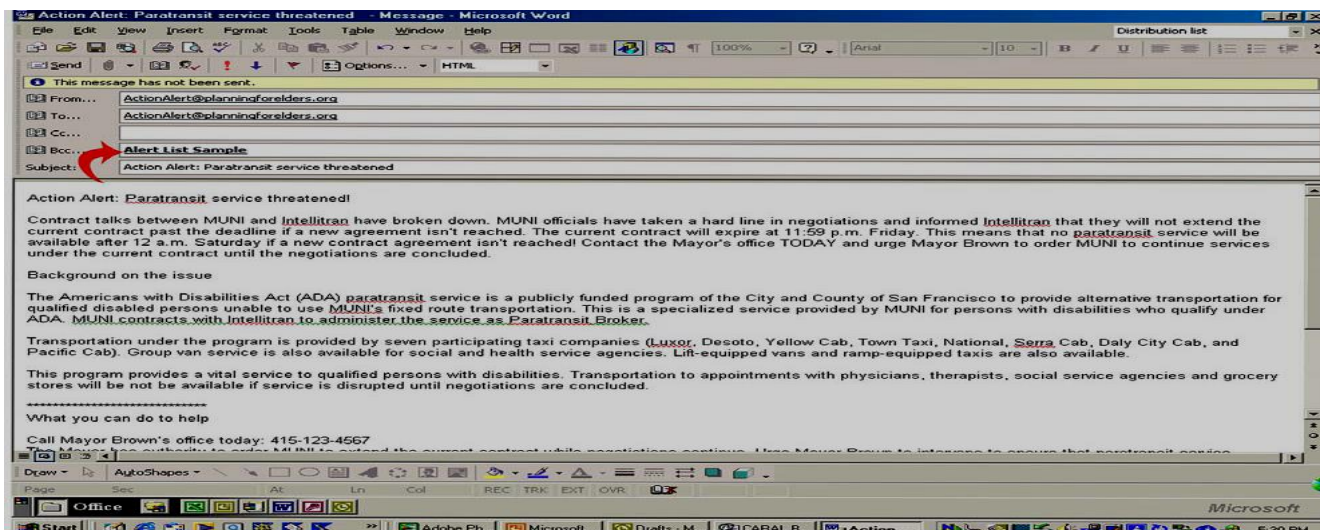
تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## چگونگی ایجاد يك فهرست ایمیل BCC

ساده ترین راه برای ایجاد يك فهرست ایمیل BCC برای علمگرایی اینترنتی استفاده از نرم افزار معمول ایمیل خودتان می باشد. معمولترین محصولاتی که ممکن است از آنها استفاده کنید Qualcomm's Eudora, Microsoft Outlook, or Netscape Mail می باشند. برای ایجاد فهرست عملگرایی ایمیل مربوط به خودتان باید با دو خشمه نرم افزار ایمیل مربوطه آشنا باشید: دفترچه نشانی و حوزه bcc

استفاده از دفترچه نشانی خودتان اکثر برنامه های نرم افزاری ایمیل از مشخصه ای برخوردارند که به شما امکان تنظیم دفترچه نشانی را می دهد که در آن می توانید نشانی های ایمیل دوستان، بستگان، و همکاران کسب و کار خود را ذخیره کنید. اکثر دفترچه های نشانی ایمیل به شما امکان ذخیره سازی صدها و یا حتی هزاران نام را داده و آن را بصورتی ابزاری مفید برای ایجاد فهرست های ساده ایمیل در می آورد که می توانید از آن برای ارسال هشدار های عملی، مطالب و یا خبرنامه ها استفاده کنید.

برای مثال در صورتی که سازمان شما به ارسال مطالب اقدام می کند می توانید دفترچه نشانی تحت عنوان "رسانه ها" به منظور ذخیره سازی نشانی های ایمیل گزارشگران و ویراستاران ایجاد کنید که در نتیجه دیگر نباید پیام را به تکت تک این افراد ارسال کنید. در مثال ذیل ما فهرست توزیعی تحت عنوان "نمونه فهرست هشدار" در نرم افزار outlook ایجاد کرده ایم.



601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

24

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>



---

3- اکثر ویروس ها و کرم های اینترنتی به هدف استفاده از OUTLOOK و OUTLOOK EXPRESS تهیه می شوند. NETACTION ، نرم افزار Eudora (http://www.eudora.com) را بعنوان بهترین جانشین مربوطه توصیه می کند.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

25

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

## استفاده از قسمت تحت عنوان BCC

زمانی که نشانی های ایمیل در دفترچه نشانی وارد شدند فهرست شما برای استفاده آماده خواهد بود. اما شما می خواهید که فهرست مزبور بدون اعلام نشانی هیچک از دریافت کنندگان برای ارسال پیام مورد استفاده قرار گیرد. در نتیجه در صورتی که از قبل با قسمت BCC آشنا نشده اید در اینجا توضیحی در مورد آن ارائه می گردد.

زمانی که پنجره "پیام جدید" را در نرم افزار ایمیل خود باز می کنید، فرم پیام معمولاً شامل سرصفحه ای است که شبیه به حالت ذیل خواهد بود:

To:

From:

Subject:

Cc:

Bcc:

X-Attachments

---

(توجه: در برخی از نرم افزارهای ایمیل، bcc در تنظیمات پیش فرض نمایش سرصفحه ارائه نشده است. در صورتی که bcc را ندیدید، در قسمت های تحت عنوان منوی ترجیحات و یا گزینه ها بدنبال آن گشته و یا فایل کمک و یا راهنمای کاربر را که به همراه نرم افزار ارائه می شود را بررسی نموده و یا با قسمت خدمات پشتیبانی شرکت نرم افزاری مربوطه از طریق تلفن و یا ایمیل تماس حاصل نمایید.)

با استفاده از "مثال فهرست هشدار" در مثال قبلی در اینجا روشی که ما می توانید با استفاده از آن نسبت به ارسال پیام بدون فاش نمودن نشانی های ایمیل دریافت کنندگان اقدام کنید مشخص شده است: "مثال فهرست هشدار" را در قسمت تحت عنوان BCC در سرصفحه پیام بنویسید و نشانی ایمیل خودتان را در قسمت تحت عنوان TO ارائه دهید. پس از ارسال، به نظر خواهد رسید که پیام توسط شما و برای خودتان ارسال شده و چیزی شبیه به مورد ذیل خواهد بود:

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

26

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

به: janedoe@anygroup.org

از طرف: janedoe@anygroup.org

موضوع: خدمات پارائرنزیت در معرض تهدید است!

Cc:

Bcc:

X-Attachments

---

همواره در صورتی که ایمیل را برای فهرستی که در دفترچه نشانی خود ایجاد کرده اید می فرستید از قسمت تحت عنوان BCC استفاده کنید.

با استفاده از مثال فوق در صورتی که "نمونه فهرست هشدار" را در قسمت های to و یا CC تایپ می کردید، کلیه نشانی های دریافت کنندگان در زمان باز شدن پیام نمایش داده می شد که این موضوع دو مشکل به همراه دارد. اول اینکه برخی از مردم ترجیح می دهند تا نشانی ایمیلشان افشا نشود. ضمناً در صورتی که فهرست نشانی طولانی باشد، سرصفحه نیز طولانی خواهد شد که این امر موجب آزاد برخی از مردم می شود چرا که آنها مجبور می شوند قبل از اینکه پیام ببینند کل آدرس ها را رد کنند. در صورتی که فهرست شما حاوی چند صد نشانی باشد فقط تصور کنید که چقدر انجام اینکار آزار دهنده و سخت خواهد بود! در اینجا مثالی از یک پیام ایمیلی از فردی است که در زمینه استفاده از قسمت تحت عنوان bcc بی توجهی کرده است:

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

27

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

From: "Jane Doe" janedoe@anygroup.org  
To: James King <JKing@msn.com>, Alan Williams <awilliams@sirius.com>,  
Dave Garrison <DG@aol.com>, "Jennifer Reilly" <Reilly@Reilly.com>,  
"George Kelly" <Gkelly@pacbell.net>, "Thomas Jones" <tj54@aol.com>,  
Gina Rogers <GinaR@uswest.com>, Dan Stevens <dans@yahoo.com>,  
Vincent Davis <vince@att.net>, Ron Butler <ronbutler@dnai.com>,  
"Marc Smith" <marc\_smith@earthlink.net>, Tony Altura  
<tonya@food.org>,  
"Jeffrey Carr" <carr867@aol.com>, "Michael Milton"  
<mmilton@ucla.edu>,  
Peter Boyd<pboyd@mindspring.com>, "Susan Smith" ss@home.com

---

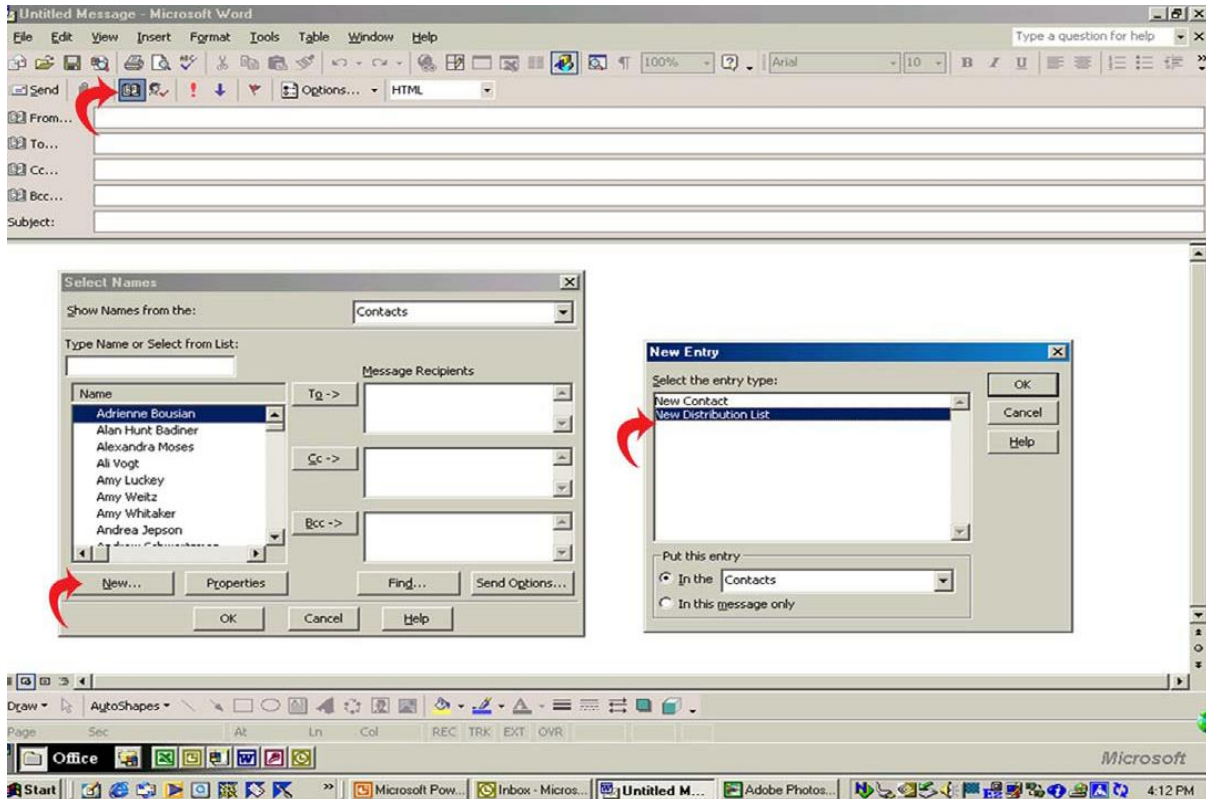
601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

28

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

در مثال ذیل ما مراحل مربوط به تنظیم فهرست توزیع در نرم افزار ایمیل outlook را شرح داده و سپس يك پیام bcc ایمیل ایجاد می کنیم.

**گام اول:** با کلیک کردن دفتربه نشانی را باز کنید. در پنجره تحت عنوان select names بر روی new کلیک کنید. در پنجره تحت عنوان new entry بر روی new distribution list کلیک کنید.

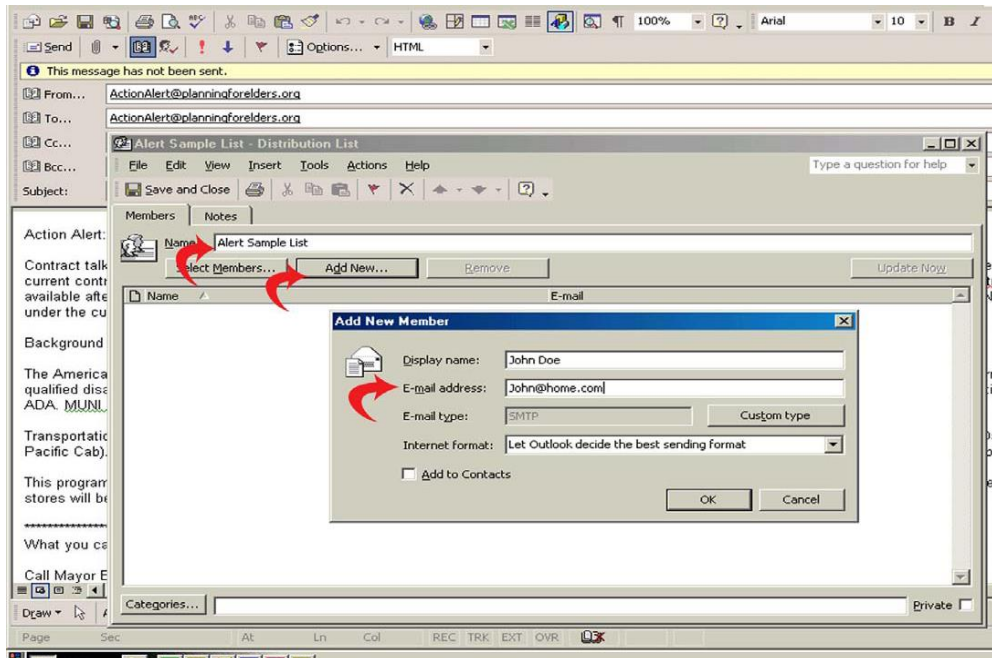


601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

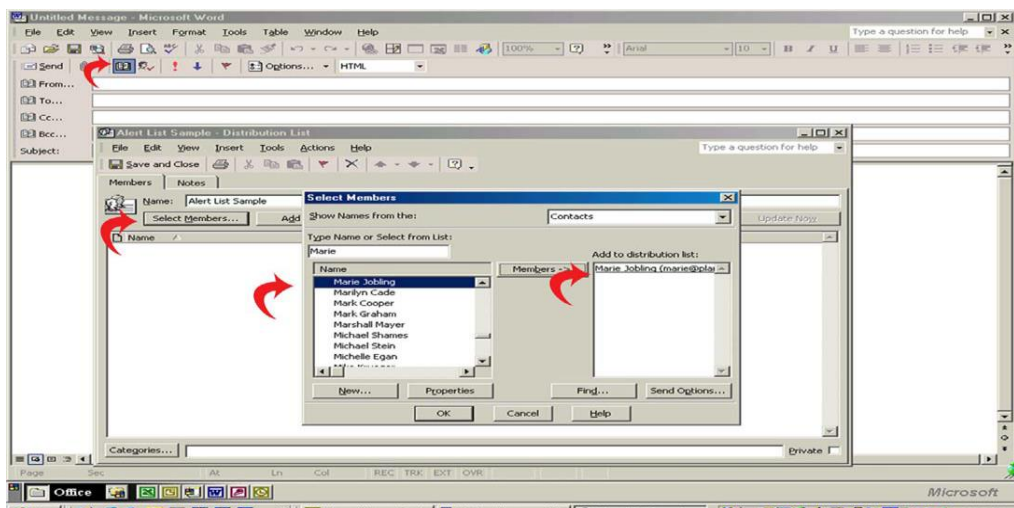
29

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

**گام دو:** در پنجره فهرست توزیع نامی برای فهرست تایپ کنید. در این فهرست تحت عنوان **add new member** نام و نشانی ایمیل جدید را برای اضافه کردن تماس هایی که قبلا در فهرست تماس شما موجود نبوده اند تایپ کنید.



**گام سه:** برای اضافه کردن نام هایی که قبلا در فهرست تماس شما موجود بوده اند بر روی **select members** کلیک کنید، نامی که می خواهید اضافه کنید را هایلایت کرده و بر روی **members** کلیک کنید.

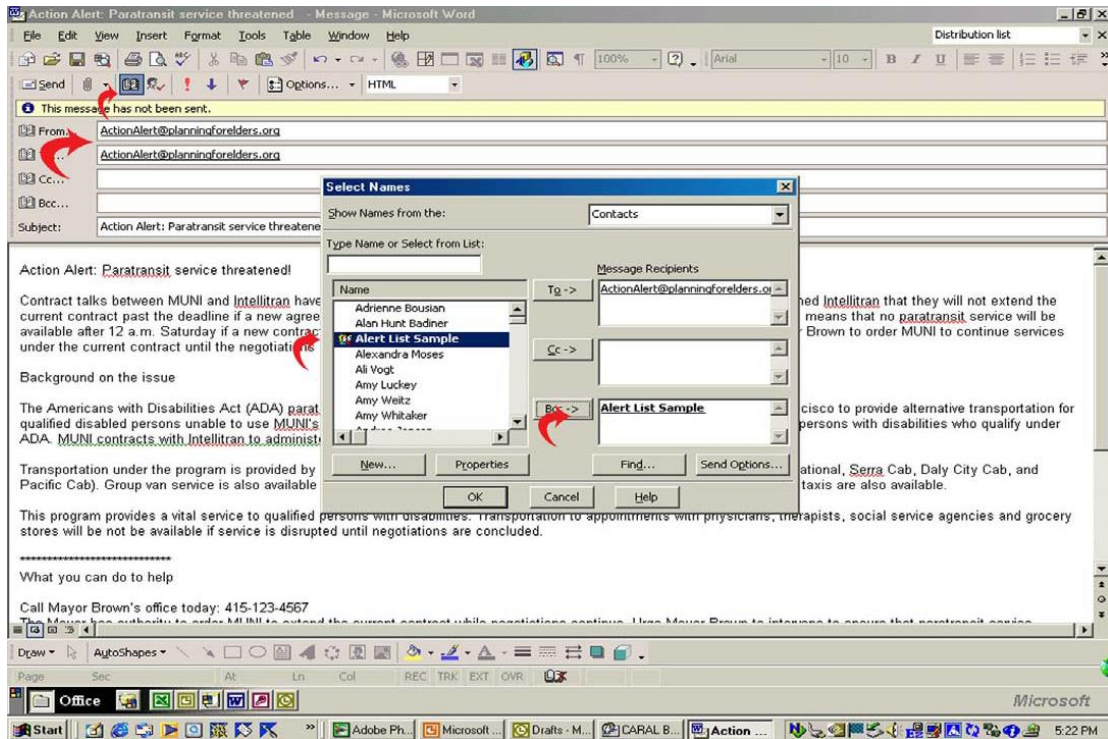


601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

30

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

گام چهارم: برای ارسال پیام به فهرست توزیع، بر روی address book کلیک کنید، فهرست توزیع را از پنجره select names انتخاب کنید و کلید bcc را کلیک کنید. از نشانی خودتان در قسمت to مربوط به پیام استفاده کنید.



601 Van Ness Ave.  
 #631 San Francisco  
 , CA 94102

31

تلفن: (415) 775-8674  
 نمابر: (415) 673-3813  
 Email: info@netaction.org  
 Web: http://www.netaction.org

## فهرست بررسی امنیتی رایانه ای و اینترنتی NETACTION

از این فهرست بررسی اساس امنیتی رایانه به منظور ارزیابی و بهبود شیوه های امنیتی رایانه خود استفاده کنید.

### ○ آیا عادات کاری شما امنیت را ارتقا می دهد؟

کلمه های عبور و نام های کاربری خط نخست دفاعی شما در امنیت رایانه ای و اینترنتی هستند. از کلمه های عبوری استفاده کنید که حدس زدن آنها دشوار باشد و در ضمن مرتبا آنها را تغییر دهید. (اگر فکر می کنید ممکن است کلمه عبور خودتان را فراموش کنید آن را نوشته و در جایی که تنها خودتان می توانید به آن دسترسی داشته باشید نگهداری کنید.) همواره بخاطر داشته باشید که وقتی از رایانه خودتان استفاده نمی کنید LOGOFF نمائید. اساسی ترین و پایه ای ترین شیوه امنیتی قفل کردن و یا خاموش کردن رایانه در زمانی است که با آن کار نمی کنید. در غیر اینصورت دیگر استفاده از کلمه عبور به منظور محافظت از هارد دیسک شما چندان معنی دار نخواهد بود.

### ○ آیا در صورت از کار افتادن رایانه شما می توان داده های شما را بازیابی نمود؟

تهیه فایل های پشتیبان منظم یکی از اساسی ترین ملزومات امنیت رایانه به شمار می رود. از اسناد و دیگر داده ها باید بصورت روزانه فایل پشتیبان تهیه شود. داده های پشتیبان را می توان بر روی رسانه های منقول (مانند دیسک های فشرده)، بر روی هارد دیسک مجزا که بصورت EXTERNAL به رایانه شما متصل می شود، بر روی نوار گردان، و یا بر روی یک وب سایت ایمن نگهداری شوند. بهترین استراتژی در این زمینه تکرار این عمل است: چندین مجموعه از فایل های پشتیبان ایجاد کنید بگونه ای حداقل یکی از آنها خارج از محل نگهداری شود. ضمناً تهیه فایل پشتیبان کامل از کل هارد دیسک خودتان نیز ایده ای خوبی است بگونه ای که در صورتی که هارد دیسک شما از کار افتاد دیگر نیازی به نصب مجدد تک تک برنامه های نرم افزاری مربوطه نداشته باشید.

بسیاری از رایانه های جدید دارای درایو های دیسک فشرده هستند که امکان تهیه فایل پشتیبان داده ها را ساده و ارزان نموده اند. هارد درایوای EXTERNAL که می توانند از رایانه جدا شده و در محلی مجزا نگهداری شوند نیز گزینه ای مقرون به صرفه برای تهیه فایل های پشتیبان از کل یک هارد درایو می باشد.

### ○ آیا رایانه شما در برابر ویروس ها و کرم ها ایمن است؟

ویروس ها و کرم های جدید رایانه ای همواره در حال کشف شدن هستند. نصب و بروز سازی منظم نرم افزار ضد ویروس شما برای حفظ امنیت فایل های رایانه شما امری ضروری است.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

32

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>



### ○ آیا رایانه شما در برابر هکرها ایمن است؟

کلیه رایانه های متصل به اینترنت فاقد دیواره آتش در خطر قرار دارند اما در صورتی که از dsl و یا باند گسترده (broadband) استفاده کرده و یا به شبکه دفتری وصل هستید این خطر بیشتر است. بدلیل اینکه این قبیل اتصالات معمولا همواره برقرار هستند، هکرها می توانند به رایانه شما وارد شده و اطلاعات محرمانه را دزدیده، وب سایت سازمان شما را تغییر داده و یا از رایانه شما بعنوان بخشی از حمله گسترده عدم قبول به ارائه خدمات (ddos) به دیگر سرورها استفاده کنند. نرم افزار firewall از بسیاری از برنامه نویسانی که نرم افزارهای ضد ویروس را ارائه می دهند- منجمله Symantec و mcafee- قابل تهیه است.

### ○ آیا فهرست های پستی شما در برابر افرادی که ایمیل های انبوه تبلیغاتی ارسال می کنند (spammer ها) ایمن هستند؟

فهرست های ایمیل متناوبا هدف spam قرار می گیرند در نتیجه امنیت فهرست ایمیل از اولویت بسیار بالایی برخوردار است. در صورتی که نرم افزار فهرست بازرگانی - همچون majordomo- را اجرا می کنید فهرست های ایمیل خود را بگونه ای پیکربندی کنید که تنها دارنده فهرست از دسترسی به نشانی های مشترکین برخوردار باشد. در صورتی که از نرم افزار مشتری ایمیل خود مانند EIDORA و یا OUTLOOK استفاده می کنید، از افشای نشانی های مشترکین از طریق قرار دادن تمامی نشانی های مربوطه در قسمت BCC جلوگیری کنید. در صورتی که از فراهم کننده خدمات کاربردی همانند TOPICA و یا YAHOO GROUPS استفاده می کنید مطمئن شوید که فهرست ها به منظور جلوگیری از افشای نشانی های مربوطه پیکربندی شده اند. در ضمن بصورت مرتب از فهرست مشترکین خود فایل پشتیبان تهیه نمایید. این قبیل نشانی ها یکی از مهمترین دارایی های سازمان شما به حساب می آیند!

### ○ آیا فایل های محرمانه شما در برابر جاسوس ها ایمن است؟

تقریبا همه بر روی رایانه های خود داده هایی دارند که حساس و یا محرمانه به شمار می روند. از کلمه عبور و کدگذاری به منظور حفاظت از داده های شخصی خود استفاده کنید. آن قسمت از مشخصه های سیستم های عامل که اجازه اشتراک داده ها را می دهد غیر فعال کنید، مگر آنها ئیکه صد درصد لازم باشند، و در صورت اجازه به اشتراک فایل ها از کلمه عبور به منظور اطمینان از اینکه تنها کاربران مجاز به آن دسترسی دارند استفاده کنید. در صورتی که نسبت به ارسال و یا دریافت اطلاعات محرمانه اقدام می کنید پیام ایمیل خود را رمزگذاری کنید.

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

33

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: info@netaction.org  
Web: http://www.netaction.org

○ آیا هر از چند گاه قسمت تحت عنوان "UNDER THE HOOD" را بررسی می کنید؟

علیرغم اینکه این موضع امری صد درصد امنیتی به شمار نمی رود اما نگهداری مطلوب دیسک نیز حائز اهمیت است. بسیاری از فروشندگان نرم افزار برنامه های ابزاری سودمندی (مانند NORTON SYSTE, WRKS) را به فروش می رسانند که می تواند به شما هشدار داده و مشکلات کوچک را رفع کرده و در برخی از موارد حتی داده های از دست رفته را بازیابی کند. الزامات نگهداری متفاوت می باشند در نتیجه راهنمای کاربر را مطالعه کرده و هر از چندگاه دیسک خود را به منظور اطمینان از عملکرد بهینه آن چک کنید.

○ آیا برای بدترین حالت ممکنه آمادگی دارید؟

هارد درایوها از کار می افتند، اتفاقات رخ می دهند، بلایای طبیعی بدون هشدار قبلی اتفاق می افتند. در صورتی که به رایانه بستگی داشته باشید برنامه ریزی در مورد بلایا و اتفاقات امری ضروری به شمار می رود. این کار را با نگهداری فایل پشتیبان بروز سازی شده از هارد درایو خود در محلی به غیر از محل رایانه شروع کنید که البته نباید در به همین حد بسنده کنید. موجودی سخت افزاری، نرم افزاری و خدمات دهنده های خود را مد نظر داشته باشید. از خود بپرسید که در صورتی که دفترتان در زلزله و یا آشت سوزی از میان برود چه کارهایی باید انجام دهید. کلیه موارد را نوشته و نسخه از آن را به همراه فایل پشتیبان خود در خارج از محل دفتر نگهداری کنید. هر از چند گاه برنامه خود را برای اطمینان از به روز بودن مورد بازبینی قرار دهید.

## منابع آن لاین برای عملگرایی ایمیلی

### راهنمای استفاده از فن آوری برای سازماندهی

راهنمای آموزش فعال مجازی NETACTION  
<http://www.netaction.org/training/>  
راهنمای عملی گام به گام برای استفاده از اینترنت بعنوان  
ابزاری عملگرا.

اشتراک سازماندهندگان  
<http://www.organizenow.net/>  
منابع فن آوری برای سازمان های اصلی

One/Northwest's Activist Tool Kit

<http://www.onenw.org/>  
اطلاعات جامع و راهنمای عملی در مورد عملگرایی اینترنتی

THE ENONPROFIT: راهنمایی برای ASP ها، سرویس های اینترنتی  
و نرم افزار آن لاین  
<http://www.compasspoint.org/enonprofit>

Tech Soup

<http://www.techsoup.org/>

منابع عمومی مربوط به سازمان های غیر انتفاعی با استفاده از  
فن آوری

بهترین شیوه های BENTON FOUNDATION  
<http://www.benton.org/Practice/>  
فهرستی از منابع برای کمک به سازمان های غیر انتفاعی برای  
استفاده موثر از فن آوری

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

35

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

طراحی موثر هشدارهای عملی برای اینترنت

<http://dlis.gseis.ucla.edu/people/pagre/alerts.html>

PIHL AGRE استاد دانشگاه UCLA توصیه هایی در مورد چگونگی طراحی هشدار عملی آن لاین موثر ارائه می دهد.

بر علیه تقاضاهای نامه های زنجیره های در اینترنت

<http://dlis.gseis.ucla.edu/people/pagre/petitions.html>

پروفسور AGRE در مورد مشکلات مربوط به تقاضاهای ایمیل های زنجیره ای صحبت می کند.

## منابع آنلاین سیاسی و قانونی

Project Vote Smart

<http://www.vote-smart.org/>

اطلاعاتی جامع در مورد کاندیداها و مسئولین منتخب فدرال، ایالتی و محلی

California Voter Foundation

<http://www.calvoter.org>

اطلاعات آن لاین دوحزبی و راهنماهای رای دهندگان

## **Thomas**

<http://thomas.loc.gov/>

وب سایت کنگره ایالات متحده به همراه پیوندهایی به دفاتر قانونگذاری و نمایندگان

## فهرست های راهنما

گروه های گوگل موقعیت مکانی گروه های خبری را مشخص می کند.  
<http://groups.google.com/>

فهرست های ایمیل در دسترس عموم

<http://paml.net/>

فهرست راهنمای BAY AREA و تقویم مناسبت ها

<http://www.emf.net/~cheetham/index.html>

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

36

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

فهرست ایمیل اعلان CRAIGLIST5 برای مناسبت های BAY AREA، شغل  
ها، و...

<http://www.craigslist.org/>

جستجوی خبرنامه برای اخبار بر روی اینترنت  
[http://www.newstrawler.com/nt/nt\\_home.html](http://www.newstrawler.com/nt/nt_home.html)

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

37

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## منابع دفاعی رسانه های آن لاین

### راهنمای دفاعی و جعبه ابزار رایانه ای رسانه ای

مدیریت رسانه، راهنمایی برای فعالان

<http://tenant.net/Organize/media.html>

"بلند کردن صداهایمان"، جعبه ابزار رایانه ای برای فعالان

<http://www.media-alliance.org/voices/index.html>

راهنمای "چگونه با نشریات کار کنیم" مربوط به CONSUMERNET

[http://www.consumernet.org/library/pr\\_writing.shtml](http://www.consumernet.org/library/pr_writing.shtml)

راهنمای "عمومیت غیر انتفاعی" مربوط به CONSUMERNET

<http://www.consumernet.org/library/publicity.shtml>

یادداشت 20 NETACTION در مورد عملگرایی رسانه ای

<http://www.netaction.org/notes/notes20.html>

یادداشت 47 NETACTION در مورد عملگرایی رسانه ای

<http://www.netaction.org/notes/notes47.html>

## رسانه ها و سرویس های خبری آن لاین

انستیتوی ارتباطات جهانی

<http://www.igc.org>

پیوندهایی به صدها سازمان در حال پیشرفت

پیوندهای اتحادیه های رسانه ای به سازمان های رسانه ای

<http://www.media-alliance.org/medialinks.html>

هزاران پیوند عمومی رسانه ای

<http://ajr.newslink.org>

خط ارتباط اخبار عمومی ASCRIBE

<http://www.ascribe.org/>

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

38

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

هشدار و اخبار از راه دور WORKING ASSETS  
<http://www.workingforchange.com/activism/index.cfm>

پیوندهایی برای فعالان در حال پیشرفت و رسانه ای  
<http://www.nlightning.com/bookmarks.html>

مجله SALON

<http://www.salon.com>

AlterNet

<http://www.alternet.org/>

Common Dreams Newswire

<http://www.commondreams.org/community.htm>

شبکه ONE WORLD

<http://www.oneworld.net/us/>

NewsBytes سرویس خبری

<http://www.newsbytes.com>

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

39

تلفن: (415) 775-8674  
نمبر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>

## منابع آن لاین برای امنیت رایانه ای و اینترنتی

مرکز هماهنگی CERT از اطلاعات جامعی در مورد کلیه جنبه های امنیت شبکه برخوردار استک

<http://www.cert.org>

STAY SAFE ONLINE اطلاعات امنیتی با تکیه بیشتر بر مصرف کننده را ارائه می کند:

<http://www.staysafeonline.info/index.adp>

COUNTERPANE INTERNET SECURITY اطلاعاتی با مبنای فنی بیشتر ارائه می دهد:

<http://www.counterpane.com/>

یادداشت 76 NETACTION در مورد امنیت اینترنتی و رایانه ای

<http://www.netaction.org/notes/notes76.html>

اطلاعات پیشینه در مورد دیواره های آتش از نشانی ذیل قابل دسترسی می باشد:

<http://www.interhack.net/pubs/fwfaq/>

اطلاعات بیشتر در مورد حملات DDOS از نشانی ذیل قابل دسترسی است:

[http://www.cert.org/archive/pdf/DoS\\_trends.pdf](http://www.cert.org/archive/pdf/DoS_trends.pdf)

SYMANTEC و MCAFFEE از هشدارهای مربوط به ویروس در وب سایت های خود برخوردارند:

<http://securityresponse.symantec.com/avcenter/>

<http://www.mcafee.com/anti-virus/>

برای اطلاعات بیشتر در مورد چگونگی پیکربندی فهرست های ایمیل به نشانی ذیل مراجعه نمایید:

<http://www.netaction.org/training/part2b.html>

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

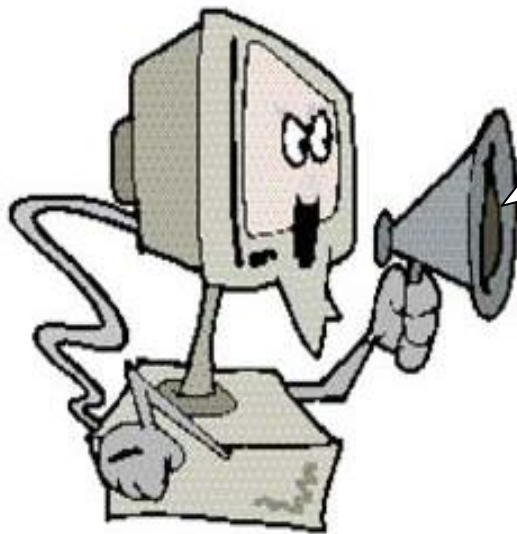
40

تلفن: (415) 775-8674  
نمابر: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>



براي اطلاعات بيشتر در مورد استفاده از نرم افزار رمزگذاري  
به نشاني ذيل مراجعه نماييد:

<http://www.netaction.org/encrypt/>



براي گزارشات ماهيانه در  
زمينه عملگرايي اينترنتي  
در نشاني ذيل مشترك  
يادداشتهاي NETACTION  
شويد:

<http://www.netaction.org/notes>

601 Van Ness Ave.  
#631 San Francisco  
, CA 94102

41

تلفن: (415) 775-8674  
نماير: (415) 673-3813  
Email: [info@netaction.org](mailto:info@netaction.org)  
Web: <http://www.netaction.org>