



الإصدار الثاني - مُحدث ومراجع

التوعية العامة وتثقيف المُجتمَع

للحد من مخاطر الكوارث:

الرسائل العملية الرئيسية بشأن الأسر والمدارس

### جميع الحقوق محفوظة لدى الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر لعام 2018

صدرت كافة الخرائط الواردة في هذا المستند من جهة الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر. لا تشمل الحدود والأسماء الموضحة وكذلك المسميات المستخدمة على هذه الخريطة تعبيراً عن أي رأي أياً كان للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بشأن الوضع القانوني لأي بلد أو إقليم أو مدينة أو منطقة أو أي من سلطاتها أو ما يتعلق بتعيين حدودها.

اتخذ الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ومنظمة أنقذوا الأطفال كافة التدابير الاحترازية المعقولة للتحقق من صحة المعلومات الواردة في هذا المنشور. ومع ذلك، تُوزع المواد المنشورة دون أي ضمان من أي نوع، سواء كان صريحاً أو ضمنياً. ويتحمل القارئ مسؤولية تفسير المواد واستخدامها. لن يتحمل الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ولا منظمة أنقذوا الأطفال بأي حال من الأحوال مسؤولية الأضرار الناجمة عن استخدام هذه المواد.

كما لا يمثل هذا المنشور بالضرورة القرارات أو السياسة المذكورة للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر أو لمنظمة أنقذوا الأطفال.

يملك الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر حقوق التأليف والنشر لكافة الصور المستخدمة في هذه الدراسة، ما لم يُذكر خلاف ذلك. منظمة أنقذوا الأطفال الدولية

الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر  
والهلال الأحمر

ص.ب. 303

CH-1211 جينيف 19

سويسرا

رقم الهاتف: +41 22 730 22

42 22 البريد الإلكتروني:

secretariat@ifrc.org

موقع الويب: www.ifrc.org

فنسنت هاوس، 30 شارع أورنج ستريت

لندن، WC2H 7HH

المملكة المتحدة

رقم الهاتف: +44 (0) 203 272 0300

البريد الإلكتروني: info@savethechildren.org

موقع الويب: www.savethechildren.org

---

التوعية العامة وتنقيف المُجتمَع

للحد من مخاطر الكوارث:

الرسائل العملية الرئيسية بشأن الأسر والمدارس



# مقدمة

وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: تقدم الرسائل العملية الرئيسية بشأن الأسر والمدارس المواصلة لهذا التقليد أداة مُحدثة تدعم المجتمعات لبناء قاعدتها المعرفية واتخاذ التدابير والإجراءات الخاصة بها لتبقى آمنة في مواجهة الكوارث.

يقدم هذا المنشور المُحدث نصائح عملية وتوجيهات حول طبيعة الرسائل والمعلومات لمشاركتها مع الجمهور، كي تستخدمها كافة المؤسسات المسؤولة عن تحسين سلامة المجتمعات المعرضة للمخاطر وللحد من آثار الصدمات والمخاطر والكوارث. ويمكن للحكومات وكذلك المنظمات غير الحكومية ومنظمة الأمم المتحدة وغيرها اتباع نهج التوجيهات من أجل التكيف الوطني والمساعدة في إعداد الأسر المعيشية. تُعد الرسائل النشطة والمتسقة والواضحة رسائل ضرورية لنشر ثقافة السلامة والتفاهم المشترك.

إذ تشمل الرسائل المُراجعة التي تغطي مخاطر إضافية ومزيدًا من التفاصيل حول المشكلات الرئيسية التي يجب النظر فيها من أجل الاستعداد بصورة فعالية لمواجهة الكوارث مثل تغير المناخ والجسائية والإدماج. وهناك المزيد من التوجيهات بشأن حماية الأطفال والسلامة في المدارس والمشاركة المجتمعية. نرى هذا المنشور بمثابة مساهمة كبيرة في عملنا الجماعي الهادف إلى الحد من مخاطر الكوارث، وبالتالي إنقاذ الأرواح.

تؤدي الصدمات والكوارث والأخطار مثل الزلازل والفيضانات والأمراض الوبائية والانهيارات الأرضية كل عام إلى حدوث آلاف الوفيات التي يمكن تفاديها. قد تكون مشاركة المعلومات الواردة من مصادر موثوقة في الوقت المناسب وبشكل مفهوم أكثر الوسائل فاعلية لحفظ الأرواح عند التعرض لمثل هذه الكوارث. وبالفعل، تُعتبر المعرفة هي التمكين عندما يتعلق الأمر بالاستعداد للمخاطر والصدمات والحد من أثارها والاستجابة لها. اتخاذ قرار بشأن خطة تأهب الأسرة والتحديد المسبق لمسارات إخلاء المبنى والأحياء؛ وكذلك معرفة كيفية إيقاف تشغيل صندوق الكهرباء في حال التعرض لفيضان؛ وتذكر تفقد أحوال كبار السن عند تعرضهم لموجة حارة؛ فيمكن لهذه الأنواع من التدابير توجيه الأفراد والأسر إلى اتخاذ الإجراءات والبقاء بأمان لمواجهة الكوارث.

سيحتاج الأفراد الذين يعيشون في مناطق متغيرة المناخ والتي يزداد فيها خطر التعرض للظروف الجوية القاسية والكوارث، إلى مزيدًا من التوعية بالمخاطر التي يواجهونها والاستعدادات التي يمكنهم اتخاذها. يمتلك الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ومنظمة أنقذوا الأطفال تاريخًا حافلًا بأعمال مساعدة المجتمعات في بناء قدرتها على تحمل الصدمات. واستنادًا إلى النجاح الذي حققه الإصدار الأول من التوعية العامة وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: الرسائل الرئيسية المنشورة عام 2013، هذا الإصدار الثاني للتوعية العامة



الحاج أس سي  
الأمين العام، للاتحاد الدولي  
لجمعيات الصليب الأحمر  
والهلال الأحمر

هيلى ثورنينغ -شميدت  
كبيرة المسؤولين التنفيذيين بمنظمة  
أنقذوا الأطفال



## جدول المحتويات

5	الاختصارات
6	مسرد المصطلحات
12	مقدمة
	الجزء الأول -مقدمة وإطارات العمل الأساسية
	تما هي الرسائل الرئيسية، ولم يجب أن تقوم على أساس
13	نطاق الرسائل وهيكلها
14	السياق المرتبط بالإجراءات
14	تبنى الرسائل الرئيسية واعتمادها على المستوى الوطني
16	كيفية استخدام الرسائل الرئيسية في التوعية العامة وتثقيف المجتمع؟
18	المواءمة والمساهمات في الأطارات الاستراتيجية
	الجزء الثاني
	-الرسائل الرئيسية للحد من مخاطر الكوارث
22	الجزء ب.1 الرسائل الرئيسية للحد من كافة المخاطر الأسرية والكوارث المنزلية
33	قوائم تدقيق خطة سلامة الأسر
36	نموذج خطة سلامة الأسرة
40	الجزء ب.2 الرسائل الرئيسية الخاصة بالمخاطر
42	الجفاف
48	الحر الشديد / موجات الحر
53	البرد الشديد والعواصف الشتوية/موجات البرد
58	الأمراض الوبائية المتفشية
66	الزلازل
74	الانهيارات الأرضية والتدفقات الحطامية

80	التسونامي وعرام العواصف	
85	الانفجارات البركانية	
92	الأعاصير المدارية	
97	الفيضانات	
104	العواصف الثلجية	
108	المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية	
117	حرائق الغابات	
123	الجزء ب.3 حماية الأطفال في الكوارث وحالات الطوارئ	تسلسل اتخاذ القرارات حسب إجراءات التشغيل الموحدة في حالات الطوارئ
124	حماية الأطفال في الكوارث وحالات الطوارئ	133
142	الجزء الثالث - إجراءات التشغيل الموحدة للكوارث وحالات الطوارئ في المدارس	إجراءات التشغيل الموحدة
149		قواعد السلامة الخاصة بالمخاطر
157		قوائم تدقيق الاستعداد للمدارس
167	الملحق 1 توجيهات سريعة: عملية التثقيف المرفقات	الملحق الثاني توجيهات سريعة: كيفية استخدام الرسائل ضمن مناهج المشاركة المجتمعية

## الاختصارات

- اللجنة الدولية للتغيرات المناخية (IPCC)  
متلازمة الإشعاع الحادة (ARS)  
الناموسيات المعالجة بمبيد حشري طويل المدى (LLIN)  
يوديد البوتاسيوم (KI)  
فيروس كورونا الشرق الأوسط (MERS)  
إدارة الكوارث في المجتمعات المحلية/  
الحد من مخاطر الكوارث على الصعيد المجتمعي (CBDM/CBDRR)  
الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA)  
المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية (CBRN)  
منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)  
متلازمة الالتهاب التنفسي الحاد (SARS)  
قاعدة بيانات مركز أبحاث علم أوبئة الكوارث في حالات الطوارئ  
(CRED EM-DAT)  
العوامل الحربية الكيميائية (CWAs)  
التحالف العالمي للحد من مخاطر الكوارث  
والقدرة على مواجهتها في قطاع التعليم (GADRRRES)  
إجراءات التشغيل الموحدة (SOP)  
أهداف التنمية المستدامة (SDG)  
المركز العالمي للتأهب للكوارث التابع للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب  
الأحمر والهلال الأحمر (GDPC)  
المواد الكيميائية الصناعية السامة (TICS)  
المرفق العالمي للحد من مخاطر الكوارث (IFRC)  
مكتب الأمم المتحدة للحد من مخاطر الكوارث (UNISDR)  
منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو)/المسح الجيولوجي  
الأمريكي (USGS)  
تقييم القدرات ونقاط الضعف (VCA)  
إطار عمل هيوغو (HFA)  
الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (GFDRR)  
المنظمة الحكومية الدولية (IGO)  
المنظمة غير الحكومية الدولية (INGO)  
القمة العالمية للعمل الانساني (WHS)  
المبادرة العالمية للمدارس الآمنة (WISS)  
المنظمة العالمية للأرصاد الجوية (WMO)

## مسرد المصطلحات

الكارثة: اضطراب خطير في وظائف الجماعة أو المجتمع، يشمل التعرض لخسائر وأثار بشرية أو مادية أو بيئية أو اقتصادية فادحة تتجاوز قدرة الجماعة أو المجتمع المتضرر على التكيف مع هذا الاضطراب باستخدام موارده الخاصة.

الحد من مخاطر الكوارث: يُعتبر الغرض من مفهوم وممارسة الحد من مخاطر الكوارث من خلال الجهود المنهجية هو تحليل وإدارة العوامل المسببة للكوارث بما في ذلك من خلال الحد من التعرض للمخاطر وتقليل قابلية تأثر الأشخاص والممتلكات بها والحكمة في إدارة الأراضي والبيئة والتأهب الجيد لمواجهة الأحداث السلبية.

التخفيف من حدة: التقليل أو الحد من الآثار السلبية للمخاطر والكوارث ذات الصلة.

التأهب: هو المعرفة والقدرات التي طورتها الحكومات والمجتمعات والأفراد والمنظمات المعنية بالتوقع والاستجابة والاستعداد بشكل فعال من الآثار المحتملة أو وشيكة الحدوث أو القائمة للحوادث أو الأحوال الخطيرة.

الوقاية: التفادي التام من الآثار السلبية للمخاطر والكوارث ذات الصلة.

التوعية العامة مدى المعرفة الشائعة بمخاطر الكوارث والعوامل المؤدية للكوارث بالإضافة إلى الإجراءات التي يمكن اتخاذها، بصورة فردية وجماعية، للحد من مدى التعرض للمخاطر وقابلية التأثر بها.

القدرة على مواجهة مخاطر الكوارث: قدرة نظام أو جماعة أو مجتمع معرض للمخاطر على مواجهة آثار المخاطر واستيعابها والتكيف معها والتعافي منها في الوقت المناسب وبطريقة فعالة بما في ذلك من خلال الحفاظ على الهياكل الأساسية الضرورية ومهامها ووظائفها وتجديدها.

الخطر: احتمالية وقوع حدث والتعرض لآثاره السلبية.

قابلية التأثر: الخصائص والأوضاع والظروف التي تحددها العوامل أو العمليات المادية والاجتماعية والاقتصادية والبيئية للمجتمع أو النظام أو الموجودات مما يزيد من احتمالية التعرض للآثار الضارة الناجمة عن المخاطر.



## المخاطر

ظاهرة أو مادة أو نشاط بشري أو ظرف خطير من شأنه التسبب في إزهاق الأرواح البشرية أو الإصابة أو غيرها من الآثار الصحية الأخرى أو إلحاق الضرر بالمتلكات أو فقدان سبل العيش والخدمات أو إحداث اضطراب اجتماعي واقتصادي أو الإضرار بالبيئة.

يستند تصنيف المخاطر الوارد هنا إلى الفئات المُستخدمة عالميًا من جانب قواعد البيانات الرئيسية المرتبطة بالمخاطر.

## المخاطر المناخية

الجفاف: حدث طويل الأجل ناجم عن ندرة الأمطار. الجفاف عبارة عن مدة زمنية طويلة تتسم بوجود عجز في إمدادات المياه بالمنطقة نتيجة انخفاض متوسط هطول الأمطار باستمرار. قد يؤدي الجفاف إلى خسائر في مجال الزراعة والتأثير على الملاحة الداخلية ومحطات توليد الطاقة الكهرومائية كما ويتسبب بنقص مياه الشرب والطعام. (المصدر: مركز أبحاث علم أوبئة الكوارث ((CRED) EM-DAT))

الحر الشديد/ موجات الحر: فترة تتجاوز فيها درجات الحرارة اليومية القصوى لأكثر من خمسة أيام متتالية الحد الأقصى لدرجات الحرارة العادية بمقدار 9 درجات فهرنهايت، أي 5 درجات مئوية، وتُعرف الفترة العادية على أنها الفترة بين 1961-1990. بسبب الاحتباس الحراري، فمن المتوقع زيادة وتيرة ومدة وشدة موجات الحرارة في معظم أنحاء العالم. قد يكون هناك تأثيرات هائلة على صحة الإنسان والاقتصادات الإقليمية والنظم البيئية. (المصدر: المنظمة العالمية للأرصاد الجوية (WMO))

البرد الشديد/ موجات البرد: انخفاض ملحوظ في درجة حرارة الجو أو هبوب هواء شديد البرودة على منطقة واسعة وعادة ما يدوم من بضعة أيام إلى بضعة أسابيع. هو انخفاض متوسط درجات الحرارة انخفاضًا كبيرًا يتجاوز متوسطات درجات الحرارة بالمنطقة مع التأثير على المجموعات السكانية والمحاصيل والمتلكات والخدمات.

## المخاطر البيولوجية

الحالة الطارئة البيولوجية: قد تحدث الحالة الطارئة البيولوجية عند نشي مرض وبائي كبير مثل إنفلونزا الطيور ومتلازمة الالتهاب التنفسي الحاد (سارس) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS) وغيرها، أو العدوى النباتية أو الحيوانية أو الأوبئة والأمراض المعدية الأخرى التي تنقلها الحشرات أو الحيوانات.

قد يحدث التلوث بسبب التعرض الطبيعي للعامل أو الإطلاق العرضي للميكروبات على سبيل المثال، من منشأة بحثية أو من خلال الأفعال المتعمدة. (المصدر: الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC))

الأمراض الوبائية الرئيسية والمحملة: تشمل هذه الفئة الأمراض الفيروسية والبكتيرية والفطرية وأمراض البيرون والحمى الصفراء والكوليرا وحمى زيكا وفيروس إيبولا والملاريا وغيرهم من الأوبئة الأخرى بما في ذلك كافة الأمراض الحيوانية المصدر والأمراض الوبائية.

إما زيادة غير عادية في عدد حالات المصابين بالأمراض المعدية الموجودة بالفعل في المنطقة أو السكان المعنيين، أو ظهور مرض معدٍ لم يكن موجودًا من قبل في منطقة ما. (المصدر: (CRED EM-DAT))

المخاطر  
الجيوفيزيائية

الزلازل: مصطلح يُستخدم لوصف كل من الصدع الانزلاقي المفاجئ والاهتزاز الأرضي الناجم عن الطاقة الزلزالية المنبعثة الناجمة عن الانزلاق أو عن طريق النشاط البركاني أو الصهاري أو غيرها من التغيرات المفاجئة للإجهاد الأرضي. (المصدر: الماسح الجيولوجي الأمريكي (USGS))

تدفقات الانهيارات الأرضية/ الحطامية: حركة المواد السطحية على منحدر. (المصدر: الماسح الجيولوجي الأمريكي (USGS))

تسونامي: التسونامي هو موجة بحرية من أصل محلي أو بعيد، تنتج عن إزاحات واسعة النطاق في قاع البحر مرتبطة بالزلازل الأرضية الشديدة أو انزلاقات غواصة كبيرة أو انفجار الجزر البركانية. (المصدر: الماسح الجيولوجي الأمريكي (USGS))

الانفجار البركاني: هو تصريف (انفجارات جوية) من مقذوفات مجزئة وحجم وغازات من فوهات بركانية. (المصدر: الماسح الجيولوجي الأمريكي (USGS))

كافة الأنشطة البركانية مثل سقوط الصخور وسقوط الرماد وتدفقات الحمم البركانية والغازات وما إلى ذلك. يصف النشاط البركاني كل من نقل الصهارة و/أو الغازات على سطح الأرض المصحوبة بالهزات والانفجارات، وتفاعل الصهارة والمياه (مثل المياه الجوفية، والبحيرات البركانية) تحت سطح الأرض، مما قد يؤدي إلى انفجارات فريانية. اعتماداً على مكونات الصهارة التي قد تكون متفجرة وانبعاثية، مما يؤدي إلى وجود تغير في سقوط الصخور والرماد وتدفقات الحمم البركانية وانبعثات الغازات وما إلى ذلك. (المصدر: CRED EM- DAT)

المخاطر الجوية

الأعاصير المدارية: نظام دوران منخفض الضغط في الغلاف الجوي يدور عكس اتجاه عقارب الساعة في نصف الكرة الشمالي وفي اتجاه عقارب الساعة في نصف الكرة الجنوبي (ويشمل: الأعاصير والأعاصير خارج المناطق المدارية والأعاصير المدارية وأعاصير التيفون). (المصدر: المركز الوطني للأعاصير والإدارة الوطنية لدراسة المحيطات والغلاف الجوي (NOAA))

المخاطر  
الهيدرولوجية

الفيضانات: هي الفائض في الحدود الطبيعية لمجرى المائي أو المسطحات المائية الأخرى عن الحدود الطبيعية أو تراكم المياه في مناطق عادة لا تكون مغمورة بالمياه. وتشمل: الفيضانات النهرية (المصدر: اللجنة الدولية للتغيرات المناخية (IPCC))

عرام العواصف (رسائل مخصصة ضمن مخاطر التسونامي وعرام العواصف): زيادة مؤقتة للمياه في مكان معين عن مستوى سطح البحر بسبب الظروف الجوية القاسية (انخفاض الضغط الجوي و/ أو الرياح العاتية). تُعرف عرام العواصف على أنها زيادة عن المستوى المتوقع في تباين المد والجزر فقط في الوقت والمكان المعين. (المصدر: اللجنة الدولية للتغيرات المناخية (IPCC))

العواصف الثلجية: يُعد الثلج شكلاً من أشكال المطر الصلب حيث يتكون من كرات أو كتل غير منتظمة من الجليد بقطر يتراوح بين 5 مم حتى 15 سم. يتطلب تشكيل الثلج وجود حركة قوية وصاعدة من الهواء في درجات حرارة قارسة البرودة على ارتفاعات منخفضة. وتُعرف العواصف التي تؤدي إلى تكوين الثلج الذي يصل إلى الأرض باسم العواصف الثلجية. عادةً ما تستمر العواصف الثلجية لمدة تتراوح بين بضعة دقائق وحتى 15 دقيقة. ويتكون الثلج في المناطق المدارية بشكل أساسي على ارتفاعات عالية. وقد تكون مصحوبة بأحوال جوية قاسية أخرى مثل الأعاصير والزوابع.

المخاطر التكنولوجية  
والاصطناعية

المخاطر الاصطناعية: تلك المخاطر "الناجمة بصورة كاملة أو في الغالب عن الأنشطة والاختيارات البشرية (على سبيل المثال: المخاطر الاصطناعية أو المخاطر بفعل الإنسان). لا يشمل هذا المصطلح وقوع أو خطر النزاعات المسلحة وغيرها من حالات عدم الاستقرار أو التوتر الاجتماعي التي تخضع للقانون الإنساني الدولي والتشريعات الوطنية.

حالة الطوارئ النووية: تشمل حالات الطوارئ النووية (بما في ذلك المخاطر النووية) على التفاعلات التسلسلية النووية أو تنشأ عنها. تحدث مثل هذه التفاعلات التسلسلية في ظروف معينة كما في محطات الطاقة النووية والمفاعلات البحثية. كما لا تحدث التفاعلات التسلسلية النووية أيضاً بطريقة معينة في الأسلحة النووية المؤدية لانفجار هائل وتأثيرات حرارية مرتبطة بتفجيرات نووية. (المصدر: الاستراتيجية الدولية للأمم المتحدة للحد من الكوارث الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر)

حالة الطوارئ الإشعاعية: حالات الطوارئ الإشعاعية (بما في ذلك المخاطر الإشعاعية) قد تتضمن كافة مصادر الإشعاع الأخرى مثل ماكينات التصوير الإشعاعي والمادة المشعة المستخدمة في الصناعة والمصادر المفقودة وغيرها. عادة ما لا تكون الحوادث الإشعاعية ذات ضرر جماعي؛ حيث تحدث في أغلب الأحيان عندما يتعرض الناس للإشعاع بسبب وضع أجهزة نشطة إشعاعية في غير محلها أو إساءة استخدامها. كما وأنه من شأنها على نشر الخوف على نطاق واسع بين جماعات كبيرة من السكان. (المصدر: الاستراتيجية الدولية للأمم المتحدة للحد من الكوارث/ الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر)

حالات الطوارئ الكيميائية: حالات الطوارئ الكيميائية (بما في ذلك المخاطر الكيميائية) تُعرف بأنها أي حادث غير مخطط له يشمل مواد خطيرة تتسبب في إلحاق الضرر بالصحة أو البيئة أو الممتلكات، مثل فقد القدرة على احتواء المواد الخطيرة والحرائق. (المصدر: منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD))

المخاطر غير التكنولوجية  
والاصطناعية

حرائق الغابات: تشمل كافة أنواع حوادث الحرائق وحرائق الغابات. وهي عملية احتراق المواد القابلة للاشتعال منتجة حرارة ونيران (وفي أغلب الأحيان) أذخنة. (المصدر: الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC))

(المصدر: تم موثمة التعريفات التي لم يُذكر لها مصدر مع مصطلحات مكتب الأمم المتحدة للحد من مخاطر الكوارث.)

# الجزء أ

المقدمة وأطر العمل الرئيسية

الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر  
التوعية العامة وتثقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث

# مقدمة

التوعية العامة وتنقيف المُجتمَع للحد من مخاطر الكوارث: تقدم الرسائل العملية الرئيسية بشأن الأسر والمدارس رسائل لكافة أنواع المخاطر بما في ذلك 13 من المخاطر الرئيسية والتأهب للكوارث الأسرية. أُصدرت النسخة الأولى عام 2013 واستُخلصت من مصادر موثوقة ومنتشرة على نطاق واسع في جميع أنحاء العالم وقد تُطور من خلال إجماع بين الوكالات. وفي عام 2014، انضمت منظمة أنقذوا الأطفال لهذه الجهود وشاركت في دعم الأبحاث وتفعيل الخبراء العالميين.

تُحدث الرسائل الأساسية التي تمت مراجعتها في هذه النسخة الثانية لتغطية المخاطر الإضافية كما وتُفحّت لتوحيد رسائل تغير المناخ والرسائل المتعلقة بالحيوانات الأليفة والثروة الحيوانية والتوجيهات المتعلقة بحماية الطفل خلال الكوارث وحالات الطوارئ. أجرى خبراء هذا الموضوع في المنظمات الشريكة أبحاثاً على الصعيد العالمي وتحققوا من صحة الرسائل المحددة الخاصة بسبعة مخاطر إضافية.

تُعد هذه النسخة الجديدة بمثابة أداة منقحة ومحدّثة ومطورة تقوم على الإصدار الأول للممارسين حول العالم. يدعو الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ومنظمة أنقذوا الأطفال مجتمعات الصليب الأحمر والهلال الأحمر الوطنية ومنظمات إدارة الكوارث الوطنية والمنظمات غير الحكومية والمنظمات الدولية الحكومية لتكون جزءاً من مشروع الفاعلية العالمي وهدفها في ملاءمة وتبني الرسائل الأساسية على المستوى الوطني. وتحقيقاً لهذا الهدف، توفر هذه الوثيقة نموذجاً مدروس جيداً ونقطة بداية.

الخطوات التالية: سيستمر مشروع التحقق من الرسائل الأساسية في اتباع هذه النسخة الجديدة من الرسائل، والهدف هو تطوير مجموعة كاملة من الرسائل مع مجموعة متنوعة من الإصدارات السياقية وبلغات عديدة. يمكن للمجتمعات الوطنية وشركاؤها الاستمرار في تنفيذ واختبار تطوير الرسائل الخاصة بالمخاطر من خلال المشاركة القائمة على أساس توافق الآراء وورش عمل التوطين.

في حال رغبتك في القيادة أو المشاركة في عملية الملاءمة والتوطين في بلادك أو منطقتك، يرجى الاتصال على:

مارتن كروتماير: [Martin.krottmayer@ifrc.org](mailto:Martin.krottmayer@ifrc.org)

مارلا بيتال: [marla.petal@savethechildren.org.au](mailto:marla.petal@savethechildren.org.au)

للمزيد من المعلومات الأساسية، ودراسات الحالة ومادة الفيديو والرسائل الأساسية ذات الصلة، يرجى زيارة الموقع الخاص بالتوعية العامة وتنقيف المُجتمَع [www.ifrc.org](http://www.ifrc.org).

### ما هي الرسائل الأساسية، ولم ينبغي أن تقوم على أساس توافق الآراء ومتناسقة؟

إن رسائل التوعية العامة وتنقيف المجتمع عبارة عن معلومات مبنية على الدليل ومختصرة وقابلة للتطبيق للحد من المخاطر. تُعتبر هذه الرسائل المتناسقة متوفرة كأداة للمجتمعات الوطنية وشركائها للتوطين والتبني كضرورة لتوسيع نطاق عملهم في تعزيز السلامة الدائمة والمستدامة والإجراءات المتعلقة بالعامّة. في حال تطبيق هذه الرسائل القابلة للتطبيق عالمياً، يُمكن خفض مخاطر الكوارث بشكل جوهري على المستوى الفردي والأسري مما سيؤدي إلى إنقاذ المزيد من الأرواح.

ولكي تكون هذه الرسائل ذات مصداقية وتأثير قوي في المجتمعات، يجب أن تتم ملاءمتها مع المخاطر والثقافات والسياقات المحلية. يتطلب إقامة ثقافة شاملة بشأن السلامة والصمود توحيد الرسائل.

تركز هذه الوثيقة على تناسق الرسائل الأساسية ويعني ذلك العمل على ضمان إحالة النقاط الأساسية باستمرار حتى في الحالات التي يقوم فيها شتى أصحاب المصلحة بنشر الرسائل على قنوات مختلفة من الجمهور.

من خلال وضع هذه المصادر المرجعية المشتركة فمن المأمول أن يقوم الممارسون بجهود تطوعية لتحقيق التناسق بين رسائلهم. والهدف من ذلك هو تحقيق التفاهم المشترك والتماسك عند تطبيق المواضيع المشتركة في العالم أجمع.

### نطاق الرسائل وهيكلها

يقوم إطار العمل المستخدم لتطوير الرسائل الأساسية على بحث علمي تحليلي 1. يركز هذا البحث على ثلاثة مجالات أنشطة منطقية وثابتة للعمل تنجم عن مجموعة كبيرة من أنشطة التكيف مع المخاطر المنزلية. حيث تشمل الآتي:

- تقييم المخاطر والتخطيط للأنشطة للتعرف على المخاطر والحد منها والاستجابة لها
- اتخاذ إجراءات التخفيف من أثارها لجعل البيئات المبنية والطبيعية أكثر أماناً واستحداث أنظمة إنذار مبكرة
- تطوير سعة الاستجابة من خلال تعلم المهارات والاحتفاظ بالبيانات.

النظر إلى ما هو أبعد من التكيف مع المخاطر المنزلية لأخذ المدى الأوسع لأنشطة الحد من الكوارث المقترحة على الصعيدين الكلي والجزئي في الاعتبار، وتطبيق مجالات العمل ذاته. 2. تتطلب نتائج الحد من المخاطر إجراءات في كافة المجالات الثلاثة وكذلك كافة مستويات المجتمع.

تتمحور الرسائل بشكل يساعد الناس على التفكير بتلك المشاكل وحلها بأنفسهم. يرتبط إطار عمل الرسائل بالأنشطة التي تحدث في المجتمع الأوسع؛ بحيث يرتبط الإجراء المتخذ في المنزل بشكل منطقي مع الدعوة لاتخاذ إجراء خلال العمل والمدرسة والمجتمع والحكومة.

- 1 التأهب لكارثة كيرشبينوم أ: إعادة تقييم مفاهيمي وتجريبي في المجلة الدولية لحالات الطوارئ الجماعية والكوارث، مجلد 20، رقم 1، صفحة 28-5، 2002.
- 2 بوربي ج. ر. يكشف عن قوة التخطيط لخلق مجتمعات مقاومة للكوارث في مجلة جمعية التخطيط الأمريكية، 1999؛ 249-258. التخفيف من حدة الكوارث الحضرية والتأهب لها، بيتال م: زلزال كوجالي عام 1999. رسالة دكتوراه. لوس أنجلوس: جامعة كاليفورنيا عام 2004.

## السياق المرتبط بالإجراءات

غالباً ما يُصدم المحامون والممارسون بالاختلافات الرئيسية بين النصائح المقدمة للمناطق الحضرية مقابل المقدمة للمناطق الريفية، أو بين التوجيهات المقدمة للأفراد الذين يمكنهم أو لا يمكنهم الحصول على الموارد الاقتصادية والاجتماعية.

ولهذا السبب، من الضروري أخذ كل إجراء في الاعتبار والسؤال عما إذا كان من الضروري الملاءمة مع السياق المحلي. مثال على ذلك؛ قد لا تعكس بعض الرسائل الأساسية الواردة في هذا المنشور المعرفة الأهلية القيمة. قد يبدو البعض الآخر على تعارض مع القواعد الثقافية السائدة في منطقة معينة. وبينما يحدث ذلك؛ فينبغي التفكير ملياً واستخدام مهارات حل المشاكل لمعرفة كيفية ملاءمة التوجيهات مع السياق المحدد بدلاً من رفض الرسالة بشكل كامل.

### رسائل أساسية متلائمة: مثال

نصيحة وضع زوج من الأحذية قوية النعال بجانب فراش الفرد في المناطق الأكثر عرضة للزلازل، حيث تظهر الأدلة أن الإصابات الناجمة عن الزلازل التي تحدث ليلاً ويمكن تجنبها تكون في الأقدام والساقين بسبب السبر على الأشياء المكسورة والحطام. بعد حدوث الزلزال؛ تتطلب إزالة قطعة زجاج من القدم موارد طبية نادرة بعد وقوع الكارثة ومن الأنسب استخدامها لعلاج الإصابات الخطيرة من إقتاد الأرواح. باقتاد احتياطات بسيطة؛ يمكن تفادي بعض الإصابات مما يسمح للفرد بتقديم المساعدة للآخرين عوضاً عن أن إصابة هذا الفرد.

ومع ذلك؛ فإنه في بعض الثقافات لا يتم إدخال الأحذية إلى المنازل بل يتم تركها على الباب. في بعض الأماكن من المعبود الاعتقاد أن يضع الأفراد زوجاً إضافياً من الأحذية بجانب السرير أو حتى امتلاك أحذية أصلاً. بغض النظر عن الإلمام بعواقب عدم وجود أحذية بجانب السرير فمن الأفضل التعاون مع المستخدمين النهائيين للتوجيهات من أجل تحديد كيفية ملاءمة النصيحة لتكون مقبولة ثقافياً وتجنب الإصابات التي يمكن تفاديها.

لتسهيل هذه العملية؛ يشير العمود الأيسر في كل مجموعة من الرسائل إلى المفهوم الجوهري والذي يسعى لأن يصبح عالمياً قدر المستطاع. يوفر العمود الأيمن التفاصيل العملية التي قد تشمل على سياق مخصص ومعلومات مفصلة لازمة لتحقيق الإجراءات.

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
المفهوم الأساسي	التفاصيل العملية التي قد تكون محددة السياق

## تبني الرسائل الرئيسية واعتمادها على المستوى الوطني

عندما يتعلق الأمر بالملاءمة والتوطين القائم على توافق الآراء، فمن المهم اتباع الممارسة السليمة سنوذي عملية المشاركة الواسعة، مع مشاركة الخبراء، إلى مجموعة من الرسائل التي ينقلها كل فرد ويمكنه الترويج لها بشكل مشترك ومتسق لبعض الوقت في المستقبل. تشرح الخطوات الآتية كيفية اعتماد الرسائل الأساسية وجعلها محلية. لمعرفة المزيد من المعلومات، يرجى الرجوع إلى الملحق 1



### دليل المفصّل لتبني الرسائل الرئيسية واعتمادها.

- الخطوة الأولى: الاجتماع مع مكتب ادارة الكوارث الوطنية لوضع خطة عمل تمهيدية
- الخطوة الثانية: حضّر الرسائل الأساسية للمراجعة وترجم الرسائل للغة المحلية عند الضرورة ونسقها مع الرسائل الأساسية المنشورة وطنياً
- الخطوة الثالثة: خطط ورشة عمل مدتها يومان وضع جدول عمل وأرسل دعوات إلى السلطات التي تمثل قطاعات ومجالات مختلفة من الخبرة وشارك حزمة المراجعة مع خبراء في هذا الموضوع
- الخطوة الرابعة: حضّر ورشة الخاصة بالتعليمات الأساسية على الصعيد الوطني
- الخطوة الخامسة: نظم ورشة عمل للرسائل الوطنية الأساسية
- الخطوة السادسة: صيّف المدخلات وحررها ووزع المسودة من أجل المراجعة النهائية
- الخطوة السابعة: أعد الصيغة النهائية للرسائل الرئيسية وأصدرها وانشرها
- الخطوة الثامنة: استغل الرسائل الأساسية المتبناة وطنياً للحد من المخاطر التي قد تلحق بالمنازل والعمل على مواجهتها.
- الخطوة التاسعة: راجع الرسائل الأساسية بشكل دوري.

لقد تم تكيف واعتماد رسائل التوعية العامة وتنقيف المجتمع من قبل العديد من البلدان مثل: بوتان، والصين، وفيجي، وجمهورية لاو الديمقراطية الشعبية، وجزر سليمان، وتايلاند، والولايات المتحدة الأمريكية وفانواتو. أمثلة على رسائل متناسقة أخرى واردة في الخانة أدناه.

### أمثلة على رسائل متناسقة

- هناك العديد من الأمثلة الجيدة عن الرسائل المتناسقة القائمة على أساس توافق الإراء والتي تتضمن الإدارات الحكومية الرئيسية وشركاء وعلماء وآخرون بالمجتمع المدني فضلاً عن جمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر الوطنية ومن ضمنها:
- آسيا الوسطى -لقد شاركت جمعيات الصليب الأحمر في إنتاج أو ترويج مواد تعليمية عامة مهمة جنباً إلى جنب مع وزارات حالات الطوارئ والمعاهد التقنية والعلمية رائدة ومترعين وحشد من المنظمات المحلية والدولية غير الحكومية الأخرى.
  - الكاريبي -يقدم تعليم عام موسمي بشأن التأهب للأعاصير بالتعاون مع جمعيات الصليب الأحمر وحكوماته في المنطقة.
  - إندونيسيا -لقد تعاون التحالف الأوسع نطاقاً للتنقيف بشأن الكوارث على مع عضوية أصحاب المصلحة الواسعة الخاصة به لتقديم برامج معيارية للمدارس والمجموعات المدنية لمشاركة العمل والتأكد من حصول الجميع على نفس الرسائل.

- أمريكا الوسطى -يتم نقل توجيهات التنقيف العام وتقييم القدرات ومواطن الضعف بشكل ثابت عبر المنطقة من خلال وحدات متنسقة بالتعاون مع الجمعيات الوطنية والمنظمات الحكومية الدولية والمنظمات غير الحكومية وبعض الوكالات الحكومية.
- جنوب آسيا -لقد شملت أحد نماذج حقائب الإسعافات الأولية المدخلات من جمعيات وطنية إضافة إلى طائفة كبيرة من الحكومات والخبراء والمهنيين الميدانيين.
- الصين -بالنظر إلى إن الإلمام بذلك في بلد واسعة ومتنوعة فهناك العديد من المشاركين المحتملين في الرسائل القائمة على توافق الآراء، كما أنشأ خبراء في هذا الموضوع موقع داخل البلد لجمع مدخلات عامة أوسع نطاقاً ودعوا أفراد موثوقين ومحترمين ضمن المجال نفسه من جميع أنحاء البلد للمساهمة في الرسائل. تم دمج أول نسخة في أواخر عام 2017.

تشمل أحد الأمثلة الأخيرة على المواد المستخدمة في التوعية العامة وعلى نطاق دولي الصحة المجتمعية ونماذج الإسعافات الأولية والتي تم اعتمادها أو تحسينها من قبل السلطات المختصة بالصحة كمواد رئيسية في التنقيف العام حول الصحة والإسعافات الأولية.

### كيف سيتم استخدام الرسائل الرئيسية للتوعية العامة وتنقيف المجتمع؟

يتم استخدام الرسائل الرئيسية للتوعية العامة وتنقيف المجتمع جنباً إلى جنب مع النسخ المتلائمة والمعتمدة بطرق عديدة.

#### الرسائل الخاصة بالبلد

لقد شرعت بلدان مثل: أفغانستان وبتان والصين وفجي وجمهورية لاو الديمقراطية الشعبية وجزر سليمان وتايلاند وفانواتو بملاءمة واعتماد الرسائل الأساسية. في هذه البلدان، تعمل الرسائل بصفتها أساساً لمراقبة جودة المعلومات وعملية التعليم ومواد التربية بشأن تغيير السلوك بما يخدم السلامة والصمود.

#### التوعية العامة

حدث عرض الابتكارات: عُقد حدث وسائل الإعلام والتواصل للحد من خطر الكوارث خلال مؤتمر الأمم المتحدة العالمي الثالث بشأن الحد من خطر الكوارث في سينداي باليابان في مارس عام 2015. ركز الحدث على كيفية استخدام وسائل الإعلام أو التواصل بطريقة إبداعية وفعالة لمساعدة المجتمعات المعرضة للخطر لتصبح أكثر إدراكاً لمخاطر الكوارث والمشاركة في بناء قدرتهم على مواجهتها. تمت مشاركة أمثلة حول الابتكار والممارسة الجيدة لكيفية الحد من مخاطر الكوارث وتحسين القدرة على المواجهة التي تستهدف أولئك المعرضين للخطر بشكل خاص. تم الاعتراف بالرسائل الرئيسية للتوعية العامة وتنقيف المجتمع والتسليم بها بعد انتهاء فعاليات الحدث. لقد تم تنظيم الحدث بالتعاون مع هيئة الإذاعة البريطانية والشبكة العالمية لمنظمات المجتمع المدني للحد من الكوارث والصليب الأحمر الهولندي والخطة الدولية.

وفي عام 2017، قام الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بالتعاون مع مؤسسة بروندس وناشيونال جيوغرافيك بإطلاق برنامج خطوات آمنة. باعتباره الأول من نوعه، يهدف برنامج عموم آسيا إلى زيادة التوعية وتعميق المعرفة بالكوارث الطبيعية في أنحاء المنطقة لنشر ومشاركة المعلومات التي تساعد على إنقاذ الأرواح. ويهدف البرنامج القائم في الأساس على الرسائل الرئيسية المتعلقة بالتوعية العامة وتنقيف المجتمع إلى توفير رسائل تعليمية سهلة الإدراك حول كيفية الاستعداد لمواجهة تلك الكوارث لأكبر عدد ممكن من الناس ليكونوا أكثر أمانًا واستعدادًا لمواجهةها.

### تكنولوجيا المعلومات والاتصالات

إن أحد أبرز وسائل زيادة التوعية العامة بشأن تعزيز قدرة المجتمعات المحلية لمواجهة الكوارث هي استخدام التكنولوجيا والابتكار. صُممت العديد من التطبيقات لتضم معلومات حول الإسعافات الأولية والمخاطر المحتملة على أن تكون هذه المعلومات في متناول الجميع. تشمل الأمثلة:

- **التطبيق الخاص بالمخاطر** المستخدم لبرنامج تطبيق عالمي، أنشأ المركز العالمي للتأهب للكوارث مع المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية منصة لتسهيل عملية اعتماد وتوطين تطبيقات الهواتف المحمولة.
- يدعم تطبيق **The Read و Steady و Safe App** - في أستراليا من منظمة "أنقذوا الأطفال" بالتعاون المشترك مع جمعيات الصليب الأحمر الأسترالية الأسر التي تتمحور حول الطفل في التأهب للكوارث.
- تناه: مقاوم هو عبارة عن تطبيق لعبة محمول صُمم لتنقيف الأطفال وأسرهم للتأهب لمواجهة الكوارث. طُور بالتعاون بين المركز الدولي للتأهب للكوارث واليونيسكو في بانكوك والوكالة الأمريكية للتنمية الدولية بدعم من جمعية الصليب الأحمر الإندونيسية ومركز التنسيق الآسيوي للمساعدة الإنسانية في إدارة الكوارث.
- تقوم خدمة "وات-ناو" على الرسائل الأساسية للتوعية العامة وتنقيف المجتمع التابع للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بشأن الحد من مخاطر الكوارث. ويمكن لأي جمعية وطنية تستخدم خدمة "وات-ناو" مثل للمركز الدولي للتأهب للكوارث إضفاء الطابع المحلي على الرسائل وتوطينها حسب المنطقة التابع لها الجمعية وتحميلها على خدمة "وات-ناو" وربط الرسائل التنبؤية بشعارهم وموقع الويب الخاص بهم. وبهذه الطريقة، يمكن تحسين القدرة على التحذير المبكر على نطاق واسع لمستخدمي الإنترنت في مجتمعاتهم المحلية.

### التعليم العام وسلامة المدارس

توصي الأطر الشاملة لسلامة المدارس بأن تكون الرسائل الرئيسية للتوعية العامة وتنقيف المجتمع نقطة البداية لتطوير محتوى مناهج رسمية وغير رسمية. تُعد الرسائل بمثابة ركيزة لتطوير المناهج الرسمية بالإضافة إلى الأنشطة غير الرسمية المتعلقة بالتنقيف للحد من مخاطر الكوارث. يشمل هذا توفير المصدر الأساسي لإضافته في محتوى الكتب، والألعاب، والفيديو، بالإضافة للأنشطة التعليمية. شكّل إطار العمل العالمي للحد من مخاطر الكوارث بالتعاون مع التحالف العالمي للحد من مخاطر الكوارث ومواجهتها في قطاع التعليم والاستراتيجية الدولية للأمم المتحدة للحد من الكوارث.

تتوافق مبادرات السلامة التابعة لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر مع إطار السلامة الشامل للمدارس. فمثلاً، يعلم مشروع "غطاء الوسادة" دروساً عن التوعية بالمخاطر والتأهب لها. فقد تبنت الجمعيات الوطنية في أستراليا وهونج كونج وميكسيكو بيرو والولايات المتحدة الأمريكية وبريطانيا هذا المشروع وتعمل على تنفيذه.

## موازمة أطر العمل الاستراتيجية والمساهمة فيها

تساهم النسخة الثانية من التوعية العامة وتنقيف المجتمع بشأن الحد من أخطار الكوارث بالرسائل الرئيسية في الاستراتيجيات العالمية وأطر العمل والمبادرات التالية:

تعكس استراتيجية الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر لعام 2020 (وما يليها) الإرادة الجماعية للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر للمضي قدماً نحو مواجهة التحديات الرئيسية التي تواجه البشرية في العقود القادمة. وبإطلاعنا على احتياجات المجتمعات المتنوعة التي نعمل معها وأوجه ضعفها فضلاً عن الحقوق والحريات الأساسية التي يحق لنا جميعاً الحصول عليها، تسعى هذه الاستراتيجية إلى الاستفادة من جميع الذين يتطلعون إلى الصليب الأحمر والهلال الأحمر لكي نساعد في تكوين عالم أكثر إنسانية ينعم بالكرامة والأمان. ويهدف التركيز الجماعي للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر إلى تحقيق الاستراتيجيات التالية:

1. إنقاذ الأرواح وحماية الأسر وتعزيز التعافي من الكوارث؛
2. توفير حياة صحية وأمنة؛
3. وتعزيز الاندماج الاجتماعي وثقافة اللاعنف والسلام.

يتضمن إطار الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر لمواجهة المجتمعات المحلية للكوارث التوصية بزيادة جهود الاتصالات ونشر المعلومات العامة. يهدف إطار عمل مواجهة المجتمع لخطر الكوارث إلى توجيه ودعم عمل الجمعيات الوطنية من خلال الأهداف الاستراتيجية الثلاثة التالية:

1. مساعدة المجتمعات حيث تتناول مناهج شاملة مستنيرة إزاء المخاطر لمعالجة مواطن ضعفها الأساسية؛
2. تشجيع المجتمعات على تناول مناهج قائمة على أساس الطلب ويتمحور حول الإنسان لتعزيز قدرة المجتمعات على مواجهة الكوارث؛ و
3. أن تكون متصلة بالمجتمعات -ومتاحة للجميع في كل مكان لمنع المعاناة الإنسانية وتخفيفها.

يركز تحالف المليار من أجل مواجهة الكوارث على بناء قدرة الفرد والأسرة والمجتمع على مواجهة الكوارث من خلال التوعية بالمخاطر. كما يهدف إلى ضمان قدرة المجتمعات على اتخاذ خيارات بناء القدرة على مواجهة الكوارث التي تتلاءم مع الاحتياجات المحلية وبمكثها الاعتماد على الموارد المحلية. فهو مصمم لمساعدة المجتمعات والأسر على بناء القدرة على مواجهة عبر نطاق واسع من المجالات، بما في ذلك التدريب على الإسعافات الأولية والتأهب وكذلك تعزيز المؤسسات المحلية ونظم الإنذار المبكر والتأهب لمواجهة الأوبئة، وتحسين إجراءات الحصول على الصحة والمياه والصرف الصحي. والهدف من ذلك هو تحسين الحياة وإنقاذ الأرواح.

يؤكد إطار عمل سينداي للحد من مخاطر الكوارث ما بين عامي 2015-2030 على أهمية تعزيز إجراءات التواصل الناجحة لمواجهة مخاطر الكوارث. اعتمد هذا الإطار في المؤتمر العالمي الثالث للأمم المتحدة للحد من مخاطر الكوارث في سينداي باليابان في 18 مارس 2015. ومن الميزات الرئيسية لهذا الإطار ما يلي:

1. تحول التركيز من إدارة الكوارث إلى إدارة المخاطر؛
2. توسيع النطاق أكثر ليشمل المخاطر على النطاق الضيق والواسع والمتكرر وغير الشائع والكوارث المفاجئة وبطيئة الظهور والناجمة عن أسباب طبيعية أو من صنع الإنسان فضلاً عن المخاطر والكوارث البيئية والتقنية والبيولوجية؛ و
3. اتباع نهج يركز أكثر على الإنسان وكافة المخاطر ومتعدد القطاعات للحد من أخطار الكوارث.

تلعب الاتصالات في حالات المخاطر والتوعية دوراً مهماً في استدامة أهداف. إن الحد من مخاطر الكوارث جزءاً لا يتجزأ من التنمية الاجتماعية والاقتصادية المستدامة كما أنها ضرورية في حال استدامة التنمية للمستقبل. يمكن تحقيق المعرفة بالمخاطر والقدرة على مواجهتها بعد جدول أعمال التنمية لعام 2015 فقط من خلال الشراكة مع الجماعات والمجتمعات المحلية والقطاع الخاص. ففي سبتمبر 2015، وخلال قمة الأمم المتحدة للتنمية المستدامة، اعتمدت الدول الأعضاء [جدول أعمال للتنمية المستدامة لعام 2030](#) في نيويورك. يحتوي جدول الأعمال على 17 هدفاً بما في ذلك هدف جديد للتعليم العالمي (أهداف التنمية المستدامة 4). من أهداف التنمية المستدامة 4 "ضمان جودة التعليم الشامل والعادل وتعزيز فرص التعلم للجميع مدى الحياة".

يهدف إطار التابع للتحالف العالمي للحد من مخاطر الكوارث ومواجهتها في قطاع التعليم إلى التأكد من أن جميع المدارس آمنة من مخاطر الكوارث وأن جميع المتعلمين يعيشون في بيئات سالمة. الغرض من التحالف العالمي للحد من مخاطر الكوارث ومواجهتها في قطاع التعليم هو تعزيز التنسيق العالمي وزيادة المعرفة، والدعوة إلى التوعية والحد من المخاطر في قطاع التعليم. يساهم عملها في نهاية المطاف في ثقافة السلامة العالمية والمواجهة من خلال التعليم والمعرفة. يُعد التحالف العالمي للحد من مخاطر الكوارث ومواجهتها في قطاع التعليم بمثابة آلية أصحاب المصلحة المتعددين حيث تضم وكالات الأمم المتحدة (اليونيسف؛ الاستراتيجية الدولية للحد من الكوارث؛ اليونسكو؛ وغيرها)، والمنظمات الدولية (الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، المرفق العالمي للحد من الكوارث والتعافي منها)، والشبكات العالمية (الشبكة المشتركة بوكالات التعليم في حالات الطوارئ، ومنظمة أنقذوا الأطفال ومنظمة الرؤية العالمية ومنظمة خطة العمل الدولية).

تُعتبر المدارس شريكاً عالمياً تقوده الحكومة بهدف إلى ضمان الالتزام السياسي وتعزيز تنفيذ سلامة المدارس على الصعيد العالمي. فهي تحفز الحكومات وتدعمها لتطوير وتنفيذ السياسات والخطط والبرامج الوطنية المتعلقة بالسلامة المدرسية جنباً إلى جنب مع الجوانب التقنية الثلاثة لإطار السلامة الشامل للمدرسة ويساهم الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ومنظمة أنقذوا الأطفال من خلال تعاونهم مع وزارة التربية والتعليم وتوفير الأدوات لتحقيق الأهداف المحددة في إطار السلامة الشامل للمدرسة.

عُقدت [القمة العالمية للعمل الإنساني \(WHS\)](#) عام 2016 لتبادل المعرفة وإيجاد أفضل الممارسات المشتركة بين المنظمات المشاركة في العمل الإنساني لتمكينها من التفاعل بشكل أكثر فعالية مع الأزمات. وستتناول القمة العالمية للعمل الإنساني بعض المواضيع ومنها الحد من أوجه الضعف وإدارة المخاطر.

# الجزء ب

## الرسائل الرئيسية للحد من المخاطر



## الجزء ب.1

الرسائل الرئيسية لـ  
منع وقوع مخاطر أسرية وكوارث عائلية





يحدد هذا القسم الرسائل الأساسية الشائعة للتأهب لكافة أشكال المخاطر. ويتضمن القسم التالي رسائل تكميلية محددة متعلقة بالمخاطر المختلفة مثل ظاهرة الجفاف والزلازل والفيضانات والبراكين والانهيارات الأرضية والأعاصير المدارية والأوبئة وحرائق الغابات.

كلما كان بمقدور كل أسرة التخطيط للمستقبل والحد من المخاطر (من خلال التدابير الهيكلية وغير الهيكلية والبنية التحتية والبيئية) وتطوير مهارات الاستجابة وتخزين المون بشكل أفضل كلما زادت قدرتها على المواجهة. واتباع هذه الإرشاد التوجيهات، يمكن العائلات حماية أنفسهم والتعافي سريعاً والمساهمة في زيادة تعافي الاستعادة السريعة لمجتمعهم. ويمكن لكل أسرة أن تكون جزءاً من الحل، بدلاً من أن يكونوا جزءاً من المشكلة. يبدأ هذا العمل بمجهود كل واحد منا



### الحد من المخاطر

#### منع وقوع مخاطر أسرية وكوارث عائلية باختصار

- اكتشف ما يمكن حدوثه ابق على اطلاع.
- ضع خطة لمواجهة الكوارث الأسرية والكوارث في حالات الطوارئ أخذًا جميع أفراد الأسرة بعين الاعتبار.
- عليك الحد من المخاطر الهيكلية وغير الهيكلية والبيئية داخل منزلك وحوله.
- تعلم مهارات الاستجابة ممارسة خططك.
- قم بتجهيز مؤن استجابة لتساعدك على البقاء على قيد الحياة لمدة أسبوع تقريباً. جهز حقائب لحالات الإخلاء
- تعاون مع من حولك في مكان العمل والمدارس والجيران والمجتمع المحلي لتقييم المخاطر والتخطيط للحد منها، والتأهب للمواجهة والاستجابة.

قيّم وخطط	
الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
<p>بتقييم المخاطر المحيطة بك في مكان إقامتك وعملك ودراستك وكذلك أماكن اللعب الخاصة بك.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف على المخاطر المحتملة وخطط مواجهتها في حالات الطوارئ المحلية وأنظمة الاتصالات والتحذير في مجتمعك.</li> <li>حدد أشكال المخاطر وأوجه الضعف في منزلك وبيئتك.</li> <li>عليك الإلمام بجهات الاتصال وأدوار ومسؤوليات الوكالات الحكومية في تقييم المخاطر والعمل على الحد منها وإصدار التحذيرات المبكرة والتخطيط للاستجابة.</li> <li>تعرف على الأشخاص الأكثر عرضة للمخاطر المختلفة، وأين ولماذا.</li> <li>توقع ما لم يكن متوقع.</li> </ul>
<p>قم بإعداد خطة</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>أثناء عملية التخطيط اجعل الخطة شاملة لكل أفراد الأسرة والعائلة الممتدة</li> <li>اجتمع مع أفراد الأسرة والعائلة لمناقشة نقاط الضعف والتخطيط للمخاطر المحددة التي تواجهها.</li> <li>حدد الإجراءات اللازمة للحد من المخاطر وكذلك الموارد والمساعدات التي ستحتاجها.</li> <li>خطط للخطوات التي ستأخذها لحماية نفسك للتواصل ولم الشمل والتعافي.</li> <li>حدد المهمة التي يجب القيام بها والفرد المعني بذلك والوقت المحدد لها وكيفية القيام بها</li> <li>مارس الخطة بانتظام وحدثها للحد من المخاطر والاستعداد لكل ما لا يمكنك القضاء عليه.</li> </ul>
<p>قيّم القدرات والاحتياجات الفردية</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>حدد الاحتياجات والقدرات الفردية لكل شخص عليك أخذ كافة الأعمار والاحتياجات الوظيفية بعين الاعتبار - وخاصة تلك المتعلقة بالاتصالات والتنقل.</li> <li>تقع مسؤولية التأهب والاستعداد على عاتق الجميع. بإمكانك أن تصنع الفرق</li> </ul>
<p>عليك الاهتمام بوسائل الوصول الوظيفية وإنشاء شبكة دعم وإعدادها</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الاهتمام بخطط وصول كل عضو من أعضاء الأسرة واحتياجاته الوظيفية أثناء وقوع أي كارثة. في حال حاجة أي شخص لمساعدة، لأي سبب من الأسباب عليه بالتخطيط وتحديد الجيران والأصدقاء و/أو زملاء العمل ممن سيقدمون له المساعدة في حالة الطوارئ.</li> <li>استخدم تصوراتك والجا إلى شبكة معارفك لحل المشاكل.</li> <li>تأكد من قدرة شبكة معارفك على تشغيل أي معدات شخصية قد تحتاجها في حالة الطوارئ.</li> </ul>
<p>خطط إعادة/ لم الشمل.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>اتفق على أماكن اجتماع آمنة داخل المنزل وخارجه وخارج الحي أيضاً.</li> <li>إجراء تفويض مسبق لجهات الاتصال في حالات الطوارئ من أجل حماية المدارس ورعاية الأطفال.</li> <li>حدد جهات الاتصالات الابتدائية وكذلك الاحتياطية خارج المنطقة الاتصال للعمل بصفتها مركز معلومات لأسرتك أو عائلتك.</li> </ul>
<p>عليك إتاحة جهات الاتصال في حالات الطوارئ والمعلومات الصحية</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>جعلك إعداد بطاقات جهات الاتصال في حالات الطوارئ وكذلك المعلومات الصحية لكل عضو من أفراد الأسرة، على أن يتك الاحتفاظ بها في جميع الأوقات (خاصة للأطفال عندما يكونون بعيدين عن المنزل أو المدرسة، ولكل من له صلاحية الحصول على المون والاحتياجات الخاصة).</li> <li>ضع نسخة يمكن الوصول إليها بسهولة في حالة وقوع كارثة أو في حالة طوارئ وقم بمشاركة مع شبكة الدعم الخاصة بك.</li> </ul>
<p>عليك الإلمام جيداً بطرق المخارج الموجودة في بنايتك.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>حدد مخرجك، وكذلك طرق خروج أكثر أمناً في حال وقوع أشكال مختلفة من المخاطر.</li> <li>اجعل المخارج سالكة وخالية من أي معوقات.</li> <li>حدد مكان آمن بعيد عن بنايتك (في البيت؛ في العمل؛ في المدرسة)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• بالنسبة للمخاطر والظروف المختلفة، قد يكون لديك إنذار مبكر يدم من عدة أيام إلى عدم وجود إنذار على الإطلاق. ناقش السيناريوهات المختلفة الممكنة وخذ قرارك بشأن الأماكن الآمنة المناسبة لك-المأوى أو خيارات الإخلاء الأفضل لك لكل ظرف من الظروف.</li> <li>• قم بإعداد تلك الأماكن الآمنة سواء كانت داخل منزلك أو خارجه أو بعيد عنه.</li> </ul>	<p>ضع خطط محددة للمخاطر سواء حول البقاء أو الذهاب إلى مكان الإيواء.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرف على نظم الإنذار المبكر في مجتمعك. إذا لم يكن لدى مجتمعك أي من هذه الأنظمة ساعد على تطوير إحداهم مع الحرص على تلقي الرسائل وفهمها من قبل الجميع -ولا سيما الأكثر ضعفاً.</li> <li>• خذ الإنذارات على محمل الجد، حتى وإن كانت متكررة. كن يقظاً بشأن تغيرات الظروف حيث تزداد المخاطر عقب إصدار معلومات الإنذار المبكر.</li> <li>• اتبع تعليمات الإخلاء دون أي تردد.</li> <li>• لا تعود للمنزل إلا عندما تصرح السلطات بأمان القيام بهذه العملية.</li> </ul>	<p>تعرف على أنظمة الإنذار المبكر في مجتمعك وشارك فيها.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• حدد الأماكن الآمنة التي يمكنك الذهاب إليها إذا احتجت إلى مأوى أو توجب عليك الإخلاء. يجب أن يعرف كل فرد في المنزل الوجهة التي يذهبون إليها وأين يجتمعوا إذا اضطروا إلى المغادرة.</li> <li>• ضع خطة بديلة لمسارات وطرق الإخلاء، والتدريب على سلك تلك الطرق الخاصة بك.</li> <li>• تعاون مع شبكة معارفك لتحديد طريقة النقل في حال كان الإخلاء ضرورياً.</li> <li>• اطلب من مدير الطوارئ المحلي خطط المجتمع لخيارات الإجلاء والنقل الموجه.</li> </ul>	<p>قم بإعداد خطة الإخلاء: تعرف على وجهة المأوى ومسار الإخلاء وطريقة النقل</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عليك الترتيب للسكن المؤقت مع الأقارب أو الأصدقاء بعيداً عن المنطقة المعرضة للخطر.</li> <li>• تعرف على مكان المأوى أو الملاجئ الآمنة بمجتمعك وتحقق من ما إذا كان ينبغي تلبية أي احتياجات خاصة. إذا لم يتم تحديدها مسبقاً، فاكتشف كيفية تحديد مكان المأوى.</li> <li>• خطط مسبقاً للتجمع في المكان المحدد دون تأخير أو تغيير للوجهة المقصودة.</li> </ul>	<p>تعرف على مكان المأوى أو الملاذ الآمن أو المسكن المؤقتة.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احتفظ بنسخ من الوثائق الشخصية المهمة في حقيبة الإخلاء أو مع جهة الاتصال الخاصة خارج منطقة الخطر أو في صندوق أمانات أو الاحتفاظ بها إلكترونياً (على سبيل المثال، تخزين سحابي أو على قرص صلب أو شريحة ذاكرة).</li> </ul>	<p>احتفظ بنسخ من الوثائق الشخصية المهمة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بالإعداد لكيفية الاعتناء بحيواناتك.</li> <li>• استخدم علامات الطوق أو الرقائق الصغيرة أو الأوسام للتعرف على الحيوانات في حال فقدانها. التقط صورة مع حيوانك الأليف.</li> <li>• قم بتحديث التطعيمات والسجلات وخذ هذه التفاصيل معك عند الإخلاء.</li> <li>• حدّد مسبقاً كيفية ترتيب ماوي مؤقتة ومكانها.</li> </ul>	<p>ادرج الحيوانات الأليفة وكذلك حيوانات الخدمة والماشية ضمن خططك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احصل على تأميناً أو قم بعمل مجمع تأمين ذاتي ضمن مجموعة كبيرة من الأفراد. تأكد من أن الغطاء التأميني يضم كافة أنواع المخاطر المحتمل مواجهتها و قم بإعداد قائمة كاملة بملئكاتها. احتفظ بها في مكان آمن بعيد عن منطقة الخطر.</li> </ul>	<p>احصر مخاطرك المالية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرف على جيرانك.</li> <li>• كن على علم بخطط الطوارئ والكوارث في المدرسة وأماكن العمل.</li> <li>• شارك في مكان العمل أو المدرسة أو مع منظمات المجتمع أو الفرق أو المشاريع لدعم التقويم المستمر لنقاط الضعف والقدرات والتخطيط والحد من المخاطر التأهب للمخاطر والاستجابة لها.</li> <li>• شارك ما قد تعلمته.</li> </ul>	<p>وسّع دوائر معارفك. تابع استعداداتك وخطط مع جيرانك ومجتمعاتك.</p>

التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية	
الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تعرف على بنائتك	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف على النوع الهيكلي لمنزلك (على سبيل المثال، إطار خشبي أو بناء احتوائي أو خرسانة مسلحة أو من الطوب اللبن أو فولاذ أو تعريشة تقليدية وجص الطين أو ملء الأنقاض).</li> <li>تعرف على اللوائح المحلية الخاصة باستخدام الأرض والإنشاء وإعادة التصميم حفظ المساحات الخضراء والسلامة من الحرائق والتخلص من الأنقاض.</li> <li>عليك أخذ تقييم بنائتك من قبل مهندس معماري محترف في اعتبارك إن أمكن. تُعد قوانين البناء خاصة بالوقت الذي تم فيه تشييد بنائتك وربما تكون المعايير الحديثة أعلى. قد ينصح بإعادة الإصلاح.</li> <li>تعرف على الخيارات كي تجعل منزلك آمناً من المخاطر المحتمل مواجهتها.</li> </ul>
ابن منزلك في مكان آمن بالتوافق مع قوانين البناء	<ul style="list-style-type: none"> <li>فكر بالمخاطر المحتملة قبل اختيار موقع منزلك.</li> <li>تعرف على قوانين البناء في منطقتك قبل البدء بالبناء.</li> </ul>
قم بإجراء صيانة سنوية للمنزل للحفاظ على منزلك آمناً	<ul style="list-style-type: none"> <li>قم بإجراء فحص سنوي لتحديد وتصحيح الظروف التي تجعلك أكثر عرضة للحريق والهزات الأرضية والرياح والماء والطقس القاسي.</li> <li>تأكد من إمكانية فتح النوافذ من الداخل وأن مخارج الطوارئ غير مغلقة.</li> <li>أزل مخاطر الحرائق.</li> <li>عابن الأنظمة الكهربائية وأصلحها.</li> <li>نظف البالوعات والمصارف.</li> <li>عليك حماية كافة أجهزة التدفئة والمدخن.</li> <li>استبدل بطاريات أجهزة كاشف الدخان.</li> </ul>
تدرب على الوقاية من الحرائق المنزلية	<ul style="list-style-type: none"> <li>لا تسمح بالتدخين على السرير أو عند الاستلقاء.</li> <li>أبق أعواد الثقاب والولاعات والمنتجات القابلة للاشتعال والحريق بعيداً عن متناول الأطفال ومصادر الحرارة.</li> <li>لا تترك أبداً ناراً أو شمعة تشتعل دون تتبعها.</li> <li>تجنب التحميل الزائد على الدوائر الكهربائية.</li> <li>تفقد شبكة الأسلاك في منزلك وأصلح الأسلاك الكهربائية المعطلة أو التالفة أو المكشوفة أو المقابس المفكوكة لا تمد الأسلاك الكهربائية تحت السجاد.</li> <li>قم بفحص وصيانة الوصلات في الأجهزة التي تعمل بالغاز.</li> <li>أبق الموقد وأجهزة التدفئة والأماكن المحيطة بعيدين عن المواد القابلة للاشتعال.</li> <li>ركب أجهزة كاشف الدخان داخل أماكن النوم وفي كل مستوى بمنزلك.</li> <li>تخلص من الرفات في حاوية معدنية ثم انقعها في الماء.</li> <li>استخدم السخانات المعتمدة لشروط السلامة واتبع إرشادات الجهة المصنعة.</li> <li>لا تستخدم أفران المطبخ لتدفئة المنزل.</li> <li>لا تشغل المحركات الكهربائية أو تزودها بالوقود داخل المنزل.</li> </ul>
احتفظ بالمواد الخطرة في مكان آمن.	<ul style="list-style-type: none"> <li>حدد المواد الخطرة واعزلها وتخلص منها وأقض عليها.</li> <li>خزن السموم والمنتجات القابلة للاشتعال بشكل آمن في خزانات معدنية مغلقة ومثبتة لمنع حدوث الحرائق والتفاعلات السامة وانبعاث المواد الخطرة.</li> </ul>
حماية الحيوانات الأليفة والمواشي الخاصة بك.	<ul style="list-style-type: none"> <li>تأكد من حماية ملحقات المباني والمراعي والحظائر بذات الطريقة المتبعة في منزلك.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• اغسل يديك جيداً باستخدام الماء والصابون أو الرمل.</li> <li>• استخدم المراحيض أو الوسائل الصحية الأخرى للتخلص من النفايات البشرية.</li> <li>• لا تقض حاجتك في العراء أو بالقرب من مصادر المياه.</li> <li>• عليك حماية المياه والموارد الغذائية من التلوث.</li> </ul>	تدرب على الممارسات المتعلقة بالنظافة الصحية الجيدة والتصحيح
<ul style="list-style-type: none"> <li>• حافظ على الموارد البيئية الثمينة: عن طريق التقليل من وإعادة استخدامها وكذلك إعادة تدويرها.</li> <li>• احرص على استهلاك الطاقة والماء ورشّد فيها.</li> </ul>	احمي بيئتك

### تأهب للاستجابة: عن طريق تطوير المهارات

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تعلم كيفية إغلاق المرافق الخاصة بك	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعلم مكان ووقت وكيفية إغلاق مرافق (المياه والغاز والكهرباء).</li> <li>• تأكد من وجود طريق سالك للوصول إلى المرافق بسهولة في حالات الطوارئ.</li> <li>• ركب صمامات غلق أتوماتيكية حسبما يقتضي الأمر.</li> <li>• إذا لزم الأمر، احتفظ بمفتاح الربط أو أية أدوات أخرى متوفرة حتى يمكن الوصول إليها بسهولة أو أغلق المرافق.</li> </ul>
في حالة انقطاع التيار الكهربائي، اتخذ إجراءات الوقاية من الحريق.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حال انقطاع التيار الكهربائي لأي سبب من الأسباب بعد وقوع كارثة، أطفئ كافة النيران ولا تشعل أي منها أبداً، (بما في ذلك السجائر أو أعواد الثقاب أو الشموع).</li> <li>• فقط استخدم الفوانيس أو مصابيح الجيب/ المصابيح الكاشفة التي تعمل بالبطارية إلى أن تتأكد من عدم وجود خطر متعلق بغاز متسرب أو وقود منسكب.</li> </ul>
تعلم كيفية التعامل مع الحريق	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابعد أي شخص قد يكون عرضة لخطر مباشر، إن أمكن.</li> <li>• تأكد من غلق كافة الأبواب والنوافذ كي تحجز النيران والدخان.</li> <li>• نبّه الآخرين بنشوب حريق وفعل أجهزة الإنذار بالحريق.</li> <li>• اتصل بخدمة طوارئ الخاصة بإطفاء الحريق للمساعدة.</li> <li>• حاول إخماد الحرائق الصغيرة باستخدام الأدوات المناسبة.</li> </ul>
إخماد الحرائق الصغيرة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أخمد الحرائق الصغيرة خلال أول دقيقتين من الاشتعال عن طريق تعطيل الإمداد بالوقود أو الهواء أو الحرارة.</li> <li>• ضع مطفأة حريق (ABC) أو دلو من الرمل أو بطانية إخماد حريق في مواضعهم الصحيحة وتعلم كيفية استخدامهم. تذكر أنه يجب صيانة مطفأة الحريق من وقت لآخر.</li> <li>• قبل مكافحتك للنيران، أبق ظهرك لمخرج الهروب ووقف على مسافة تتراوح بين 1.8 إلى 2.5 متراً من النيران أي (6 إلى 8 قدم). أبق شخصاً معاً خلفك مباشرة من أجل سلامتك.</li> <li>• اتبع تقنية إخماد الحريق (PASS) عن طريق: اسحب الدبوس. صوّب نحو قاعدة النيران. اضغط على المقبض. قم بإزاحة الفوهة وتصويبها نحو قاعدة الحريق.</li> <li>• في حالة نشوب حريق بالموقد، غطي الوعاء المحترق ببطانية إخماد الحريق أو قطعة قماش رطبة (غير مبللة) وغطاء، خذه بعيداً عن الموقد واتركه مغطى لمدة ساعة على الأقل.</li> <li>• لا تستخدم أبداً طفايات حريق تعتمد على الماء أو الرغوى لإخماد الحرائق النفطية أو الكهربائية.</li> </ul>
استخدم مطفأة الحريق المناسبة للموقف.	<p>استخدم المطفأة المناسبة:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>الماء المضغوط</b> للحرائق العادية من الدرجة الأولى، مثل احتراق الخشب والورق والكرتون والبلاستيك والمنسوجات.</li> <li>2. <b>ثاني أكسيد الكربون</b> بالنسبة للسوائل القابلة للاشتعال من الدرجة الثانية، مثل احتراق الزيت والجازولين والطلاء والدهون ودوائر الإمداد بالطاقة من الدرجة الثالثة، مثل الحرائق الكهربائية أو أجهزة الكمبيوتر.</li> <li>3. <b>مسحوق جاف الكيمائية</b> لحرائق الدرجة الأولى أو الثانية أو الثالثة.</li> </ol>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حال شممت رائحة دخان أو رأيت نارا، نبّه الآخرين واخرج بسرعة وساعدهم واطلب المساعدة.</li> <li>• في حال وجود دخان في الغرفة، اتبع نصيحة الانبطاح منخفضاً واخرج بمنتهى السرعة. قد يتسبب استنشاق الدخان أو الغازات السامة في قتل العديد من الناس أكثر من الحروق.</li> <li>• تحسّس مقبض الباب والمكان حوله بظهر يدك. لا تفتح الباب إذا شعرت بالحرارة. عند مغادرتك لكل موقع، أغلق الأبواب والنوافذ وكذلك الأجهزة.</li> <li>• استخدم قطعة قماش مبللة فوق أنفك وفمك لتقليل استنشاق الدخان عندما تقوم بالإخلاء أو انتظار قدوم جهات الإنقاذ.</li> <li>• في حال اشتعالك، توقف واستلقي على الأرض وتدحرج لإخماد النيران. في حال اشتعال شخصاً آخر، اجعله يقوم بنفس الخطوات.</li> <li>• إذا لم تتمكن من الخروج، أغلق الأبواب وابق منبطحاً وافتح النافذة قليلاً للإشارة إلى طلب المساعدة. احمي يديك ووجهك بقطعة قماش مبللة. ضع منشفة مبللة أسفل الباب لمنع دخول الدخان إلى الغرفة.</li> </ul>	<p>عليك الإلمام بما يتوجب عليك فعله في حال رايت نارا أو شممت رائحة دخان.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابق متأهباً لمؤشرات إنذار الطوارئ، واستجب لها على الفور.</li> <li>• تعرف على جهاز الإنذار الذي سيتم استخدامه وقم بالتدرب على استجابتك له. تعرف على خياراتك لمخارج الطوارئ.</li> <li>• إذا تم نصحك بالإخلاء، غادر المكان على الفور.</li> <li>• خذ حيواناتك الأليفة أو حيوانات الخدمة معك إن أمكن.</li> <li>• لا تنس حقيبة الإخلاء ونسخ من الوثائق الشخصية.</li> <li>• أمن ممتلكاتك إن كان لديك الوقت لذلك.</li> </ul>	<p>استجب لمؤشرات الإنذار المبكر</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أدرك مهارات الإسعافات الأولية. تأكد من أن فرداً واحداً على الأقل من أسرتك مدرب على الإسعافات الأولية.</li> <li>• قم بممارسة وتحديث معلوماتك حول الإسعافات الأولية كل عام.</li> </ul>	<p>تعلم الإسعافات الأولية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بإدارة تدريبات الإخلاء في حالات الطوارئ والمشاركة فيها (بما في ذلك في المنزل) مرتين في السنة على الأقل.</li> <li>• تولي إدارة تدريبات أخرى للمخاطر وشارك فيها بما في ذلك محاكاة الاستجابة الكاملة مرة واحدة في العام على الأقل.</li> <li>• تأكد من إدراج جميع أفراد الأسرة في التدريبات العملية.</li> </ul>	<p>تدرب على التدريبات المنتظمة في حالات الطوارئ العادية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حال امتلاكك لحيوانات، قم بالإخلاء المبكر أو التأكد من حماية أي مباني ملحقة أو مراعي أو حظائر.</li> <li>• إذا تحتم عليك ترك الحيوانات، فلا تتركها مقيدة أو محبوسة داخل المباني. اترك الطعام جافاً.</li> </ul>	<p>استجب لمتطلبات الحيوان الخاص بك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• الحد من استخدام الهواتف قدر الإمكان. فقط استخدمها لطلب المساعدة الخارجية في حالة الإصابة أو الضرر البدني. عدا ذلك، اترك خطوط الهاتف مفتوحة لحالات الطوارئ.</li> <li>• احفظ أرقام الهواتف للإبلاغ عن الحريق وحالات الطوارئ الأخرى. أبقيها بالقرب من هاتفك أو مبرمجة على سماعه الهاتف.</li> <li>• ابق هاتفك المحمول معك. قم بتقليل استخدامه للحفاظ على البطاريات.</li> <li>• استخدم الرسائل النصية القصيرة بدلاً من الرسائل الصوتية فقط لنقل المعلومات الضرورية الطارئة بدلاً من إرضاء الفضول.</li> <li>• أرسل رسالة قصيرة واحدة فقط عبر الهاتف المحمول للإبلاغ عن حالتك إلى جهة اتصالك خارج المنطقة. عليك الإلمام بالهاشاج الخاص بالطوارئ من أجل تبادل الرسائل الاجتماعية في حالات الطوارئ.</li> </ul>	<p>استخدم الهواتف لحالات الطوارئ فقط.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من وضوح لافتات الشوارع وأرقام المنازل حتى يتمكن مسعفو الطوارئ من مساعدتك.</li> </ul>	<p>حافظ على استمرار التواصل</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• استمع إلى راديو محمول يعمل ببطارية أو تلفاز لمعرفة معلومات الطوارئ وتعليمات السلامة.</li> <li>• اعرف تردد محطة راديو إنذار الطوارئ المحلية الخاصة بك.</li> </ul>	<p>ابق على اطلاع</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا لم يكن مصدر المياه نظيفًا أو لم يتم تخزينها بشكل صحيح، عليك اتخاذ إجراءات معالجة المياه على صعيد الأسر المعيشية.</li> <li>• رشح المياه باستخدام قطن ناعم نظيف. هذه الخطوة الأولى الهامة. ثم اتبع ذلك بالتعقيم أو الترسيب أو التصفية.</li> </ul>	<p>تعرف بنفسك على طرق معالجة المياه المنزلية لتنقية المياه</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أولاً، تحقق من الأمن والسلامة الخاصة بك ثم بعد ذلك من هم حولك مباشرة قبل التحرك أو الذهاب لمساعدة الآخرين.</li> <li>• تحقق من سلامتك والآخرين من الإصابات. لا تحاول نقل أي شخص مصاب بجروح خطيرة ما لم يكن عرضة للموت العاجل أو إصابة أخرى.</li> <li>• في حال يجب عليك نقل شخصًا فاقدًا للوعي، حافظ على ثبات رقبته وظهره أولاً ثم اطلب المساعدة.</li> <li>• إذا كان الشخص لا يتنفس، ضعه بعناية بحيث يكون مستلقيًا على الأرض على أن تكون ذقنه مرفوعًا لأعلى قليلاً ثم سلك مجرى الهواء وسد أنفه وامسح الفم ليكون نظيفًا ثم قم بإجراء التنفس الإنقاذي -استخدم حاجزًا واقياً إن أمكن.</li> <li>• حافظ على درجة حرارة الجسم الطبيعية (ليس باردًا جدًا أو ساخنًا جدًا) وارفع الساقين بحوالي 20-30 سم أي (7-12 بوصة)، فوق القلب.</li> <li>• أوقف النزيف باستخدام الضغط والرفع فقط، وليس باستخدام المرقاة.</li> </ul>	<p>بعد التعرض لأثر المخاطر، ساعد من هم حولك</p>
<p>اتبع الإرشادات الواردة أدناه للحالة قيد النظر:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الغاز: تحقق من وجود التسريبات. إذا شممت رائحة غاز أو سمعت صوت صفير أو هسيس أو شاهدت خط غاز مكسور، افتح النافذة وأخرج الجميع بعيدًا عن المنطقة بسرعة. اطلب مساعد متخصص. اطفئ جميع النيران. لا تشعل نارًا من أي نوع. لا تلمس مفاتيح الكهرباء.</li> <li>• الكهرباء: في حال ملامسة جسمك أو الأجهزة للماء، فلا تلمس الدوائر الكهربائية أو الأجهزة. لا تلمس أسلاك كهربائية تالفة أو أي شيء يتصل بها. إن أمكن، اقطع التيار الكهربائي من صندوق الفيوزات الرئيسي وتحقق من وجود تلف. في حال انقطاع التيار الكهربائي، اغلق الأجهزة الرئيسية وافصلها عن التيار الكهربائي لحمايتها من اندفاع الكهرباء عند عودة التيار. في حال كان الوضع غير آمن، اخرج واطلب المساعدة.</li> <li>• الصرف الصحي: في حال الاشتباه في حدوث أضرار في نظام الصرف الصحي، تجنب استخدام المراحيض ومياه الصنبور. قم بصيانة خزانات الصرف الصحي بانتظام.</li> <li>• الماء: في حال الاشتباه في وقوع الضرر، اغلق صمام المياه الرئيسي. تجنب استخدام المياه، فيما عدا سخانات المياه غير التالفة أو مكعبات الثلج المصنوعة قبل التعرض للمخاطر.</li> <li>• التسربات: نظف التسربات بحذر. ضع الأوعية في منطقة جيدة التهوية. احفظ السوائل القابلة للاشتعال بعيدًا عن مصادر الحرارة. ولي السوائل القابلة للاشتعال اهتمامًا عناية خاصة مثل البنزين، مخفف الطلاء أو سوائل الولاغات.</li> </ul>	<p>بعد التعرض لتأثير الكارثة، تحقق من الأضرار</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احتفظ بأي معلومات صحية هامة -خاصة إن كنت مصابًا بالسكري أو مرض القلب أو تحتاج إلى أي أدوية أو أجهزة لإستمرار الحياة أو التحكم في السلوك</li> <li>• تجنب الإجهاد. هدد من روعك، استرخ وخذ قسطًا كافيًا من النوم.</li> <li>• اشرب كمية كبيرة من الماء النظيف. كل جيدًا كلما سنحت لك الفرصة.</li> <li>• ارتد أحذية وملابس وقفازات واقية.</li> <li>• إذا كنت تعمل في الأنقاض، اغسل يديك جيدًا بالصابون والماء.</li> </ul>	<p>انتبه لنفسك بعد التعرض للمخاطر</p>

<ul style="list-style-type: none"><li>• ساعد في سرعة التعافي من أثر المخاطر من خلال تضامتك مع جيرانك والعمل معهم بطريقة منظمة.</li><li>• تطوع في الاستجابة المحلية للكوارث، عبر المساعدة في:<ul style="list-style-type: none"><li>• فتح مسارات النقل الطارئة المغلقة</li><li>• التحقق من الأضرار التي أصابت خطوط المياه والصرف الصحي والغاز والكهرباء والإبلاغ عنها</li><li>• الإسعافات الأولية</li><li>• إخماد النار (على سبيل المثال، من خلال إقامة خط لتمرير جرادل المياه)</li><li>• الدعم اللوجستي للمسعفين المتخصصين (على سبيل المثال، تقطيع الخشب لعمليات البحث والإنقاذ في انهيارات المبنى)</li><li>• إنشاء أماكن إيواء</li><li>• تحضير الماء والطعام وتوزيعهم</li><li>• الإشراف على الأطفال</li><li>• الاهتمام بالحيوانات الأليفة الهاربة</li><li>• إنشاء مراحيض صرف صحي ومراحيض حفر وخاصة</li><li>• التأكد من سهولة الحصول على مأوى وماء ووسائل نظافة وتوزيع طعام من قبل الأشخاص ذات الاحتياجات المختلفة والوظيفية.</li></ul></li></ul>	<p>بعد التعرض للخطر، ادمع الاستجابة والتنظيف والمعافاة</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• تعتبر مشاعر الكدر والأسى والغضب ومجموعة من التصرفات السلوكية غير العادية، أمرًا طبيعيًا عند التعرض لمحنة. حاول أن تكون مرئيًا وأن تفهم أن لكل إنسان احتياجات مختلفة وطرق تعامل مختلفة.</li><li>• أقض وقتك مع من تحب، وتحدث إليهم واهتم بنفسك فذلك من شأنه التقليل من حدة توترك.</li><li>• انتبه للتغيرات التي تطرأ على تصرفات الأطفال واحتياجاتهم.</li><li>• أرجع الأطفال إلى الأنشطة الترفيهية والتعليمية بأسرع ما يمكن.</li><li>• اعملوا سويًا لعودة نمط الحياة الطبيعي والأدوار والمسؤوليات.</li><li>• قم بتنظيم النصب التذكارية أو المشاركة فيها، إن كان ذلك مفيدًا.</li><li>• واصلوا التدريب على حسن التأهب سويًا.</li></ul>	<p>مساندة بعضنا البعض بعد وقوع الخطر</p>





## أنفذوا الأطفال

## الاستعداد للاستجابة: عن طريق تخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تفقدوا هواتفكم	<ul style="list-style-type: none"> <li>تأكد من امتلاكك خط هاتف أرضي على الأقل لا يعمل بالكهرباء ولاسلكي لاستخدامه في حال انقطاع التيار الكهربائي.</li> <li>أما بالنسبة للهواتف المحمولة، احتفظ ببطارية إضافية أو شاحن يدوي أو شاحن يعتمد على الطاقة الشمسية.</li> </ul>
خزن المياه والطعام	<ul style="list-style-type: none"> <li>خزن كمية كافية من المياه النظيفة والطعام غير القابل للفساد لمدة أسبوع -حوالي 25 ل 30 لتر (7 جالونات) لكل فرد في الأسرة. على أن تكون نصف الكمية للشرب أو الطهي، والنصف الآخر للنظافة.</li> <li>خزن المياه في حاويات نظيفة ومغلقة.</li> </ul>
خزن مؤن الاستجابة في المنزل والعمل والمدرسة	<ul style="list-style-type: none"> <li>احتفظ بالمؤن التالية في مكان آمن-خارج منزلك، أينما أمكن: <ul style="list-style-type: none"> <li>معلومات بشأن جهات الاتصال في حالات الطوارئ ونسخ من السجلات الهامة</li> <li>حوالي 25 ل 30 لتر (7 غالونات) من الماء لكل شخص. تكفي هذه الكمية لبقاء شخص واحد على قيد الحياة لمدة أسبوع، إذا استخدم لترين مياه للشرب (نصف جالون)، ولترين آخرين للنظافة. بما في ذلك الحصص الخاصة بالحيوانات الأليفة وحيوانات الخدمة. قم باستبدالها كل ستة أشهر.</li> <li>طعام غير قابل للفساد ليبقي لسبعة أيام على الأقل. لا تنس الأطفال والاحتياجات الغذائية الخاصة لأفراد العائلات والحيوانات الأليفة وحيوانات الخدمة. (تفقد تواريخ انتهاء الصلاحية كل ستة أشهر)</li> <li>مجموعة الإسعافات أولية والوصفات الطبية</li> <li>قناع واق من الغبار لتنقية الهواء الملوث</li> <li>مصباح جيبى/ مصباح يدوي-يعمل بالطاقة الشمسية أو الزنبرك، أو بطاريات إضافية</li> <li>أكياس بلاستيكية وأربطة للنظافة الشخصية</li> <li>مبيض سائل لتنقية المياه</li> <li>أغطية بلاستيكية وشريط لاصق لإحكام غلق النوافذ والأبواب لمنع تسرب المواد الخطرة</li> <li>أوراق وأقلام التحديد</li> <li>مطواة جيب متعددة الأغراض</li> <li>أعواد الثقاب</li> <li>صافرة، للإشارة عند طلب للمساعدة</li> <li>هاتف ببطارية إضافية أو مخزن طاقة</li> <li>ملابس ومستلزمات النظافة بما في ذلك، معدات المطر وملابس داخلية إضافية وحذاء قوي وقفازات عمل</li> <li>فراش ومناشف</li> <li>الأغراض الشخصية التي يحتاجها كل فرد في المنزل، بما فيها الأجهزة المساعدة كالنظارات.</li> </ul> </li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحتوي حقائب الإخلاء علي:</li> <li>• ماء الطوارئ وطعام يعطي طاقة عالية</li> <li>• معدات اتصال كراديو محمول (يعمل بالطاقة الشمسية أو الزنبرك أو بطاريات إضافية)</li> <li>• الإسعافات أولية والوصفات الطبية</li> <li>• أدوات تشتمل على مصباح جيبى/ يدوي (يعمل بالطاقة الشمسية أو الزنبرك أو بطاريات إضافية) وأداة متعددة الأغراض،</li> <li>• ملابس متطابقة بما فيها من معدات المطر وملابس داخلية إضافية وحذاء قوي وقفازات عمل</li> <li>• بطانية للاستخدام في حالات الطوارئ</li> <li>• الأغراض الشخصية والأجهزة المساعدة</li> <li>• معلومات الاتصال في حالات الطوارئ ونسخ من التسجيلات الهامة</li> <li>• النقد.</li> <li>• اصطحب هذه الحقبة معك عند الإخلاء.</li> </ul>	<p>جهز حقيبة الإخلاء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحقق إن كان الطعام المثلج قد فسد إن لم تكن متأكدًا، تخلص منه.</li> <li>• تجنب شرب الماء المحتمل تلوثه أو الطبخ به.</li> </ul>	<p>بعد انقطاع التيار الكهربى، عليك إلقاء الطعام الملوث وكذلك الماء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تذكر أن الماء قد يكون ملوثًا حتى وإن بدا عكس ذلك. إذا لم تكن متأكدًا من مدي نقاء الماء عليك اتباع الخطوات التالية:</li> <li>• تخلص من الشوائب الصلبة عن طريق فلتر الماء على قطعة من القماش، أو اتركها لتستقر واسكبها في إناء نظيف</li> <li>• اغل الماء لمدة دقيقة واحدة على الأقل أو حتى ظهور فقاعات كبيرة ثم اتركه ليبرد</li> <li>• أضف المبيض وامزجه جيدًا ثم دعه لمدة 30 دقيقة (نقطة واحدة من المبيض على لتر من الماء و8 نقط على الجالون أو ملء الغطاء على الجاريكان الذي يبلغ سعته 20 لتر).</li> <li>• أو اترك الماء في زجاجة شفافة من الزجاج أو البلاستيك في ضوء الشمس المباشر لست ساعات، كبديل لما سبق.</li> <li>• وفي كل الأحوال، خزّن المياه في وعاء نظيف ومغلق.</li> </ul>	<p>عقم المياه</p>

استكمل هذا القسم عن طريق الرسائل المعنية بالمخاطر. يُرجى النظر إلى قسم ب.2.

## قوائم تدقيق خطة سلامة الأسرة

تظهر النماذج التالية أدوات عملية تقوم على الرسائل المعنّية بالمخاطر الواردة في هذا الكتاب.

<input type="checkbox"/>	قَدْر وخطط
<input type="checkbox"/>	تتوفر خريطة طرق الإخلاء للجميع في المنازل.
<input type="checkbox"/>	لدينا إمدادات طوارئ يسهل نقلها (لأغراض الإخلاء أو الرحلات الميدانية) في المكان المحدد.
<input type="checkbox"/>	نعرف مكان طفايات الحرائق أو مواد إخماد الحرائق وكيفية استخدامها.
<input type="checkbox"/>	أكملنا خطة سلامة أسرتنا في البيت وكذلك مع مقدّم رعاية الطفل (إن كان لديك أطفالاً).
<input type="checkbox"/>	خططنا أنشطة هادئة يمكن للأطفال ممارستها في منطقة التجمع في حالات الطوارئ أو أثناء التدريب.
<input type="checkbox"/>	نعرف أننا علينا استخدام الهاتف في حالات الطوارئ الجسدية وبعد كارثة فقط. سنستخدم الإذاعة والتلفزيون للحصول على معلومات.
<input type="checkbox"/>	نعرف أين نلتقي في حالات المخاطر داخل المنزل: خارج المنزل:
<input type="checkbox"/>	خارج الحي: كما لدينا موقع تسليم رسالة خاصة خارج المنزل.
<input type="checkbox"/>	نسخرنا الوثائق والعناوين الرئيسية وأرقام الهواتف الهامة عدة نسخ. ندع نسخة مع شخصاً نعرفه خارج المنطقة و/أو نحتفظ بنسخة في حقيبة الإخلاء.
<input type="checkbox"/>	ننشر الخبر لجميع معارفنا.
<input type="checkbox"/>	نشارك في التخطيط لحالات الطوارئ مع المجتمع المحلي.
<input type="checkbox"/>	نوضح توقعاتنا لصانعي السياسات المحليين والإقليميين والوطنيين.

### الحد من المخاطر

اتخذنا فيما سبق خطوات لتقليل المخاطر التي تواجهنا.

بالنسبة للزلازل: قد تَبَتْنَا كافة أثاث المنزل الطويل والتَّعِيل وكذلك الأجهزة والإلكترونيات الكبيرة وتركيبات الإضاءة وأي شيء قد يتسبب في قتلنا أو قتل أطفالنا إلى الحائط بمسامير أو على سطح ثابت. بالنسبة للعواصف: لدينا مصاريع أو ما شبه لحماية النوافذ.

نعرف أنه علينا عدم إشعال عود ثقاب أو ولاءة أو أي شعله بعد حدوث زلزال حتى نتأكد من عدم وجود خطر تسرب غاز من أي مكان حولنا.

صُمِّم المبنى الخاص بنا وُبني تبعًا للزلازل أو الرياح أو الفيضانات أو تم معاينته من قِبَل مهندس مؤهل واستُكملت كافة أعمال التصليح أو التحديث المطلوبة.

نقوم بأعمال صيانة المبنى الخاص بنا وحمايته من الرطوبة وكذلك إصلاح الأضرار بمجرد وقوعها.

بالنسبة للزلازل: وضعنا مزاليح على خزائن المطبخ وقمنا بتأمين أجهزة التلفاز والحاسوب وغيرهم من الإلكترونيات الأخرى وكذلك الصور المعلقة على خطافات مغلقة لحماية أنفسنا من أي شيء قد يؤدينا أو ستكون الاستعاضة عنه باه التكاليف.

لدينا مظفأة حريق يتم صيانتها سنويًا أو تُستبدل عند انتهاء مدة صلاحيتها.

قمنا بتأمين متاع الأسرة والأغراض ذات القيمة الثقافية التي قد يفقدها أجيال القادمة.

لقد قمنا بالحد من المواد الخطرة وعزلها وتأمينها لمنع تسريبها أو نشرها.

نحتفظ بالأحذية والمصابيح اليدوية ببطاريات حديثة بالقرب من فراشنا. في حالة الفيضان: نحتفظ بجهاز تعويم أو سترة نجاة بأعلى طابق في المبنى. بالنسبة للحرائق: تخلصنا من كافة ما يشكل خطر في حالات الحرائق حول المنزل. في حال تدفق الماء والحطام: قد أنشأنا قنوات وعلى استعداد لصنع أكياس رمل.

وقد حمينا أنفسنا من تكسر الزجاج باستخدام ستائر ثقيلة أو لاصق أو مصاريع النوافذ.

نحد من استخدام مواردنا ونعيد استخدامها وتدويرها بوعي.

القدرة على الاستجابة من خلال مهارات التنمية وأحكام التخزين

نعرف كيفية استخدام طفاية الحريق.

نعرف كيفية اغلاق الكهرباء والمياه والغاز بمنزلنا.

بالنسبة للتحذيرات المتقدمة: نفهم كل ما يتعلق بأجهزة الإنذار المبكر وكيفية الاستجابة لها.

بالنسبة للزلازل: لقد تدربنا على الهبوط والتغطية والتماسك كما حددنا الأماكن الأكثر أمانًا ألا وهي بجوار الأثاث المنخفض القوي وتحت طاولة قوية وبعيدًا عن النوافذ. في حال لم يستوعب سقفنا أي حمل إضافي أو تعرض للتلف فإننا تدربنا على الركض إلى مساحة خالية.

لقد جمعنا إمدادات النجاة في منزلنا وكذلك حقائب الإخلاء المعبأة لمنزلنا والسيارة. وتشمل جالوتًا واحدًا من الماء لكل شخص في اليوم وطعامًا يكفي لمدة ثلاثة أيام ووصفات طبية وماء وطعام يعطي طاقة عالية وكذلك مصباح كهربائي وبطارية وعدة إسعافات أولية ونقود وملابس احتياطية للتغيير فيها وأدوات نظافة وموّن خاصة نحتاجها بما في ذلك لكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة والأطفال الصغار والحيوانات.

لُلم بمبادئ نظام إدارة الطوارئ القياسي بغرض تنظيم المساعدة الذاتية عقب وقوع الكوارث في مجتمعنا.

لقد تعلمنا كل ما يتعلق بالإسعافات الأولية وكذلك البحث باستخدام الكشاف وإنقاذ المصابين وإخماد الحرائق والاتصال

اللاسلكي والسباحة أو أي من المهارات التطوعية للكوارث المجتمعية.

نموذج خطة سلامة الأسرة

لقب (القاب) العائلة أو عنوان المنزل:	التاريخ:

جهة اتصال فرد بالأسرة/ الأسرة  
(إذا لزم الأمر، سنتوفر مساحة إضافية في رقم 10 أدناه):

الاسم	رقم الهاتف المنزلي	رقم الهاتف الخليوي	البريد الإلكتروني

بيانات الحيوان (الحيوانات) الأليف:

الاسم	النوع	اللون	رقم التسجيل

بعد وقوع الكارثة، طمئن عائلتك وأصدقائك أنك بخير. بإمكانك الاتصال بهم أو إرسال رسالة نصية  
أو تحديث حالتك عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

## خطة العمل

1. الكوارث التي قد تؤثر على منزلنا:

2. ما طرق الهروب من منزلنا؟

3. في حال تفرقنا أثناء الطوارئ، ما هي أقرب منطقة للتجمع بالقرب من منزلنا؟

5. في حال تفرقنا أو لم نتمكن من التواصل مع بعضنا البعض، ستكون جهة الاتصال في حالات الطوارئ خارج منطقتنا المباشرة هي:

الاسم	رقم الهاتف المنزلي	رقم الهاتف الخليوي	البريد الإلكتروني

4. إن لم نتمكن من العودة إلى منزلنا أو طلب منا الإخلاء، فما هي منطقة التجمع المحددة خارج حيناً؟

6. في حال وقوع الكارثة في المدرسة/ الحضانة، فسيتم نقل طفلنا (أطفالنا) إلى:

اسم الأطفال	موقع الإخلاء العنوان وبيانات الاتصال

7. تتمثل خطتنا للأشخاص ذوي الإعاقات أو الاحتياجات الخاصة في منزلنا فيما يلي:

اسم الشخص	الخطّة

8. خلال بعض حالات الطوارئ قد توجهنا السلطات المحلية نحو المأوى المحدد داخل منزلنا. غرفة آمنة وسهلة الوصول يمكننا الذهاب إليها وغلق النوافذ وفتحات التهوية والأبواب والاستماع إلى برامج البث للإلمام بتعليمات خاصة بحالات الطوارئ وهي:



9. مسؤوليات أفراد الأسرة في حالة الكوارث		
المهمة	الوصف	فرد الأسرة المسؤول
مجموعة أدوات الكوارث	قم بتخزين وأخذ مجموعة أدوات الكوارث إن كان الإخلاء ضروريًا. وتشمل العناصر التي قد ترغب في أخذها مأوى الإخلاء. كما تشمل أيضًا الأدوية والنظارات.	
ابق على اطلاع	الاستمرار في الوصول ومراقبة الإذاعة المحلية والتلفاز والبريد الإلكتروني أو الإنذارات النصية للحصول على معلومات هامة وحديثة حول الكوارث.	
المعلومات الطبية الخاصة بالأسرة	تأكد من أخذ المعلومات الطبية الخاصة بالأسرة معنا إن كان الإخلاء ضروريًا.	
معلومات مالية	احصل على نسخ من كشوف الحسابات المصرفية واحتفظ ببعض النقود معك للاعتماد عليها في حال تعطل عمل ماكينات الصرف الآلي وبطاقات الائتمان بسبب انقطاع التيار الكهربائي. أحضر نسخ من فواتير المرافق العامة كدليل على الإقامة في تقديم طلب المساعدة.	
البيانات الخاصة بالحيوان الأليفة	انقل الحيوان (الحيوانات الأليفة) الخاصة بنا واحتفظ بقائمة الهواتف الخاصة بالفنادق الصغيرة وملاجئ الحيوانات الأليفة وجمع وخذ مجموعة أدوات الكوارث الخاصة بالحيوانات الأليفة في اعتبارك.	
المشاركة في الخطة والحفاظ عليها	شارك الخطة الكاملة مع أولئك الذين يتطلعون إلى المعرفة. الاجتماع مع أفراد الأسرة كل ستة أشهر أو حالما تتغير الاحتياجات لتحديث خطة الأسرة.	

10. معلومات أخرى، إن لم يكن من الممكن إدراجها أعلاه.

تهانينا على إكمال خطة عائلتك! يُرجى إخطار الآخرين.

## الجزء ب.2

الرسائل الرئيسية الخاصة بالمخاطر

يوفر القسم التالي رسائل أساسية متعلقة بمخاطر محددة.







## الحر الشديد/ موجة الحر

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية كما أن هناك أيضاً رسائل منفصلة متعلقة بمخاطر محددة أخرى.

أطول. تؤثر موجة الحر حتى على السكان الذين يتحملون درجات الحرارة العالية. على سبيل المثال، في عام 2015، تم الإبلاغ عن أكثر من 1100 حالة وفاة في جميع أنحاء الهند حيث ارتفعت درجات الحرارة بشكل مبالغ فيه في كل من المغرب والبرتغال وإسبانيا في شهر (مايو)، وكذلك أنحاء أوروبا في شهري (يونيو - يوليو). وفي الحالة الأخيرة، صرح الباحثون أنه من المؤكد فعلياً أن يزيد تغيير المناخ من احتمالية حدوث موجة معينة 3

موجة الحر هي فترة ممتدة من درجات حرارة مرتفعة على نحو استثنائي وغالباً ما تكون عالية الرطوبة مما يتسبب في تعديل مؤقت لأنماط الحياة حيث قد تكون ذات آثار صحية ضارة على السكان المتضررين. تعرف المنظمة العالمية للأرصاد الجوية (WMO) الموجة الحرارية بالفترة التي يتجاوز خلالها الحد الأقصى لدرجة الحرارة اليومية الحد الأقصى لدرجات الحرارة المعتادة بمقدار 9 درجات فهرنهايت (أي 5 درجات مئوية) وتُعرف بالفترة العادية كما في 1961 - 1990. من المتوقع زيادة وتيرة ومدى وشدة موجات الحرارة في معظم أنحاء العالم وذلك بسبب الاحتباس الحراري. قد تكون التأثيرات هائلة على صحة الإنسان والاقتصاديات الإقليمية والنظم البيئية.

فمنذ عام 1950، ازداد حدوث موجات الحر في جميع أنحاء العالم وأصبحت مدة هذه الموجات

يمكن للحرارة المرتفعة أن تؤدي بالأشخاص الذين يعانون من الصدمة والجفاف وتطور أمراض الحرارة الحادة وتفاقم أمراض القلب والأوعية الدموية والجهاز التنفسي المزمنة. يمكن للجمعيات الوطنية تعزيز تدابير التأهب لارتفاع درجة الحرارة البسيطة الموضحة هنا.

مصادر للحصول على مرجع إضافي: إجراءات صغيرة وبسيطة لمعالجة تغير المناخ. جنيف: لاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، عام 2016



### قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تعرف على نقاط ضعف منطقتك في ظروف الطقس القاسية	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف على المخاطر والنتائج المحتملة المترتبة على الحرارة الشديدة التي قد تؤثر على موقعك.</li> <li>تعرف على قنوات التواصل من أجل الإنذار المبكر بالحر الشديد في منطقتك.</li> </ul>
عليك الإمام بفرص الحماية وكذلك المأوى القريب منك	<ul style="list-style-type: none"> <li>وكذلك ظلال الأشجار.</li> <li>ابحث عن مرافق الظلال كواجهات المتاجر أو كابينة المواصلات وما إلى ذلك.</li> <li>تعاون مع مجتمعك لتحديد الأماكن التي يمكن لأفراد المجتمع اللجوء إليها لتخفيف وطأة الحر عند شدته وكذلك عند انقطاع التيار الكهربائي.</li> </ul>
عليك الإمام بمخاطر موجات الحر وساهم في نشر التوعية بها.	<ul style="list-style-type: none"> <li>خطط لكيفية إحداث تغييرات واعتماد الأنشطة الرئيسية أثناء موجات الحر لتجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس.</li> <li>عليك الإمام بأعراض الأمراض التي قد تسببها ارتفاع درجة الحرارة وكذلك سبل المعالجة المناسبة وأماكن الرعاية الطبية.</li> <li>تأكد من كونك واحداً من المجموعة المحتمل تضررها.</li> </ul>
تعرف على أقرب نقاط الدعم الطبي إليك.	<ul style="list-style-type: none"> <li>قد تُقدم المستشفيات والمراكز الطبية الثلج والمياه المثلجة وغيرها من وسائل الدعم.</li> </ul>
جهز مجتمعك بآليات إنذار	<ul style="list-style-type: none"> <li>وظف طاقات الشباب والمتطوعين في مجتمعك لدعم الرعاية الأنشطة الإضافية.</li> <li>أصدر تعليمات للعاملين بمجال الصحة وأفراد المجتمع فيما يتعلق بالمخاطر المحددة لموجات الحر ودرّبهم على الاستجابة السريعة</li> </ul>



### التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
جهاز أدوات لإنشاء هياكل تبريد/تظليل مؤقتة	<ul style="list-style-type: none"> <li>يصعب إنشاء مناطق تبريد/ أو تظليل خلال موجة الحر الشديد؛ ومن شأن التجهيز لذلك في ظروف جوية أقل حرارة أن يسهل القيام بهذه الأعمال.</li> </ul>
احمي منطقة الإقامة الخاصة بك	<ul style="list-style-type: none"> <li>حافظ على برودة الغرف باستخدام المظلات أو المواد خارج النوافذ. وإن تعذر القيام بذلك، استخدم ستائر بألوان مشرقة واغلقها (يمكن للستائر المعدنية والستائر ذات الألوان الداكنة رفع درجة حرارة الغرفة).</li> <li>احرص على أن يكون بمنزلك مكيف هواء ما أمكن ذلك.</li> </ul>
عدل عاداتك بخصوص الأكل والشرب لتضمن كفاية جسدك من المياه.	<ul style="list-style-type: none"> <li>خطط للتأكد من كفاية المؤن مثل الطعام والمياه والأدوية اللازمة.</li> <li>تناول وجبات خفيفة لكن زد عدد الوجبات باستمرار.</li> <li>اشرب حتى لو لم تشعر بالعطش.</li> <li>حدد أماكن توافر مياه الشرب في مجتمعك التي يمكنك الاستفادة منها.</li> </ul>
عدل جدول الأعمال اليومية	<ul style="list-style-type: none"> <li>حاول تجنب ممارسة الرياضة أو التمارين الثقيلة أو العمل خلال ساعات الذروة.</li> </ul>





الاستعداد

الرسائل

ابق على  
رصد أو  
إلى الز

تجنب ال

احم نفسك  
الملابس

حافظ ع

تجنب شرب أي المشروبات.



<ul style="list-style-type: none"><li>• اطلب المساعدة الطبية في حال هناك أعراض مثل ضيق التنفس أو ألم بالصدر أو اختلال أو ضعف أو دوخة أو تشنجات إذا ازداد الأمر سوءاً أو لم تزول هذه الأعراض.</li><li>• تُعد الحاجة إلى العناية الطبية ضرورية إذا استمرت التشنجات الحرارية لأكثر من ساعة.</li><li>• استرح على الفور في مكان بارد إن كان لديك تقلصات عضلية مؤلمة واشرب محلول معالجة جفاف يحتوي على إلكتروليت.</li><li>• إلغ الأنشطة المضنية المخطط لها أو أعد جدولتها حتى أنسب درجة حرارة في اليوم.</li></ul>	<p>كن على بينة من أعراض المرض الناجم عن الحرارة</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• استخدم نظام الرفقة عند العمل في درجة حرارة عالية وتواصل مع الأشخاص المعرضين للخطر.</li></ul>	<p>تواصل مع زملائك</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• تحقق من الأسر والأصدقاء والجيران الذين لا يمتلكون مكيف هواء ويقضون معظم الوقت بمفردهم أو من هم أكثر عرضة للتأثر بدرجة الحرارة.</li><li>• تفقد الحيوانات الخاصة بك باستمرار للتأكد من عدم تضررهم من الحرارة.</li><li>• حفز التضامن واطلب من الناس التواصل بشكل استباقي لدعم المسنين والمصابين بأمراض مزمنة خلال أوقات الحر الشديد (الأسر والجيران والأصدقاء).</li><li>• لا تترك حيواناً داخل السيارة في يوم شديد الحرارة.</li></ul>	<p>راقب الناس والحيوانات المعرضين للخطر من حولك</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• تناول مشروبات باردة وتجنب الإفراط في الكحوليات والكافيين والمشروبات الساخنة</li><li>• تناول الأطعمة الباردة خاصة تلك التي تحتوي على نسبة عالية من الماء.</li><li>• خذ حماماً بارداً.</li><li>• اغلق الستائر من الداخل.</li><li>• استخدم مكيف الهواء أو المراوح إن كانت درجة الحرارة في الخارج فوق 95 درجة فهرنهايت (35 درجة مئوية) مع ارتفاع الرطوبة.</li><li>• احتفظ بقطعة قماش مبللة خلف رقبتك.</li></ul>	<p>هدئ من نفسك</p>



## العواصف الشتوية/ موجات البرد

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية المتعلقة بكافة المخاطر المنزلية وتخطيط المتعلق بالكوارث العائلي كما أن هناك رسائل منفصلة متاحة متعلقة بمخاطر محدّدة أخرى.

الموجة الباردة هي ظاهرة مناخية تتميز ببرودة ملحوظة للهواء أو هبوب هواء بارد جداً على مساحة كبيرة. كما قد تكون فترة طويلة من الطقس البارد للغاية مصحوباً برياح عاتية تسبب في موجات رياح مما يؤدي إلى طقس يبدو أكثر برودة مما هو عليه. وتتميز بانخفاض في متوسط درجة الحرارة يتجاوز المتوقع لمنطقة ما بكثير مع تأثيرات على السكان والمحاصيل والممتلكات وكذلك الخدمات. قد تسبق موجات البرد أو يصحبها أحوال جوية شتوية حادة، مثل الصقيع أو العواصف الثلجية. تشمل الأسماء الأخرى لموجة الباردة البرد المفاجئ والتجمد الشديد.

يمكن للبرد القارس جلب عواصف شتوية وصقيع ومطر متجمد-

قد تصبح المخاطر كالبقاء آمناً آمن بمثابة تحدياً. قد يسبب الإجهاد المفرط والإرهاق في الطقس البارد لانخفاض في حرارة الجسم وقضمة الصقيع والسكتة القلبية. خلال العواصف الشتوية، يؤدي تجمد الطرق إلى زيادة حوادث المركبات. قد ينقطع التيار الكهربائي عن العديد من المنازل وتصبح باردة للغاية، مع وجود أنظمة تدفئة غير مهيأة بشكل مناسب للطقس. يمكن لأجهزة التدفئة والمواقف الموجودة في الداخل أن تزيد من خطر تسمم غاز أول أكسيد الكربون والحرائق المنزلية.

يختلف البرد القارس وأثاره حسب الموقع ولكن يمكن للجميع اتخاذ التدابير اللازمة للتأهب له من أجل حماية النفس والأسرة. فيما يلي بعض التدابير التي يجب أخذها في الاعتبار أثناء موجات البر القارس والعواصف الشتوية.





التخفيف

الرسائل

إعداد ال  
العواصف  
الاعتبار

جَهز سد

كن على  
المعرضة للخطر

- أن يكون لديك خطة ومأوى في المكان لحماية الحيوانات الخاصة بك؛ ألق بأغذية إضافية بالقرب من الحيوانات. وفر المياه لأن الحيوانات معرضة لخطر الجفاف خلال العواصف الشتوية.



الاستعداد للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
ابق على اطلاع: عن طريق رصد أحوال الطقس واستمع إلى الراديو واتبع التعليمات	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارصد أحوال الطقس بدقة لترى ما إذا كانت الظروف الجوية القاسية أو العواصف الشتوية أو مراقبة العواصف الشتوية تهب في منطقتك.</li> </ul>
حافظ على رطوبة جسمك	<ul style="list-style-type: none"> <li>اشرب الكثير من السوائل الدافئة للاحتفاظ بدفيء جسمك.</li> <li>تجنب الكحول.</li> </ul>
احم نفسك بعن طريق ارتداء الملابس المناسبة وتغطية الجلد المكشوف	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارتد الملابس المناسبة للطقس البارد.</li> <li>توفر الأقمشة الصناعية والصوفية عزلاً أفضل حيث أن بعض المواد الصناعية مصممة لعزل العرق عن جسمك جعلك جافاً.</li> <li>ارتدي طبقات من الملابس وطبقة خارجية مقاومة للرياح.</li> <li>ارتدي جوارب دافئة وقفازات وقبعة ووشاح. تأكد من تغطية أنفك لحمايتها.</li> <li>إذا تبللت، قم بتغييرها وارتدي ملابس جافة في أقرب وقت ممكن. إنك تفقد الحرارة بوتيرة أسرع عندما تكون مبتلاً.</li> </ul>
كن على دراية بأعراض الأمراض الناجمة عن البرد.	<ul style="list-style-type: none"> <li>اطلب المساعدة الطبية في حال ظهور أعراض انخفاض حرارة الجسم أو قزمة الصقيع.</li> <li>تجنب الإرهاق (الذي يمكن أن يسبب السكتة القلبية)، وغالباً ما ينتج عن ذلك إزالة الثلج.</li> <li>تجنب التعرض للبرد الشديد والثلوج.</li> <li>حافظ على رطوبة جسمك</li> </ul>
راقب الناس المعرضين للخطر من حولك	<ul style="list-style-type: none"> <li>تحقق من الأسر والأصدقاء والجيران الذين هم أكثر عرضة للبرد الشديد.</li> <li>حفز التضامن واطلب من الناس التواصل بشكل استباقي لدعم المسنين والمصابين بأمراض مزمنة خلال أوقات البرد القارس (الأسر والجيران والأصدقاء).</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من توفر الطعام والماء للحيوانات الأليفة والماشية أو حيوانات المزرعة وعدم تعرضها بشكل مفرط للبرد الشديد.</li> </ul>	<p>احمي الحيوانات الأليفة الخاصة بك وكذلك الماشية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تجنب القيادة إن أمكن.</li> <li>• تجنب التعرض للبرد الشديد والصقيع.</li> </ul>	<p>ابحث عن مأوى على الفور</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• المياه الجارية، حتى لو كانت ضعيفة، قد تساعد في منع تجمد المواسير.</li> <li>• لا تستخدم مصادر تسخين بديلة داخل منزلك مثل مولد الكهرباء.</li> <li>• لا تستخدم أجهزة التدفئة والطهي المعدة للاستخدام في الهواء الطلق وغير مصممة بفتحة تهوية.</li> </ul>	<p>احمي منزلك واستخدم المون المناسبة.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تجنب السفر بمفردك ليلاً.</li> <li>• إذا حوصرت، عليك البقاء داخل السيارة.</li> <li>• قد يبطء عند القيادة في جو الصقيع، حيث يصعب رؤية الجليد.</li> </ul>	<p>تجنب الظروف غير الآمنة أثناء العاصفة الشتوية، إن كنت في مركبة.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحقق دائماً من سمك ولون الثلج -الرمادي يشير إلى أن الجليد ليس سميكاً بما فيه الكفاية.</li> <li>• يجب أن يكون الثلج أزرقاً واضحاً (أكثر من 12 سم) قبل أن يكون آمناً للوقوف عليه.</li> </ul>	<p>كن على دراية بخطر الجليد في البرك والبحيرات</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بعد العاصفة، كن على دراية بشأن انقطاع التيار الكهربائي</li> <li>• الفيضانات الناجمة عن ذوبان الثلوج. قد يحذر إن كنت على الطريق.</li> <li>• تفقد المواسير لأنها قد تتجمد، لأن الماء قد يتسبب في انفجارها عندما يتجمد.</li> <li>• أنثر الملح على الممرات إن كان ممكناً وانزح الثلوج من الأرصفة الخاصة بك للحد من خطر الإصابة من الانزلاق على الجليد.</li> </ul>	<p>كن على بينة من لا مخاطر بعد العاصفة</p>





## الأمراض المعدية والأوبئة الرئيسية

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. كما أن هناك أيضًا رسائل منفصلة متعلقة بمخاطر محدّدة أخرى.

قد يشكل عدد الأمراض المعدية تهديدًا كبيرًا على المستويات المحلية أو الإقليمية أو العالمية المؤدية إلى تفشي الأوبئة. يرجع الوباء إلى زيادة مفاجئة، في كثير من الأحيان، في عدد حالات المرض المعدى فوق ما هو متوقع عادة في مجموعة سكانية معينة ضمن منطقة معينة. ومن بين الأوبئة الرئيسية، هناك الكوليرا وأمراض الإسهال والحصبة والملاريا وحمى الضنك. الوباء الشامل هو نوع من الأمراض المعدية ينتشر بين البشر في منطقة كبيرة أو قارات متعددة أو عالمية. تلك هي الأمراض التي تصيب البشر وقد تنتشر بسهولة. تصبح الأوبئة كوارث عندما تتسبب في وفاة العديد وكذلك الأمراض و/ أو لها العديد من الآثار الاجتماعية والاقتصادية. هناك مخاوف بشأن الأمراض الوبائية المحتملة بما في ذلك سلالات جديدة من الإنفلونزا مثل متلازمة الالتهاب التنفسي الحاد (سارس) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) الذي لا يُحصن البشر ضده. كانت الأوبئة في الماضي تشمل الكوليرا والجذام والحصبة وشلل الأطفال والحمى الصفراء.

- الأمراض المنقولة عن طريق الماء على سبيل المثال الكوليرا.
- أمراض منقولة عن طريق الحيوان: تنتقل بين الحيوانات والناس عن طريق الاتصال المباشر وغير المباشر على سبيل المثال الفيروسات والبكتيريا والطفيليات والفطريات؛
- المنقولة عن طريق الحشرات: تنتقل عن طريق قرصات البعوض والبراغيث والقراد وما إلى ذلك على سبيل المثال: الملاريا وحمى الضنك والطاعون؛
- الأمراض المنقولة عن طريق الأغذية: تنتقل عن طريق إعداد وتناول الطعام على سبيل المثال: السالمونيلا والليستيريا والتهاب الكبد أ.

يمكن الوقاية من الأوبئة وكذلك الأوبئة سريعة التفشي والتخفيف من حدتها عن طريق مجموعة من تدابير الأسرة والمجتمع،

- قد تُعرف الأوبئة والأمراض المنقولة بما يلي:
- الأمراض المنقولة عن طريق الهواء والقطرات، على سبيل المثال: الانفلونزا والحصبة ومتلازمة الالتهاب التنفسي الحاد (سارس) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس)؛
- الأمراض المنقولة بالدم و/ أو سوائل الجسم: تنتقل عن طريق الاتصال، بما في ذلك نقل الدم من الأم إلى الطفل في الرحم والنشاط الجنسي على سبيل المثال فيروس الإيبولا وفيروس نقص المناعة البشرية HIV

- مثل النظافة الشخصية والصرف الصحي
- الحصول على مياه نظيفة
- غسل اليدين
- التطعيم
- تناول أدوية مضادة للفيروسات
- التباعد الاجتماعي
- الممارسة السريرية السليمة
- الرصد الاستباقي
- أجهزة الإنذار المبكر
- مكافحة نواقل الأمراض
- إمكانية الحصول على الأغذية الآمنة.



### قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
احمي مصادر المياه النظيفة	<ul style="list-style-type: none"> <li>احمي مصادر المياه من تلوث الحيوانات ومياه الصرف.</li> <li>استخدم مصادر المياه بعناية وحافظ عليها.</li> </ul>
استخدم دورات المياه	<ul style="list-style-type: none"> <li>تساعد المراحيض النظيفة والسليمة على منع الأمراض.</li> </ul>
قم بتطعيم الأطفال للحفاظ على سلامتهم	<ul style="list-style-type: none"> <li>احتفظ ببطاقات التطعيم الخاصة بالرضع والأطفال.</li> <li>تابع التطعيمات أولاً بأول.</li> <li>اشترك في حملات التطعيم.</li> <li>تناول تطعيمات ضد شلل الأطفال والدفتيريا والحصبة.</li> </ul>
تابع نشرات مؤسسات الصحة المحلية والسلطات الخاصة بالأوبئة والأمراض التي قد تحدث في منطقتك.	<ul style="list-style-type: none"> <li>كن على دراية بأن مخاطر الأوبئة المحتملة وانتقالها يحدث من خلال الهواء والماء والغذاء وحاملي المرض و/أو تبادل سوائل الجسم.</li> <li>ابق على علم بالأمراض المنقولة عن طريق الهواء والماء والأغذية وحاملي المرض وإضافة إلى الأمراض الناجمة عن تبادل سوائل الجسم.</li> </ul>
اجعل مجتمعك على دراية بكيفية الوقاية من المرض	<ul style="list-style-type: none"> <li>قم بتوعية أعضاء المجتمع بكيفية الاعتناء بأنفسهم والحفاظ على الممارسات الصحية. فمن شأن ذلك المحافظة على الوقاية من المرض والأوبئة.</li> </ul>
حافظ على نظافة مجتمعك نظافة أسرته	<ul style="list-style-type: none"> <li>حافظ على نظافة مجتمعك. فمن شأن ذلك المحافظة على الوقاية من انتشار الجراثيم وتكاثر نواقل الأمراض.</li> </ul>
حافظ على سلامة المجتمع - اتصل بالرقم المخصص لبلدك عند التعرض لخطر التسمم وللإبلاغ عن أي مرض غير عادي يصيب الحيوانات	<ul style="list-style-type: none"> <li>أخطر السلطات بأي حوادث مرضية غير اعتيادية تصيب البشر أو الحيوانات فوراً.</li> </ul>





### التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
أ. عام	
استخدم مصادر مياه نظيفة وأمنة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعد توفير مياه شرب صحية من أكثر التدابير أهمية للوقاية من الأمراض.</li> <li>• حماية مصادر المياه من تلوث الحيوانات ومياه الصرف.</li> <li>• استخدم مصادر المياه بعناية واحرص على صيانتها جيداً.</li> <li>• وتشمل عوامل الخطر ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> <li>• الحيوانات المريضة</li> <li>• البشر المرضى</li> <li>• مصادر المياه غير المشمولة بالحماية</li> <li>• تسريب خزانات الصرف الصحي والمراحيض</li> <li>• المياه السطحية الملوثة المتجهة نحو الآبار والينابيع</li> <li>• الحيوانات التي تستخدم نفس المصدر الذي يستخدمه البشر</li> <li>• الأشياء التي تسقط في الآبار</li> </ul> </li> </ul>
حافظ على نظافة المياه عن طريق تخزينها بطريقة آمنة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• نظّف يديك واستخدم أدوات نظيفة دوماً عند جمع المياه أو تخزينها.</li> <li>• استخدم أوعية وحاويات نظيفة لنقل وتخزين المياه.</li> <li>• حافظ على نظافة المياه عند جمعها ونقلها وتخزينها.</li> <li>• خذ مياه الشرب من أوعية التخزين باستخدام بوتقة نظيفة أو مغرفة حتى لا يتلوث الماء بالأيدي والأكواب وغيرها من الأدوات.</li> <li>• تخلص من الماء الراكد حتى تمنع البعوض من استخدامها كمواقع للتكاثر مما يؤدي إلى تلوثها.</li> </ul>
عقم المياه بشكل مناسب	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعلم ونفذ طرقاً موثوقة لتنقية المياه لأهل بيتك (مثال: أقراص التنقية والكلور).</li> </ul>
واظب على النظافة الشخصية	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعلم كيفية غسل يديك بشكل صحيح مستخدماً المياه النظيفة والصابون.</li> <li>• احرص على غسل يديك دائماً بعد استخدام الحمام، وقبل وبعد تحضير الطعام أو تناوله.</li> <li>• اغتسل بانتظام.</li> </ul>
واظب على استخدام خدمات الصرف الصحي بطريقة صحيحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تخلص من أية نفايات منزلية أو بشرية أو حيوانية دون تلويث التراب والمياه.</li> <li>• تخلص من أية نفايات تستقطب الحشرات الطائرة والزاحفة.</li> <li>• حافظ على نظافة منزلك وفنائك، وتخلص من أية ماء راكد قد يصبح موطناً لتكاثر البعوض أو غيرها من النواقل.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• حافظ على نظافة الطعام ومخم ومغضى لتجنب الذباب والقوارض والحيوانات.</li> <li>• قم بطهي الطعام جيدا.</li> <li>• عليك بتنظيف يدك وكذلك الأدوات جيدا عند ملامسة أو تحضير الطعام</li> <li>• اغسل الخضار والفاكهة جيدا بماء نظيف قبل تناولها.</li> <li>• قم بطهي اللحم جيدا.</li> <li>• لمنع حدوث التلوث المتبادل افصل اللحوم النيئة من المحاصيل الطازجة مثل الخضار والفواكه عند التسوق والتخزين في الثلاجة واستخدم ألواح تقطيع مختلفة للمحاصيل الطازجة واللحوم النيئة كلما أمكن ذلك.</li> </ul>	<p>حافظ على نظافة الطعام</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تخلص من الفضلات البشرية والحيوانية بشكل آمن للمحافظة على نظافة البيئة.</li> <li>• تجنب تلوث مصادر المياه. لتجنب تفشي الأمراض استخدم المراحيض ولا تقضي حاجتك في العراء.</li> <li>• في حال عدم توفر مراحيض، اقض حاجتك على بُعد مساحة آمنة من المنازل ومصادر المياه وأماكن لعب الأطفال. ادفن البراز فوراً أو غطه بالتراب أو الرمال أو الرماد.</li> <li>• حدد موقع المراحيض الخندقية ومراحيض الحفر بعيداً عن مصادر المياه (أو مرتفعة عند وجود مياه جوفية قريبة) وحافظ على نظافتها.</li> <li>• احرص على تفريغ مراحيض الحفر أو تبديلها بانتظام عن طريق أشخاص مدربين بحوزتهم أدوات ميكانيكية ووقائية فضلاً عن القيام بذلك يدوياً.</li> </ul>	<p>تخلص من الفضلات البشرية والحيوانية بشكل آمن</p>
<p>ب-الأمراض المنقولة عبر الهواء</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اغسل يديك جيدا بماء نظيف وصابون</li> <li>• ولهذا أهمية كبيرة قبل وبعد الاتصال بالأشخاص المرضى.</li> </ul>	<p>اغسل يديك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• دائماً غطِّ فمك وأنفك عند السعال والعطس. يمكنك السعال أو العطس في كوعك أو في لفحتك أو في منديل ورقي أو قماش. في حال سعلت أو عطست في يديك فاغسلهما فوراً بالماء والصابون.</li> <li>• تجنب ملامسة عينيك أو أنفك أو فمك إلا إذا غسلت يديك جيداً.</li> </ul>	<p>غطِّ فمك وأنفك عند السعال أو العطس</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حالة تفشي الأمراض المعدية، ابق على مسافة آمنة وتجنب وجودك في حشود إن أمكن. ابتعد عمن تتكلم معه بمسافة 1-2 متر أي (3-6.5 قدم). تجنب الاتصال الجسدي عند تحية الناس؛ فعلى سبيل المثال لا تصافحهم أو تقبلهم.</li> <li>• حدِّ من الزيارات غير الضرورية للأشخاص المرضى أو المستشفيات.</li> <li>• ابق على مسافة آمنة عندما تتحدث أو تتفاعل مع الناس.</li> <li>• تجنب الأماكن المكتظة بالناس قدر الإمكان وابق في المنزل إن بدت عليك أعراض المرض.</li> </ul>	<p>ابق على مسافة بعيدة (تجنب وحد من الاتصال القريب وغير المحمي من المرضى).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تخلص من النفايات والمواد المكشوفة. كَبِّ الأُتْعَة المستعملة والمناديل الورقية كما ينبغي وضعهم في كيس محكم الغلق قبل دفنها أو حرقها.</li> </ul>	<p>التخلص من النفايات</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اعزل المرضى من أفراد أسرتك واعتني بهم للحد من انتشار المرض:</li> <li>• اعزل أفراد أسرتك المرضى بنقلهم إلى غرفة، أو ركن من أركان المنزل أو إلى الخارج إن كان الجو مواتياً.</li> <li>• على رب الأسرة الالتزام بتدابير السلامة التالية:</li> <li>• ارتد قناعاً عندما تكون على بعد أقل من 1 متر (3 أقدام) من الشخص المريض.</li> <li>• ارتد دائماً ملابس واقية عندما تكون في الغرفة واخضعه قبل أن الخروج منها.</li> <li>• اغسل يديك بعد تقديم العناية.</li> <li>• على أفراد الأسرة تفقد أنفسهم يومياً من الإصابة بالحمى والسعال. احرص على تلقي الأطفال والنساء الحوامل والأشخاص المصابين بأمراض أخرى للرعاية الصحية في حال إصابتهم بمرض ما.</li> </ul>	<p>اعزل مرضاك واعتن بهم</p>

ج- انتقال المرض عن طريق الدم أو سوائل الجسد	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا تقدم الرعاية الصحية للمرضى داخل المنزل وقم باتخاذ التدابير المناسبة وقتما أمكن ذلك. إن كان ذلك في المنزل، فقم بعزل المرضى من أفراد المنزل عن الآخرين واعتن بهم بانفراد وبشكل مناسب.</li> <li>• استخدم ما يتطلبه من معدات وقائية بما في ذلك القفازات والقفازات والنظارات الوقائية والقفاز.</li> <li>• لا تلمس شخصًا مصابًا يحتمل حمله لأعراض مرض ما.</li> <li>• لا تشارك الأدوات المنزلية مع الأشخاص المرضى.</li> </ul>	<p>ابق على مسافة بعيدة (تجنب الاتصال القريب وغير المحمي بالمرض).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اغسل يديك جيدًا بماء نظيف وصابون في حال توفرهم.</li> <li>• لغسل اليدين أهمية كبيرة قبل وبعد الاتصال بالأشخاص المرضى.</li> </ul>	<p>اغسل يديك جيدًا</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا تمارس نشاط جنسي غير آمن. استخدم الواقي الذكري.</li> <li>• لا تستقبل السوائل الناتجة من أجسام الأشخاص الآخرين في فمك.</li> </ul>	<p>مارس الجنس الآمن</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• استخدم معدات وقائية (قفاز، وقفازات، وواقي للعينين والقدم) عند الحاجة.</li> <li>• تأكد من تنظيف وتطهير الدم وسوائل الجسد.</li> </ul>	<p>احم أفراد أسرته من الدم الملوث وسوائل الجسد</p>
د- الأمراض الحيوانية المصدر	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اغسل يديك دائمًا قبل لمس حيوانات أو مولتهم.</li> <li>• إياك أن تلمس حيوانًا مريضًا أو شاردًا قبل استخدام معدات وقائية.</li> <li>• تجنب الاحتكاك بالطيور والدواجن في مواقع نفثي الإنفلونزا.</li> <li>• تجنب الاحتكاك بالحيوانات مثل الخفافيش والشمبانزي حيث أنهما حاملان شائعين للحمى النزيفية الفيروسيّة- فيروس إيبولا.</li> <li>• تجنب الاحتكاك غير المحمي بالجمال خلال وباء التهاب الجهاز التنفسي في الشرق الأوسط (MERS-COV).</li> </ul>	<p>تجنب التعرض للاحتكاك بالحيوانات التي قد تكون مصابة. ويشمل هذا الحيوانات الأليفة والحيوانات المتوحشة والحيوانات المنزلية حيث من شأنها نقل أمراضًا خطيرة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إياك أن تأكل حيوانات مريضة أو ميتة.</li> <li>• إياك أن تشرب حليبًا غير مبستر أو تأكل لحما نيئًا. اطه اللحم جيدًا.</li> </ul>	<p>لا تأكل الحيوانات التي قد تحمل أمراضًا</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تجنب التعامل والاقتراب من الكلاب غير المعروفة.</li> </ul>	<p>اتخذ الممارسات التي تحد من التعرض لعضة الكلاب</p>
هـ- الأمراض التي تنقلها الحشرات (بالدغات)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تخلص من أي ماء راكد قد يصبح موطنًا لتكاثر البعوض أو غيرها من النواقل.</li> <li>• أفرغ أي وعاء لحفظ الماء وتخلص من النفايات والأوعية حيث يمكن أن يتكاثر البعوض فيه.</li> <li>• نظف المزاريب وأفرغ أو عالج حمامات السباحة والبرك (أو استخدم أسماك الجوبي التي تتغذى على اليرقات)</li> <li>• استخدم شاشات على النوافذ والأبواب.</li> </ul>	<p>تحكم في البعوض داخلًا وخارجًا</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يتجنب الناقلون (الأشخاص المصابون) التعرض للعض من قبل البعوض لأنهم يستطيعون نشر العامل الممرض (وهو على سبيل المثال عامل منتج للمرض وخاصة ما يكون فيروس أو بكتيريا).</li> <li>• ارتداء ملابس طويلة الأكمام ذو ألوان فاتحة.</li> <li>• استخدم المبيدات الحشرية بانتظام والمواد الطاردة للحشرات للحماية اليومية من لدغات البعوض (الذي يمكن أن ينشر فيروس الزيكا والحمى الصفراء والشيكونغونيا وحمى الضنك).</li> </ul>	<p>تجنب لدغات الحشرات</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• النوم تحت ناموسيات معالجة بمبيدات حشرية طويلة الأمد (LLIN) في المناطق الموبوءة بالملايا للحد من التعرض للبعوض الحامل للملايا.</li> <li>• احرص على أن ينام كبار السن والرضع والأطفال الذين ينامون خلال النهار تحت ناموسية (LLIN).</li> </ul>	<p>تم تحت الشباك الواقى من البعوض</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتبع التعليمات الواردة على ملصق المنتج.</li> <li>• لا تستخدمه على الأطفال دون الشهرين.</li> <li>• لا تضعه على أيدي الأطفال، أو أعينهم أو أفواههم أو بشرتهم المتحسسة (استخدم اليد عند وضعه على الوجه).</li> <li>• لا تستخدم منتجات تحتوي على الليمون أو الأوكالبتوس أو الباراميتانديول على الأطفال دون سن الثالثة.</li> <li>• لا ترش المواد الطاردة للحشرات على البشرة تحت الملابس.</li> <li>• إن استخدمت واقى الشمس، قم بوضعه أولاً.</li> </ul>	<p>استخدم طارد الحشرات حسب التعليمات</p>
<p>و-الأمراض المنقولة عن طريق الغذاء</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اغسل اليدين والأدوات والأسطح خلال وبعد تجهيز وتحضير الطعام باستخدام ماء نظيف.</li> <li>• حافظ على نظافة كافة أسطح المطبخ والأدوات والملابس.</li> <li>• تجنب مزج أو الاحتفاظ باللحم النيئ والسّمك والبيض مع بعضهم البعض. اغسل يديك وأي سطح و/أو أية أدوات استخدمت لتخزين أو تجهيز اللحم النيء والسّمك والبيض حيث من الممكن أن تنتقل البكتيريا إلى الطعام المطبوخ و/أو تتلّص.</li> </ul>	<p>حافظوا على نظافة وأمان أنفسكم والبيئة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قد تكون لحوم الدواجن النيئة واللحوم الحمراء والبيض والحليب غير المبستر ملوثة. إن الطهي (أو إعادة التسخين) جيداً على درجة 158 فهرنهايت أي ما يعادل 70 درجة مئوية يؤدي إلى قتل أية من مسببات الأمراض.</li> </ul>	<p>اطه الطعام بشكل جيد وأعد تسخينه</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما يبرد الطعام المطهو حتى يصل إلى درجة الغرفة قد ينتج بكتيريا ضارة. الطعام المجهز يجب أن يؤكل فوراً.</li> </ul>	<p>تناول الطعام المطهو مباشرة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• من الممكن تخزين الطعام المطهو (في 140 درجة فهرنهايت أو أكثر أو ما يعادل 60 درجة مئوية أو أن يخزن بارداً في 33.8 درجة فهرنهايت أو أقل أو 10 درجات مئوية).</li> <li>• برد الطعام المطهو خلال ساعتين من تحضيره.</li> </ul>	<p>خزن الطعام المطهو بحذر</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• خزن الطعام في حاويات مغلقة لمنع تلوثه.</li> </ul>	<p>احم الطعام من الحشرات والقوارض والحيوانات الأخرى</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أفضل حالة للأطعمة مثل (الخضار والفواكه) هو في حالتها الطبيعية.</li> <li>• أكثر ما يكون الحليب ومنتجات الألبان آمنين عند بسترتهم وأكثر ما تكون الدواجن آمنة عند معالجتها بالإشعاع المؤين.</li> </ul>	<p>اختر الطعام المعالجة للأمان</p>



### الاستعداد للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
استمع إلى النصائح الرسمية الصادرة عن مؤسسات الصحة والمتعلقة بإجراءات الوقاية والحماية والالتزام بها	<ul style="list-style-type: none"> <li>• للمؤسسات عادة معلومات موثوقة وصورة شاملة من شأنها تحليل الوضع وتقديم الإرشادات لتحقيق الأمان.</li> <li>• اغسل اليدين بالصابون والماء.</li> <li>• لا تلمس فمك أو عينيك أو أنفك ببديك دون غسلها حتى تقلل من خطر الإصابة بالعدوى من أثر الجراثيم وتقلل أيضا من تفشي الإنفلونزا والحمى النزيفية الفيروسية والكوليرا وغيره.</li> <li>• حدّ من الاتصال الجسدي بالناس المصابين بوباء أو جائحة -وابق على مسافة أمان، وتجنب التقبيل واللمس.</li> <li>• استخدم معدات وقائية كما هو موصى به مثل (الأقنعة والقفازات وهكذا).</li> <li>• اشترك في حملات اللقاحات كما هو موصى به مثل لقاح (الكوليرا، والحصبة وغيره).</li> </ul>
تعلم أين وكيف تبلغ عن أو تحصل على رعاية طبية	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرّف على أقرب مراكز صحية. يتعرف موظفو الصحة خلال الأوبئة والجوائح على مراكز صحية خاصة لتقديم الرعاية.</li> <li>• تعرف على أرقام هواتف الطوارئ وإجراءاتهم للحصول على الخدمات الصحية.</li> </ul>
اعتن بنفسك وأفراد أسرتك	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حافظ على نظافتك الشخصية</li> <li>• ابن مناعتك باتباع نظام غذائي جيد وممارس التمارين الرياضية بانتظام واحصل على الراحة الكافية.</li> <li>• قلل من حدة التوتر وتجنب التدخين.</li> <li>• ارتد قناعا عندما تكون على مقربة من شخص مريض أو مصاب بمرض معد.</li> <li>• إن بدت عليك أية أعراض التزم المنزل.</li> </ul>
اتخذ إجراءً مناسباً عندما تظن أنك أو أحد أفراد أسرتك قد أصيب أو تأثر	<ul style="list-style-type: none"> <li>• راقب نفسك وتفحص الأعراض يوميا.</li> <li>• اتصل بالمساعدة الطبية أو راجع المؤسسات الطبية القريبة أو المخولة فوراً إذا أصابتك الأعراض.</li> <li>• سيطر على الحمى بتخفيض درجة حرارة الجسد وتناول الكثير من السوائل.</li> <li>• احترم ما قرّر من فترة العزل أو الحجر وإجراءاته.</li> </ul>
اتخذ اجراءات فورية إذا تعرضت بالخطأ لدماء أو سائل شخص قد يكون مصاباً.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• احذر بعض الفيروسات التي قد تنتقل عن طريق الدم وسوائل الجسم من خلال جروح البشرة أو مخاط الجلد أو الوخز بالإبر. اتخذ إجراءات فورية عند التعرض لما سبق.</li> <li>• استخدم مطهر الجراثيم عند الحاجة.</li> <li>• أبلغ الحادث للمختصين أو العاملين في المرافق الصحية للحصول على العناية المطلوبة.</li> <li>• اغسل المنطقة المصابة جيداً بالماء والصابون (إن أصيبت، فانضح العينين بالماء).</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا احتاج شخص ما إلى رعاية طبية ولا يمكن معالجته في المنزل، فاذهب به إلى أقرب عيادة صحية أو مشفى للحصول على المساعدة.</li> </ul>	<p>اطلب الرعاية الصحية لأي شخص لا يمكن معالجته في المنزل</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تتضمن معدات الحماية الشخصية:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• الأقنعة</li> <li>• نظارات حماية عادية أو خاصة</li> <li>• قفازات</li> <li>• فوطة</li> <li>• صابون أو مطهر كحولي لغسل اليدين</li> </ul> </li> </ul>	<p>قم بارتداء معدات الحماية الشخصية عند رعاية المرضى</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا تشارك الفراش والقوط واللباس مع الأشخاص المرضى. استخدم القفازات عند استلام الغسيل المتسخ من المرضى.</li> <li>• يجب تنظيف وتطهير الأسطح التي تم لمسها أو تلوينها من قبل المريض أو سوائل جسده/ جسدها بمطهر منزلي. ارتد قفازات صالحة للاستعمال عند التنظيف.</li> </ul>	<p>نظف وطهر الأسطح والأغراض عند ترتيب المنزل والعزل الصحي</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تجنّب الأماكن المزدحمة للحد من خطر التلوّث.</li> <li>• قم بعزل أفراد المنزل المرضى عن الآخرين في المنزل للحد من خطر انتشار المرض.</li> <li>• استخدم مراحيض مناسبة ونظيفة لتجنّب المرض والعدوى.</li> <li>• استحمّ باستمرار باستخدام ماء نظيف وصابونة أو رملاً نظيفاً.</li> <li>• تأكد من التهوية الجيدة (عن طريق فتح النوافذ والأبواب لتسمح بدخول الهواء المنعش).</li> </ul>	<p>تأكد من سلامة الصرف الصحي والمسكن.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• حضّر سائلاً منشطاً فمويًا لمعالجة الجفاف والإسهال. (وصفة: لتر واحد من الماء، سكر بمقدار 6 ملاعق شاي وملح بمقدار نصف ملعقة شاي أو اشرب ماء جوز الهند).</li> </ul>	<p>اشرب المياه وعالج الجفاف والإسهال.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بالإضافة إلى عدّة الإسعاف الأولي المعتادة، احتفظ بمخزون من:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• خافضات الحرارة</li> <li>• أملاح فموية أو ماء جوز الهند</li> <li>• محلول وفاني أو مبيض منزلي</li> <li>• أداة وقائية مثل القفازات والأقنعة</li> <li>• مادة الكلور أو أقراص منظّفة للماء</li> <li>• منظّف لليد.</li> </ul> </li> </ul>	<p>احصل على مجموعة إمدادات الطوارئ و/أو مخزونًا للتأهب لها.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كان هناك احتمالاً لوجود إمكانية محدودة أو معدومة للحصول على الغذاء والماء، فقم بتجهيز إمدادات لمدة أسبوعين لأسرتك.</li> <li>• قيّم مستوى انعدام الأمن الغذائي، وتعرّف على احتياجاتك داخل وخارج مجتمعك:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• الاكتفاء الذاتي -الحفاظ على دخل مستدام وسبل عيش أخرى والوصول المستدام للغذاء الكافي.</li> <li>• انعدام الأمن الغذائي -الدخل المستدام وسبل العيش الأخرى لكن بدون إمكانية الوصول إلى الغذاء الكافي نتيجة لاضطرابات في السوق.</li> <li>• انعدام الأمن المعيشي والغذائي -بلا دخل مستدام وعدم القدرة على الوصول و/أو تحمل تكلفة ما يكفي من الغذاء. هذا هو المستوى الأكثر عرضة للمرض.</li> </ul> </li> </ul>	<p>مخزون الغذاء والأدوية الأساسية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشئ لائحة للأطباء البيطريين في منطقتك.</li> </ul>	<p>اطلب عناية من الطبيب البيطري للحيوانات التي تحتاج علاج</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لتجنّب انتشار الأمراض والأوبئة علم الآخرين كيفية الاعتناء بأنفسهم والمحافظة على الممارسات الصحية.</li> </ul>	<p>شارك معلوماتك مع الآخرين</p>

.....





## تدفقات الانهيارات الأرضية والحطامية

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. هناك أيضًا رسائل منفصلة متاحة لمخاطر محددة أخرى.

يشير الانهيار الأرضي أو انهيار الصخور إلى حركة الأرض على نطاق واسع مثل: سقوط الصخور وانخفاض عميق في المنحدرات وسيل حطامي سطحي. يُعتبر تأثير الجاذبية هو القوة المؤثرة الأساسية على الرغم من وجود عوامل المشاركة أخرى مثل هطول الأمطار والزلازل وثورات البراكين وضغط المياه الجوفية وكذلك التعرية وعدم استقرار المنحدرات كنتيجة لإزالة الغابات والحرائق والبناء والتلج والذوبان الجليدي.

التدفق الحطامي أو الوحل هو كتلة سريعة الحركة من الطين اللين والرمل والتربة والصخر وكذلك الماء والهواء الذي ينجرف للأسفل نتيجة الجاذبية. الشروط المسبقة لحدوث التدفق الحطامي هي: منحدرات شديدة الانحدار والكثير من الحطام المنتشر والماء والقليل من النباتات. في الأماكن شديدة الانحدار، قد تبلغ سرعة التدفق الحطامي أكثر من 160 كم في الساعة (100 ميل في الساعة). تزيد سرعة وحجم السيل من خطورة هذه الخطوة.





قَدْر وخطط	
التفاصيل الخاصة بالسياق	الرسائل الرئيسية
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرّف على المنحدرات حيث حدثت تدفقات حطامية سابقاً، وذلك نظراً لاحتمال حدوثها مرة أخرى.</li> </ul>	<p>تعرّف على التاريخ المحلي للانهيارات الأرضية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرّف على الأرض من حولك.</li> <li>• كن حذراً من المناطق الأكثر عرضة للانهيارات الأرضية. على سبيل المثال،             <ul style="list-style-type: none"> <li>• على الانهيارات الأرضية القديمة القائمة</li> <li>• على قاعدة المنحدرات أو داخلها</li> <li>• على قاعدة تجاويف تصريف المياه الثانوية أو داخلها</li> <li>• في قاعدة منحدر سدّ قديم أو أعلاه</li> <li>• في قاعدة منحدر حادّ الانحدار أو أعلاه</li> </ul> </li> <li>• إن المناطق والأودية المحروقة ومنحدرات التلال والجبال والمناطق الأخرى شديدة الانحدار هي الأكثر عرضة لذلك</li> <li>• سفوح التلال المتقدمة حيث يتم استخدام أنظمة الصرف الصحي.</li> <li>• كن حذراً من المناطق الأقل عرضة للانهيارات الأرضية. على سبيل المثال،             <ul style="list-style-type: none"> <li>• على طبقة الصخور الصلبة غير المتصدّعة التي لم تتحرك من قبل</li> <li>• في المناطق المسطحة نسبياً بعيداً عن التغيرات المفاجئة في زاوية المنحدر</li> <li>• اجلس بعيداً عن قمم المنحدرات على قمة التلال أو على امتدادها.</li> </ul> </li> <li>• افحص وراقب بانتظام التغيرات في المناظر الطبيعية (عقاراتك وما حولها) وشاهد علامات تحرك المنحدرات. ويشمل ذلك ما يلي:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• أماكن تجمع مياه الجريان السطحي</li> <li>• زيادة تدفق المياه على المنحدرات المغطاة بالتربة</li> <li>• انهيارات أرضية صغيرة أو تدفق حطامي</li> <li>• الأشجار التي تميل تدريجياً</li> <li>• بناييع جديدة أو شقوق جديدة أو تقوُّب أو بقع تكون عارية على سفوح الجبال</li> <li>• زيادة سريعة في مستويات مياه الينابيع لربما تكون مصحوبة بزيادة التعرُّر (موجلة)</li> <li>• انخفاض مفاجئ في مستويات مياه الينابيع على الرغم من أنّ استمرار هطول الأمطار أو توقف مؤخراً فقط</li> <li>• مياه طينية</li> <li>• تظهر الأرض المنفخخة عند قاعدة منحدر</li> <li>• تخترق المياه سطح الأرض في أماكن جديدة أو أراضي مشبعة بالمياه في المناطق التي لم تكن رطبة بطبيعتها من قبل</li> <li>• ثلج أو جليد أو صخر مشقوق</li> <li>• الانسداد وتراكم المياه خلف الجدران الاستنادية.</li> </ul> </li> </ul>	<p>تعلم وكن منبهياً للإشارات التحذيرية المبكرة في محيط الطبيعة</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• افحص وراقب بانتظام التغيرات في البنية التحتية المحلية، مثل: <ul style="list-style-type: none"> <li>• تطور أو توسع الشقوق أو الانتفاخات الجديدة ببطء على الأرض أو في المناطق المرصوفة</li> <li>• فجوات في خط الخدمة تحت الأرض (على سبيل المثال: الماء)</li> <li>• رصيف منهار وحل صخور متساقطة وإشارات أخرى لاحتمال حدوث تدفقي حطامي من الممكن أن يتم رؤيته عند القيادة</li> <li>• مواد رصف الطرق المغمورة أو المتساقطة نحو الأسفل.</li> </ul> </li> </ul>	<p>كن واعياً ومنتبهاً للإشارات التحذيرية المبكرة لوسائل النقل والمرافق تحت الأرض</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• افحص وراقب التغيرات في الأبنية بانتظام التي تعيش أو تعمل أو تلعب فيها. <ul style="list-style-type: none"> <li>• مفاصل أو قضبان الأبواب والنوافذ</li> <li>• ميل أو تحرك الأسيجة أو الجدران الاستنادية أو أعمدة الكهرباء أو الأشجار</li> <li>• تظهر الأماكن المفتوحة المرئية أقفال مخلوطة وإطارات خارجة من محاورها</li> <li>• شقوق جديدة في الجص أو القرميد أو الطوب أو القاعدة الأساسية</li> <li>• تبدأ الجدران الخارجية أو الممشى أو السلالم بالانسحاب بعيداً عن المبنى</li> <li>• تبدأ التربة بالتحرك مبتعدة عن القاعدة</li> <li>• تميل/ أو تتحرك البنايات الملحقة مثل الطوابق والبارات المتصلة بالبناء الأساسي.</li> </ul> </li> </ul>	<p>كن واعياً ومنتبهاً للإشارات التحذيرية المبكرة في بيئة المباني</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• طوّر واستخدم برامج للإبلاغ عن الأوضاع المحلية للسلطات.</li> <li>• انتبه أنه يمكن حدوث انهيارات أرضية تدريجياً عادةً ما تستمر في بعض الأوقات (لساعات أو أيام) بعد حدث مؤثر (على سبيل المثال: العواصف المطرية أو الزلازل).</li> </ul>	<p>تعلم وشارك في أنظمة الإنذار المبكر</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• راقب كمية الأمطار خلال العواصف الشديدة.</li> <li>• احذر هطول الأمطار الغزيرة. أكثر من 3 أو 4 بوصة من المطر يوميًا أو نصف بوصة في الساعة قد يؤدي إلى حدوث انزلاقات الطينية.</li> <li>• ابق بعيداً عن الأنهار أو الممرات الضيقة في المناطق الجبلية أثناء هطول المطر.</li> <li>• ربما تُمثل رشقات قصيرة من المطر الغزير خطورة خاصة بعد فترات أطول من الطقس الرطب.</li> </ul>	<p>ابق على اطلاع بشأن أحوال الطقس</p>



## التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
حافظ على نظافة شبكات الصرف الصحي	<ul style="list-style-type: none"> <li>حافظ على نظافة نظم تصريف مياه العواصف الأوساخ والأوراق والحطام حتى يمكن مرور الماء بسهولة عند هطول الأمطار.</li> <li>حافظ على نظافة البالوعات والمزاريب ومصارف المياه.</li> <li>قلم أو حرك النباتات التي تسد مصارف المياه والقنوات.</li> </ul>
اطلب نصيحة خبير قبل البناء	<ul style="list-style-type: none"> <li>لا تبني في المناطق المعرضة للانزلاقات الأرضية.</li> <li>إن كنت تخطط للبناء وتعتقد أن الموقع قد تعرّض لإنهيار أرضي فاطلب نصيحة خبير أو مهندس تربة أو مهندس جيولوجي.</li> <li>احصل على تقييم أرض عقارك والمباني اللاحقة به بما في ذلك ملاجئ الحيوانات.</li> </ul>
خذ بنصيحة خبير بشأن التدابير الوقائية	<ul style="list-style-type: none"> <li>تشاور مع الخبراء بشأن الحد من الآثار المحتملة للانزلاقات الأرضية. على سبيل المثال: اطلب النصيحة من مهندس تربة أو مهندس جيولوجي من قسم الجيولوجيا التابع للجامعة.</li> </ul>
اتبع إجراءات استخدام الأرض المناسبة	<ul style="list-style-type: none"> <li>تجنّب البناء على المنحدرات شديدة الانحدار، وبالقرب من حواف الجبل وممرات تصريف المياه وعلى امتداد وديان التعرية الطبيعية وعند مصب الوديان شديدة الانحدار.</li> </ul>
احم عقارك	<ul style="list-style-type: none"> <li>الغطاء الأرضي النباتي على المنحدرات.</li> <li>الجدران الاستنادية المبنية.</li> <li>أنشئ قنوات أو جدران انحراف لتوجيه تدفق المياه حول المباني (لكن لا تسبب مشاكل للأخرين).</li> <li>قم بتثبيت تجهيزات مرنة للأنايب لتجنّب تسربات الغاز والمياه.</li> </ul>



## التحضير للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المون

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
نفذ تدابير الحماية خلال الأوقات عالية الخطورة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تسلق النوافذ والأبواب.</li> <li>• ضع أكياس الرمل لتحويل تدفق المياه.</li> </ul>
ابق يقظًا وعلى اطلاع خلال هطول المطر الغزير	<ul style="list-style-type: none"> <li>• راقب هطول المطر.</li> <li>• استمع إلى الراديو أو ابحث على الانترنت حول التحذيرات المتعلقة بهطول الأمطار الغزيرة.</li> </ul>
خلال الانهيار الأرضي: استمع وكن منتبهًا لإشارات اقتراب الخطر	<ul style="list-style-type: none"> <li>• كن منتبهًا للمشاهد والأصوات غير العادية، مثل: <ul style="list-style-type: none"> <li>• صوت قرقرة خافت تزداد قوته تدريجيًا</li> <li>• انحدار الأرض نحو الأسفل باتجاه واحد ويمكنها البدء بالتحرك في ذات الاتجاه من تحت قدميك</li> <li>• تكسر الأشجار وطرق الصخور ببعضها</li> <li>• سيلان أو تدفق الوحل والحطام الساقطين اللذين قد يسبقان انهيارًا أرضيًا</li> <li>• زيادة أو انخفاض مفاجئين في تدفق المياه أو تغير من مياه صافية إلى مياه موحلة.</li> </ul> </li> <li>• كن حذرًا في حال الاهتزازات القوية الناجمة عن الزلازل قد تحدث أو تزيد من حدة آثار الانهيارات الأرضية.</li> <li>• كن حذرًا عند القيادة بشكل خاص. راقب الرصيف المنهار وكذلك الوحل والصخور المتساقطة.</li> </ul>
أثناء الانهيار الأرضي: ابتعد عن مسار الانهيار الأرضي	<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا علمت أو اشتبهت في حدوث انهيار أرضي أو أنه على وشك الحدوث، قم بالإخلاء مباشرة.</li> <li>• إن كنت تشتهب في حدوث خطر وشيك: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ابتعد عن مسار الانهيار الأرضي</li> <li>• أخبر جيرانك</li> <li>• اتصل بالسلطات المحلية.</li> </ul> </li> </ul>
أثناء الانهيار الأرضي: احم الماشية والحيوانات الأليفة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أحضر الحيوانات الأليفة إلى الداخل وابق مسيطرًا عليها.</li> <li>• في حال قمت بالإخلاء، خذ حيواناتك الأليفة معك.</li> <li>• فكر في إخلاء احتياطي للماشية إن كنت تعتقد أن هناك خطر انهيار أرضي.</li> <li>• تأكد من وجود الماشية في مراعى آمنة أثناء هطول المطر الغزير.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما تكون في الداخل:</li> <li>• إذا لم يكن الهروب ممكناً، لف نفسك داخل مجال ضيق واحم رأسك.</li> <li>• إن كنت في الخارج:</li> <li>• ابتعد عن مسار الانهيار الأرضي</li> <li>• اذهب إلى أعلى نقطة يمكنك إيجادها</li> <li>• اركض إلى أقرب ملجأ، مثل مجموعة أشجار أو مبنى.</li> <li>• إن كنت تقود:</li> <li>• لا تعبر تدفقات الفيضانات الغامرة: استدر لأنك قد تكون معرضاً لخطر الغرق</li> <li>• تجنّب وديان الأنهار والمناطق المنخفضة</li> <li>• عند وصولك إلى منطقة غمرتها الفيضانات، استدر وخذ اتجاهًا آخر</li> <li>• وعند توقف سيارتك، اتركها وحاول أن تصل مباشرة إلى البقعة الأعلى التي يمكنك إيجادها.</li> </ul>	<p>أثناء الانهيار الأرضي: احم نفسك إن لم تتمكن من الإخلاء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابقَ بعيداً عن منطقة الانهيار الأرضي (لأنه من الممكن حدوث انهيارات أخرى).</li> <li>• تحقق من الأشخاص المصابين والعالقين وكذلك الحيوانات قرب الانهيار الأرضي، دون دخولك لمنطقة الانهيار. وجّه رجال الإنقاذ إلى مواقعهم.</li> <li>• احذر الفيضانات.</li> <li>• أبلغ عن خطوط الخدمات المعطلة وكذلك المخاطر المحتملة الأخرى إلى السلطات المحلية.</li> <li>• تحقق من أساسات منزلك والموقد والأرض المحيطة تجنّباً لحدوث أي ضرر.</li> </ul>	<p>بعد الانهيار: تحقق من المخاطر</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أعد زراعة الأرض المتضررة لتجنّب مزيداً من التآكل/ التعرية.</li> <li>• اطلب مساعدة الخبراء للحد من المخاطر.</li> </ul>	<p>عليك اتخاذ التدابير التالية بعد حدوث الانهيار الأرضي</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احتفظ بمؤن مثل المطرقة والمسامير والخشب الرقيق والرمل وكذلك أكياس الرمل ومجرفة.</li> </ul>	<p>احتفظ بالمؤن لحماية منزلك</p>





## التسونامي والعواصف الشديدة

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. هناك رسائل منفصلة متاحة أيضاً لمخاطر محدّدة أخرى.

منذ زلزال سومطرة المدمر وتسونامي المحيط الهندي في كانون الأول عام 2004، تم الاعتراف بوجود خطر حدوث تسونامي على طول كافة الخطوط الساحلية. يعتبر تسونامي الآن جزءاً من العديد من برامج الحد من المخاطر بسبب تأثيراته المدمرة، مثال على ذلك: الضحايا والخسائر الفادحة. بوقوع أكثر من 220 ألف ضحية، كان تسونامي المحيط الهندي أحد أكثر الكوارث هلاكاً الذي نجم عن خطر طبيعي.

من الممكن أن يضرب التسونامي أي شاطئ في أي وقت ولا يمكننا التنبؤ تماماً بوقت أو مكان حدوثه. في معظم الأحيان، قد تسبب الزلازل تحت سطح البحر حدوث التسونامي لكن الانزلاقات تحت سطح البحر أو الثورات البركانية قد تسبب في حدوثها أيضاً. يستطيع التسونامي التحرك بسرعة طائرة نفاثة على طول المحيط المفتوح وبإمكانه ضرب الأرض بأمواج يبلغ ارتفاعها عشرين متراً أو أكثر. قد تجرف المياه باتجاه الداخل لعدة كيلومترات في المناطق المسطحة وبإمكانها تخطي العواصف والأنهار مدمرة كل شيء في طريقها. ربما تستمر الأمواج بضرب الشاطئ لعدة ساعات وقد تستمر التيارات الخطرة لأيام بعد الحدث.

على الرغم أنه لا يمكن منع حدوث التسونامي، يمكن الحد من أثاره عندما نتفهم المجتمعات لتلك المخاطر وتتوخى تحذيرات في الوقت المناسب وتعلم كيفية الاستجابة.



## قدّر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تعرف على المخاطر المحلية المتعلقة بالتسونامي والعواصف الشديدة وأعلى حالات المد والجزر	<ul style="list-style-type: none"> <li>اكتشف إن كان منزلك أو مكان عملك أو مدرستك أو أماكن زيارتك عرضة لخطر التسونامي والغرق الساحلي.</li> <li>تعرف على تاريخ التسونامي، والغرق الساحلي وحالات المد والجزر العالين، وعلى آثار التغير المناخي المتعلق بهذه المخاطر في منطقتك.</li> </ul>
ضع خطط الإخلاء الخاصة بك فيما يتعلق بالتسونامي	<ul style="list-style-type: none"> <li>ابحث عن أرض مرتفعة (إن كان ممكناً 30 متراً، والذي تقابل 100 قدم فوق مستوى سطح البحر أو 3 كم، والتي تقابل مترين باتجاه الداخل) وطرق الوصول إليها.</li> <li>حدد الملاجئ أو المياني الآمنة من تسونامي في مجتمعتك.</li> <li>تعرف على منطقة الإخلاء من التسونامي وطرق منطقتك. استخدم الخرائط أينما كان ذلك مفيداً.</li> <li>عين وراقب إشارات طريق الإخلاء.</li> <li>خطط لعملية الإخلاء على الأقدام وعلى الدراجة والمركبة حيثما أمكن ذلك. (إن كنت تعيش في مجتمع مع الكثير من الناس والمركبات خذ الإخلاء على الأقدام بعين الاعتبار بعد توقف الهزة القوية مباشرة.)</li> <li>خطط لإخلاء الحيوانات الأليفة والماشية.</li> </ul>
إذا شعرت بزلزال طويل أو قوي أو رأيت صعوداً سريعاً أو هبوطاً للمياه الساحلية تحرك نحو الداخل أو إلى أرض مرتفعة أكثر، مباشرة تلك هي إشارات تحذيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>الإشارات التحذيرية الطبيعية هي:</li> <li>اهتزاز زلزالي قوي لمدة 30 ثانية أو أكثر يشير وجود خطر مباشر لأموج تسونامي عالية بالقرب من منطقة الزلزال (لا يوجد وقت للتحذيرات الرسمية). انتقل إلى أرض أكثر ارتفاعاً على الفور.</li> <li>اهتزاز زلزالي طويل متوسط أو ضعيف يستمر لمدة 40 ثانية أو أكثر يشير إلى خطر أمواج تسونامي عالية بالقرب من منطقة الزلزال (قد يكون وقت التحذيرات الرسمية قصيراً جداً). انتقل إلى أرض أكثر ارتفاعاً على الفور.</li> <li>الارتفاع أو الانخفاض السريع في مستوى المياه الساحلية</li> <li>تصدر المياه الساحلية صوت غير عادي (مثل صوت الاقتراب من قطار أو طائرة أو صوت صفير)</li> </ul>
تعلم اتخاذ الإجراءات وكن مستعداً لذلك وفقاً لنظام الاستشارات والتنبيه الرسمي لتسونامي	<ul style="list-style-type: none"> <li>يشمل نظام الاستشارات والتنبيه الرسمي لتسونامي على ما يلي:</li> <li>التحذير الدولي بشأن تسونامي</li> <li>تحذير إقليمي بشأن تسونامي</li> <li>تحذير محلي بشأن تسونامي</li> <li>أن الخطر قد زال، ويمكنك العودة إلى المنزل</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حال كانت المدرسة في منطقة محددة لخطر تسونامي، فعليك التأكد من طرق الإخلاء في المدارس وتعلمها وممارسة تدريبات عليه.</li> <li>• تأكد من أن تخطيط المدارس للإخلاء التلقائي استجابة لعلامات تحذير طبيعية.</li> <li>• ضع خطط لم شمل الأسرة بشكل آمن بعد التأكد من أمان الوضع.</li> </ul>	<p>تعاون مع المدارس في المناطق المعرضة لخطر التسونامي لتخطيط طرق الإخلاء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كان هناك تحذير رسمي، فسيكون هناك تنبيهًا بأمان الوضع رسالة عن طريق الراديو أو الرسائل القصيرة الصادرة عن السلطات أو وكالة رسمية.</li> <li>• إن لم يكن هناك تحذير رسمي، فيمكنك العودة بعد ساعتين إذا لم يكن هناك أي تأثير.</li> </ul>	<p>اعلم متى يكون من الأمان أن تعود</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• خطط لاحتياجات الإخلاء للأطفال الصغار وكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة والحيوانات الأليفة.</li> </ul>	<p>ادرس احتياجات الإخلاء لجميع أفراد الأسرة وخطط لها</p>



التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية	
التفاصيل الخاصة بالسياق	الرسائل الرئيسية
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كنت تبني في منطقة ساحلية، فاسأل السلطات المحلية عن احتمال حدوث تسونامي وكذلك المد الساحلي (بما في ذلك آثار تغير المناخ).</li> <li>• إن كنت تبني في منطقة ساحلية، فاتبع ممارسات البناء لجعل الهياكل أقل عرضة للطفورات الحادة. انشر تعليمات وخطة الإخلاء بوضوح وحافظ على مسارات الإخلاء سالكة.</li> </ul>	<p>اطلب نصيحة خبير قبل البناء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تابع التخطيط المناسب لاستخدام الأراضي وعززه.</li> <li>• اطلب معلومات من السلطات المحلية للتخفيف من حدة الضرر المحتمل للفيضانات الساحلية.</li> <li>• في حال السماح بوقت تحذير طويل المدى، قم بتأمين الكائنات غير المستقرة.</li> </ul>	<p>احمي منزلك ومزرعتك والثروة الحيوانية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بتحديد الميزات وكذلك إعداد المسارات الأمانة لنفسك وعائلتك وحيواناتك الأليفة وحيوانات الخدمة والثروة الحيوانية.</li> <li>• مارس خطة الإخلاء مرة واحدة في السنة على الأقل.</li> </ul>	<p>قم بإعداد طرق الإخلاء والمعدات الأمانة</p>





## التحضير للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
استجب لعلامات التحذير الطبيعية ولا تنتظر حتى يتم تنبيهك: في حالة وقوع زلزال قوي جداً أو طويل جداً، انتقل بسرعة إلى مناطق مرتفعة أو إلى أقصى الحدود الداخلية قدر الإمكان	<ul style="list-style-type: none"> <li>• خلال حدوث زلازل قوية ومعتدلة وضعيفة، يتعين عليك تتبع الهبوط، والاحتماء فضلاً عن الانتظار وعد عدد الثواني من وقت حدوث الاهتزاز (على سبيل المثال، "1-1000، 2-1000، 3" لحساب كل ثانية تمر).</li> <li>• إن كان من الصعب الوقوف بسبب الاهتزازات الأرضية القوية الذي يستمر لمدة 20 ثانية أو في حال استمر الهز المعتدل أو الضعيف لمدة 40 ثانية أو أكثر فقم بالإخلاء على الفور.</li> <li>• قم بالإخلاء إلى ارتفاع 30 متراً فوق مستوى سطح البحر أو 3 كيلومترات على مستوى الأرض. اتبع طرق الإخلاء المنشورة، أينما وجدت.</li> <li>• إن كان هناك أي هياكل رسمية لإخلاء تسونامي في مكان قريب فتوجه إليها على الفور.</li> <li>• إن لم تتمكن من الإخلاء إلى أرض مرتفعة، فانتقل إلى الطابق الثالث أو أعلى أو اذهب إلى السطح أو تسلق شجرة، أو تمسك بشيء عائمًا.</li> <li>• لا تتوقف عن جمع الحيوانات ما لم يكن من السهل الوصول إليها ولن يؤدي ذلك إلى تأخيرك أو منع سلامتك الشخصية.</li> <li>• لا تحاول لم التمسك حتى تصل إلى الملاذ الآمن أو حتى بعد التنبيه بأمان الوضع.</li> <li>• تجنب المخاطر الناجمة عن أضرار الزلزال.</li> </ul>
اتبع التعليمات بشأن تقرير أو تنبيه تسونامي	<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حالة التحذير الدولي من خطر التسونامي استمع إلى الراديو والتلفزيون واستمع إلى التحذيرات المحلية واستعد للإخلاء.</li> <li>• في حال التحذير من حدوث تسونامي في المنطقة، ساعد الأعضاء الضعفاء في المنزل على الإخلاء بأسرع وقت ممكن.</li> <li>• شارك التحذيرات في مجتمعك واتبع تعليمات الإخلاء.</li> <li>• إذا سمح الوقت ثبت الأشياء غير المثبتة في الخارج.</li> </ul>
مارس تدريبات الإخلاء للحد من خطر التسونامي	<ul style="list-style-type: none"> <li>• مارس تدريبات الإخلاء للحد من خطر التسونامي على مستوى المجتمع المحلي من العمل والمدرسة والمنزل متبعاً طرق الإخلاء إلى الملاذ الآمن ومنتظراً لتنبيه أمان الوضع.</li> <li>• قم بتضمين الحيوانات والماشية في التدريبات، حيثما أمكن ذلك.</li> </ul>
قم بحماية الماشية والحيوانات الأليفة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ادرس خطة إخلاء احترازية لحيواناتك إلى مناطق مرتفعة.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• في حالة رؤية قدوم الموجة، فإنك تُعد قريباً جداً من تجاوزها.</li> <li>• قد تتحرك تسونامي بسرعة أعلى الأنهار والجداول ومصارف الأنهار.</li> </ul>	<p>ابتعد عن الساحل ومصبات الأنهار المد جزرية والأنهار والجداول</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تكون القوارب عموماً أكثر أماناً في المياه التي يزيد عمقها عن 20 متراً.</li> <li>• وتُعد السفن هي الأكثر أماناً في أعالي البحار في المياه التي يزيد عمقها عن 100 متر.</li> <li>• يقلل مزيج من رباط فضفاض ومرساة فضفاضة من خطر القوارب التي تنحرف على الأرضية.</li> <li>• لا تعود إلى الأرض أو الميناء حتى يتم التنبيه بأمان الوضع.</li> </ul>	<p>إن كنت في البحر، فابق هناك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتبع خطط لم شمل الأسرة بعد تلقي رسالة تنبيه أمان الوضع.</li> <li>• لا تعد إلى المنزل إلا بعد تلقي رسالة رسمية.</li> </ul>	<p>ابق بعيداً عن الخطر حتى يتم تلقي التنبيه بأمان الوضع</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احذر المخاطر الثانوية مثل المياه الملوثة والطرق المتضررة والانهدامات الأرضية والتدفقات الطينية وغيرها.</li> <li>• تحقق من إمدادات المياه لديك لأنها قد تكون ملوثة. تجنب استخدام المياه الملوثة.</li> <li>• تجنب المناطق المتضررة من التسونامي والحطام في المياه.</li> <li>• لتقليل مخاطر الحريق، تطلق المواد الكهربائية والخطرة ما يلي:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• إطفاء الغاز في حال حدوث تسرب</li> <li>• إطفاء الكهرباء في حالة الغرق أو التلف.</li> </ul> </li> <li>• ابق خارج المباني المحاطة بالمياه إذ إنها قد تتعرض للغرق أو الانهيار.</li> <li>• يمكن أن تؤدي التوابع القوية أو الزلازل الثانوية إلى حدوث تسونامي آخر. إذا اهتزت الأرض مرة أخرى لأكثر من 20 ثانية، اتبع نفس إجراءات الإخلاء.</li> <li>• احذر من الحيوانات البرية، وخاصة الثعابين السامة الموجودة في المياه استخدام عصا للمشية خلال الحطام الموجود في طريقك.</li> </ul>	<p>كن على دراية بالأخطار الثانوية وقلها</p>



يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. هناك رسائل منفصلة متاحة أيضًا لمخاطر محددة أخرى.

تساقط الرماد: يُعد الرماد البركاني عنصر دقيق من تيفرا يتألف من جسيمات يزيد قطرها عن 2 مم والتي تنتشر على مناطق واسعة خلال انفجار البركان. قد تكون جزيئات الرماد صلبة وكاشفة وأكثر ناعماً؛ حيث يمكنها توصيل الكهرباء عندما تكون رطبة ولا تذوب في الماء. يمكن أن يولد الرماد الرعد والبرق نتيجة الاحتكاك في عمود الانفجار. يمكن للرماد المتساقط حديثاً أن يكون له غطاء حمضي يهيج العينين والرئتين ويؤدي إلى تلوث إمدادات المياه المحلية وإلحاق الضرر بالنباتات. كما يمكن أن يتراكم بسرعة على الأسطح مما يؤدي إلى انهيارها ويمكن أن يدمر الوسائل الحياتية الهامة مثل كابلات الكهرباء. قد يقلل سقوط الرماد من القدرة على الرؤية ويجعل الطرق زلقة للغاية وغير سالكة. واعتماداً على سُمْك الرواسب، فيمكن دمج الرماد على مدار الزمن في التربة السطحية الخصبة في المناطق البركانية.

تتسم الثورات البركانية بتصريف (انفجارات جوية) من قاذفات منقطة وحمم وغازات من فتحة تهوية بركانية. البركان هو انفتاح أو تمزق في سطح الأرض يسمح للصحارة الحارة والرماد البركاني والغازات بالهروب. عادة ما تحدث في الأماكن التي تتجمع فيها الصفائح التكتونية أو المنفصلة على الرغم من أن حدوث بعضها في وسط الصفائح بسبب النشاط البركاني الساخن. وتُعد جزر هاواي البركانية مثالاً على ذلك. توفر البراكين عددًا من الفوائد البيئية، على سبيل المثال: التربة الخصبة والطاقة الحرارية المائية والمعادن الثمينة والسياحة. ومع ذلك، فإنها تشكل أيضًا العديد من المخاطر مثل: الرماد البركاني والغازات والجراثيم والانزلاقات الأرضية وتدفق الحمم البركانية وتدفقات الحمم البركانية.

توصف جميع الأنشطة البركانية مثل سقوط الصخور والرماد، وتيارات الحمم البركانية والغازات وما إلى ذلك على حد سواء كحاملة للصحارة و/أو الغازات على سطح الأرض والتي يمكن أن تصاحبها الهزات والانفجارات وتفاعل الصحارة والمياه (مثل المياه الجوفية والبحيرات البركانية) تحت سطح الأرض مما قد يؤدي إلى ثورات بركانية. اعتماداً على تكوين انفجار الصحارة قد تكون متفجرة وفعالة وتؤدي إلى اختلافات في سقوط الصخور والرماد وتيارات الحمم البركانية وتدفقات الحمم البركانية وانبعثات الغازات وما إلى ذلك.

الانهيارات (الطين أو تدفقات الحطام): تُعد خليطاً من الماء الساخن أو البارد والحطام البركاني المتدفق أسفل منحدرات بركان ويكون غالباً في وادي النهر. عندما تتحرك، فإنها تتصرف ككتلة من الركام الحجري الرطب الخرساني وتترسب حتى يصل قطرها إلى 10 أمتار. تختلف الانهيارات في الحجم والسرعة. قد يصل عرضها إلى عدة أمتار قليلة وعمقها إلى عدة سنتيمترات أو قد يصل عرضها إلى مئات الأمتار وعمقها إلى عشرات الأمتار. واعتماداً على الماء وتركيزات الرواسب والمنحدرات، قد تتدفق بضعة أمتار في الثانية أو عدة عشرات من الأمتار في الثانية -وهي سرعة كبيرة للغاية بالنسبة للأشخاص لتجاوزها. من خلال تآكل الحطام الصخري وامتصاص قدر أكبر من المياه، يمكن أن تنمو الشجيرات بسهولة إلى أكثر من عشرة أضعاف حجمها الأولي. تكاد تحدث الانهيارات دائماً على بركان متكون من طبقات بديلة من الحمم والرماد أو بالقرب منه لأنها تميل إلى حدوث انفجار ينتج مواد سائبة.

تدفقات الحمم البركانية: تدفقات الحمم البركانية هي عبارة عن تيارات من الصخور المنصهرة التي تصب أو تفرز من فتحة الانفجار. تدفقات الحمم البركانية تسقط أو تدفن أو تحرق كل شيء في مسارها. يمتد معظمها إلى ما يقل عن 8 كيلومترات من مصدرها وتنطلق ببطء. ونتيجة لذلك، يتوفر لدى الأشخاص الوقت الكافي للخروج من مسارها. قد تمتد تدفقات البازلت السائل عشرات الكيلومترات والسفر 1 كيلومتر في الساعة على المنحدرات اللطيفة وما يصل إلى 10 كيلومترات في الساعة على المنحدرات الشديدة. عند حصرها داخل قناة، فإنها تستطيع الوصول إلى سرعات تزيد عن 30 كيلومتر في الساعة. يجب أن تعمل الأرض المدفونة بتدفقات الحمم البركانية بشكل كبير في حال سيتم استخدامها مرة أخرى.

تدفقات الحمم البركانية وارتفاعها: وهي خليط عالي الكثافة من شظايا الصخور الساخنة والجافة والغازات التي تبتعد عن الفتحة بسرعات عالية. تتكون تدفقات الحمم من طبقة قاعدية من الشظايا الخشنة التي تتحرك على طول الأرض وطبقة علوية أكثر ازدهاراً. فهي تتبع عادة الوديان أو المناطق المنخفضة الأخرى ويمكن أن تودع طبقات تتراوح من أقل من متر واحد إلى أكثر من 200 متر. سيهدم تدفق الحمم البركانية كل شيء في مساره. ومع وجود شظايا صخرية يتراوح حجمها من الرمال إلى الصخور التي تسافر عبر الأرض بسرعات أكبر من 80 كيلومتر في الساعة، فإن تدفقات الحمم البركانية تسقط أو تحطم أو تدفن تقريباً كل الأشياء والهياكل في طريقها. قد يرتفع الاندفاع المضطرب بشكل مفرط من المناطق المنخفضة،

في كثير من الأحيان تتحرك إلى ما وراء الجزء الرئيسي من التدفق. قد يحدث ذلك بشكل غير متوقع. قد تؤدي درجات الحرارة القصوى للغازات الموجودة داخل تدفق الحمم البركانية (200 درجة مئوية إلى 700 درجة مئوية) إلى الاحتراق: خاصة المنتجات البترولية والمباني والغابات والأراضي الزراعية. على هامش تدفقات الحمم البركانية قد يحدث موت للأشخاص أو الحيوانات وكذلك إصابة خطيرة نتيجة الحروق واستنشاق الرماد والغازات الساخنة.

تيفرا: هي شظايا من الصخور البركانية، أقل من 2 ملم إلى أكثر من 1 متر في القطر والتي تنفجر في الهواء خلال الانفجار.

الغازات البركانية: هي الغازات المنبعثة من البركان التي تشمل البخار وثنائي أكسيد الكربون وثنائي أكسيد الكبريت وكلوريد الهيدروجين وفلوريد الهيدروجين. تنبعث هذه خلال انفجار البركان ولكنها قد تهرب باستمرار من التربة والفتحات البركانية والفومارول والأنظمة الحرارية المائية. قد يؤدي ثاني أكسيد الكبريت إلى هطول أمطار حمضية محلياً وتلوث الهواء باتجاه الرياح. ويمكن للغازات المنطلقة في الطبقة العلوية للغلاف الجوي أن تخفض درجات الحرارة السطحية وتسهم في استنفاد طبقة الأوزون في الأرض. قد يتدفق ثاني أكسيد الكربون الذي يُعد أثقل من الهواء إلى المناطق المنخفضة ويتجمع في التربة ليصبح قاتلاً للأشخاص والحيوانات والنباتات. قد تكون جزيئات الفلور المركزة في الرماد الحبيبي ضارة عند تناولها من قبل الحيوانات.



## قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تعلم مخاطر البركان وعلامات التحذير	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف على التغيرات المادية غير العادية حول البراكين وأبلغ السلطات المختصة بها.</li> <li>ويشمل ذلك على ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> <li>سقوط الرماد أو زيادته</li> <li>بدء الغطاء النباتي بالجفاف</li> <li>أصوات قرقرة أو زيادة الضوضاء</li> <li>زلازل</li> <li>انهيارات أرضية</li> <li>زيادة الروائح الكريهة من البركان</li> <li>أي تغييرات أخرى خارجة عن المألوف.</li> </ul> </li> </ul>
تعلم وشارك في أنظمة الإنذار المبكر	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف على خريطة مخاطر البركان ومناطق الخطر. تعرف على المخاطر المحيطة بمنزلك أو مكان عملك أو مدرستك والمواقع المهمة الأخرى التي تزورها.</li> <li>احصل على النشرات والتنبيهات المتعلقة بالبراكين من السلطات المحلية.</li> <li>تعرف على أنظمة الإنذار المبكر وخطط الطوارئ في مجتمعك. لدى المجتمعات المختلفة طرقًا مختلفة لتقديم التحذيرات وكذلك خطط مختلفة للاستجابة.</li> </ul>
ضع خطط للإخلاء واعثر على مأوى في مكان آمن	<ul style="list-style-type: none"> <li>ضع خطة إخلاء في حالة حدوث انفجار بركاني وتأكد من معرفة جميع أفراد أسرتك بهذه الخطة وممارستها.</li> </ul>
تعاون مع المدارس في المناطق المُعَرَّضة لخطر البراكين	<ul style="list-style-type: none"> <li>ادعم المدارس في وضع خطط لإخلاء الانفجار البركاني، والإيواء في مكان آمن ولم شمل الأسرة.</li> </ul>
كن على دراية بالمخاطر الثانوية المتعلقة بالانفجار البركاني	<ul style="list-style-type: none"> <li>قد تسبب الثورات البركانية الزلازل والفيضانات والانهيارات الأرضية والانهيارات (الطينية)، والعواصف الرعدية والتسونامي.</li> <li>يزداد خطر الانهيارات بالقرب من قنوات الدفق ومع هطول الأمطار الغزيرة لفترات طويلة. لا تعبر أمام انهيار وأعلم الآخرين بالخطر.</li> </ul>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من أن المبنى مناسب وأن السقف لن ينهار بسهولة من تراكم الرماد.</li> <li>• خلال الانفجار البركاني، ابق في مكان داخلي لتجنب التعرض غير الضروري للرماد.</li> <li>• راقب تراكم الرماد على أسطح المباني وأخرج من المبنى إذا كان هناك تهديد بالانهيار.</li> <li>• أزل الرماد بحذر شديد (إذ إنه زلق وقد يكون ثقيلًا).</li> <li>• ضع المناشف الرطبة عند عتبة الباب ومصادر الغرق الأخرى.</li> <li>• اخلع الملابس الخارجية قبل الدخول إلى الأماكن النظيفة.</li> </ul>	<p>ابق الرماد البركاني خارج المباني</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بادر بتغطية إمدادات المياه لتجنب تلوثها نتيجة سقوط الرماد.</li> <li>• فصل أنابيب التصريف والمزاريب عن البالوعات لتجنب انسداد المجاري وللسماح بتفريغ الرماد والماء على الأرض.</li> <li>• إذا كنت تستخدم نظام تجميع مياه الأمطار، يُرجى فصل الخزان قبل سقوط الرماد.</li> </ul>	<p>بادر بحماية إمدادات المياه من الرماد البركاني</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بحماية الأجهزة الإلكترونية الحساسة (على سبيل المثال عن طريق تغطيتها بالبلاستيك).</li> <li>• ضع الآلات داخل المباني؛ لحمايتها من الرماد البركاني أو غطها بأقمشة كبيرة.</li> </ul>	<p>قم بحماية الآلات والمعدات من الرماد البركاني</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بإخلاء الماشية إلى حقول مرتفعة بعيدًا عن البركان وعكس اتجاه الريح.</li> <li>• اجلب الحيوانات الأليفة والماشية داخل ملاجئ مغلقة لحمايتهم من استنشاق واستهلاك الرماد البركاني.</li> <li>• قم بتغطية الغذاء الحاص بهم لتجنب استهلاك الرماد.</li> <li>• تأكد من إمكانية وصول الحيوانات إلى مياه وغذاء نظيفين.</li> </ul>	<p>بادر بحماية حيواناتك الأليفة وماشيتك من الرماد البركاني</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابق في الداخل وبعيدًا عن مناطق سقوط الرماد البركاني إن كان ذلك ممكنًا نظرًا لأن القطع الناعمة من الرماد يمكن أن تزيد من المخاطر الصحية للأطفال والأشخاص الذين يعانون أمراض الجهاز التنفسي المزمنة.</li> <li>• إن كنت في الخارج فالتجأ إلى بناية أو سيارة.</li> <li>• قم بارتداء نظارات واقية لحماية عينيك. يجب على الأشخاص الذين يستخدمون عدسات لاصقة خلعها واستخدام نظارات لتجنب خدش القرنية.</li> <li>• قم بارتداء الأقنعة الواقية للحماية من تهيج الرئة نتيجة ذرات الغبار الدقيقة. إذا لم تكن الأقنعة الواقية متوفرة ضع منديلًا أو قطعة قماش (رطبة) على أنفك وفمك.</li> <li>• قم بغلق النوافذ والأبواب ومنافذ التهوية الأخرى وقم بإيقاف تشغيل المراوح ومكيفات الهواء إن أمكن لتقليل كمية الرماد القادم للداخل.</li> <li>• قم بحماية جلدك. قم بتغطية أكبر مساحة من جلدك من خلال ارتداء الملابس ذات الأكمام الطويلة والسرارييل الطويلة.</li> <li>• تجنب الأماكن المنخفضة المعرضة لهبوب الرياح المحملة بالرماد البركاني ووديان الأنهار في اتجاه مجرى النهر.</li> </ul>	<p>قم بحماية رئتيك وعينيك من سقوط الرماد خلال الانفجار البركاني وما بعده</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كنت في السيارة ابق الأبواب والنوافذ مغلقة.</li> <li>• قم بقيادة السيارة ببطء مبدئيًا مسافة كبيرة بينك وبين السيارات من حولك لتجنب إثارة الرماد.</li> </ul>	<p>قلل من قيادة السيارة</p>



## التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
اتبع تعليمات الإخلاء أو الذهاب إلى الملجأ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتبع تعليمات الإخلاء التي تصدرها السلطات. قد تبدو المنطقة المحيطة بك آمنة ولكنها قد تكون خطرة للغاية في الحقيقة.</li> <li>• إذا وصلك تنبيه من سقوط الرماد قبل سقوطه، غادر العمل أو المدرسة وعد إلى المنزل.</li> <li>• قم بالاحتماء عند بدء سقوط الرماد في مكانك داخل المبنى حتى يستقر الرماد. إن كان سقوط الرماد شديدًا فلا تبق في بناية ذات سقف ذو انحدار قليل أو سقف مسطح.</li> </ul>
تجنب قيادة السيارة أثناء سقوط الرماد أو ما بعد ذلك	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تُعتبر القيادة أثناء سقوط الرماد خطيرة بصورة خاصة نتيجة انخفاض إمكانية الرؤية.</li> <li>• بعد انتهاء سقوط الرماد، لا تقم بقيادة السيارة إلا عند الحاجة القصوى حيث يتكون الطرق زلقة.</li> <li>• قد يتسبب الاحتكاك الناتج عن الرماد البركاني في تلف أجزاء من السيارة منها المحامل والمكابح وناقلات السرعة. قد تحتاج الفلاتر إلى التغيير بانتظام.</li> <li>• في حال ينبغي عليك قيادة السيارة، يمكنك فعل ذلك ببطء مبقياً الأضواء مشتغلة.</li> </ul>
قم بحماية رتيك وعينيك أثناء التنظيف	<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بارتداء النظارات الواقية وقناع وقاية فعال قبل البدء بالتنظيف (يُمكنك الرجوع إلى الشبكة العالمية للمخاطر الصحية للبراكين لمزيداً من المعلومات: <a href="http://www.ivhnn.org">www.ivhnn.org</a>).</li> <li>• إن لم يكن لديك قناع واق، استخدم قطعة قماش رطبة.</li> </ul>
قم بالتنظيف بعناية في الخارج	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ينبغي ألا تتم إزالة الرماد الساقط على الأسطح إلا إذا كان القيام بذلك آمناً. قد تكون الأسقف زلقة عندما تكون مغطاة بالرماد أو قد تكون معرضة لخطر الانهيار إذا تجاوز النقل الواقع عليها حدود قدرة تحملها. كن حذراً أثناء صعود السلالم أو الأسطح.</li> <li>• قم بتنظيف البالوعات إن كان ذلك آمناً.</li> <li>• استخدم المجرفة لإزالة الرواسب السمكية (أكثر من سنتيمترًا واحدًا) والمكانس الصلبة لإزالة الكميات الأقل.</li> <li>• قم بمسح الرماد بقطعة رطبة قليلاً وليست مغمورة بالماء قبل إزالته بواسطة المجرفة أو المكبسة لتقليل استنشاق ذرات الرماد الدقيقة.</li> <li>• ابق السقوف خالية من التراكبات السمكية للغيبار الثقيل الرطب. معظم السقوف لا يمكنها احتمال أكثر من 10 سنتيمترات أو 4 بوصة من الرماد الرطب.</li> <li>• ضع الرماد في أكياس قمامة بلاستيكية متينة. ابق الرماد منفصلاً عن القمامة الاعتيادية.</li> <li>• اتبع التعليمات الرسمية فيما يتعلق بالتخلص من مخلفات الرماد.</li> <li>• لا ترمي الرماد في الحدائق أو على الأرصفة إلا إذا نُصحت بذلك.</li> <li>• لا تدفع بالرماد في البالوعات أو المجاري أو برك النفايات السائلة أو بالوعات العواصف إذ قد يتسبب ذلك في إحداث تعلقاً في أنظمة معالجة مياه الصرف الصحي وانسداداً للمواسير.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا تتم بمسح أو حك الرماد الجاف. يمكنك التنظيف بواسطة المكنسة الكهربائية بدلاً من ذلك أو الترطيب بواسطة الماء أو عامل ترطيب منظف والمسح بواسطة قطعة قماش رطبة.</li> <li>• تجنب الحك الزائد نظراً لأن جزيئات الرماد الحادة قد تسبب في تلف ألياف الأقمشة والأسطح الصلبة.</li> <li>• اغسل أو نفض الأقمشة بالخارج.</li> <li>• انزع القابس الكهربائي للأجهزة الإلكترونية ونظفها بواسطة المكنسة الكهربائية.</li> <li>• نظف أي سطح يمكن أن يدفع الهواء ويعيد تدوير الرماد (مراوح وفتحات تهوية التلاجة ومكيف الهواء، أو الفرن).</li> <li>• قد تحتاج الفلاتر الكهربائية للتبديل بصورة منتظمة خلال عدة أشهر بعد سقوط الرماد.</li> </ul>	<p>قم بالتنظيف بعناية في الداخل</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا كانت قيادة السيارة ضرورية للغاية فقم بالقيادة ببطء واستعمل المصابيح الأمامية والكثير من سائل تنظيف الزجاج الأمامي. قد يؤدي استخدام مساحات الزجاج لإزالة الرماد إلى خدش الزجاج الأمامي للسيارة. عند زيادة سقوط الرماد يجب القيادة فقط في الحالات الطارئة. استعمل قوارير الماء وقطعة قماش لتنظيف زجاج السيارة الأمامي عند الحاجة لذلك.</li> <li>• نظف السيارة بما في ذلك المحرك والرادياتير وغيرها من الأجزاء المهمة يومياً، إذا توجب ذلك. استعمل الماء لإزالة الرماد.</li> </ul>	<p>نظف سيارتك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بإبقاء الأطفال في الداخل. اشرح ما يحدث والإجراءات الوقائية التي تتخذها.</li> <li>• لا تسمح للأطفال باللعب في أكوام الرماد.</li> <li>• انصح بعدم اللعب في الأجواء المغبرة وعدم ممارسة الأنشطة الشاقة.</li> <li>• رتب أماكن مناسبة للأطفال ليتسنى للأهل التفرغ لمهام التنظيف.</li> <li>• يجب على الأشخاص الذين يعانون من التهاب القصبة الهوائية والانتفاخ الرئوي والربو البقاء في الداخل وتجنب التعرض غير الضروري للغبار.</li> </ul>	<p>قم بحماية الأشخاص الذين يعانون من الحساسية عند التعرض للغبار</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بإبقاء الحيوانات في الداخل إذا كان ذلك ممكناً.</li> <li>• نظف الحيوانات بواسطة الفرشاة و اغسل المخالب والفراء والجلد لحمايتهم من تناول أو استنشاق الرماد أثناء قيامهم بتنظيف واستمالة أنفسهم.</li> <li>• استعمل الفلتر لتوفير ماء شرب نظيف.</li> </ul>	<p>قم بحماية حيواناتك</p>





## التحضير للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسباق
قم بتخزين تجهيزات إضافية للاستجابة للانفجار البركاني	<ul style="list-style-type: none"> <li>• وتشمل التجهيزات الإضافية للاستجابة للانفجار البركاني على ما يلي:</li> <li>• أقنعة الوقاية من الغبار ومستلزمات حماية العيون</li> <li>• أغلفة بلاستيكية لحماية الأجهزة الإلكترونية من الرماد</li> <li>• مواد التنظيف.</li> <li>• حقيبة إخلاء مخزنة في السيارة.</li> <li>• أحمل دوماً مصباح يدوي حتى أثناء النهار.</li> </ul>
خزن المياه النظيفة والطعام	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اجمع وخزن الماء النظيف مسبقاً في خزانات مغلقة (من 20 إلى 30 لتراً، أي من 5 إلى 7 جالونات للفرد الواحد في المنزل).</li> <li>• خزن الطعام في حاويات مغلقة.</li> <li>• إذا كان هنالك رماد في الماء فدعه يستقر في الأسفل ثم استخدم الماء النظيف.</li> <li>• من الأمن تناول الخضروات المغطاة بالرماد بعد غسلها بالماء النظيف.</li> </ul>





## العواصف الثلجية

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. هناك رسائل منفصلة متاحة أيضاً لمخاطر محددة أخرى.

تُعد العواصف الثلجية ظاهرة مناخية شائعة ومكلفة تنطوي على خطورة محتملة وقد ينتج عنها إصابة الأشخاص ودمار المباني والسيارات والمحاصيل. قد يتسبب الثلج المتراكم في فقد الطاقة وإسقاط الأشجار. قد لا يلاحظ أي ضرر يلحق بأسطح المباني حتى تتضح التسريبات أو التشققات. قد تشكل الفيضانات المفاجئة والانهدامات الطينية داخل مناطق التضاريس الحادة خطراً مع تراكم الثلج في حالات نادرة، تعرف حبات البرد أو الحبوب الضخمة بقدرتها على التسبب في ارتجاج في المخ أو إصابات مميتة في الرأس.

يُعد الثلج شكلاً من أشكال المطر الصلب حيث يتكون من كرات أو كتل غير منتظمة من الجليد يبلغ قطرها بين 5 ملم و15 سم. يتطلب تشكيل الثلج وجود حركة صاعدة وقوية من الهواء في درجات حرارة شديدة البرودة على ارتفاعات منخفضة. وتُعرف العواصف التي ينتج عنها الثلج الذي يصل إلى الأرض باسم العواصف الثلجية. وعادةً ما تستمر العواصف الثلجية من بضعة دقائق إلى 15 دقيقة. ويوجد الثلج في المناطق المدارية على ارتفاعات عالية. وقد يصاحبه ظواهر جوية قاسية أخرى مثل الأعاصير والزوابع.



## قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
راقب الطقس وتابع مؤشرات الطقس الخطر	<ul style="list-style-type: none"> <li>استمع للراديو وشاهد التلفاز فيما يتعلق بسوء الأحوال الجوية.</li> <li>راقب أحوال الطقس. غالباً ما تظهر غيوم الثلج لون أخضر ويعد من خواصها المميزة.</li> <li>نبه الحيران بمؤشرات أحوال الطقس الخطرة.</li> <li>ابق متيقظاً لتحذيرات الانهيار الأرضي والفيضان.</li> </ul>
قم بتحديد أكثر الأماكن أماناً	<ul style="list-style-type: none"> <li>قم بتحديد أكثر الأماكن أماناً في بنايتك، بعيداً عن النوافذ الخارجية.</li> <li>أكثر الأماكن أماناً خارج الأبنية هي تلك المساحات المغطاة البعيدة عن المنحدرات الأرضية الشديدة أو الممرات المائية.</li> <li>قم بتحديد الأماكن الخطرة ذات واقبات الصواعق الطبيعية مثل الأشجار الطويلة المعزولة وقمم التلال والحقول المفتوحة والشواطئ والحظائر أو غيرها من الأبنية الصغيرة وكل شيء مصنوع من المعدن.</li> </ul>



## التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
اعمل على حماية المباني والمركبات	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابق بالوعات ومواسير مجاري المطر سالكة وأصلح أي ضرر.</li> <li>• قم بتثبيت مصاريح أعاصير خارجية ثابتة على النوافذ والأبواب.</li> <li>• اركن السيارة في مكان محمي أو قم بتغطية الزجاج الأمامي والنوافذ.</li> <li>• قم بقطع الخشب الميت من الأشجار للحد من قوة الرياح المسلطة عليها وتقليل الضرر الناتج عن الفروع المتساقطة.</li> <li>• حرك الأشياء الثمينة بعيداً عن النوافذ.</li> </ul>
قم بحماية الماشية والحيوانات الأليفة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• قم بتوفير ملاجئ مغطاة للحيوانات وانقل الماشية إليها، إذا دعت الحاجة إلى ذلك.</li> <li>• اجلب الحيوانات الأليفة إلى الداخل.</li> </ul>



## التحضير للاستجابة: تطوير المهارات وتخزين المؤن

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتبع تعليمات الإخلاء.</li> <li>• ابق بالقرب من المناطق الآمنة.</li> <li>• ابق الأطفال في مكان قريب.</li> <li>• قم بإغلاق مصاريح النوافذ الخارجية بإحكام.</li> </ul>	<p>كن مستعداً لعمل ما ينبغي للاستجابة للتحذيرات ظروف وتحذيرات الطقس.</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• حافظ على الأغراض اللازمة لحماية منزلك من ضرر المياه (الأغطية البلاستيكية والأشرطة اللاصقة وأكياس الرمل والرمل وما إلى ذلك).</li> </ul>	<p>قم بتخزين تجهيزات لحماية منزلك</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابحث عن ملجأ لكن تجنب واقبات الصواعق الطبيعية مثل الأشجار الطويلة المعزولة في منطقة مكشوفة وقمم التلال والحقول المكشوفة والشواطئ والحظائر أو غيرها من الأبنية الصغيرة وأي شيء مصنوع من المعدن.</li> <li>• ابعد وجهك عن الرياح عند توجيهك الى أقرب ملجأ. استعمل ذراعيك أو حقيبتك أو كتبك أو شيء آخر لحماية رأسك.</li> <li>• كن متيقظاً لعلامات الرياح الشديدة أو الإعصار (لا سيما إذا كان حجم الثلج كبيراً).</li> <li>• انتقل الى سيارة ذات سقف معدني.</li> </ul>	<p>إذا كنت في الخارج فالجأ الى مكان آمن</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابتعد عن النوافذ والأبواب الزجاجية. كن متيقظاً لعلامات الرياح الشديدة أو الإعصار لا سيما إذا كان حجم الثلج كبيراً واتخذ احتياطات الإعصار إذا دعت الحاجة إلى ذلك.</li> <li>• ابق في الداخل حتى تنتهي العاصفة وتكون متأكدًا أن الخروج آمنًا.</li> </ul>	<p>إذا كنت في الداخل فابتعد عن النوافذ</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اركن السيارة في مكان آمن. ابق داخل السيارة حتى تنتهي العاصفة.</li> <li>• ابق رأسك ووجهك بعيداً عن النوافذ واخفض رأسك واضعاً ذراعيك فوق رأسك.</li> <li>• كن متيقظاً لعلامات الرياح الشديدة أو الإعصار لا سيما إذا كان حجم الثلج كبيراً واتخذ احتياطات الإعصار إذا دعت الحاجة إلى ذلك.</li> </ul>	<p>إذا كنت في سيارة فابق بداخلها</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• حافظ على هدوئك من خلال العد أو التنفس ببطء وبعمق. انظر حولك لتتمكن من تقدير الموقف قبل التحرك.</li> </ul>	<p>التزم الهدوء</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كنت في منطقة جبلية أو بالقرب من منحدرات أو جروف صخرية غير مستقرة انتبه لما يلي: <ul style="list-style-type: none"> <li>• تساقط الصخور والأنقاض الأخرى</li> <li>• الأصوات غير المعتادة كتصدع الأشجار</li> <li>• زيادة أو نقصان مفاجئ للماء في الجداول</li> <li>• السدود أو الخنادق أو الحواجز المحلية المعرضة للضرر والدمار.</li> </ul> </li> <li>• كن متيقظاً للانهيارات الأرضية الناتجة عن الثلج.</li> <li>• إن كان هناك تحذير من الانهيار الأرضي وهطول المطر المفاجئ، قم بالإخلاء فوراً إلى ملجأ آمن محدد.</li> <li>• احذر من الفيضان وكن متيقظاً عند قيادة السيارة بالقرب من الحواجز أو بجانب الممرات المائية.</li> </ul>	<p>ابق متيقظاً إن كنت في مناطق جبلية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• احترس من الزجاج المكسور.</li> <li>• تفحص السقف وقم بإجراء الإصلاحات لتجنب التسربات والضرر الناتج عن الماء خلال سقوط المطر القادم.</li> </ul>	<p>تحقق من الأضرار</p>



## المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية

يُرجى العلم أن الرسائل الرئيسية مندرجة ضمن القسم السابق: الرسائل الرئيسية للتخطيط لكافة المخاطر المتعلقة بالكوارث المنزلية والأسرية. هناك رسائل منفصلة متاحة أيضاً لمخاطر محددة أخرى.

ومدة

التعرض. تشير المصطلحات القياسية إلى المواد الكيميائية الصناعية الخطرة مثل المواد الكيميائية الصناعية السامة ((TICS؛ يمكن أن تكون عوامل كيميائية وبيولوجية وإشعاعية ونووية للإطلاق المتعمد إما للمواد الكيميائية الصناعية السامة أو عوامل حرب كيميائية (CWAS).

تشمل العوامل البيولوجية البكتيريا والفيروسات والفطريات والطفيليات أو أجزاءها أو المنتجات التي تصنعها. إن التعرض لتلك العوامل بكميات كافية ولمدة محددة قد يؤدي إلى المرض أو الإضرار بصحة الإنسان ويمكن أن يحدث ذلك نتيجة التعرض الطبيعي أو الإطلاق (المتعمد أو غير المتعمد) للكائنات الدقيقة من المنشآت البحثية على سبيل المثال. ونظراً لتركيز الرسائل الرئيسية لحالات الطوارئ المتعلقة بالإشعاع الكيميائي والبيولوجي والإشعاعي والنووي (CBRN) على الخواص العامة المشتركة بين كافة تلك الأنواع من حالات الطوارئ، فإن المزيد من الرسائل الرئيسية حول الأخطار البيولوجية موضحة بشكل مفصل تحت عنوان الأمراض الوبائية والمعدية الرئيسية.

من المفيد الإشارة إلى أن مصطلح حالات الطوارئ الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية (CBRN) ترتبط عادة بسياق متعلق بالأمن. غالباً ما تدرج حالات الطوارئ الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية ضمن الطوارئ التكنولوجية. بالإضافة إلى احتوائه على أحداث كيميائية وبيولوجية وإشعاعية والنووية ((CBRN)، يشمل هذا المصطلح حالات طوارئ أخرى ناشئة عن الأنشطة التكنولوجية والصناعية، على سبيل المثال لا الحصر: تمزق السدود وحوادث النقل وتفجيرات المصانع.

إن حالات الطوارئ الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية و/أو النووية (CBRN) هي حوادث أو أفعال متعمدة تنطوي على مخاطر كيميائية وبيولوجية وإشعاعية ونووية. يُستخدم المصطلح الشامل الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية بشكل شائع لوجود تشابهات مميزة بين هذه المخاطر مما يجعل بعض تدابير التأهب والاستجابة لحالات الطوارئ مشتركة أو متشابهة للغاية بالنسبة لها جميعاً.

ترتبط المخاطر النووية والإشعاعية بالإشعاع المؤين من المصادر المشعة -وهي قدرة الذرات على إطلاق الإشعاعات المؤينة، والتي تفرض خطراً على الإنسان والحيوان عندما تكون بجرعات عالية بما فيه الكفاية ويكون أيضاً تأثير على البيئة. تنطوي حالات الطوارئ النووية على التفاعلات التسلسلية النووية أو تنشأ عنها. مثل تلك التفاعلات المتسلسلة التي تحدث على سبيل المثال في مصانع الطاقة النووية أو المفاعلات البحثية. قد تشمل حالات الطوارئ الإشعاعية جميع الحالات الأخرى التي تنطوي على مصادر مشعة على سبيل المثال: تلك المستخدمة في الأجهزة الإشعاعية للتطبيقات الطبية أو الصناعية أو البحثية.

قد تحدث حالات الطوارئ الكيميائية في عدد من الحالات المختلفة حيث يتم إطلاق المواد الكيميائية الخطرة في المناطق المحيطة. العوامل الكيميائية هي جميع العناصر والمركبات الكيميائية في حالتها الطبيعية أو المصنعة ومشتقاتها. قد يؤدي التعرض لتلك العوامل عن طريق الاستنشاق أو الابتلاع أو عن طريق الجلد إلى مرض أو ضرر على الصحة البشرية اعتماداً على المادة الكيميائية وكمية الجرعة





## قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
<p>تعرف على المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية حيث تعيش وتعمل وتدرس وتلعب أطفالك</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>اهتم بتحصيل معلومات عن مواقع تخزين أو استخدام المواد الخطرة والسامة وكذلك مواقع تشغيل المرافق النووية في منطقتك. كن على دراية بأن مراكز البحوث أيضاً قد تأوي العناصر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية.</li> <li>كن ملمّاً بالمعلومات المقدمة من السلطات والشركات والمرافق لمعرفة اعتبارات المسافة الآمنة من هذه المرافق في ظل الظروف العادية.</li> <li>ادعم السلطات والمرافق في توفير المعلومات للسكان عن المواد الخطرة وتدابير السلامة الخاصة.</li> <li>كن على دراية بالمناطق الآمنة المتغيرة حسب نوع المواد الخطرة ودرجة خطورة الحادث. احصل على معلومات مسبقة بشأن المناطق الآمنة.</li> </ul>
<p>كن ملمّاً بأجهزة الإنذار الموجودة وكذلك خطط الاستعداد في منطقتك</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>حسب طبيعة الحدث والنتيجة المتعلقة، قد يلزمك ذلك البقاء في المنزل (انظر الاحتماء داخل المبنى تحت الاستعداد للاستجابة: تنمية المهارات وتخزين المون في هذا القسم) أو اذهب إلى منطقة آمنة. احصل على هذه المعلومة من السلطات المسؤولة عن خطط الاستعداد في منطقتك.</li> <li>تعرف على قنوات التحذير العام على سبيل المثال: صفارات الإنذار ووسائل الإعلام والرسائل النصية وغيرها في مجتمعك وذلك في حالات طوارئ المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية.</li> <li>كن على دراية بخطط الطوارئ المحلية والإقليمية لحالات طوارئ المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية. وقد يكون جزءاً من خطط الطوارئ العامة والتدابير المضادة الممكنة التي يمكن للسلطات وضعها حيز التنفيذ.</li> <li>عليك أن تعرف إن كان هناك مأوي في منطقتك للاحتماء بها من أنواع التلوث المختلفة ومواقع هذه المأوي. وحسب المسافة بينها وبين المنشآت الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية، فقد تحتاج هذه المأوي إلى مرشحات خاصة للهواء مع ضرورة إقامتها في مواقع خاصة.</li> </ul>



### التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
<p>تعرف على الرموز الواجب استخدامها لتمييز المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تأكد من أن جميع أفراد العائلة على علم بالرموز التي تُشير إلى مختلف المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية كي يفهموا أنه لا ينبغي عليهم لمس أي شيء أو الدخول الي أي منشأة تحمل هذه الرموز.</li> <li>أحفظ المواد الكيميائية المنزلية بعيدًا عن متناول الأطفال.</li> <li>الرموز الشائع استخدامها لتمييز الأخطار الإشعاعية والبيولوجية والكيميائية هي:</li> </ul> <div data-bbox="252 1070 630 1227" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>خذ المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية في اعتبارك وكذلك الآثار متعددة المخاطر عند تحديد موقع معيشتك</p> </div> <div data-bbox="395 1249 710 1406" style="text-align: center;"> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>كن على دراية بأن بعض الدول المختلفة قد تستخدم رموزًا إضافية.</li> </ul>
<p>تعرف على مسارات الإخلاء الممكنة</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>عندما تنتقل للعيش في مكان جديد، عليك أخذ مناطق الخطر المحتملة في اعتبارك وكذلك قربها من المنشآت الصناعية التي تنطوي على مخاطر كيميائية وبيولوجية وإشعاعية ونووية ممكنة.</li> <li>احرص على القرب من ملاذ آمن أو ابحث عن إمكانية الايواء في المنزل في حالات طوارئ المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية.</li> </ul>
<p>تعرف على مسارات الإخلاء الممكنة</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>باتباع توجيهات السلطات. في بعض الحالات قد يلزم الأمر الترحيل أو الإخلاء. تعرف على المسارات الممكنة ومناطق الإخلاء المحتملة في خطط الطوارئ. ضع في الاعتبار أن عمليات الإخلاء الجماعي قد تسبب اضطرابات هائلة في حركة المرور أو ربما تدمير مسارات الإخلاء نتيجة كارثة متعددة الأخطار مثل الزلزال أو الانهيار الأرضي.</li> <li>فكر في إعداد حقيبة سفر عائلية (لمزيد من المعلومات، انظر الرسائل الرئيسية للوقاية من جميع أخطار الكوارث المنزلية والعائلية).</li> </ul>

- قد تستطيع إدراك بعض المخاطر الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية عن طريق الرؤية أو الشم أو اللمس غير أن بعض الأخطار الأخرى لا يمكن الكشف عنها إلا باستخدام معدات خاصة.
- وبحسب العامل الكيميائي أو البيولوجي أو الإشعاعي أو النووي، يمكن حدوث التعرض عن طريق ملامسة الجلد أو الاستنشاق أو الابتلاع. بالنسبة لحالات الطوارئ الإشعاعية، يمكن أيضاً حدوث تعرض للإشعاع إذا كنت واقفاً بالقرب من مصدر إشعاعي.
- متوقفاً على المصدر والطريقة التي يحدث بها التعرض ودرجة التلوث، يمكن أن يتراوح الأثر على الجسم من تأثيرات صحية بسيطة إلى خطيرة أو حتى قاتلة.

تفهم طبيعة الأخطار  
الكيميائية والبيولوجية  
والإشعاعية والنوية والآثار  
الناجمة عنها

- بالإضافة إلى تخزينها أو استخدامها في مرافق مختلفة، قد يتم نقل المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية في بعض الأحيان وبالتالي قد تحدث حالة طوارئ على الطريق أو السكك الحديدية أو في البحر.
- تشمل علامات التحذير الخاصة بنقل البضائع الخطرة ما يلي:

تفهم أين تكمن المخاطر  
الكيميائية والبيولوجية  
والإشعاعية والنوية  
وكيفية انتشارها



- هناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها انتشار المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية. في الحالات الطارئة، تنتشر هذه الأنواع الأكثر شيوعاً عبر الهواء كجسيمات ضوئية أو هباء أو بخار أو في صورة سائلة مثل بعض المواد الكيميائية. بعض المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنوية يمكنها أيضاً الانتشار من خلال الملامسة أو الاتصال بسوائل الجسم. في حالات الطوارئ الكبرى، يمكن أن تكون المنطقة المتأثرة أوسع نطاقاً بل وممتدة عبر الحدود.

#### الطوارئ النووية والإشعاعية

- هناك مجموعة من الإجراءات الوقائية التي يمكن للسلطات أخذها في الاعتبار تنفيذها لتقليل و/أو الحد من التأثير على الصحة العامة من الأزمات النووية والإشعاعية. قد تتراوح ما بين الإيواء في المكان أو الإخلاء أو الترحيل أو فرض قيود على المواد الغذائية وحتى تناول اليود المستقر.
- قد تختلف قنوات توزيع أقرص يوديد البوتاسيوم من بلد إلى آخر. قد تساعد أقرص يوديد البوتاسيوم على حماية الغدة الدرقية من التلف إذا ما تم تناولها قبل التعرض للإشعاع.
- ملاحظة: يوديد البوتاسيوم ليس مضاداً للإشعاع، وإنما هو فعال فقط ضد اليود المشع الذي يؤثر على الغدة الدرقية ويمكن أن يسبب سرطان الغدة الدرقية.
- تأكد من معرفة مكان الحصول على أقرص يوديد البوتاسيوم في حالة الطوارئ ومن ينبغي عليه تناولها والجرعة المطلوبة. يجب أن يُحدد ذلك فقط بناءً على تعليمات السلطات، حيث أنه يمكن أن تكون له آثار سلبية إذا ما تم تعاطيه بدون سبب.
- يجب أن تؤخذ أقرص يوديد البوتاسيوم قبل التعرض لليود المشع لحماية الغدة الدرقية من امتصاص اليود المشع. الأطفال والحوامل والمرضعات هم أكثر عرضة للتعرض لليود المشع.

تأكد من إمامك بأنه  
عليك الحصول على  
أقرص يوديد  
البوتاسيوم (KI)

حالات الطوارئ الكيميائية	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لمنع وقوع الحوادث الكيميائية في منزلك، فعليك إبقاء المواد الكيميائية الخطرة بعيدة عن نظر ومتناول الأطفال والحيوانات الأليفة. وبصفة خاصة، ما يتعلق في حالة المنظفات ومواد التنظيف وكذلك الطلاء.</li> </ul>	<p>ابق المواد الكيميائية المنزلية بعيدة عن نظر ومتناول الأطفال والحيوانات الأليفة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لمنع الحوادث المؤذية بالكيمائيات المنزلية يجب أن يكون كل شخص في المنزل قادراً على التعرف عليها وأن يكون قادراً على قراءة تعليمات الاستخدام والتحذيرات المحتملة على العبوة. لا ينبغي نقل المواد الكيميائية إلى الأوعية التي سبق استخدامها في المشروبات أو الأغذية لمنع استهلاكها عن طريق الخطأ.</li> </ul>	<p>تأكد من الاحتفاظ بالمواد الكيميائية المنزلية في عبوة أصلية ومميزة بشكل صحيح</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بعض المواد الكيميائية مثل الكلور قد تنتج غازات خطيرة إذا تم خلطها. امتنع عن التجريب مستخدماً ذلك.</li> </ul>	<p>لا تقوم بخلط المواد الكيميائية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لدى العديد من البلدان رقم طوارئ خاص يمكنك الاتصال به في حالة التسمم أو سوء استعمال المواد الكيميائية والمواد الخطرة. احفظ الرقم وسجله على هاتفك المحمول و/ أو اجعله معروضاً في مكان مرئي داخل منزلك مع أرقام الطوارئ الأخرى.</li> </ul>	<p>كن قادراً على الوصول بسهولة لأرقام التليفونات المهمة</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من فتح نوافذك كل يوم: يكون تلوث الهواء أعلى في الداخل منه في الخارج. تأكد من أن التهوية جيدة عن طريق فتح النافذة إذا كنت تقوم بأعمال تجديد في منزلك أو إذا كنت بصدد اقتناء أثاث جديد.</li> </ul>	<p>تأكد من أن التهوية مناسبة</p>





التحضير

الرسائل

تقليل و  
المحتمل

تجنب ال  
للمخاطر  
البيولوج  
النوية

تبادل ال

- اتباعاً لتعليمات السلطات، قد يكون من الضروري لك ولعائلتك الانتقال أو الإخلاء. تأكد من الانتقال إلى منطقة آمنة مخصصة وبعيدة بما يكفي عن موقع الطوارئ. قد تعتمد المسافة والاتجاه على المادة الخطرة المعنية وحجم حالة الطوارئ وكذلك ظروف الطقس والرياح.
- خذ المتعلقات الشخصية المهمة معك، فقد لا يكون من الممكن العودة لفترة من الوقت.

تأكد من وجود مسافة  
كافية بينك وبين موقع  
الطوارئ إذا طلب منك  
ذلك



<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا لم توفر السلطات معلومات موثوقة، فقد يكون من الصعب معرفة طريقة انتشار التلوث في بداية حادث كيميائي أو بيولوجي أو إشعاعي أو نووي. لذلك، قد يكون من الأكثر أماناً أن تبق في موقعك من أجل حماية نفسك من التعرض (ما لم تكن السلطات المسؤولة قد أصدرت الإخطار بالفعل وأصدرت تعليمات بالجوء إلى المنزل).</li> <li>• تتميز المنازل المبنية بشكل صحيح ومتين بمستوى عالي من الحماية.</li> <li>• أغلق وابتعد عن جميع النوافذ والأبواب الخارجية وغيرها من الفتحات في المنزل. إن أمكن، سد الشقوق حول الأبواب والنوافذ وأعمدة التهوية بواسطة شريط قوي.</li> <li>• أغلق جميع المراوح وأنظمة التدفئة وتكييف الهواء وأغلق خائق المدفأة.</li> <li>• تأكد من أن الراديو الموجود في مكان المأوى يعمل، وأن لديك بطاريات إضافية كافية له.</li> <li>• استمر في الاستماع إلى الراديو و/ أو مشاهدة التلفاز واتبع وسائل التواصل الاجتماعي ذات الصلة إلى أن يتم إصدار معلومات تعلن أن الظروف أصبحت آمنة أو يتم توجيهك إلى الإخلاء.</li> <li>• من المثالي أن يكون لديك هاتف أرضي في الغرفة التي اخترت أن تتخذها مأوى. قد لا تعمل شبكات المحمول بشكل جيد بسبب الحمل الثقيل أو قد تتضرر. ومن الممكن أن يكون الإنترنت معطلاً أيضاً.</li> <li>• احتفظ بنسخة مطبوعة من قائمة أرقام الطوارئ.</li> <li>• أحضر كل ما تحتاج إليه في الغرفة (بما في ذلك الطعام المعبأ والمياه المعبأة في زجاجات وطقم الإسعافات الأولية والحيوانات الأليفة) واحكم غلق الباب بشريط لاصق أو أغطية بلاستيكية ثقيلة أو ملابس أو أي شيء آخر قد يكون في متناول يدك.</li> <li>• عندما تتلقى إشعاراً من السلطات بأن مرحلة الخطر قد مرت، يجب تهوية المبنى وتنظيفه كلياً حتى يتم التخلص من أي تلوث تعرض له بسبب الشقوق أو الفتحات.</li> <li>• لا تشعل النار أو توفد الغاز لطهي الطعام ووفر التدفئة داخل غرفة محكمة الإغلاق.</li> <li>- سوف تتسبب في استهلاك الأكسجين وسوف تنتج أول أكسيد الكربون السام عندما تكون مستويات الأكسجين منخفضة.</li> </ul>	<p>قد يكون من الأكثر أماناً أن تقوم بالاحتماء في نفس المكان من أن تقوم بالإخلاء الفوري، في حال استقبالك لمعلومات تفيد بحادث طوارئ كيميائية أو بيولوجية أو إشعاعية أو نووية في منطقتك.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ابحث عن مكان آمن للاحتماء. يجب أن يكون أكبر مبنى خرساني يمكن الوصول إليه بسهولة، إلا أن أي مبنى بشكل عام يعتبر أفضل من البقاء في الخارج أو بداخل سيارة موجودة في منطقة معرضة لفترة أطول.</li> </ul>	<p>إذا سمعت عن انتشار خطر كيميائي أو بيولوجي أو إشعاعي أو نووي أثناء وجودك بالخارج أو داخل سيارة فالجأ إلى مأوى</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كنت تخشى التلوث، فمن الضروري اتخاذ إجراء سريع للحد من تأثير التلوث على الجسم وضمان عدم تلويث الآخرين، اتخذ بعض الخطوات الأساسية. قبل الدخول إلى مبنى أو مأوى، قم بما يلي: <ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كنت في الخارج، قم بتغطية فمك وأنفك بمنديل أو قطعة من القماش أو ما شابه ذلك.</li> <li>• أزل الملابس دون ملامسة سطحها الخارجي، وقم بوضعها داخل أكياس بلاستيكية محكمة الإغلاق ثم ضع الأكياس بعيداً بقدر الإمكان.</li> <li>• اغسل الجلد والشعر جيداً بالصابون والماء الفاتر إن أمكن مع شطف العينين والأذنين بالمياه المعبأة في زجاجات ونظف أنفك. إن تعذر وصولك إلى الماء، فإن كشط أو مسح التلوث من فوق الجلد باستخدام قطعة قماش نظيفة أو منديل هو الخيار الأفضل التالي.</li> <li>• يجب توخي الحذر الشديد عند تنظيف المنطقة المحيطة بالفم والأنف والعينين والأذنين.</li> <li>• اتبع ممارسات النظافة العامة الجيدة بعد إزالة التلوث.</li> </ul> </li> </ul>	<p>تعلم كيفية تطهير نفسك</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• يمكن أن تتلوث مصادر المياه خلال حالات الطوارئ الكيميائية أو البيولوجية أو الإشعاعية أو النووية، ولذلك فمن المهم الامتناع عن الشرب من الصنبور أو الآبار. قد تكون المياه المعبأة في زجاجات بديلاً آمناً.</li> <li>• قد لا يكون من الآمن استهلاك الحليب الطازج والفاكهة والخضروات واللحوم والأطعمة الطازجة الأخرى أثناء وبعد مثل هذه الطوارئ.</li> <li>• تأكد من أن لديك مخزون كافي من المياه المعبأة في زجاجات وكذلك الأطعمة المغلفة أو المعلبة لأفراد الأسرة والحيوانات الأليفة لمدة خمسة أيام على الأقل (المدة التي قد تأويها).</li> <li>• اتبع نصائح السلطات العامة في أعقاب أي حالة طوارئ فيما يخص الأطعمة الآمنة للاستهلاك وأماكن الحصول على الطعام ومياه الشرب الآمنين.</li> </ul>	<p>تأكد من قدرتك على الوصول إلى الطعام والماء غير الملوث</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا كنت تعتقد أنك قد تلوثت بمخاطر كيميائية أو بيولوجية أو إشعاعية أو نووية، فقم بطلب الرعاية الطبية حتى ولو لم تظهر عليك أي أعراض.</li> </ul>	<p>اطلب الرعاية الطبية بأسرع ما يمكن</p>
<p>الطوارئ النووية والإشعاعية</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب اتباع التعليمات المقدمة من السلطات كاملة وفي الوقت المناسب. في حال تم طلب الإخلاء، يجب مراقبة طرق الإخلاء المشار إليها ووقت الشروع في عملية الإخلاء.</li> <li>• تناول حبوب يوديد البوتاسيوم إذا أمرت السلطات بذلك.</li> </ul>	<p>الاستماع إلى تعليمات وتوجيهات السلطات فيما يتعلق بالتدابير الوقائية والحماية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قد يرتفع النشاط الإشعاعي على الأرض عدة مرات بعد هطول الأمطار (الأمطار أو الثلوج) من السحب المشعة منه في المناطق التي مرت فيها الغيوم دون أي هطول للأمطار.</li> <li>• يؤدي اتجاه الرياح العكسية من موقع الحادث اتجاه موقعك إلى نقل الجسيمات المشعة والتسبب في التلوث الإشعاعي للأسطح (التربة والنباتات والأشجار والمباني ومصادر المياه المفتوحة). لا يمكن توقع أي نشاط في حال هبوب الرياح في الاتجاه من موقعك إلى موقع الحادث.</li> <li>• إذا طلبت منك السلطات الانتقال من موقعك فحاول أن تتحرك عكس اتجاه الرياح من موقع الحادث أو موقع الطوارئ.</li> </ul>	<p>يرجى الانتباه إلى أحوال الطقس عند التفكير في البقاء في المأوى أو الانتقال</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا كان المنزل يضم قبو تحت الأرض أو غرفة داخلية بدون نوافذ، فهذا أفضل مكان للبقاء فيه. في المباني المرتفعة، اختر الطوابق الوسطى إذا لم يكن من الممكن أخذ مأوى تحت الأرض.</li> </ul>	<p>اختر غرفة ملائمة للإيواء داخل المبنى</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• التطهير: عملية تطهير لجسم أو مادة لإزالة الملوثات مثل الكائنات الدقيقة أو المواد الخطرة بما فيها ذلك المواد الكيميائية والمواد المشعة والأمراض المعدية.</li> <li>• قد تكون إزالة التلوث مجموعة من العمليات التي تشمل التنظيف والتعقيم والتطهير. قد يكون تغيير الملابس وغسلها باستخدام المنظف والماء الساخن طريقة مرضية لإزالة التلوث في بعض الحالات. تأكد جيداً من التخلص من الملابس التي تعتقد أنها تحتوي على مصادر التلوث.</li> </ul>	<p>فهم أساسيات التطهير</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا تعرض الشخص لجرعات عالية جدا من الإشعاع، فيمكن أن يصاب/ تصاب بمتلازمة إشعاعية حادة (ARS). اعتمادا على الجرعة، قد تظهر أعراض المتلازمة الإشعاعية الحادة في غضون ساعات أو أيام.</li> <li>• تشمل الأعراض الرئيسية للمتلازمة على الغثيان والقيء والإسهال وآلام الجهاز الهضمي وإحساس يشبه ألم الإنفلونزا. قد تكون المتلازمة الإشعاعية الحادة مميتة إن لم يتم علاجها على الفور.</li> <li>• في حال التعرض الجزئي أو الموضعي الشديد، قد تحدث إصابة إشعاعية موضعية، أي قد يحدث حرق الإشعاع. قد تظهر كلدغة حشرة وتتطور أكثر في شكل حبة وقرحة حادة مع نخر ما لم تُعالج في مرفق متخصص.</li> <li>• اطلب الرعاية الطبية إذا أحسست بأي من هذه الأعراض.</li> </ul>	<p>تعلم كيفية التعرف على أعراض المرض الإشعاعي</p>
<p>حالات الطوارئ الكيميائية</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عند التعامل مع المواد الكيميائية دائما، قم بارتداء القفازات وغيرها من المعدات الواقية كما هو موضح في التعليمات الخاصة بتعبئة المواد الكيميائية المختلفة.</li> <li>• نظف أي تسربات على الفور وتخلص منها كما هو موضح على العبوة.</li> <li>• تخلص من الطعام والشراب الذي تشربه في اتصاله بالمواد الكيميائية.</li> <li>• إذا كانت المواد الكيميائية تحترق أو تصاعدت غازات أو أبخرة خطيرة في الهواء، قم بتغطية فمك وأنفك وابتعد عن المنطقة المكشوفة.</li> </ul>	<p>احرص على تجنب التلوث والتسرب</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتصل دائما برقم الطوارئ لخدمة التعامل مع حالات التسمم في بلدك إن كنت تشك في تعرضك أنت أو أي شخص آخر في المنطقة المجاورة للتلوث بسبب التعرض للمواد الكيميائية الخطرة. إن لم يكن هناك رقم مخصص، اتصل برقم الطوارئ العام.</li> <li>• إن كان مصدر التلوث من مواد كيميائية منزلية، احتفظ بأي عبوات أو حاويات تحتوي على معلومات عن المواد الكيميائية معك حتى تتمكن من وصفها بشكل صحيح لموظف قسم الطوارئ.</li> </ul>	<p>اتصل برقم طوارئ التسمم في حالة الطوارئ الكيميائية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا لامست المواد الكيميائية العينين، فإنه من الضروري غسل العينين فورا بالماء الفاتر لمدة لا تقل عن 15 دقيقة.</li> <li>• أبق على هذا الإجراء حتى لو كانت العين طبيعية قبل مرور دقيقة.</li> <li>• اطلب المساعدة الطبية في أقرب وقت ممكن.</li> </ul>	<p>إذا لامست المواد الكيميائية العينين اتخذ التدابير الفورية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• إن كان مكانك في موقع الحادث عكس اتجاه الرياح فإن احتمالية تعرضك للمادة الكيميائية المنتشرة تكون أقل بكثير مما لو كنت في اتجاه هبوب الرياح.</li> <li>• تؤدي الأمطار والتلوج عادة إلى التخفيف من المواد الكيميائية وبالتالي التقليل من شدة التعرض.</li> </ul>	<p>يرجى الانتباه إلى أحوال الطقس عند التفكير في البقاء في المأوى أو الانتقال</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بعض الغازات السامة تكون أثقل من الهواء وبالتالي تتجمع بالقرب من الأرض أو تحت الأرض.</li> <li>• للتأكد من أنك تتفادى تركيزات كبيرة في أعقاب حالة الطوارئ الكيميائية الرئيسية، اتخذ مأوى في غرفة فوق مستوى سطح الأرض. إذا كان في المنزل غرفة داخلية بدون نوافذ فهذا أفضل مكان للبقاء فيه.</li> </ul>	<p>اختر غرفة ملائمة للإيواء داخل المبنى</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• قد تؤثر المواد الكيميائية على الجسم بطرق مختلفة اعتمادا على النوع، ومن الضروري تعلم كيفية التعرف على أعراض التسمم: صعوبات التنفس وتهيج العين والحلق والجلد والتغيرات في لون الجلد والصداع أو عدم وضوح الرؤية والدوار نقص التنسيق أو تشنجات معوية أو التشنجات.</li> </ul>	<p>تعلم كيفية التعرف على أعراض التسمم</p>



# الجزء الثاني ب.3

## حماية الطفل في الكوارث والحالات الطارئة



## حماية الطفل في الكوارث والحالات الطارئة

المبدأ الثالث: أحم الأطفال من الإيذاء الجسدي والنفسي الناتج عن العنف والإكراه.

المبدأ الرابع: ساعد الأطفال على المطالبة بحقوقهم والوصول للعلاج المتاح والتحسين من آثار الإساءة. ويشمل ذلك وجود أنظمة للإحالة والتأكد من إمكانية الوصول إليها والاتصال بها لضمان الإبلاغ عن أي مخاوف فيما يتعلق بحماية الطفل ودعم الناجين.

المبدأ الخامس: تعزيز أنظمة حماية الطفل. وتشمل اعتبارات هذا التنسيق مع الوكالات الرئيسية لحماية الأطفال والمؤثرين داخل المجتمع.

المبدأ السادس: عزز قدرة الأطفال على العمل الإنساني. ومن الأمور الأساسية لذلك تمكين الفتيات والفتيان ليكونوا عناصر فعالة لحماية أنفسهم من خلال مشاركتهم في التقييم وتصميم التنفيذ ورصد وتقييم أنشطة حماية الطفل.

تشير حماية الطفل في الكوارث والحالات الطارئة إلى الوقاية من الإساءة والإهمال والاستغلال والعنف ضد الأطفال والتصدي لها في أوقات الطوارئ

الناجمة عن الكوارث الطبيعية أو النزاعات أو غيرها من الأزمات. ويشمل ذلك جميع أشكال الإساءة الجسدية والنفسية والعنف الجنسي والجسدي والحرمان من الاحتياجات الأساسية. يتم تعريف عمر الطفل، ليعكس اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل، مثل أي شخص دون سن الثامنة عشر.

لتحسين التأثير، يجب أن تراعي جميع الإجراءات الواردة أدناه المبادئ الستة التالية. المعايير الدنيا لحماية الطفل في مجال العمل الإنساني.

المبدأ الأول: تجنب تعرض الأطفال لمزيد من الأذى نتيجة لأفعالك. يتضمن الاعتراف بأن المحادثات حول قضايا الحماية يمكن أن تؤدي إلى ردود فعل عاطفية. وعلى هذا النحو، يجب أن تكون جميع المحادثات آمنة وجميع أنظمة الدعم متاحة.

المبدأ الثاني: تأكد من حصول الأطفال على المساعدة المناسبة. ويتضمن ذلك اتخاذ إجراءات متعمدة لإشراك أعضاء المجتمع وأسرهم وأطفالهم الذين يمكن تهميشهم بطريقة أخرى أو إقصائهم اجتماعيًا أو التمييز ضدهم مثل الأطفال ذوي الإعاقة والأيتام وأطفال الشوارع والأطفال المعرضين لخطر كونهم غير مصحوبين. يجب بذل جهود محددة للمشاركة المتساوية من النساء والرجال والفتيات والفتيان.

4 المعتمدة من الفريق العامل لحماية الأطفال. المعايير الدنيا لحماية الطفل في مجال العمل الإنساني. فريق حماية الأطفال.

5 المرجع نفسه. 2012



### قَدْر وخطط

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسباق
تقديم مفاهيم سلامة للأطفال	<ul style="list-style-type: none"> <li>• مساعدة الأطفال على تعلم كيفية التعرف على البالغين الموثوق بهم في المجتمع والأشخاص الذين يمكنهم مساعدتهم من ذوي الاحتياجات المختلفة في حالات الكوارث وتعلم كيفية طلب المساعدة على الهاتف المحمول.</li> <li>• تأكد من أن الأطفال على دراية بمجتمعهم. على سبيل المثال، تفقد المباني الهامة مثل المدارس والمراكز الرياضية والمكتبات وما إلى ذلك. وابتحث عن أجهزة الإنذار والمخارج ومواد الإسعافات الأولية ومفاتيح الإضاءة والإمدادات والمناطق المحظورة ومسارات الإخلاء.</li> </ul>
إشراك أولياء الأمور وتعليم الأطفال الآليات الرئيسية لحماية كل من الطفل والأسرة والمدرسة والمجتمع والأقران	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تناقش مع أطفالك بشأن المخاطر التي يواجهونها واسعَ لمعرفة مدى إدراكهم لهذه المخاطر (ما هي أكبر المخاطر التي يفكرون بها ولماذا يرون ذلك وما هي الأسئلة أو المخاوف التي لديهم وكيف يرغبون في معالجتها، وما إلى ذلك).</li> <li>• طمئن وذكر الأطفال بأن هناك كبار مهتمين يعملون على الحفاظ على سلامتهم في كافة حالات الطوارئ.</li> <li>• تأكد من مشاركة الكبار في المدارس وآليات تنسيق حماية الطفل القائمة على المجتمع.</li> <li>• توفير المعلومات للأطفال حول الآليات المحلية لحماية الطفل من خلال معلومات الاتصال الرئيسية وكيفية الوصول إلى الخدمات، إذا لزم الأمر.</li> </ul>
تعليم الأطفال حقوقهم في حالات الطوارئ والكوارث	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعليم الأطفال مبادئ عدم التمييز، وأنه يحق لجميع الأطفال أن يكونوا آمنين ومحامين بما في ذلك في حالات الطوارئ أو الكوارث.</li> <li>• ناقش مع الأطفال كيفية تأثر الفتيات والفتيان بشكل مختلف بالمخاطر المختلفة. اكتشف كيفية تأثير المخاطر على ذوي الاحتياجات الخاصة من الأطفال.</li> </ul>
تأكد من أن كل طفل و(كل فرد في العائلة) يعرف أماكن آمنة للذهاب إليها وطرق آمنة للوصول إلى هناك	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من أن جميع الأطفال على دراية بالأماكن الآمنة في حال وقوع أشكال مختلفة من المخاطر.</li> <li>• تضمين الأطفال والبالغين في رسم خرائط المخاطر والمساحات الآمنة وكذلك الطرق الآمنة للوصول للمنزل أو المدرسة أو للوصول إلى نظام الدعم في حالات الكوارث. تعرف على أي اختلاف في وجهات النظر بين الكبار والأطفال والشباب وناقشها.</li> </ul>
علم أطفالك معلومات الهوية الخاصة بهم	<ul style="list-style-type: none"> <li>• علم الأطفال الصغار اسمهم بالكامل وكذلك أسماء والديهم ومعلومات الاتصال بهم (بما في ذلك العنوان والمقاطعة والمنطقة والقرية).</li> <li>• تعليم الأطفال الأكبر سنا اسم مدرستهم والاتصال خارج المنطقة.</li> </ul>

- احتفظ بنسخ من وثائق الهوية وسجلات العائلة في أماكن بديلة لتجنب التلف والفقْدان.
- استخرج شهادة ميلاد لكل طفل.
- سجل المواليد بدقة في دفتر سجل العائلة.
- احفظ نسخ معتمدة من سجل العائلة في مكان آمن ومنفصل عن الأصل احتياطي في حال الفقدان أو التلف.
- احتفظ بنسخة من أي معلومات أخرى مهمة للاستمرار التعليمية على سبيل المثال: سجلات التطعيم ومعلومات المدرسة وخطط التعليم الفردية للأطفال من ذوي الإعاقات.



## التخفيف من حدة المخاطر: المادية والبيئية

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
تحمل مسؤولية حماية الأطفال لاسيما من خلال الحد من مخاطر الكارثة والاستعداد للاستجابة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تصرف بشكل لائق برفق واحترام تجاه الأطفال.</li> <li>• اعمل مع مجتمعك على توضيح أن العنف والإقصاء الاجتماعي أو التمييز تجاه الأطفال أمر غير مقبول.</li> <li>• قف وامنع تعرض أي طفل للإيذاء أو الاستغلال الجسدي والجنسي والعاطفي. تأكد من فهم جميع البالغين لهذه المسؤولية.</li> <li>• التأكد من أن أولياء الأمور ومقدمي الرعاية والمدرسين واضحين بشأن مسؤولياتهم وواجب العناية لحماية الأطفال.</li> <li>• تشجيع المدارس وغيرها من المنظمات على وضع سياسات لحماية الأطفال محددة لأدوار ومسؤوليات البالغين من أجل حماية الفتيات والفتيان.</li> <li>• المساعدة على وضع آليات التوعية والوقاية لحماية الأطفال.</li> </ul>
تأكد من أن عمل الأطفال مناسب لأعمارهم وغير ضار أو لا يشكل خطورة على نموهم الجسدي والذهني أو العاطفي ولا يؤثر على دراستهم	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تأكد من أن جميع أفراد الأسرة على دراية بحقوق الأطفال، والتي تكون صالحة حتى في حالات الكوارث والطوارئ:</li> <li>• للأطفال الحق في التعليم والمشاركة واللعب والحماية.</li> <li>• يجب ألا يضطر الأطفال إلى العمل لساعات طويلة أو القيام بمهام خطيرة داخل أو خارج أسرهم ومجتمعهم.</li> <li>• جميع أشكال العنف مثل العنف الجسدي والجنسي والعاطفي ضد الأطفال من أي سن أو جنس أو انتماء غير مقبول بما فيها العنف في أماكن العمل.</li> <li>• تُعد عمالة الأطفال والمتاجرة بهم أمر غير مقبول ومخالفاً للقانون.</li> <li>• ينبغي عدم إجبار الفتيات والفتيان على ترك المدرسة في سبيل العمل.</li> </ul>





الاستعداد للاستجابة: تطوير المهارات

الرسائل الرئيسية	التفاصيل الخاصة بالسياق
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حدد السبل التي يمكن عن طريقها الإشراف على الأطفال أثناء عمل الوالدين في الحقول أو أثناء القيام بمهام أخرى.</li> <li>• خطط واعمل على إنشاء مساحات ودية للطفل أثناء وبعد فترة الكارثة تدار من قبل مراقبي رعاية مدربين تدريباً جيداً وموثوق بهم في المجتمع.</li> </ul>
	<p>تأكد من عدم ترك الأطفال أبداً بدون مقدم رعاية على قدر من التأهيل والثقة</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ادعم الفتيات والفتيان من جميع الانتماءات للمشاركة في القرارات المجتمعية والمدرسية والعائلية التي تؤثر عليهم.</li> <li>• السماح للأطفال بالمشاركة في أنشطة الاستجابة للكوارث فقط عندما يكونون في مأمن من الخطر البدني.</li> <li>• ادعم الأطفال للمشاركة، عند الاقتضاء، في التنقيف بين الأقران بشأن مواضيع حماية الطفل كجزء من الحد من مخاطر الكوارث.</li> </ul>
تدريس وتطبيق إجراءات التشغيل القياسية خاصة من أجل لم شمل الأسرة بطريقة آمنة	<p>اسمح للأطفال بالمشاركة في أنشطة التعافي من الكوارث بطرق مناسبة للفئة العمرية.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• علم الأطفال الاستماع بعناية لإرشادات السلامة.</li> <li>• علم وممارس إجراءات التشغيل القياسية للتمكن من اتخاذ قرارات سليمة في حالات الكوارث والطوارئ.</li> <li>• يقوم أولياء الأمور أو الأوصياء بإبلاغ مدرسة البالغين بإذن لاصطحاب الأطفال في حالة الطوارئ أو الكوارث.</li> <li>• تأكد من علم الأطفال بأن ينتظروا في المدرسة من أجل لم شمل الأسرة بأمان.</li> <li>• خطط مع الأطفال مسبقاً بشأن الأماكن التي يمكنهم مقابلة أسرهم فيها في حال تفرق الأطفال أثناء وقوع الكارثة.</li> <li>• تأكد من أن تدريب الأطفال يعكس احتياجاتهم وأنه مناسباً لسنهم وحساساً للخبرات المؤلمة السابقة واحتياجاتهم الخاصة وشخصياتهم. اسمح للأطفال بتقديم تعليقات والانسحاب في حال لا يشعرون بعدم الأمان.</li> <li>• زود من حدة تعقيد تدريبات الممارسة وفقاً لنمو الأطفال. حدد الأدوات التعليمية المناسبة للعمر التي تؤكد على الإجراءات الإيجابية. على سبيل المثال،             <ul style="list-style-type: none"> <li>• المبتدئين: مقاطع الفيديو وسيناريو النقاشات وتدرّيبات المشي بالحركة البطيئة.</li> <li>• المتوسط: التدريبات المعلنة سابقاً وغير المعلنة.</li> <li>• المتقدمة: التدريبات على نطاق كامل والمحاكاة.</li> </ul> </li> </ul>
(للاطلاع على مزيد من التفاصيل، انظر الجزء الخاص بالأمان المدرسي)	



<ul style="list-style-type: none"> <li>• علم الاطفال الخيارات الثلاثة التالية للأمان في حال وجود دخيل يتسم بالعنف</li> <li>• اخرج: إن كنت تستطيع الخروج والابتعاد عن مكان الخطر واذهب إلى مكان آمن.</li> <li>• سيأتي المدرسون والقادة وأول المستجيبين ليجدوك في المكان الذي تلتقي معهم فيه أو في مكان آخر.</li> <li>• ابق بعيدا: ابق بعيدا إن لم تسنح لك فرصة الخروج من المبنى أو الابتعاد عن الخطر وابتعد الخطر عن الغرفة بأن توصل وتسد الأبواب وابق بعيدا عن النوافذ. وهذا يشبه إجراءات التشغيل الموحدة لملازمة المدرسة لأغراض أمنية.</li> <li>• اختبئ: اختبئ أو توارى عن الأنظار بعيدا عن الخطر أي بالاختباء خلف قطع كبيرة من الأثاث. حاول المحافظة على هدوءك. ستصدر إشارة تفيد بأن كل شيء أصبح على ما يرام.</li> </ul>	<p>تعليم الأطفال خيارات التعامل مع الكوارث المتعلقة بالدخلاء العنيفين</p> <p>اخرج. ابق بالخارج. اختبئ.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أبدأ التفهم والصبر والدعم.</li> <li>• احترم ما يفكر به الأطفال وشعورهم ووجهة نظرهم وناقش ذلك معهم.</li> <li>• تأكد من حصول الأطفال على وقتاً للعب والاستراحة.</li> <li>• تأكد من تناول الأطفال وحصولهم على قسط كافي من الطعام والماء والنوم.</li> <li>• تجنب تعرض الأطفال مرار وتكرارا لمشاهد الموت والإصابات والدمار.</li> <li>• شارك المعلومات حول الحادثة.</li> <li>• وفر المؤانسة والاستقرار، واستأنف نمط العمل بصورته المعتادة بأسرع ما يمكن.</li> <li>• افسح المجال ليصل الاطفال إلى أماكن آمنه حيث الأطفال يمكنهم اللعب والتواصل مع الآخرين والشعور بالأمان (مثل الأماكن الصديقة للأطفال).</li> <li>• شجع على مجموعات التعلم المتبادل بين الأقران بالنسبة للأطفال الأكبر سنا.</li> <li>• إذا كان الأطفال معرضين للإصابة أو العنف أو الموت أثناء حدوث الكوارث، فأسع للحصول على دعم نفسي من جهات متخصصة. 7</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لإدراك ما يلي:</li> <li>• الخوف هو رد فعل الإنسان الطبيعي نتيجة التعرض للخطر.</li> <li>• الشعور ببعض القلق أمر إيجابي ومُتوقَّع على سبيل المثال: أثناء التدريب على الطوارئ.</li> <li>• يشمل رد الفعل الطبيعي للبشر تجاه الخطر تخشب الجسم والفرار وأحيانا المقاتلة.</li> <li>• مارس استراتيجيات التكيف الصحي للتعامل مع الخوف والتوتر. على سبيل المثال: وجودك بصحبة الآخرين والتعبير عن التضامن عن طريق المحادثة الفنون وتبادل المساعدة والتأمل والتمارين البدنية والمشاركة في أنشطة الحد من المخاطر والمعافاة.</li> <li>• إذا بدأ الفرع على طفل أو الغضب الشديد أو الانعزال أو كانت ردود أفعاله تزداد سوءاً يدل أن تحسنها فاطلب مساعدة متخصص في الصحة النفسية.</li> </ul>	<p>تعلم وتعرف على ردود الفعل الطبيعية في الظروف غير</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعرف على مواطن الضعف المحتملة والمخاطر مثل التفريق والعنف والإصابات والصدّات النفسية التي قد يتعرض لها الأطفال نتيجة الانتقال/ المهجرة.</li> <li>• إذا وجد البالغين والأطفال أنفسهم مجبرين على مفارقة ذويهم أو الهجرة لأغراض توفير الأمان أو العمل أو الدراسة، ناقش الأخطار وعوامل الحماية بالنسبة للأطفال بدون مرافق أو المنفصلين عن ذويهم. اسع للتدريب على قنوات آمنة تتمكن من خلالها من الانتقال/ المهجرة.</li> <li>• اخفض من الحد الأدنى لأنقطاع الاطفال عن حضور المدرسة وامنع الدخول في أي عمل مؤذ أو خطير.</li> <li>• سهّل عملية اندماج الأطفال حين التحاقهم بمدارس جديدة ومشاركتهم في أنشطة الرياضية والثقافية وتفاعلهم مع المجتمع المحلي.</li> </ul>	<p>علم الأطفال الفرق بين وسائل الهجرة الآمنة وغير الآمنة، في حال كان ذلك ضرورياً</p>



تعليم الأطفال ما يتعلق  
بإجراءات التشغيل  
الموحدة الخاصة  
في مرحلة الدراسة  
الإبتدائية، ليأتي جيل  
أشبه

جوناثان هيامس/ منظمة أنقذوا الأطفال



مشاركة الأطفال في برامج  
تعليم الحد من مخاطر  
الكوارث في مدرستهم في  
لياتي بالفلبين.

جوناثان هيامس/ منظمة أنقذوا الأطفال

# الجزء ج

إجراءات التشغيل الموحدة للكوارث وحالات  
الطوارئ في المدارس

.....





## إجراءات التشغيل الموحدة للكوارث وحالات الطوارئ في المدارس

صُممت إجراءات التشغيل الموحدة للكوارث والطوارئ في المدارس هذه لتشكل نموذجًا تلجأ إليه الهيئات التعليمية على مستوى الدولة وما دون ذلك لاعتمادها وتبنيها كدليل إرشادي موحد لكل المدارس الابتدائية والناشئة.

### إجراءات التشغيل القياسية

تعتبر إجراءات التشغيل القياسية للطوارئ والكوارث في المدارس جزءاً أساسياً من السياسة المدرسية لإدارة الكوارث. وهذه الإجراءات عبارة عن مجموعة من إجراءات الأمان اللازمة المكتوبة التي يتعين معرفتها واتباعها من قبل جميع العاملين في المدارس والطلبة في حال حدوث كارثة أو حالة طوارئ. من الممكن ومن الواجب أن يتم الأخذ بإجراءات التشغيل القياسية في الاعتبار واعتمادها لئلا يتناسب الظروف الخاصة لكل مدرسة. يجب على لجنة الإدارة في كل مدرسة أن تعمل مع المجتمع المحلي ومؤسسات السلامة العامة لتمنح النظر في هذه الإجراءات الموحدة وتقوم بمراجعتها والقيام بعمل أي إضافات أو تعديلات كجزء من خطة جاهزية المدرسة ومروتتها.

بُنيت حول قواعد سيئة إجراءات أساسية للطوارئ مفصلة كالآتي:

- إخلاء المبنى
- الإخلاء إلى ملاذ آمن
- التجمع والاجتماع في الخارج
- مأواه في ذات المكان
- ملازمة المكان لأغراض الأمان
- لم شمل الأسرة الآمن



من المُهم بالنسبة للعاملين في المَدْرَسَة أن يتفهموا كامل هذه الإجراءات. أنت بحاجة إلى: التفكير ملياً في كيفية تنفيذ هذه الإجراءات وما هي الاحتياجات اللازمة لِمَدْرَسَتِكَ.

أنت بحاجة أيضاً لتعليم هذه القواعد لطلابك (راجع القسم السابق).

إن كان لديك أي طالب أو عامل من ذوي الاحتياجات الوظيفية الفردية أو المتعلقة بإمكانية الوصول أو من ذوي الاحتياجات الخاصة، فمن الضروري مناقشة التعديلات والمساعدة المطلوبة لضمان أنهم سيكونون في أمان. في حال حاجة أي فرد إلى مساعدة من حوله، فمن المهم لكل فرد معرفة كيفية مساعدة هذا الشخص (بدلاً من تخصيص فرداً لذلك) عندما يحين الوقت.

إن كنت تقوم بتنفيذ أية برامج لتعليم الأطفال في سن مُبكرٍ و/ أو لديك فصول دراسية في المرحلة الابتدائية، يجب عليك التفكير ملياً وإجراء مباحثات مفصلة وأن تقوم بتكييف الإجراءات بالنسبة للأطفال الصغار. بالنسبة للأشخاص العاجزين عن المشي، قد تحتاج إلى عربات أو أسرة أو شيء ذو عجلات. بالنسبة للأطفال الصغار الذين يجب بقائهم سوياً، تأكد من تعليمهم كيفية الإمساك بحبل معين ذو عُقد حيث يقبض كل طفل على عقدة كي لا يتفارقوا.

يمكن استخدام مخطط تسلسل اتخاذ القرار بالنسبة لإجراءات التشغيل القياسية في حالة الطوارئ لمساعدة أي موظف على تقييم وضع ما سرعه واستخدام الإجراءات السليمة. فيما يلي تفاصيل حول كيفية استخدام مخطط تسلسل اتخاذ القرار مع شرح كل إجراء.

### مخطط تسلسل اتخاذ قرار حسب إجراءات التشغيل القياسية في حالات الطوارئ

يوضح مخطط تسلسل اتخاذ القرارات بالنسبة لإجراءات التشغيل القياسية في حالات الطوارئ تلك الظروف المختلفة المؤدية إلى القواعد الأربع الأساسية الآتية.

#### 1. ما نوع الخطر؟

- هل يوجد إنذار مبكر بصورة كافية بحيث يكون لديك وقت كاف لإغلاق المدرسة وإجراءات انصراف الطلاب المعتادة للم شمل كافة الأطفال مع أسرهم بأمان؟ إن لم تتمكن من القيام بذلك، تعامل مع هذا الوضع على أنه خطر داهم مباغت.
- هل الخطر داهم مباغت وبدون سابق إنذار (كحالات العنف والزلازل والحريق أو الفيضان العارم المفاجئ)؟ إذا كان الوضع كذلك، فهل أنت مُستعد للتصرف تلقائياً باتخاذ إجراءات التشغيل القياسية المناسبة؟
- إذا كانت وتيرة وقوع الخطر بطيئة أو متوسطة (كحالات الفيضان أو الزوايح أو العواصف الشتوية... إلخ)، ما نوع معلومات الإنذار المبكر التي ستلتم بها؟ هل تم اختبار النظام؟ كيف ستقوم بإيصال المعلومات الإنذار المبكر إلى الآباء وأولياء أمور الطلاب والطلبة؟

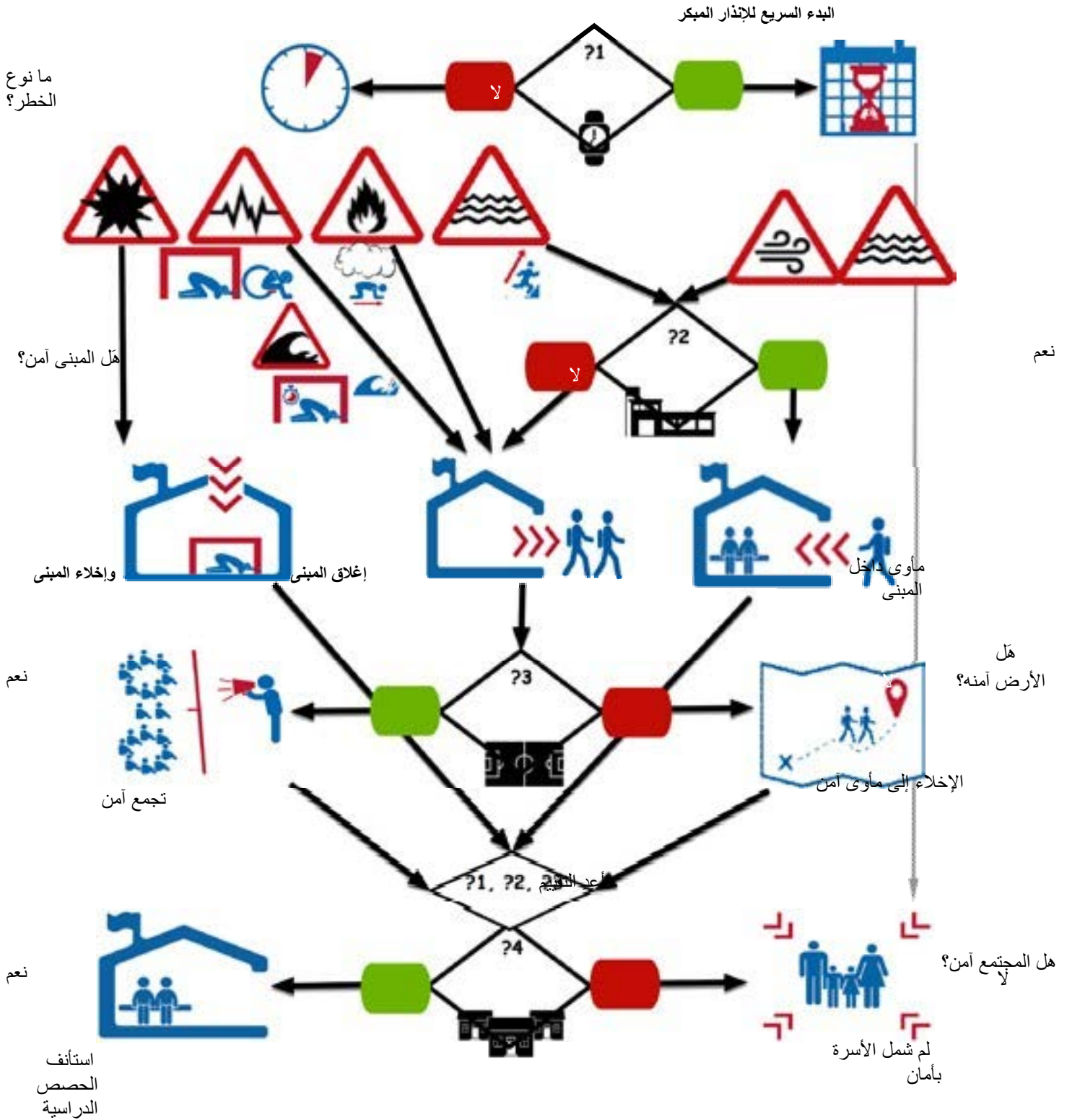
#### 2. هل المبنى آمن؟

- فيما إذا كانت هناك احتمالية بأن المبنى غير آمن، يجب في هذه الحالة القيام بإخلاء المبنى على الفور.
- في حالة وجود خطر داهم مباغت، مثل نشوب حريق أو حدوث زلازل عنيف، يجب اعتبار المبنى غير آمن وبالتالي يجب إجراء عملية إخلاء للمبنى بحذر وبشكل تلقائي.
- علماً بأنه أثناء حدوث الزلازل، يجب على كل فرد الانبطاح والاحتماء تحت شيء ما والتمسك أولاً، وتبدأ عملية إخلاء المبنى فقط بعد توقف الزلزلة. في الحالات الأخرى، من الممكن تقييم الموقف سرعه قبل إعلان الإخلاء بواسطة صافرة الإنذار في المَدْرَسَة.
- إن كان المبنى أو جزء منه آمناً، في هذه الحالة يجب توجيه الطلاب والمدرسين بالذهاب إلى هذه المنطقة للاختفاء في ذات المكان. تُجرى عملية الإخلاء العكسي للعودة بانتظام من منطقة التجمع إلى المنطقة المُخصصة للاختباء في ذات المكان.

3. هل فناء المدرسة آمن؟
- إذ كانت الإجابة بنعم، اتبع إجراءات التشغيل القياسية للتجمع والاحتفاء في الخارج.
  - إن كانت الإجابة بلا، اتبع إجراءات التشغيل القياسية للإخلاء إلى ملاذ آمن. إن كان من المعروف أن فناء المدرسة غير آمن، على سبيل المثال في المناطق الشاطئية وهناك خطر حدوث تسونامي فعندئذ قم بالإخلاء إلى أرض أكثر ارتفاعاً.
  - إجراء عملية تقييم سريعة للأوضاع الخطيرة، على سبيل المثال: سيؤدي وجود مواد خطيرة أو خطوط كهرباء مرمية أو ثقوب في خط الأبيب إلى اتخاذ قرار بين هذين الخيارين.
- اجر تقييما من جديد لضمان السلامة - اذهب إلى 1 و 2 و 3.
- في جميع الحالات، وبصرف النظر عن أية إجراءات اتخذتها، ستحتاج إلى إعادة إجراء تقييم الوضع باستمرار والحفاظ على إجراءات التشغيل القياسية المناسبة للوضع أو تنفيذها. يملك المدرسون وغيرهم من المساعدين صلاحية الخروج عن إجراءات التشغيل القياسية هذه أو التعليمات إن كان ذلك من أجل الحفاظ على سلامة الأشخاص.
4. هل المجتمع المحلي آمن؟
- في حالات وقوع الكوارث الحقيقية وأحداث الطوارئ، يجب عليك اتباع إجراءات لم شمل الأسرة الأمنة. يجب أن يعاد الطلاب مباشرة إلى عناية والديهم أو أولياء أمورهم أو إلى جهات الاتصال في حالات الطوارئ المحددة سابقاً ويجب توثيق كل عملية لم شمل للأسرة.
  - يجب بقاء الطلاب تحت العناية والإشراف ولغاية إلحاق آخر طالب بأحد والديه أو بولي أمره أو بأحد جهات الاتصال المحددة سابقاً في حالات الطوارئ، وبعد إصدار نداء يفيد بأن كل شيء على ما يرام من قبل القائم بإدارة الحادث (الآتي شرحها في الفصل القادم).
  - يمكن في حالات التدريب والحوادث الطفيفة لمدير الحادثة الإعلان بأن كل شيء على ما يرام ويصدر تعليمات بالعودة إلى الصفوف، ويمسح للطلاب بالعودة إلى بيوتهم في نهاية اليوم الدراسي كالمعتاد.
  - لإشغال المبنى من جديد، اتبع إجراءات الإخلاء العكسي.



مخطط تسلسل اتخاذ قرار حسب إجراءات التشغيل القياسية في حالات الطوارئ



إجراءات التشغيل القياسية: التفاصيل

الطلاب	العاملين	الإدارة
<p>إخلاء المبنى الغرض: لحماية الطلاب والعاملين في حالة نشوب حريق أو وجود مخاطر أخرى داخل المبنى.</p> <p>أول شخص للتحقق من الخطر: صوت إنذار إخلاء مبنى لا لبس فيه أو صفارة جهاز إنذار الحريق.</p>		<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p> 
<p>الأسئلة: هل منافذ خروجك واضحة، وعليها إشارات؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟ هل منافذ الخروج وأماكن التجمع مؤهلة ليسلكها الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة؟</p>		

التجمع والمأوى  
بالخارج

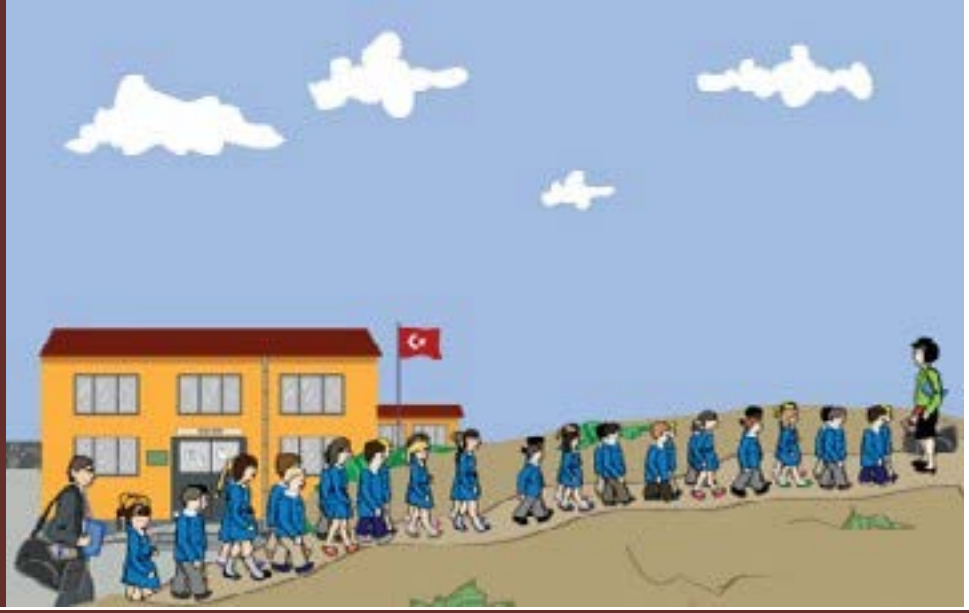
الغرض: حماية الطلاب  
والعاملين وتوفير ما  
يبيحث على راحتهم ريثما  
تصدر إشارة تشير بأن  
كل شيء على ما يرام  
ليصار إلى العودة إلى  
الفصل الدراسي أو  
ريثما يتمكن كل فرد  
الالتحاق بعائلته بأمان.



الطلاب	العاملين	الإدارة
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. اذهب إلى مكان التّجَمع المخصص لطلبة فصلك.</li> <li>2. امكث هادئًا مع زملاء فصلك، ما لم يطلب إليك مُدرّسك خلاف ذلك.</li> <li>3. كُن مستعدًا لمد يد العون لتوزيع الماء والطعام أو ترتيبات المأوى والصرف الصحي، حسبما يطلب منك.</li> <li>4. ترقب من أجل اتباع ما سيأتي من تعليمات للإخلاء إلى مأوى آمن، أو المأوى في ذات المكان أو إجراءات لم تشمل الأسرة الأمان أو إصدار نداء بأن كل شيء أصبح على ما يرام والعودة للفصل.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. نفذ عملية إخلاء المبنى قائداً الطلاب إلى أو الالتقاء بهم في مكان التجمع المخصص لذلك.</li> <li>2. اجعل الطلاب يجلسون هادئين وسجل أسماء الحاضرين.</li> <li>3. ذكر الطلاب بإجراءات لم تشمل الأسرة الأمان والغرض منه.</li> <li>4. حافظ على انشغال الطلاب بهدوء، بحيث يمكن سماع أية نداءات [قد تصدر] بوضوح.</li> <li>5. يجب على المدرسين البقاء مع طلاب فصولهم طوال الوقت. يجب على الطلاب كل فصل دراسي الجلوس مع بعضهم البعض.</li> <li>6. إذا دعت الحاجة إلى انتقاء بعض الطلاب، اتبع إجراءات لم تشمل الأسرة الأمان، أو حينما يصدر النداء الذي يفيد بأن كل شيء أصبح على ما يرام، نفذ عملية إخلاء عكسي إلى الفصل الدراسي.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. قم بتنفيذ نظام السيطرة على الحوادث مع ما يلزم من أية وظائف [أخرى] (عمليات: البحث والإنقاذ والإسعافات الأولية والإشراف على الطلاب ولم تشمل الأسرة الأمان. الخدمات اللوجستية: الماء والطعام والمأوى والصرف الصحي).</li> <li>2. قم بمشاركة الطلاب المتطوعين والبالغين الأكفاء.</li> </ol>

الأسئلة: أين يقع مكان تجمّعك الخارجي؟ هل يعرف كل فرد مكان التجمع في مجموعات الخاص بكل فصل؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟ أين يقع مكان التجمع الاحتياطي إذا كان الموقع المعتاد غير آمن؟

الإخلاء إلى مأوى  
آمن  
الغرض: حماية  
الطلاب والعاملين في  
حالة وجود مخاطر في  
البيئة المدرسية.



الطلاب	العاملين	الإدارة
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. استخدم نظام الرفقة.</li> <li>2. ابقوا معاً.</li> <li>3. تحرك بسرعة وهدوء.</li> <li>4. وفي المأوى الآمن، اتبع إجراءات التشغيل الفياسية للتجمع والمأوى في الخارج.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ضع مدرس في مقدمة المجموعة ومدرس في مؤخرتها المجموعة.</li> <li>2. خذ حقيبة الجاهزية (أو الطوارئ) معك وحافطة أو دفتر الطوارئ مع قائمة أسماء الطلاب وحقيبة أدوات تسليية الطلاب.</li> <li>3. تحقق من أن الطريق آمن. ضم أي طالب في الطريق إلى المجموعة.</li> <li>4. تولى قيادة الطلاب إلى المأوى الآمن وسجل أسماء الحاضرين.</li> <li>5. عند 'لان قائد الحادث بزوال الخطر، قد الانتقال العكسي إلى الفصول مُتبعاً القواعد ذاتها.</li> <li>6. يحتاج الطلاب لإعادة إلى أسرهم، فعليك اتباع الإجراءات الآمنة لإعادة لم شمل الأسرة.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. يجب على المدارس التي تواجه مخاطر معلومة مثل الفيضانات والانزلاق الأرضي وتدفق الحطام بالإضافة إلى المدارس التي لم تتخذ أماكن تجمع آمنة الترتيب والإعداد لاتخاذ موقع تجمع آمن بديل و منافذ إخلاء بصورة مسبقة.</li> <li>2. إبلاغ الآباء وأولياء أمور الطلاب بالموقع البديل.</li> <li>3. خذ صندوق مستلزمات الإخلاء المكتبية معك.</li> <li>4. تولى قيادة إخلاء عاجل إلى المأوى الآمن المُحدد.</li> </ol>

الأسئلة: أين هو ماواك الاحتياطي؟ أين هو ملاذك الآمن الاحتياطي؟ هل تتوفر هناك الإمدادات اللازمة أو هل يمكن نقل الإمدادات إلى ذلك الموقع بسهولة؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟



### المأوى داخل المبنى

الغرض: حماية الطلاب  
والعاملين عند إحاطة  
المدرسة بالمخاطر. على  
سبيل المثال: الطقس السيء  
أو الفيضانات، أو أسراب  
النحل أو المخاطر البيئية.  
كاطلاق مادة كيميائية سامة.  
توفير الراحة حتى يمكن لم  
شمل الأسرة بأمان. يُعتبر  
المأوى داخل المبنى مناسباً  
عندما لا يكون الإخلاء  
ضرورة أو لا يكون هناك  
وقت للإخلاء.



الإدارة	العاملين	الطلاب
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. قم بسرد التعليمات على العاملين والطلاب ليجتمعوا في الموقع الخاص باحتمالهم به بسبب خطر محدد كالحريق. الإحصار والفيضان، وذلك لاحتمالية اختلاف الموقع.</li> <li>2. المتابعة والتزويد بالمعلومات والتعليمات المستجدة.</li> <li>3. الإعلان بوضوح عند انتهاء حالة الطوارئ.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. إغلاق الأبواب والنوافذ كإجراء مناسب.</li> <li>2. قم بحصر الطلاب الحاضرين.</li> <li>3. تابع الأوضاع وتزود بالمعلومات المستجدة والتعليمات كما هو متاح. استخدم الهواتف لإجراء الاتصالات الطارئة فقط.</li> <li>4. قم بالإشراف على الطلاب في الداخل وفقاً لجدول للأنشطة الهادئة وإعادة الابتكار وتناول الطعام واحصل على قسط كافي النوم خلال فترة الحدث.</li> <li>5. خصص مساحة خاصة لقضاء الحاجة مستخدماً الدلو أو الأكياس البلاستيكية.</li> <li>6. السماح للطلاب بمساعدة المدرس ومساعدة بعضهم البعض.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ابق في فصلك واتبع تعليمات معلمك.</li> <li>2. المشاركة في الأنشطة الهادئة وتقديم المساعدة.</li> <li>3. إن كنت خارج الفصل وليس معك أحد كبيراً كراشد لهم، إن لم تستطع توفير موقعا آمناً للايواء في المكان فحاول الانضمام لفصل آخر وأخبر المعلم بأنك هناك</li> </ol>

الأسئلة: كيف سيتمكن تنبيه الطلاب الذي لربما لم يسمعون أو لم يفهموا الإعلان الداخلي (مثلاً أولئك الذين يعانون من ضعف السمع أو عجز الإدراك) بالحاجة للاحتباء داخل المكان؟ هل يعرف الطلاب ما ينبغي عليهم القيام به في حال كانوا خارج الفصل دون وجود شخص راشد (كان يكونوا في غرفة الاستراحة مثلاً)؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟

## إغلاق المبنى

الغرض: لحماية الطلاب  
والعاملين بالإبقاء على أية  
خطر خارجاً. قد يشمل ذلك  
على سبيل المثال: حيوان  
وحشي طليق أو حادث  
إجرامي في الحي أو اعتداء  
عنيف.



الطلاب	العاملين	الإدارة
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ساعد في إغلاق الأبواب باستخدام الأثاث المنزلي.</li> <li>2. ابق صامتاً واتبع تعليمات المعلم.</li> <li>3. اختبئ خلف الأثاث وبعيداً عن النوافذ والأبواب. ابق خارج الموقع.</li> <li>4. إن كان معك هاتف محمول فتأكد من ضبطه على الوضع الصامت.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. إن كان ممكناً أن تبقى طلابك بعيداً عن الخطر فأفعل ذلك. وإن لم يكن ذلك ممكناً، فستحتاج للالتزام بالمكان وإبعاد الخطر والاختفاء عن الأنظار الآخرين للالتزام بالمكان.</li> <li>2. تحذير الآخرين للالتزام بالمكان.</li> <li>3. قم بجمع الطلاب في الداخل في مكان آمن بعيداً عن الخطر.</li> <li>4. أخبر الجميع بالالتزام بالصمت والهدوء.</li> <li>5. أغلق الأبواب بإحكام لإبقاء الخطر بعيداً. اعتمد على الطلاب للمساعدة في إغلاق الأبواب باستخدام الأثاث المنزلي.</li> <li>6. اجعل الجميع يختفي عن الأنظار بالاختباء خلف الأثاث وبعيداً عن النوافذ.</li> <li>7. والأبواب، والانكماش قدر الإمكان.</li> <li>7. قم بإيقاف تشغيل الأضواء وأجهزة الراديو واجعل الهواتف المحمولة على وضع الصامت.</li> <li>8. ابق بعيداً عن الأنظار وبعيداً عن الأبواب والنوافذ.</li> <li>9. ابق في وضع الالتزام بالمكان حتى يزول الخطر أو إلى أن تأتي إشارة من قبل السلطات تفيد بأن كل شيء أصبح على ما يرام.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. استخدام جهاز إنذار مميز للإعلان الداخلي (ليس جهاز إنذار الحريق أو صفارات الإنذار) بالالتزام الفوري بالمكان لأسباب أمنية.</li> <li>2. راقب الموقف وقم بتقييمه.</li> <li>3. كن جاهزاً لنقل أمر الحادث للشرطة أو سلطات الأمن العام وإمداد الدعم. يبقى مدير المدرسة هو المسؤول عن الطلاب.</li> <li>4. قم بإطلاق إشارة تفيد بأن كل شيء أصبح على ما يرام عندما يمكنك القيام بذلك بأمان.</li> <li>5. متابعة إبلاغ الطلاب والآباء أو أولياء الأمور بالحادث وتوفير الوقت للمراجعة والنقاش.</li> </ol>

الأسئلة: كيف سيتمكن تنبيه الطلاب الذين لم يسمعوها أو يفهموا الإعلان الداخلي (مثلاً أولئك الذين يعانون من ضعف السمع أو عجز الإدراك) بالحاجة إلى الالتزام بالمكان لأغراض أمنية؟ هل يعرف الطلاب ما ينبغي عليهم القيام به في حال كانوا خارج الفصل دون وجود شخص راشد (كأن يكونوا في غرفة الاستراحة مثلاً)؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟

## إعادة لم شمل العائلة بأمان

الغرض: للتأكد من أن الطلاب والعائلات قد اجتمعوا بأمان في حالات الطوارئ أو الكوارث. يسمح للطلاب تحت عمر 18 عام فقط بمغادرة المدرسة أو المأوى الأمان برفقة أحد الوالدين أو ولي الأمر أو شخص بالغ معين مسبقاً ومعتمد من قبل الوالد أو ولي الأمر.



الطلاب	العاملين	الإدارة
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. كن صبوراً واتبع إجراءات إعادة لم شمل الأسرة بأمان.</li> <li>2. لا تغادر مع أي شخص سوى والدك أو أحد الراشدين المعتمدين مسبقاً من قبل والدك أو الوصي عليك.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. تأكد من إمام الطلاب والآباء أو أولياء الأمور جيداً بإجراءات تسريح الطلاب في حالات الطوارئ والكوارث.</li> <li>2. قم بعمل خطط مسبقة للانتقال إلى المأوى الأمان إذا لزم الأمر.</li> <li>3. أخبر الآباء وأولياء الأمور بموقع أو مواقع المأوى الأمان.</li> <li>4. أخبر الآباء أو أولياء الأمور بالمكان والوقت الأمان الذي يمكنهم الانتقال بأبنائهم فيه.</li> <li>5. تأكد من تسليم الطلاب لأولياء أمورهم سواء الآباء أو أولياء الأمور أو الأشخاص المحددين مسبقاً في قائمة معلومات الأشخاص الذين يمكن تسليم الطلاب إليهم في حالة الطوارئ. التحقق من هوية جميع الراشدين قبل انتمائهم على الطلاب.</li> <li>6. سجل جميع عمليات تسريح الطلاب مستخدماً تسجيل الخروج أو من خلال استمارة إعادة الطفل لأسرته (تصريح تسريح الطفل).</li> <li>7. استخدم هذه الإجراءات في أي وقت قد تكون فيه إجراءات نهاية اليوم الدراسي غير آمنة.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. يزود الآباء أو أولياء الأمور المدرسة بفاتمة محدثة بأرقام الطوارئ للأشخاص البالغين المسموح لهم بأخذ الطلاب في أي وقت.</li> <li>2. ضع خطط لنقل الطلاب في المدرسة أو المأوى الأمان وكذلك مكان تجمعهم.</li> <li>3. وفي حالة الطوارئ أو الكوارث سيسمح للطلاب بالاتصال هاتفياً فقط بالوالد أو شخص آخر بالغ في هذه القائمة.</li> <li>4. سنخطر إدارة المدرسة الآباء أو أولياء الأمور بالمستجدات حول أي حادث كلما كان الوضع آمناً للقيام بذلك.</li> </ol>

الأسئلة: هل الآباء مطلعين على الخطة المحددة ومواقع المأوى الأمان لإعادة لم شمل الأسرة سواء داخل الحرم المدرسي أو خارجه؟ هل يعرفون أن يمكن تسليم الطلاب فقط للآباء أو أولياء الأمور أو الأوصياء المحددين مسبقاً في قائمة اتصالات الأشخاص الذين يمكن تسليم الطلاب إليهم في حالة الطوارئ؟ هل يعي الطلاب إجراءات لم شمل الأمان للأسرة؟ كيف ستخبر الآباء أو أولياء الأمور بالحاجة لأخذ الطلاب؟ هل تحتاج لأي تعديلات/ اعتمادات في مدرستك؟

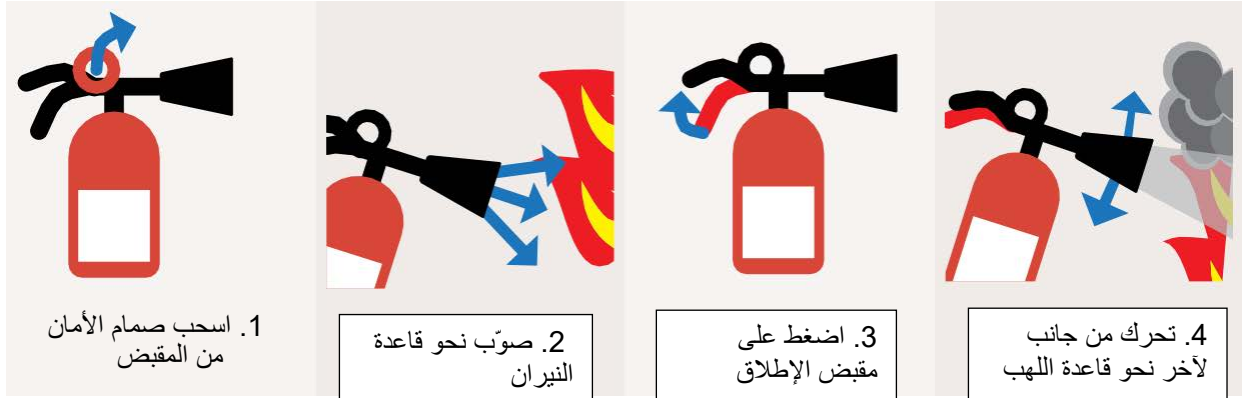


## قواعد السلامة الخاصة بالمخاطر المحددة.

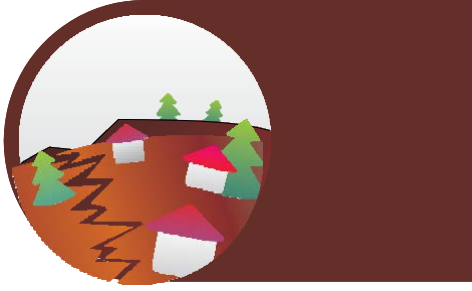
## قواعد السلامة في حالة الحريق:

- إن سمعت إنذار الحريق أو رأيت ناراً أو شممت دخاناً: فتعامل مع ذلك على أنها حالة طوارئ حقيقية. اتبع إجراءات إخلاء المبنى. لا تفتح أو تغلق أي باب دون اختبار الحرارة أولاً. تجنب فتح الباب الساخن.
- إن رأيت حريقاً صغيراً: فقم بإخمادها (أصغر من الدلو) أو مستخدماً طفاية الحريق أو قم بتغطية مصدر الوقود ببطانية. بالنسبة لاستخدام طفايات الحريق الحديثة، تذكر أن تسحب صمام الأمان من المقبض ثم صوبها نحو قاعدة النيران واضغط على مقبض الإطلاق وتحرك من جانب لآخر على قاعدة اللهب. قم بإيقاف التسريب إن لم يُمثل خطراً عليك.
- نشط إنذار الحريق. نبّه الآخرين. قم بإخلاء المبنى. اغلق جميع الأبواب والنوافذ في طريقك للخروج. اتصل برقم هاتف الطوارئ وأبلغ عن موقع الحريق في أقرب فرصة آمنة لك للقيام بذلك.
- إن كان الحريق أكبر من حجم الدلو فعّل إنذار الحريق: نبّه الآخرين. اغلق الأبواب والنوافذ إن كان الوضع آمناً للقيام بذلك. قم بإخلاء المبنى. قم بإيقاف التسريب إن لم يُمثل خطراً عليك. اتصل برقم هاتف الطوارئ وأبلغ عن موقع الحريق في أقرب فرصة آمنة لك للقيام بذلك.

## إن كان لديك طفاية حريق ABC:



- إن تم احتجازك بسبب الدخان: انزل على ركبتيك ويديك. تنفس ببطء عبر أنفك. احبس أنفاسك قدر استطاعتك. ضع قطعة ملابس مبللة على فمك وأنفك. انبطح منخفضاً واخرج بمنتهى السرعة. اختبر الباب، لا تفتح الباب الداخلي إن كان ساخنًا.
- إذا حوصرت داخل غرفة بسبب نشوب الحريق: امنع الدخان من الدخول باستخدام ملابس مبللة ضعها أسفل الباب. ابتعد عن النيران وأغلق أكبر عدد يمكن إغلاقه من الأبواب بينك وبين الحريق. أخبر الآخرين إن كنت محاصراً.
- إذا كنت تحترق: توقف، أسقط على الأرض وغطي نفسك وتدحرج. توقف حيثما تكون. غط وجهك بيديك. انزل على الأرض. دحرج الجزء الذي يحترق من جسدك على الأرض. إن كان شخص آخر يحترق: فادفعه أرضاً ودحرجه و/ أو غطه ببطانية أو سجادة أو معطف.



## قواعد الزلازل:

ما أن تشعر بهزة أرضية، فأصرخ عالياً: وضعية الزلازل: انبطح وغطي نفسك وانتظر عندما تنتهي الهزة، توجه إلى الخارج بعيداً عن المبنى.

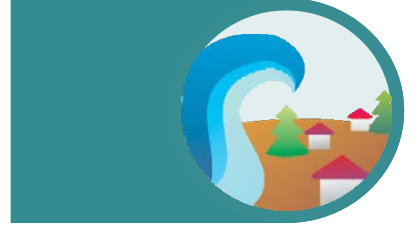
## وضعية الزلازل

عندما تشعر بالاهتزاز، ابتعد عن الأشياء المعرضة للسقوط أو الانزلاق.

- انزل على ركبتيك ويديك لتحمي نفسك من جروح السقوط والأشياء المتساقطة أو المتطايرة. ازحف لتحصل على غطاء إن كان ذلك ممكناً.
  - غط رأسك ورقبتك لحمايةك من الجروح الخطيرة (مثلاً النزول تحت طاولة أو مكتب أيهما متوفرًا).
  - امكث تحت غطاءك (إن كان لديك واحداً).
  - في حال تواجدك في الفصول، ينبغي على الشخص الأقرب إلى الباب فتحه على مصراعيه. انزل على ركبتيك ويديك. غط رأسك ورقبتك ووجهك. انزل أسفل طاولة محكمة كي تحمي رأسك ورقبتك وأكبر جزء ممكن من جسدك. امسك الغطاء الخاص بك. ابعده عن قطع الأثاث أو المعدات الثقيلة والأرفف الخطرة.
  - لا تستخدم المصاعد.
  - إن كنت على كرسي متحرك، فاغلقه وخذ وضع الاستعداد مغطياً الرأس والرقبة.
  - إن كنت في معمل العلوم و/ أو المطبخ وكان بإمكانك القيام بذلك، فأطفي أي شعلات مفتوحة وأغلق الحاويات التي تحتوي على مواد قد تكون خطيرة و/ أو ابتعد عن الخطر قبل تغطية نفسك. ابتعد عن الموقد الساخن والحاويات العلوية وكذلك المواد الخطرة القابلة للسكب.
  - إن كنت في أماكن مفتوحة حيث لا يتوفر غطاء، فتحرك نحو جدار داخلي وبعيداً عن الأخطار العلوية. انزل على الأرض وتغطي حامياً رأسك ورقبتك بذراعيك.
  - إن كنت في المكتبة وورشة العمل أو مناطق العمل، فابتعد عن الأرفف والكتب والمعدات إن كان ذلك ممكناً.
  - إن كنت في مقاعد الأستاذ الرياضي فخذ وضع الاستعداد حتى تتوقف الهزة. اتبع تعليمات المرشدين للإخلاء المنظم.
  - إن كنت في الخارج، فابتعد عن المباني والجدران وخطوط التيار الكهربائي والأشجار وأعمدة الإضاءة وغيرها من الأخطار. انزل على ركبتيك ويديك وغطي رأسك ورقبتك بذراعيك.
  - إن كنت في وسائل النقل الخاصة بالمدرسة، فينبغي على السائق كبح الفرامل والتوقف بعيداً عن المخاطر العلوية. ينبغي على المسافرين الانخفاض إلى أسفل واتخاذ وضع الاستعداد.
- بعد توقف الاهتزاز:
- تحرك إلى الخارج بعيداً عن مبنى التجمع والإيواء.
  - في حال حدوث الزلازل الهادئة أو الشديدة، فقم بتفقد المكان من حولك بحثاً عن سقوط جرحى قبل مغادرة الغرفة.
  - إدارة العناية/ العلاج المنقذ للحياة (فتح مجرى هواء، وقف نزيف خطر، معالجة الصدمة). اطلب من الطلاب المسؤولين مساعدة المصابين بجروح طفيفة. إن كان هناك مصابين بجروح شديدة أو عالقين في الداخل فساعدهم على الراحة. أصدر إشارة لهم وأرحهم وطمئنهم بأن فريق البحث والانقاذ سيأتي لمساعدتهم. في حال كان التواجد في هذا المكان يُمثل خطراً، فيجب نقل الجرحى غير القادرين على التحرك من الفصل.
  - قم بإخماد الحرائق الصغيرة.
  - امكث عشر ثوانٍ لتتنظر حولك مكوناً صورة ذهنية بحجم الدمار والمخاطر المحيطة لتبلغ عنها.
  - اترك أبوابك مفتوحة. تفحص طرق الخروج الأمانة وأخل المبنى بحذر وابتعد عنه.
- خلال الهزة الارتدادية:
- اتخذ نفس الإجراءات الوقائية كما في الهزة الرئيسية.

### قوانين السلامة في حالة التسونامي

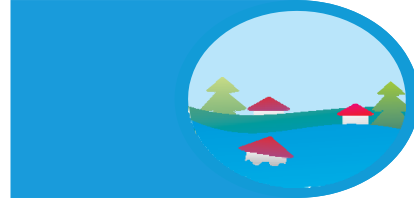
- إن كنت في منطقة مهددة بخطر التسونامي، فينبغي عليك الإلمام بطريق الإخلاء الآمن للأرض الأكثر ارتفاعاً. قد يكون من الضروري جعل هذه الطرق أسهل للوصول إليها ببناء مسارات أو درج أو سلالم أو منصات.
- بمجرد الشعور بالزلازل، انزل على الأرض وغط نفسك ثم أمكث وعد الثوان ببطء وصوت عال. إن كانت مدة الزلازل طويلة أو كان خطراً، فأنتقل لمأوى آمن فوراً. ابتعد عن الماء وانتقل إلى مكان أكثر ارتفاعاً. الزلازل الطويل يعني غالباً أن تستمر الهزة الأرضية لأكثر من 40 ثانية. الزلازل القوي يعني غالباً أن تصعب عليك الهزة الأرضية البقاء واقفاً.
- إن لم تستطع العثور على مكان أكثر ارتفاعاً، فتتحرك عمودياً إلى الأدوار العلوية أو الأرصفة أو الأشجار. ابق هناك حتى تتأكد من أن الأمر أصبح على ما يُرام.
- لا تتجاهل أي تحذير مسبق.



### قوانين السلامة في حالة الفيضان:

الفيضان بطيء الارتفاع:

- اتبع تعليمات الإنذار المبكر.
- إن كان هناك ما يكفي من الوقت، فقم بحماية المسجلات والأجهزة الإلكترونية بوضعها عالياً.
- انتقل إلى مكان أكثر ارتفاعاً إن كان لديك وقت للقيام بذلك.
- حمل حقيبة الطوارئ معك بها كافة الإمدادات وانتقل إلى الملاذ الآمن.



الطوفان الشديد المفاجئ:

- أخل الأماكن المتضررة منتقلاً إلى مكان أكثر ارتفاعاً أو تحرك عمودياً إلى الأدوار الأعلى وأماكن التجمع.
- خذ حقيبة الطوارئ والإمدادات معك. لا تسمح لمياه الفيضان بالدخول. إذا دخلت مياه الفيضانات إلى، فاستخدم معدات الطفو المعدة مسبقاً.

### قوانين السلامة في حالة العاصفة:

كن على علم بالزوبعة والإعصار ومعلومات تعقب الأعاصير واتبع تعليمات الإنذار المبكر والمرشدين.

في حال وجود رعد، اذهب إلى الداخل.

ابتعد عن الهاتف. افصل جميع الأجهزة والمعدات الكهربائية عن المقابس الكهربائية. ابتعد الماء الجاري. استمع لنصائح الطقس على مذياع يعمل بالبطارية.

اتبع قاعدة 30/30:

1. قم بعد الثواني عند رؤية البرق وسماع صوت الرعد. إذا كان هذا الوقت أقل من 30 ثانية، فلا يزال البرق يشكل خطراً محتملاً. اذهب إلى مأوى فوراً.
  2. انتظر 30 دقيقة قبل مغادرة الملجأ، بعد آخر ومضة برق. حيث تسقط نصف الوفيات الناجمة عن البرق بعد زوال العاصفة. ابق في منطقة آمنة إلى أن تتأكد أن الوضع أصبح على ما يُرام.
- في حال تواجدت في الخارج:
- قم بالتخطيط مسبقاً. اعرف إلى أين ستذهب في حال وقوع عاصفة رعدية غير متوقعة.
  - راقب حالة الطقس وكن مستعداً للتصرف الفوري لغرض الذهاب إلى مكان آمن قبل قدوم العاصفة.



- إن كنت على متن قارب أو كنت تسيح، فاذهب إلى البر وغادر الشاطئ واعثر على مكان آمن حالاً.
- ابتعد عن الماء إن كان موصلاً للكهرباء من البرق. ابحث عن ملجأ في بناء دائم مغلق مثل بناية مدعمة. إن لم يكن هناك أبنية مدعمة، ابق داخل سيارة أو باص ودع النوافذ مغلقة. دع يديك على ركبتك وقدميك بعيداً عن الأرض.
- إن كنت في الغابة، اعثر على منطقة محمية بمجموعة من الأشجار المنخفضة. لا تقف أبداً تحت شجرة كبيرة في مكان مكشوف.
- اذهب إلى مكان منخفض مكشوف، كحل أخير. كن حذراً من الفيضان المفاجئ.
- ابق بعيداً عن الأشياء الطويلة – الأشجار أو الأبراج أو الأسيجة أو أقطاب الهاتف أو خطوط الطاقة الكهربائية. كن على دراية بإمكانية حدوث الفيضان في المناطق المنخفضة.

في حال حدوث العواصف الثلجية، فإن أكثر الأماكن أماناً هي الأماكن الداخلية وبعيداً عن الشبابيك مع مراعاة أن تكون المصاريع والستائر وأغطية النوافذ مغلقة بإحكام. إن كنت في سيارة، ابق في الداخل واشح بوجهك بعيداً عن النوافذ. انزل على الأرض وغطي رأسك بذراعك. إن كنت في الخارج، استخدم ذراعك أو حقيبة أو كتب لتغطية رأسك وتحرك نحو المأوى.

إذا رأيت البرق أو شعرت به واذهب للداخل. إن كنت في الخارج أثناء العاصفة البرقية وكان شعرك يقف لأعلى أو جلدك يتوخز أو تبدأ الأعراض المعدنية الصغيرة بالاهتزاز أو كان هناك تانية واحدة أو اثنان بين وميض البرق ودوي الرعد، فانحني للحد من وصول الكهرباء إلى أعضاءك الحيوية. لا تستلق بشكل مستو على الأرض. ابق مسافة تعادل طول ثلاثة أشخاص بينك وبين الشخص الذي بجانبك.



#### قم بحماية الأطفال/ فيجي

#### الانحناء:

- اجلس القرفصاء
- قم بموازنة أصابع قدميك
- دع كاحليك يلامس أحدهما الآخر.
- غط أذنيك

إذا لامس البرق أحد الأشخاص:

- اتصل لطلب المساعدة. اطلب من أحد الأشخاص الاتصال برقم الطوارئ الخاص بك.
- يحتاج الشخص الذي أصابه البرق إلى العناية الطبية في أسرع وقت ممكن. إذا توقف الشخص عن التنفس، فابدأ بإجراء التنفس الصناعي لإنقاذه (إذا كنت متدرّباً بصورة جيدة على القيام بذلك) إذا توقف قلب الشخص عن النبض، يجب أن يقوم شخص مدرب على الإنعاش القلبي الرئوي بإجراء تنفس صناعي وضغطات للصدر لإنقاذ المتضرر.
- ابحث عن الأشخاص الذين يعانون من إصابات أخرى واعتني بهم وتحقق عما إذا أصيبوا بحروق أم لا.
- انقل الشخص المصاب إلى مكان أكثر أماناً.
- تذكر أن الأشخاص الذين لامسهم البرق لا ينقلون شحنة كهربائية ويمكن التعامل معهم بأمان.

## قوانين المواد الخطرة:

قم بالإخلاء عكس اتجاه الريح إلى ملاذ آمن أو احمي نفسك في مكان مناسب ومغلقاً للشبابيك وأنابيب الهواء.

- التسرب الكيميائي أو المواد المشتبه بها: إذا كان القيام بذلك ممكناً وأمناً، فقم بالحد من التسرب في المصدر وقم باحتواء المادة المنسكبة. اغلق المعدات. قم بإخلاء المنطقة القريبة. لا تشغل مفاتيح المصابيح الكهربائية المشعلة للغازات القابلة للاحتراق. إذا تعدى الخطر حدود المنطقة القريبة منك، قم بتشغيل جهاز إنذار الحريق واتبع تعليمات الإخلاء الخاصة بالبنية والتجمع والاحتواء في الخارج. ينبغي على الشاهد الأول على تسرب أو انسكاب المواد الخطرة الاتصال برقم الطوارئ وإبلاغه بتفاصيل حول المواد والموقع وعدد الناس على مقربة منه.
- تسرب الغاز: اقرع جرس الإنذار وأصدر تحذيراً باستخدام نظام الخطاب العام أو اذهب من باب إلى آخر. اتبع إجراءات الإخلاء والتجمع الخاصة بالمبنى. لا تشغل المفاتيح الكهربائية. اتصل برقم الطوارئ.
- الانفجار: إذا سمعت أو كنت تتوقع انفجاراً، انزل على الأرض وابحث عن مأوى تحت مقعد أو طاولة أو قطع الأثاث الأخرى التي تحميك من الزجاج والحطام المتطاير. افتح الأبواب ليتسنى لك الخروج في حال تضرر المبنى. ابعده عن الجدران الخارجية أو المناطق التي تحتوي على قطع كبيرة من الزجاج و/أو تجهيزات الإضاءة الثقيلة المعلقة. احذر الانفجارات الثانوية أو المتعددة. عندما يكون الوضع آمناً، بلغ سلطات السلامة العامة عن الحادث. كن مستعداً لتلقي المزيد من التعليمات من السلطات.



## تحويل المعرفة إلى فعل



منظمة أنقذوا الأطفال / الف

### تحويل المعرفة إلى فعل:

التدريب على التمرينات المدرسية أخذها في الاعتبار تحسينها.

يجب ممارسة تدريبات الطوارئ المدرسية مصممة حسب التهديدات والمخاطر المتوقعة. يجب على كل مدرسة إجراء ثلاثة تدريبات على الأقل في السنة وتدريب محاكاة كامل واحد على الأقل للتدريب على الأخطار الأكثر شيوعاً و/ أو الأكثر خطورة التي قد تواجهها. جرب ذلك باستخدام سيناريوهات مختلفة في أوقات مختلفة من اليوم. جربهم عندما يكون مدير المدرسة هناك وعندما لا يكون هناك. يتمثل الغرض من التدريبات في الاستعداد لما هو غير متوقع، لذلك إذا قمت بتسهيل الأمر فلن تتعلم كيفية التكيف مع الموقف الحقيقي. يجب دائماً التعامل مع التدريبات على أنها الشيء الحقيقي.

أهداف تدريب الطوارئ هي:

- يُعدّ كل شخص آمناً ومسؤولاً (مع ذكر الاسم)
- ترشد شجرة قرار الطوارئ اتخاذ القرارات الدورية
- يبقى الطلاب آمنين ومريحين ويشرفون على منطقة التجميع الآمن
- يسود النظام ويتم تجنب الذعر والفوضى.

خلال تدريبات محاكاة كاملة، يمكنك أيضاً ممارسة تدريبات لم شمل الأسرة بأمان.

فهذا يعني التفكير الواقعي من خلال التفكير في كم من الوقت يحتاج الطلاب للرعاية. قد تحتاج إلى المأوى والأدوات الصحية والماء والطعام بالإضافة إلى الإسعافات الأولية.

تعتبر التدريبات عملية تعليم. يبدأوا بالتحضير المسبق من قبل الموظفين، مما يتيح لهم الفرصة لتدريب الطلاب في مجموعات الفصل وتذكر الإجراءات والتحقق من الأحكام. يُعدّ التدريب بمثابة فرصة تعلم تجريبية. بعد التمرين، يمكن للطلاب استخلاص المعلومات من المعلمين في الفصل الدراسي. يُعتبر النقاش هو الجزء الأهم بين كافة مجموعات المشاركين والتقييم وخطة العمل المحدثة التي تعقب التدريبات. استخدم سيناريوهات بسيطة لمساعدتك في التخطيط للتدريب. يمكنك تحديد الأمثلة المتاحة، أو اتخاذ إجراءاتك الخاصة.

استخدم عناصر جديدة لإضافة تفاصيل إلى السيناريو لجعل تدريبات المحاكاة أكثر واقعية. تشير العناصر الجديدة إلى معلومات، وتحديات جديدة تُقدم خلال التدريب والتي تتطلب التفكير وحل المشكلات كما يحدث في الحياة الواقعية. على سبيل المثال، دون إبلاغ الآخرين، اطلب من زوج من الأطفال البقاء في الخلف متظاهرين بأنهم قد جرحوا. تعرف ما إذا تم تحديدهم على أنهم مفقودون.

استخدم نموذج قائمة اختبار الاستعداد لمساعدتك في التأهب وكذلك طلابك وأبائهم أو أولياء أمورهم.





### تحويل المعرفة إلى فعل:

جمع وصيانة وسد عجز لوازم الطوارئ الخاصة بك

يجب أن يشمل الصندوق التابع لمكتب الإدارة على سجلات وإمدادات خاصة لتتبع الطلاب من أجل لم شمل الأسرة بشكل آمن وللاتصال والسلامة.

يمكن وضع تجهيزات الطوارئ المدرسية في القاعات الدراسية، ليتم اصطحابها في حالة إخلاء المبنى وفي مخزن أو حاوية أو صندوق مخزن خارج أبنية المدرسة الأساسية، وقما أمكن ذلك. ينبغي أن تشمل المحتويات على تجهيزات من الماء (حوالي 4 لتر تقريباً من الماء لكل شخص في اليوم -نصفها للشرب والنصف الآخر للتنظيف) لعدد من الأشخاص الذين قد يتخذون مأوى لبضعة أيام. يمكن استخدام تلك التجهيزات من قبل المدرسة أو المجتمع، في حال استخدمت المدرسة كمأوى. يجب أن تشمل على أجهزة اتصال. وكذلك الخوذ عند الحاجة وسترات السلامة ومعدات الحماية الأخرى لأعضاء فريق الاستجابة وتجهيزات المأوى وتجهيزات الإسعافات الأولية وحواجز الخصوصية للمراحيض وضوء كشاف وتجهيزات الإنقاذ إذا استلزم الأمر ذلك. سوف تحتاج إلى خطة حول مكان التخزين وكيفية الوصول إلى أي أدوية لإنقاذ الحياة أو المحافظة على الصحة التي يعتمد عليها الطلاب.

ينبغي أن يمتلك كل فصل دراسي حقيبة أو دلو سهل النقل خاص به. ينبغي اتخاذ تجهيزات الإخلاء هذه في الجولات الميدانية إلى أي مكان يمكن أن تحدث فيه مخاطر تبدأ بصورة مفاجئة. يمكن استخدامها في حالة ملازمة المبنى أو الاحتباء في نفي المأوى (حينها يمكن استخدام الدلو كمرحاض مؤقت).

كل غرفة ستحتاج أيضاً إلى لوحة كتابة أو دفتر يمكن يكون تعليقه على خطاف عند المخرج أو وضعه داخل حقيبة سهلة النقل. ينبغي تحديث ذلك في بداية كل عام دراسي وفي التحضير للتمرينات المدرسية.

يمكن طلب مستلزمات الراحة الخاصة بالطلاب من الآباء وأولياء الأمور وحفظها في حقيبة من القماش الخشن أو حقيبة ظهر في الصفوف على أن تكون جاهزة لإخراجها. ينبغي أن تشمل، على سبيل المثال، غطاء إنقاذ أو قنينة ماء أو وجبة سريعة غنية بالطاقة (غير مالحة) أو صورة عائلية أو وبالنسبة للأطفال الصغار لعبة صغيرة أو شيء من شأنه توفير الطمأنينة. قد ترغب جمعية أولياء الأمور والمعلمين في المساعدة على تجميع تلك المستلزمات وخصوصاً للذين قد لا يستطيعون تحمل تكاليفها. كما يمكن الطلب من الآباء أو أولياء الأمور التبرع ببطانيات طوارئ ليتم حفظها في حاوية تجهيزات الطوارئ.

استخدم استمارة قائمة تدقيق تجهيزات الطوارئ كدليل لجمع تجهيزاتكم. ينبغي ضبط تجهيزات الإسعافات الأولية وأن تكون مناسبة لحجم مدرستكم.

قوائم تدقيق الاستعداد للمدارس

قائمة  
تدقيق إدارة المدرسة

المدرء: جهزوا مدرستكم وأنفسكم

احرص على الإلمام بمعرفة جيدة لكافة إجراءات العمل القياسية ومعرفة دور كل شخص ومسؤولياته.

تأكد من أنه يمكنك استخدام شجرة اتخاذ القرارات الخاصة بالطوارئ كمرجع مفيد وفي متناول اليد.

تأكد من أن خارطة طريق إخلاء المبنى في حالات الطوارئ الخاصة بالمدرسة معلقة في جميع المكاتب.

تأكد من امتلاك الفصول الدراسية لوحة كتابة حالية للطوارئ تحتوي على نسخة من إجراءات العمل القياسية والأدوار والمسؤوليات في نظام إدارة الطوارئ القياسي الخاص بكم وقائمة الدفعة الحالية.

تأكد من وجود تجهيزات الطوارئ على نطاق المدرسة كلها في مكانها الصحيح وإمكانية نقلها بسهولة (لغرض الإخلاء أو الرحلات الميدانية).

تأكد من إدامة طفايات الحريق أو مواد إخماد الحريق، ومعرفة الموظفون بكيفية استخدامها. وكذلك معرفة مكانها أو مواد إخماد الحرائق وكيفية استخدامها.

في حال حدوث كارثة قبل أو بعد نهاية اليوم الدراسي مباشرة، كن مستعدًا لتنظيم مدرستكم لتقديم المساعدة للطلاب الذين قد يأتون إلى المدرسة كأقرب نقطة التقاء أو ملاذ آمن.

تأكد أن بطاقات اتصال الطوارئ الخاصة بالطلاب حديثة.

قم باستكمال خطة الكوارث الخاصة بعائلتك في البيت وبالتعاون مع مقدمي الرعاية للأطفال، إذا كان لديك أطفال.

## المدرء: جهز الموظفين

اجتمع مع لجنة إدارة مدرستك لمراجعة وتعديل إجراءات العمل القياسية الخاصة بالكوارث والطوارئ في المدارس عند

الضرورة. بادر بالاتصال بغرض إشراك ممثلي الآباء أو أولياء الأمور والمجتمع المحلي وسلطات السلامة العامة. إن كنت بعيداً عن المدرسة عند حدوث حالة طوارئ، أو إذا كانت لديك ظروفك تحتم عليك المغادرة قبل زوال الخطر كلياً، تأكد من وجود شخصين احتياطيين من الموظفين يمكنهم تولي مهامك بثقة في غيابك.

خطط مع موظفيك لتقسيم العمل بمرونة بعد وقوع الكارثة متماشياً مع خطط إدارة الطوارئ القياسية في منطقتك. راجع الأدوار والمسؤوليات المرتبطة بكل وظيفة بالتعاون مع موظفيك.

احرص بعد إجراء تدريب المحاكاة على نطاق المدرسة كلها مباشرة، على تقييم التمرين والتعلم منه ومراجعة خطط الحد من المخاطر والاستجابة مرة أخرى.

تأكد من إلمام جميع موظفيك بالمعرفة الجيدة بشجرة اتخاذ القرار الخاصة بالطوارئ وكذلك كافة إجراءات العمل القياسية.

قم بحل المشاكل بالتعاون مع الموظفين والطلاب والآباء أو أولياء الأمور، لضمان شمول أن كل طفل لديه احتياجات وصول أو وظيفية معينة أو احتياجات في الوصول وأنه لا أحداً مستبعداً.

## قائمة تدقيق المعلمين.

## المعلمون: جهزوا أنفسكم

يجب تعليق خارطة طريق إخلاء المبنى للطوارئ في غرفتك.

تأكد من وجود تجهيزات الطوارئ الخاصة بالصف الدراسي في مكانها الصحيح وإمكانية نقلها بسهولة (لغرض الإخلاء أو الرحلات الميدانية).

اعرف مكان طفايات الحرائق، أو مواد إخماد الحرائق وكذلك كيفية استخدامها.

أكمل خطة الكوارث الخاصة بعائلتك في البيت وبالتعاون مع مقدمي الرعاية للأطفال إن كان لديك أطفال خاصين بك. سيطلق المدير أو نائبه الموظفين عندما تتغير الاحتياجات. إن كان لديك ظروف قاهرة جدا، فناقشها مع مدير مدرستك الآن وليس أثناء حالة الطوارئ.

خطط نشاط هادئ يمكن للأطفال ممارسته في منطقة التجمع في حالات الطوارئ الحقيقية أو التدريب.

في حال حدوث كارثة قبل أو بعد نهاية اليوم الدراسي مباشرة، كن مستعدًا للاستجابة وتقديم المساعدة للطلاب الذين قد يأتون إلى المدرسة كأقرب نقطة التقاء أو ملاذ آمن.

## المعلمون: جهزوا طلابكم

تأكد من لإمام طلابك بالقواعد الأربعة لإخلاء المبنى، ألا وهي: لا تتكلم؛ لا تدفع؛ ولا تلتفت للخلف. ينبغي على الطلاب معرفة أنه إذا كان هنالك هزة أرضية أثناء تواجدهم خارج قاعة الدرس (خلال الاستراحة أو الغداء أو إذا كانوا في مكان ما)، ينبغي عليهم المغادرة مع أقرب صف وينبغي ألا يعودوا للداخل بعد سقوطهم وأن يغطوا أنفسهم ويتماسكوا. إذا كانوا بين الفصول الدراسية، ينبغي عليهم التجمع في منطقة تجمع الطوارئ الخارجية.

وضح للطلاب قبل التمارين ما ينبغي على الموظفين القيام به أثناء حالات الطوارئ.

ينبغي أن تحتوي فصول التلاميذ الصغار على حبال إخلاء ذات مقبض لكل طفل. سيتم تمرير الحبل على أفراد المجموعة ويمسك كل طفل بمقبض (على أن تكون المقابض على جانبيين متقابلين للطفل من الأمام والخلف). كرر التمرين للتأكد من بقاء التلاميذ معا وهم ممسكون بالحبل.

قم بإجراء التعديلات اللازمة للتأكد من مشاركة كل طفل ممن لديهم احتياجات خاصة وأنه لم يتم إقصاء أي أحد.

تعرف على مخارج الطوارئ لأغراض الإخلاء. قم بتجهيز أربعة أشخاص كمراقبين لمراقبة الآخرين وتمهيد الطريق مع الحرص على التحقق للتأكد أن الطريق سالك. يعتبر الأمر ذو أهمية خاصة بالنسبة للفصول في الطابق الثاني أو التي لا تتوفر لديها طرق سهلة للخروج إلى الساحة الخارجية.

إذا واجهت خطر الزلزال، قم بإجراء تمرين السقوط على الأرض وتغطية نفسك والانتظار مع إبقاء التلاميذ على وضعهم لمدة 45 ثانية. في الأماكن المعرضة لخطر التسونامي، احرص على أن تقوم بالعد والإخلاء إلى أرض أعلى إذا كان الزلزال قويا (أي يكون من الصعب البقاء واقفاً) أو لمدة طويلة (أكثر من 4 ثوان).

يجب على المدرسين في معامل العلوم وفصول الطبخ الشرح للطلاب كيفية إطفاء شعلة اللهب وعزل أي مادة خطيرة قيد الاستعمال. يجب على فصول الورش إغلاق الآلات

تأكد من استيعاب الطلاب لإجراءات السلامة للم شمل الأسرة. قم بإخطار الطلاب بأن آباءهم أو أولياء أمورهم أو غيرهم من البالغين المدرجة أسماؤهم في بطاقة اتصال الطوارئ الخاصة بهم، هم فقط من سيسمح لهم باستلامهم من المدرسة أثناء حالات الطوارئ. قم بشرح تفاصيل إجراءات طلب الخروج من البوابة والإجراءات الخاصة بالخروج من بوابة لم الشمل.

المدرسين والطلاب: تجهيز الآباء أو أولياء الأمور

على المدرسين توزيع إعلانات التمارين والرسائل لكي يحملها الطلاب إلى آباءهم أو أولياء أمورهم في البيت

تأكد من الآباء أو أولياء الأمور أن استمارة اتصال الطوارئ الخاصة بهم حديثة مع توضيح أهمية إجراءات لم الشمل. وضّح إجراءات طلب الخروج من البوابة الرئيسية وبوابة لم الشمل.

طمئن أولياء الأمور.

## قائمة تجهيزات الطوارئ للمدارس

## صندوق

## المصروفات الإدارية اليومية

الوصف	الجاهزية	المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
كتيب إدارة الكوارث في المدرسة ومجلد الخطة	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
قائمة تضم أسماء هيئة التدريس والموظفين وأرقام هواتفهم	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
قائمة بأسماء الطلاب والجدول الدراسي	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
المعلومات الطبية الخاصة بالطلاب	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
قائمة الاتصال بالطلاب في حالة الطوارئ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
أرقام الهاتف الهامة	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
استمارات لم الشمل	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
خارطة موقع المدرسة ومخطط الطوابق الخاص بها	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
المفاتيح	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
مكبر الصوت	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
أقلام وأوراق الملاحظات	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
شريط لاصق	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
أقلام تحديد	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
عُدّة الإسعافات الأولية والأدوية	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
مصباح يدوي	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
صافرة	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
أجهزة راديو للطوارئ وبطاريات	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



## علبة/ صندوق تجهيزات الطوارئ الخاص بالمدرسة

الوصف	الجاهزية	المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
مفتاح مواسير المياه وأكواب والسقاة	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
مكبر صوت	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
سترات الموظفين/ أعضاء الفريق	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
مولد كهربائي	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
تجهيزات المأوى	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
بطانيات أو بسط (مزودة بواسطة الطلاب)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
حاجز الخصوصية (من الورق المقوى مثلا)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
جهاز إرسال واستقبال لاسلكي	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
تجهيزات صحية: صابون وورق مرحاض.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
خوذ صلبة لفريق البحث والإنقاذ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
قفازات جلدية ونظارات واقية للعين	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
عتلة ومفتاح ومفكات	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
مجرفة	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
شريط لاصق	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
صندوق ملفات (لحفظ استمارات لم الشمل)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
وجبات خفيفة وأطعمة قابلة للتخزين لمدة طويلة (يتم استبدالها بصورة دورية)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
تجهيزات طبية (غير قابلة للتلف)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

## حقيبة سهلة النقل لكل فصل أو دلو خاص بأغراض المأوى

الوصف	الكميات الجاهزة	الكميات المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
سجل واحد نظيف			
عُدَّة إسعافات أولية واحدة لكل فصل			
مصباح يدوي واحد			
جهاز راديو واحد يعمل ببطارية			
بطاريات إضافية			
صافرة واحدة			
أربع بطانيات طوارئ (لحالات البرد)			
أربعة أغطية بلاستيكية ضد المطر			
محارم			
ثلاثة أقلام تحديد			
أكياس بلاستيكية بحجم (٩) وأكياس قمامة			
أقلام وأوراق ملاحظات			
حبل مزود بمقابض (كي يتمسك بها الأطفال الصغار عند الإخلاء)			
تجهيزات للأنشطة الطلابية (اختيارية)			

## دفتر أو لوحة كتابة للطوارئ في الفصل

الوصف	الكميات الجاهزة	الكميات المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
كشف بأسماء الدفوعات الحالية			
استمارة تقرير حالة بالإصابة/ الفقدان			
توزيع الأدوار والمسؤوليات حسب النظام الموحد لإدارة الطوارئ لديكم			
تعليمات إجراءات التشغيل القياسية			
ضع رقم أو علامة على الغرفة أو عصا بجوار الباب بغرض مساعدة الطلاب على تتبع مسار الإخلاء وللالتقاء في منطقة التجمع			

صندوق محمول خاص بأدوات الإسعافات الأولية

الوصف	الكميات الجاهزة	الكميات المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
مجموعة أدوات الإسعافات الأولية (مناسبة لحجم المدرسة)			
سجل أدوية المرضى الحاليين			
بطانية			
سجل			
ملاحظة: تحفظ الوصفات الدوائية الطبية الخاصة بالطلاب والأدوية الأخرى بصورة مستقلة في مكان آمن. قم بتسجيل اسم الشخص المسؤول لتوصيل هذا الغرض إلى موقع الإخلاء.			

حقائب راحة للطلاب (مجهزة بواسطة العائلة)

الوصف	الجاهزية	المطلوبة	التوقيع بالأحرف الأولية/ التاريخ
قنينة تحتوي على نصف لتر من ماء الشرب			
وجبة واحدة غنية بالطاقة وقابلة للتخزين لفترة طويلة			
صورة عائلية و/أو رسالة طمأنينة من الآباء أو أولياء الأمور للطلاب			
ملابس داخلية أو خارجية بديلة			

دليل سريع: عملية  
الاعتمادات الوطنية وتوطين صياغة الرسائل الرئيسية للحد من مخاطر الكوارث



**Juara 3**  
 **Lomba Mewarnai**  
 **k-anak SD Kls 4-6**

Wahai Dunia Tampung Pelaku Sehat Sejahtera  
13 Oktober 2009

## دليل سريع لاعتماد التعليمات

### الهدف

إعداد الرسائل الرئيسية ذات المضمون العملي للتعامل مع كافة المخاطر المنزلية والوقاية العائلية، يجب صياغة المحتوى الرئيسي ليكون أساس يُبنى عليه رسائل التوعية العامة والتغيير المجتمعي والسلوكي والمعلومات والتربية ومواد الاتصال وتطوير المناهج الخاصة للحد من المخاطر لبناء ثقافة الأمان والثبات في حالات الطوارئ.

### أ. الخطوات الأولى لتكثيف وتوطين الرسائل الرئيسية

تقدم منظمة أنقذوا الأطفال والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب والهلال الأحمر ((IFRC)، بصفتها منظمات مساعدة، الدعم إلى المنظمات الوطنية لإدارة الكوارث والجهات التربوية لتولي مسؤولية قيادة هذه الإجراءات باتباع الخطوات التالية.

### الخطوة الأولى: الاجتماع مع منظمات إدارة الكوارث الوطنية لوضع خطة عمل تمهيدية

يجتمع ممثلو الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب والهلال الأحمر (IFRC) ومنظمة أنقذوا الأطفال مع مسؤولين لمنظمات إدارة الكوارث الوطنية لمناقشة الإجراءات. مشاركة "دليل التوعية العامة وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: توفر الرسائل الرئيسية (الإصدار الأول متوفر ب 23 لغة) أو عند الضرورة، ترجمة لهذه الوثيقة والرسائل الرئيسية. بالإضافة إلى ذلك، اطلب التعليمات الإضافية ومواد ورش العمل من:

مارتن كروتماير: [Martin.krottmayer@ifrc.org](mailto:Martin.krottmayer@ifrc.org) مارلا

بيتال: [marla.petal@savethechildren.org.au](mailto:marla.petal@savethechildren.org.au)

مناقشة المعلومات الأساسية للرسائل وكذلك المنهج والأسلوب المنطقي للتعليمات بناء على أبحاث عالمية. (الإشارة إلى التوعية العامة وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: العرض التقديمي لورش عمل الرسائل الرئيسية).

اتخاذ القرارات التالية معاً:

i. الاتفاق على المنطقة الجغرافية التي سيتم تطبيق الرسائل الرئيسية فيها. عادة ما تكون على الصعيد الوطني، ولكن في حالات خاصة، قد تفضل التعليمات على مستوى الولايات أو المقاطعات أو الأقاليم.

ii. تحديد اللغة أو اللغات المستهدفة لصياغة الرسائل. يُفضل إجراء مناظرة باللغة الإنجليزية لغرض المقارنة على مستوى عالمي.

iii. إعداد كشف بأسماء الخبراء الذين ستتم دعوتهم لمراجعة مسودة الرسائل. يجب ألا يقل عدد الخبراء المحليين عن 15 وألا يزيد عن 35 في المجالات التالية:

- المخاطر المائية والمرتبطة بالطقس
- المخاطر الجيوفيزيائية
- الوقاية من الحرائق والاستجابة لها
- المخاطر الصحية
- المخاطر الأخرى، عند الحاجة (المخاطر التكنولوجية أو الزراعية أو تلك المرتبطة بالنزاعات)
- الحد من مخاطر الكوارث والاستجابة لها

6 الإنجليزية والفرنسية والإسبانية والعربية والروسية والبوسنية والكتلانية والكرواتية والدانماركية والهولندية والفنلندية والألمانية واليونانية والهنغارية الإيطالية والبولندية والبرتغالية والرومانية والسلوفينية والأوكرانية واليابانية والكورية

- الإدارة المجتمعية لمخاطر الكوارث
- التثقيف الصحي العام
- خبراء اللغة المستهدفة
- خبراء الإعاقة والإدماج الاجتماعي (يفضل أن يكونوا من أبرز الجمعيات الوطنية لحقوق المعاقين)
- خبير المساواة بين الجنسين
- خبير حماية الأطفال
- الاتصالات

ينبغي أن تشمل هذه المجموعة على خبراء من الجهات الحكومية الرئيسية ومن الوسط الجامعي (وخصوصًا من قطاع التربية والصحة والتغذية والزراعة والأمن الغذائي وحماية الأطفال) كما ينبغي أن تشمل على ممثلين من الجماعات الرئيسية العاملة في قطاع التطوير والتجمعات الإنسانية وخاصة أبرز الجمعيات في مجال التثقيف العام للحد من مخاطر الكوارث. يمكن أن تشمل المجموعة على ممثلين محليين من القطاعات الفرعية

**iv.** تحديد موعد لعقد ورشة لمدة يومين مع الخبراء المختصين بالموضوع.

الخطوة الثانية: جهز الرسائل الرئيسية للمراجعة

**a.** الترجمة والصياغة

تكليف خبير ثنائي اللغة ملم بالموضوع بترجمة مجموعة الرسائل الرئيسية لورشة العمل. البحث عن مرادفات مفاهيمية بدلاً من النسخة. تكليف شخصين موثوقين من المتحدثين بلغتين وملمين باتصالات المخاطر على الصعيد المحلي والعالمي بمراجعة الترجمة. الحرص على إبقاء تعريفات كل خطر من الأخطار أعلى الصفحة الأولى من الرسائل الخاصة بالمخاطر بصفة محددة بالإضافة إلى الحصول على ترجمة لها. بالإضافة إلى ذلك، يمكنك ترك أيقونات كل خطر في مكانها أعلى كل صفحة

تنسيقها بحجمين:

1. الورق مقاس A4 أو بحجم الرسالة سيتم إرسال نسخة لكل مشارك، بالإضافة إلى 6 أو 10 نسخ سوف يتم توفيرها لطاولات الورشة.
2. استخدم خط بحجم كبير - من 14 إلى 18 نقطة. تنسيقها لورقة حجم: A1 أو A2 (أو أصغر A3). عمل نسختين من الأجزاء الخاصة بكافة المخاطر ونسخة واحدة من الأجزاء الخاصة بالمخاطر المحددة لورشة العمل.

للاستعداد لورشة العمل، يجب طباعة مجموعة الرسائل الرئيسية للورشة (في ثلاثة أعمدة)، انظر المثال المبين أدناه. للطباعة بحجم البوستر: اترك مجالاً كافياً تحت كل فقرة في عمود الرسائل الرئيسية بغرض وضع لاصقات أو إشارات للتصويت، وفي العمود الآخر الفارغ للملاحظات.



تأكد بأن كافة التعليمات تحتفظ بأرقامها. يجب البدء بالتعليمات الخاصة بكافة المخاطر في الصفحة الأولى. يجب أن تبدأ كل مجموعة مخاطر جديدة في صفحة جديدة.

[يترك فارغاً]	تفاصيل متصلة بالسياق (الترجمة)	تفاصيل متصلة بالسياق (الإنجليزية)	الرسائل الرئيسية (باللغة الإنجليزية والترجمة)
---------------	-----------------------------------	--------------------------------------	--

## b. المقارنة بالرسائل الرئيسية الموزعة على الصعيد الوطني

تجميع كافة الرسائل الرئيسية الموزعة على الصعيد الوطني من قبل الجهات الحكومية والجمعية الوطنية للصليب الأحمر والهلال الأحمر، والمصادر الأخرى الهامة. مقارنة كل من التعليمات مع تلك المقدمة في الورشة، ووضع نجمة في النسخة الرقمية لمجموعة الرسائل الخاصة بالورشة مقابل كافة الرسائل التي توجد في المواد الموزعة على الصعيد الوطني. في حال وجود أي رسائل إضافية لا تندرج ضمن المجموعة الخاصة بالورشة، أو صيغت بطريقة مختلفة قليلاً، قم بإضافتها في المكان المناسب (بأحرف مائلة). هذا الأسلوب سيساعد الجميع على تحديد ملانمة (أو عدم ملانمة) الصياغة مع الأساليب الحالية.

## II. ورشة الرسائل الرئيسية على الصعيد الوطني

### الخطوة الثالثة: وضع جدول أعمال الورشة التي تستمر ليومين وإرسال الدعوات وفحص المادة لإرسالها للخبراء المختصين بالموضوع

خطط جدول أعمال ورشة العمل باستخدام جدول الأعمال النموذجي أدناه. سوف يركز اليوم الأول على المعلومات الأساسية والسبب الجوهرى للمهمة كما يركز على الحد من خطر الكوارث للمخاطر العائلية كلها والمرونة. تشمل مخاطر الحرائق المنزلية التي قد يتعرض لها أي شخص والسبب وراء ذلك هو مساعدة الخبراء المختصين بالموضوع للاجتماع وتحديد التعليمات المشتركة التي تشكل صلب كافة عمليات الحد من المخاطر والاستعداد لها. من الصعب جدا جعل الناس يفكرون بوجود مجاميع منفصلة من الفقرات لكل خطر. من المثير أكثر جعل الناس يفكرون بالأشياء الأساسية القابلة للتطبيق على أي خطر محدد وعلى كافة المخاطر. فيما بعد، سنركز على إجراءات قليلة إضافية خاصة بخطر محدد.

أرسل دعوة الاشتراك بالورشة قبل موعدها بأسبوعين على الأقل بالإضافة إلى جدول أعمال الورشة ونسخة من نص الرسائل الخاصة بالورشة. كواجب منزلي قبل موعد الورشة، اطلب من المدعوين تخصيص بعض الوقت لقراءة هذه المادة. أثناء الورشة سيقوم المشاركون بتقديم آرائهم حول التفاصيل المحددة بالسياق وسوف يطلب منهم تحديد تصنيف الأسبقية كأمر يجب القيام بها ضرورياً أو أمور يُفترض القيام بها أو أمور ربما يتم القيام بها أو أمور تتغاضى عن كل رسالة. اطلب منهم قراءة المواد قبل الحضور للورشة وكتابة ملاحظات حولها. سيسهم ذلك بسير برنامج الورشة بسلاسة. اطلب من المشاركين جلب نسخهم من الرسائل الرئيسية معهم إلى الورشة. سيحصل الذين لا يتمكنون من الحضور على فرصة قراءة مسودة التعليمات قبل وضعها بالصيغة النهائية.

## نموذج جدول العمل

اليوم الأول		
	التسجيل	8:45 إلى 9:00
شريك وزاري رئيسي	كلمة افتتاحية	9:00 إلى 9:15
الميسر الرئيسي (الرسائل الرئيسية على برنامج باور بوينت PowerPoint)	التعليمات وأهداف الورشة	9:15 إلى 10:00
مجموعة (يجب/ ينبغي/ من المفترض/ أسقط علامات تصويت)	ترتيب التعليمات الرئيسية حسب الأولوية	10:00 إلى 10:30
استراحة قصيرة		
الجدول رقم 1 و2: التقييم والتخطيط الجدول رقم 3 و4: الحماية الجسدية والبيئية الجدول رقم 5 و6: إمكانية الاستجابة من خلال المهارات والأحكام	تخطيط سلامة الأسرة من كافة المخاطر -مراجعة التفاصيل السياقية الجلسة الدورية الأولى	11:00 إلى 12:00
استراحة لتناول الغداء		
الانتقال إلى الجدول التالي	الجلسة الدورية الثانية	1:00 إلى 2:00
استراحة قصيرة		
الانتقال إلى الجدول التالي	الجلسة الدورية الثالثة	02:30 إلى 3:30
الميسر الرئيسي	التلخيص	03:30 إلى 4:00
اليوم الثاني		
الميسر الرئيسي	المقدمة ونظرة عامة سريعة على اليوم الثاني	9:00 إلى 9:15
مجموعة (يجب/ ينبغي/ من المفترض/ أسقط علامات تصويت)	ترتيب التعليمات حسب الأولوية	09:15 إلى 10:00
استراحة قصيرة		
جدول رقم 1: جدول رقم 2 الخاص بالمخاطر المائية وتلك المرتبطة بالطقس: المخاطر الجيوفيزيائية جدول رقم 3: جدول رقم 4 الخاص بمخاطر حرائق الغابات: الجدول رقم 5 الخاص بالمخاطر الصحية: المخاطر الزراعية جدول رقم 6: المخاطر الأخرى، حسب الاقتضاء انتقل إلى الجدول التالي	المخاطر المحددة: تنقية التفاصيل السياقية الجلسة الدورية الأولى	10:30 إلى 11:30
انتقل إلى الجدول التالي	الجلسة الدورية الثانية	11:30 إلى 12:30
استراحة لتناول الغداء		
انتقل إلى الجدول التالي	الجلسة الدورية الثالثة	01:30 إلى 2:30
استراحة قصيرة		
المتحدثون نيابة عن كل طاولة مناقشة جماعية	عرض النتائج الرئيسية خطة النشر والخطوات التالية	03:00 إلى 3:30 03:30 إلى 4:30

الخطوة الرابعة: جهّز للورشة الخاصة بالرسائل الرئيسية على الصعيد الوطني

اطبع: مجموعة الرسائل الرئيسية كما هو موضح في الخطوة 2 أ

التجهيزات المطلوبة

- عشر مجموعات إضافية من تعريفات الرسائل الرئيسية الخاصة بالورشة والرسائل على ورق مقاس A4 أو بحجم الرسالة
- مجموعة كاملة واحدة من تعريفات الرسائل الرئيسية الخاصة بالورشة والرسائل على ورق بحجم البوستر – A1 أو A2 أو A3 بالإضافة إلى مجموعة إضافية واحدة من الصفحات الخاصة بكافة المخاطر فقط.
- مواد لاصقة أو ما يشبهها لتعليق المنشورات على الجدران
- ستة من لوحات الشرح
- أقلام تحديد اللوحات الشرح
- أقلام: أي قلم واحد لكل مشارك
- ورق ملاحظات قابل للصلق بحجم كبير (كبير بما يكفي للكتابة عليه)، أو بطاقات تعريف
- شارات الأسماء، مطبوع عليها الاسم الأول ا واسم العائلة وجهة العمل كل شخص.
- طريقة لتمييز الأصوات بسهولة بثلاثة ألوان عن طريق استخدام إما:

1. لاصقات ملونة صغيرة دائرية (للتصويت) بثلاثة ألوان مميزة ومرئية لتمثل **يجب وينبغي ومن المفترض** (حوالي 100 نقطة تقريبا لكل واحدة تخص **يجب وينبغي** و 50 نقطة لكل واحدة تخص **من المفترض**. ينبغي أن يتم ذلك باستخدام الطرف اللاصق من ورق الملاحظات الصغير القابل للصلق ومقطعاً إلى أجزاء صغيرة جداً.

أو

2. عشر مجاميع x أربعة ألوان – لا داعي لاستخدامها إلا بغرض عدهم.

تنظيم القاعة

ينبغي تنظيم القاعة بحيث تكون مزودة بجهاز عرض وشاشة وطاولة للميسر أو الميسرين وكذلك التجهيزات ينبغي وضعها في الجزء البعيد من الغرفة. يجب وضع طاولة للتسجيل في مقدمة القاعة. في الوسط، (مثالياً) يجب وضع طاولات مُستديرة لمجموعة تتكون من ستة أفراد. ليكون الوضع مثالياً، يجب ألا يكون هناك أكثر من ست طاولات.

قبل بداية اليوم الأول، علّق ملصقات متعلقة بإجراءات خطة سلامة الأسرة من كافة المخاطر حول الغرفة بترتيب تسلسلي على مستوى رؤية العين وبذلك يمكن للمشاركين من جميع الأطوال قراءتها. قبل بداية اليوم الثاني، ستقوم بنفس الشيء مع الرسائل الرئيسية الخاصة بالمخاطر وتجميعها بواسطة الأرصاء الجوية الهيدرولوجية والجيوفيزيائية والحرائق والصحة والزراعة.

ضع ملصق لموقف السيارات في أحد أطراف الحجرة.

أعد الفريق

لأنك بحاجة مُيسر ماهر ولديه ثقة لاتخاذ وقيادة الإجراءات. إنك بحاجة أيضاً لفرد يقوم بتسجيل الحاضرين وآخر للخدمات اللوجستية (استراحة القهوة والغداء والواجب). يجب أن يكون هناك ثلاثة أفراد يعملون كمنسقين متجولين أو مشاركين على الطاولات. بمجرد تعيين المهام وفهمها، تحتاج التسهيلات فقط لإجراءات بسيطة خفيفة وبيئة دافئة ومُشجعة.

## الخطوة الخامسة: قم بتنظيم ورشة عمل للرسائل الرئيسية على الصعيد الوطني

اليوم الأول

مقدمة





استخدم إجراءات تشاركيه لتطوير فهم المشاركين للمحتوى والمنهج وصياغة رسالة موجهة مباشرة ويُلغىه سهلة الفهم بحيث توضح الهدف من ذلك. يقوم الميسر بشرح برنامج اليومين مُستغلاً مُقدمة الرسائل الرئيسية لنقاط القوة لشرح المعلومات الأساسية. سيوضح أن المشاركين هنا مهمتهم تحديد الرسائل الرئيسية المعتمدة على الأدلة وتوافق الآراء التي أُجريت من قبل سواء في بلدك أو على الصعيد العالمي بهدف تطوير مصدر تأسيسي هام، حيث تصدره وتدعمه كافة الوكالات الممثلة بصورة مشتركة كما تستخدمه كمرجع أساسي للتوعية العامة وتنقيف المجتمع من أجل عمل موجه للحد من المخاطر وتوجيهات المرونة على مستوى الأسرة. يُمكن لكافة الوكالات المشاركة استغلال شعاراتهم لتوثيق الرسائل الرئيسية المطورة.

سيُركز اليوم الأول على إجراءات الحد من مخاطر الكوارث العائلية كلها وكيفية التأهب لها. ويركز اليوم الثاني على مجموعة من المخاطر المُحددة التي تواجهها البلاد. عند بداية اليوم الأول والثاني، أول شيء يقوم به الفرد هو تحديد الأولوية للرسائل من خلال التصويت باستخدام العلامة الملونة على مستوى الأولوية التي يعتقدون أنها ينبغي أن تُطابق الرسالة الرئيسية ولذا، يجب أن تترتب الرسالة في النسخة النهائية على القمة متبوعة بالرسائل التي يجب تحديدها ومن الأفضل وضعها.

فيما بعد، سيقضون بقية اليوم للعمل بجد منتقلين بين الأقسام الثلاثة للرسائل: التقييم والتخطيط والحد من المخاطر والتخفيف منها (أي الحماية الجسدية والبيئية والاجتماعية) والتأهب للاستجابة (المهارات والأحكام). وبناءً على عدد المشاركين، قد توجد طاولة أو طاولتين من المشاركين للعمل على المجموعات الفرعية بالإضافة إلى طاولة اختيارية تعمل على التعريف. سنبداً كل مجموعة بالعمل على قسم مختلف ومنتقل بعد ساعة للقسم التالي معتمدين في عملهم على ما نفذته المجموعة السابقة.

ترتيب أولويات الرسائل الرئيسية للتخطيط من أجل سلامة الأسرة من كافة المخاطر

عليك توفير ملصقات للمشاركين و/ أو أقلام لتحديد أولوية الرسائل الرئيسية المتماشية مع الموضوع.

يجب تحديدها/ أمر في غاية الأهمية	
ينبغي تحديدها/ أولوية متوسطة	
يمكن تحديدها/ ممارسة جيدة، إن أمكن	
أمر غير ضروري/ لا صلة له بالموضوع أو لا يُصنف كأولوية	

\*\* ملحوظة: يمكن تبديل هذه الألوان مستخدمين الألوان المتوفرة.

سيُتبادل المشاركون البوسترات المختلفة ويضعون ملصق عليها بكل رسالة رئيسية. يُمكن التغاضي عن التفاصيل السياقية، عند هذه النقطة.

### تنقيفة التفاصيل السياقية

في نهاية جلسة التصويت، يطابق المساعدون مستوى أولوية كل رسالة رئيسية اعتماداً على توزيع الأصوات من الدوائر أو كتابة: يجب أو ينبغي أو قد يكون من المناسب، بجانب كل رسالة. ثم تُخذ صفحات البوسترات وعليهم الملصقات من على الجدار وتقسيمهم إلى ثلاث أقسام مختلفة كالتالي:

- a. التقييم والتخطيط
- b. الحد من المخاطر، أي الحماية الجسدية والبيئية والاجتماعية
- c. القدرة على الاستجابة من خلال المهارات والأحكام.

اطلب من المشاركين تقسيم أنفسهم على الطاولة بالتساوي (من المفضل أن تضم كل طاولة من خمسة إلى ستة أشخاص). تأكد من عدم وجود شخصين من نفس الإدارة على نفس الطاولة. يعمل المشاركون على تنقيفة منطوق الرسائل الرئيسية ويختارون وينتقون التفاصيل السياقية لكل رسالة. يمكنهم التركيز على الرسائل التي يجب وضعها أولاً. اطلب من المشاركين قراءة التفاصيل السياقية وتحديثها أو حذفها أو اعتمادها أو تغييرها بناءً على المناقشات والاتفاقيات. من الضروري اعتماد هذه الرسائل لتكون ذو صلة وواضحة بالنسبة للسياق المحلي. يمكن دمج الرسائل بهدف تبسيطها.

شجع المجموعات على تأكيد فهمهم أو السبب وراء كل منها أو التعرف على أي أسئلة قد تتطلب مزيداً من البحث. أيضاً، اذكر أنه من المهم للخبراء الرئيسيين على سبيل المثال حماية الطفل وإلقاء نظرة على الرسائل من منظور حماية الطفل وخبير في الإعاقة أو الجنس من وجهة نظرهم فضلاً عن التأكد من الأخذ بكافة العناصر ذات الصلة.

اطلب من المشاركين ذو خط الجميل أن يفضّلوا بكتابة الملاحظات. يمكن للمشاركين استخدام المساحات الفارغة المتوفرة على البوسترات والخرائط و/ أو بطاقات التعريف لتسجيل ملاحظاتهم وتقييماتهم. أهم شيء اطلب منهم كتابة رقم الرسالة المرفقة بكل ملحوظة، وبذلك يمكن للمحرر تتبع كل شيء. بعد مرور ساعة، سيتناولون على الطاولة التالية.

عين ميسر متجول لكل طاولتين بالإضافة إلى مسؤول مُساعد ومن الأفضل أن يكون شخص على دراية تامة بالأدلة القائمة للرسالة الرئيسية وأن يكون قادراً على التجول بين الطاولة ليلاحظ أن المجموعات يدرسون نص كل رسالة وكذلك التفاصيل السياقية ويناقشون المراجعات اللازمة. احرص على عدم الإفراط في التسهيل لتمكينهم من الملكية والمشاركة. بعد ساعة اطلب من شخص واحد أن يظل على الطاولة لبضع دقائق بعد تناوب المجموعة، وبذلك تأكد من أن جميع الملحوظات واضحة ويمكن للمجموعة التالية الاطلاع على العمل المنجز والمراجع بسرعة ثم استأنف العمل.

### انتهاء اليوم الأول

في نهاية اليوم، اعط فرصة للمشاركين لتقييم العمل المنجز. اطلب من كل مجموعة تقديم مثالاً حول نوعية السياق المنجز مع إضافة بعض الرسائل الجديدة وأي مصطلحات تم مناقشتها وكذلك رسائل تم حذفها لاعتبارها غير مناسبة. قيم العمل لترى شعور الأشخاص حيال العمل المنجز وأتني عليهم وشجعهم على إنجازهم. انظر إلى ما أضيف إلى قائمة ساحة السيارات وأوجد حلول لهذا المشكلات أو أجلها حسب الاقتضاء.

بمجرد امتثالهم، يجب على الميسر تجميع المعلومات وتقديمها إلى الميسر الرئيسي للحفاظ عليها لبقية ورشة العمل. قطعنا منتصف الطريق في سبيل إنجاز العمل. يستأنف العمل على رسائل المخاطر المحددة في اليوم التالي. يصوت كل فرد مرة أخرى في الجلسة الأولى على أولوية الرسائل. تُنقح الرسائل باستخدام نفس الطريقة باستثناء ذلك الموضوع.

سيجتمع خبراء هذه المشكلة على طاولات منفصلة، حيث يتحملون مسؤولية تغطية كافة المخاطر المحددة في منطقتهم على مدار ثلاث جلسات. سيتجول الخبراء غير المتخصصين ويختارون ثلاثة مجموعات مختلفة للمشاركة فيها.

اليوم الثاني

مقدمة

ابدأ بإجراء مراجعة سريعة واسأل المشاركين عن رأيهم فيها بعد التناقض بشأن مائدة العشاء والإفطار وعن نومهم.

رتب التعليمات حسب الأولوية

راجع الإرشادات بسرعة وابدأ جلسة التصويت. عقب القيام بذلك، حدد الأولويات.

قم بانتقاء التفاصيل السياقية

انزع البوسترات ووزعهم على الطاولات المعنية بالمشكلة اعتمادًا على الفئات التالية:

- الأرصاد الجوية المائية (الإعصار والزوبعة والفيضان والجفاف)
- الجيوفيزيائية (الانزلاق الأرضي والزلازل والتسونامي والبراكين)
- الحريق (حريق الغابات)
- الصحة والزراعة (الأوبئة والعدوى الطفيلية) كما هو مطلوب.

تتولى بعض المجموعات بتغطية الكثير من المهام وربما تحتاج إلى تقسيم أنفسهم على مجموعتين مختلفتين لمعالجة الأجزاء المختلفة: التعريف والتقييم والتخطيط. قد تحتاج المجموعة إلى التقسيم لمجموعات فرعية. مجموعة تعمل على قسم التعريف. والآخرين ينقسموا لتغطية الأقسام المختصة: التقييم والتخطيط والحد من المخاطر أي الحماية الجسدية والبيئية والاجتماعية بالإضافة إلى القدرة على الاستجابة من خلال المهارات والأحكام. يحتاج الميسر إلى التأكد من أن الأشخاص المكلفين بالكثير من المهام (الأرصاد الجوية المائية والجيوفيزيائية) يقسمون العمل على ثلاثة أقسام متناوبة.

يتأكد الخبراء المتخصصين من الدقة العلمية للرسالة، بينما يساعد المتخصصين في التعليم العام على ضمان فهم الرسائل من قبل الجمهور. ذكر المشاركين بأن ينظروا في الرسائل مستخدمين المنظور الجنساني والإدماج وعدسات حماية الطفل.

في النهاية، اطلب من ممثل كل طاولة إعداد وتقديم بعض التغييرات الرئيسية والهامة المقدمة والسبب وراء تقديمها. هل هناك أي مشاكل في ساحة السيارات أو مخاوف متبقية أو فجوات بحثية يجب ملاحظتها؟ دون الملاحظات على ما سبق ليتم تضمينها في تقرير نهائي موجز لورشة العمل.

تقدم بالتهنئة للمجموعة على العمل الممتاز الذي أنجزوه.

### الخطوات التالية وخطة النشر

بناءً على النقاش الذي دار خلال اليومين، استعرض بإيجاز الخطوة التالية من حيث جمع المدخلات وأرسلها في جولة نهائية من المراجعة والتحسينات واطلب تأييد الوكالة والشعارات والاستعداد للنشر. قد تتطلب بعض المخاطر أو التفاصيل مراجعة إضافية من قبل خبير. على سبيل المثال، قد لا يتمكن بعض الخبراء المتخصصين من الحضور، إلا أنهم قد يساهموا بدور مهم، أو يتطوع أحد منهم بترشيح زميل لم يحضر ولكنهم يدركون أنه سيكون مرجعًا مفيدًا عند إجراء المراجعة الإضافية.

هل هناك مخاطر محددة لم يتم تغطيتها بعد، وينبغي إضافتها عندما تصبح متاحة؟ ما هو معدل تكرار مراجعة الرسائل؟ هل ستفقد المنظمة الوطنية لإدارة الكوارث هذه العملية في المستقبل؟



اسأل المجموعة عن أفكارهم حول كيفية استخدام هذه الرسائل ونشرها، وما هي الخطوة التالية؟ ما الصيغة التي يجب اتباعها في الرسائل المنشورة (المجلد الدائري؟ المستند الرقمي؟ وغيرهم؟). ما هي قنوات الاتصال التي يمكن استخدامها لاختبار رسائل الاستيعاب والتأثير؟ كيف يمكن قياس نسبة تغير السلوك؟ كيف وأين يمكن الإبلاغ عن النتائج مرة أخرى، بحيث يمكن زيادة تحسين الرسائل في المستقبل؟ في بعض الحالات، تقرر مجموعة المراجعة هذه أنها بحاجة إلى الاجتماع مرة أخرى لتطوير استراتيجية النشر أو قد تقترح أنها تخصص هيئة أخرى.

قم بصياغة قائمة سريعة تضم الخطوات التالية بالإطار الزمني ومن سيكون ومن المسؤول عنها وما هي مسؤوليته.

اختتم بنشاط مُلخص، واطلب من المشاركين تقديم كلمة أو عبارة تصف مدى شعورهم بشأن العمل الذي قاموا به خلال اليومين الماضيين.

## رابعاً الانتهاء

### الخطوة السادسة: صَنّف المدخلات وحررها وقم بتعميم المسودة للمراجعة النهائية

ستكون المنظمة الميسرة مسؤولة عن ضمان أخذ كافة التعليقات والتغييرات في الاعتبار وتعميم مسودة ليطم طرحها للمراجعة النهائية باللغتين الإنجليزية والوطنية (اللغات).

يجب إضافة مقدمة قصيرة جداً حول العملية (المعلومات الأساسية وكيفية استخدام الوثيقة والخطوات التالية المتفق عليها). التأكيد مع المنظمة الوطنية لإدارة الكوارث وملكيته لهذه العملية، وتوضيح الخطة لمراجعة وإضافة الرسائل على النحو المتفق عليه. إضافة إقرار للقائمة الكاملة للخبراء الذين شاركوا في المراجعة، بما في ذلك موقعهم وانتمائهم للوكالة (سواء في ورشة العمل أو في الكتابة).

### الخطوة السابعة: ضع اللمسات الأخيرة للرسائل الرئيسية وانشرها وعممها.

اطبع المنشور بتصميم وغلّاف جذاب. تأكد من تضمين وتسليط الضوء على شعارات الوكالات الحكومية الرائدة وكذلك المؤسسات البحثية وغير عن الشكر للوكالات الأخرى التي أيدت الرسائل، حسبما يقتضي الأمر. انشر الرسائل وأصدر بيان صحفي. يُعد ذلك بمثابة إنجاز كبير ويجب الترويج له على هذا النحو. تابع لتحقيق أفضل فائدة من هذه الوثيقة الهامة.

# الملحق الأول

## إرشادات سريعة:

كيفية استخدام الرسائل ضمن مناهج المشاركة المجتمعية.

## إرشادات سريعة: المشاركة المجتمعية والخضوع للمساءلة

يُعد تفهم المجتمع المحلي لإجراءات الحد من المخاطر وإشراكه وملكيته وتنفيذه لها خطوة أساسية في البرمجة الفعالة لجمعية الصليب الأحمر والهلال الأحمر. من شأن المعلومات التي يتم مشاركتها مع المجتمعات أن تؤثر تأثيراً كبيراً عندما تكون في الوقت المناسب وذات الصلة ودقيقة ومصممة خصيصاً للجمهور. والأهم من ذلك، عندما يكون جزءاً من منهج المشاركة المجتمعية الشاملة التي تسمح بالاعتماد المستمر للرسائل والأنشطة.

<p>المشاركة المجتمعية هي منهج يضم كيفية العمل ومجموعة الأنشطة التي تدعم نتائج الحد من المخاطر والاستجابة من خلال تشجيع وتمكين المجتمعات المحلية على اتخاذ إجراءات إيجابية لمنع المخاطر أو الحد منها من خلال:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• توظيف مجموعة متنوعة من مناهج الاتصال والقنوات الموثوقة لتوصيلها إلى المجتمعات والتأثير عليها وتمكينها تزويدها بمعلومات دقيقة وسهلة الفهم حول التعرف على الأخطار والمخاطر والحد منها والاستجابة لها من خلال قنوات اتصال موثوق بها.</li><li>• تأكد من أن هذه المعلومات تعتمد على المعرفة والمواقف والممارسات والسلوكيات الحالية لدى الأشخاص. من المرجح قبول هذا المعلومات والعمل بها (يرجى الرجوع إلى الأداة 1 والأداة 2 للحصول على نماذج وأسئلة للتقييم ووضع خطوط الأساس والمراقبة والرصد)</li><li>• البناء على القدرات المحلية من خلال الاستماع إلى ردود الفعل من المجتمع واستخدام أفكار حول كيفية تعزيز إجراءات السلامة والمرونة -من المهم أن يشعر المجتمع أن هذا العمل من نتائج مجهوده.</li><li>• استخدام مناهج جذابة لتحفيز التغيير الإيجابي للسلوك مثل المسارح المجتمعية أو برامج الدردشة الإذاعية.</li><li>• ضع أنظمة لجمع المعلومات غير الدقيقة وتحليلها والرد عليها بأسرع وقت ممكن.</li></ul>	<p>ما هي المشاركة المجتمعية والخضوع للمساءلة؟</p>
<p>توضح بعض الدروس المستفادة من الخبرات السابقة ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• مهما حاولنا تقديم حلول، فُتعتبر المجتمعات هي المسؤول الأساسي عن تطبيق هذه الحلول وقادة في تعزيز التحركات الفردية والجماعية لمواجهة المخاطر.</li><li>• تُعد خطوة بناء الثقة أمراً أساسياً. فمتى اعترفت المجتمعات بنا باعتبارنا مصدرًا موثوقًا لتقديم المشورة، سيؤثر ذلك على مدى قبولها للمشورة من المتطوعين والتصرف بناءً عليها.</li><li>• تحتاج المجتمعات إلى الفهم الكامل للتوصيات وتبنيها. وإن لم يحدث ذلك فمن الممكن أن ترفض دخول المتطوعين والموظفين إلى القرى الخاصة بهم بل وقد تهاجمهم. وهذه مجازفة وخاصة في أوقات انتشار الأوبئة.</li><li>• عندما تنتشر الشائعات أسرع من الحقيقة وتتعارض مع المعلومات الحقيقية فمن شأن ذلك أن يمنع الناس عن حماية أنفسهم ويحبط جهود التعبئة الاجتماعية الخاصة بنا.</li><li>• نحتاج إلى التحقق من كيفية تفسير المجتمعات للرسائل. فعلى سبيل المثال رسالة "فيروس إيبولا" أدت إلى اعتقاد الناس بأنه مرض لا علاج له ولذلك فقد فضلوا الموت في منازلهم بدلاً من الذهاب إلى مراكز العلاج؛ مما ساهم في انتشار المرض.</li><li>• سيساهم العمل مع المجتمعات وضم القادة الموثوق فيهم إلينا، في حشد المجتمعات على نحو أسرع وأكثر فاعلية من العمل من خلال متطوعينا فقط</li></ul>	<p>لماذا تعد المشاركة المجتمعية أمراً هاماً للحد من الكوارث والاستجابة لها؟</p>

<ul style="list-style-type: none"><li>• التعامل مع السياق المحلي: تحتاج كافة الرسائل إلى التوافق مع الرسائل المعتمدة والصادرة من قِبل السلطات، كما يجب أن تتماشى مع المحتوى المحلي مثل المفاهيم والمعتقدات والممارسات المحلية (انظر الأداة 10).</li><li>• غير الرسائل الخاصة بك لتتماشى مع احتياجات الناس مع تطور الاستجابة: للتعامل مع تزايد معرفة السكان وردود الفعل التي يقدمونها وكذلك نشر الشائعات والمعلومات الخاطئة في المنطقة.</li><li>• جرّب الرسائل الخاصة بك: يجب تجريب أية مواد أو رسائل جديدة مع المجتمع قبل توزيعها على نطاق واسع للتأكد من أنها مفهومة جيداً ولا تساهم في وقوع أي ارتباك أو حتى ضرر محتمل.</li><li>• جمع وحلل الشائعات وردود الفعل بانتظام: فهي خطوة تساهم في تشكيل الرسائل الخاصة بك وكذلك اتصالاتك (يرجى الرجوع إلى الأداة 15 أو التواصل مع المجتمعات المتضررة من الكوارث الجديدة: التعامل)؟</li><li>• درّب الموظفين والمتطوعين: لا يملك كل فرد القدرة على التواصل بطبيعته كما أن البعض يحتاج إلى المساعدة لبناء قدرتهم على التواصل والاستماع وجمع التعليقات والمهارات (يرجى الرجوع إلى الأداة 14).</li></ul>	<p>ما الذي يجب تذكره بخصوص المشاركة المجتمعية؟</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• صفحة المشاركة المجتمعية والخضوع للمساءلة: <a href="http://www.ifrc.org/CEA">www.ifrc.org/CEA</a> أدوات ونماذج ونصائح لتنفيذ مناهج وأنشطة التواصل <a href="http://www.ifrc.org/CEA">http://www.ifrc.org/CEA</a> مع المجتمع والمساءلة تجاهه</li><li>• وبصفة خاصة، يرجى الرجوع إلى الأداة 7 مع مزيداً من الإرشادات والأدوات حول كيفية تطوير خطة تنفيذ المشاركة المجتمعية والخضوع للمساءلة.</li><li>• كما يرجى الرجوع إلى المشاركة المجتمعية والخضوع للمساءلة <a href="http://FedNet.library">FedNet library</a> للمزيد من أدوات وموارد التدريب.</li></ul>	<p>أين يمكنني الحصول على مزيداً من المساعدة والنماذج والإرشادات، إلخ...؟</p>

## نصائح أساسية حول المشاركة المجتمعية

قد يزداد خوف الناس في الأزمات والحالات الطارئة على وجه الخصوص كما يمكن انتشار الشائعات بشكل أسرع. ولذلك فمن المهم أن نشرك الناس والمجتمعات في مناقشة الحلول واتخاذ إجراءات فعالة لحماية أنفسهم وعائلاتهم ومجتمعاتهم ويستجيبوا إلى المخاطر.

1. لا تخبر الأشخاص فقط بما يجب القيام به: يُعتبر النظر إلى المجتمع كخبراء أمراً أساسياً لمساعدتهم في الحد من المخاطر. إخطار الناس بما يجب عليهم القيام به، وبالرغم من أنه أمر علمي إلا أنه لا يوتي ثماره دائماً. إن إشراكهم في تواصل متبادل أمراً أكثر فاعلية من اتجاه المناقشة من أعلى إلى أقل، والانتقال من "لا تفعل" إلى "يمكننا بالمشاركة مع المجتمع" هو الحل.
2. امنح الأقران والقادة فرصة التحدث: يميل الناس إلى تولية المعلومات التي يحصلون عليها ممن يعرفونه ويتقنون فيه ويشعرون أنه مهتم برؤيتهم اهتمامهم. يعيش الناس ضمن سياقات اجتماعية وثقافية فريدة بالإضافة إلى علاقات ديناميكية ووجهة نظر خاصة حول المخاطر ولديهم مصادر موثوق فيها لطلب المشورة وكل هذا يؤثر في حال قبولهم النصيحة من عدمه.
3. انشر معلومات دقيقة فوراً: انشر فوراً معلومات حول وباء أو أي خطر آخر من شأنها أن يساعد على تخفيف المخاوف وتعزيز التدابير التي تحد من انتشاره.
4. عزز التوعية والإجراءات: عادةً ما يحتوي التواصل بشأن المخاطر ذات منحنى عملي وكذلك المشاركة المجتمعية على معلومات موجهة إلى المجتمعات، بما في ذلك:
  - a. أمر يجب اتباعه، على سبيل المثال: إن كنت مصاباً بالعدوى فتوجه لتلقي العلاج على الفور
  - b. سلوك يجب اتباعه، على سبيل المثال، اغسل يديك باستمرار لتجنب انتقال البكتيريا **يرجى الرجوع إلى مواد المحافظة على الصحة باستمرار**
  - c. استجابة يجب القيام بها، على سبيل المثال: الذهاب لتلقي العلاج واتباع الإرشادات حول مكان وزمان توفر الخدمات مثل: العلاج مجاني ومتوفر في المنشآت الصحية.
5. ضع مناهج المشاركة والتعقيبات: اسأل الناس عما يعرفونه ويحتاجونه وإشراكهم في تصميم الأنشطة وتنفيذها من شأنه أن يحسن من فاعلية التدخلات المجتمعية ويساعد على استدامة التغييرات التي نروج لها. من المهم أن تمنح الناس والمجتمعات فرصاً وأن تفتح لهم قنوات اتصال حتى يتسنى لهم طرح الأسئلة ومناقشة الأمور الباعثة على القلق.
6. اطلب الحصول على تعقيبات: قد تساعد التعقيبات الصليب الأحمر والهلال الأحمر على تشكيل عملية التواصل والجهود البرنامجية. فعلى سبيل المثال، إذا طرحت المجتمعات الكثير من الأسئلة حول خطورة مرض معين على الأطفال، فمن المهم التصدي لهذه المخاوف من خلال جميع أنشطة التوعية المجتمعية. تزودنا هذه التعليقات بنظام إنذار مبكر يسمح بحل المشكلات سريعاً قبل أن تدهور الأوضاع. ننحمل جمعية الصليب الأحمر والهلال الأحمر مسؤولية تلقي الشكاوى والرد عليها؛ حتى لو كنا لا نستطيع أن نرد على بعضها فالناس سيقدرون أننا استمعنا إليهم وأدركنا مشكلاتهم.
7. جرب المنهج الخاص بك: يهدف الاختبار التجريبي للرسائل والمواد التجريبية مع المجتمعات إلى التأكد من أن هذه الرسائل مفهومة ومقبولة وذات الصلة بالموضوع ومقنعة. وسيساعد هذا على منع انتشار المعلومات التي لا معنى لها أو التي قد تسبب ضرراً. وكما ينبغي أيضاً ملاحظة أن انتشار المعلومات انتشاراً يفوق الحد قد يترتب عليه آثار سلبية.
8. المساءلة أمام أولئك الذين يحتاجون مساعدة: تتمثل أحد الطرق المتبعة لتحقيق مسؤولية أكبر نحو المجتمعات التي نعمل معها في استخدام أسلوب أكثر منهجية وتناسقاً في التواصل مع المجتمعات التي تواجه أخطاراً والتصرف بناء على التعليقات التي نتلقاها منها، فعلى سبيل المثال قد لا يوافق الناس على بعض أنشطة المتطوعين أو يشكون منها.

9. إن تغيير قد يستغرق وقتاً: أخطر الناس بأن التوجه لتلقي العلاج عند ظهور أعراض المرض ليس أمراً كافياً في حالات تفشي الأوبئة، بل يحتاجوا إلى معرفة السبب وراء قيامهم بأشياء معينة وما هي المعوقات أمام الممارسات الأكثر أماناً وأن يكون تواصلنا معهم مرتكزاً على هذا التحليل. من المهم أن نحلل (إذا كان هناك بحثاً متوفراً) المعلومات حول معرفة الناس وسلوكياتهم وممارساتهم أو نجمعها وأن نوفر وسائل مبتكرة وجذابة لدعم برامج منع الكوارث والاستجابة لها.
10. بناء ثقة الناس في جمعية الصليب الأحمر والهلال الأحمر: يُعبر التواصل المفتوح والصادق عن الاحترام الذي يبني الثقة بين جمعية الصليب الأحمر والهلال الأحمر والمجتمعات.
11. يجب أن تكون صريحاً وصادقاً وتصرف في الوقت المناسب: تواصل مع الناس بوضوح وفي الوقت المناسب بما تعرفه عن هذا المرض أو ما لا تعرفه عنه وركز على التصرفات التي يمكن للناس والمجتمعات القيام بها للتعامل مع هذا المرض.
12. كن متابعاً لأخر الأخبار وأعمل مع الآخرين: قد تتغير المناهج والتوصيات والمعلومات كلما ازدادت معرفتنا عن الخطر. راجع بانتظام المعلومات التي تتلقاها من الوزارات أو المنظمات الأخرى مثل مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية ومنظمة الصحة العالمية ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف). ومن المهم أيضاً التأكد أن المعلومات التي تنشرها جمعية الصليب الأحمر والهلال الأحمر لا تتعارض مع معلومات الحكومة والشركاء إذ إن ذلك لا يؤدي إلا إلى المزيد من الارتباك وغياب الثقة من جانب المجتمعات.
13. يهتم الصليب الأحمر: بكم من السهل على الناس المتضررين من تفشي أحد الأوبئة أو الذين يعيشون في فقر مدقع تصور أن المجتمع قد نسيتهم. قد تكون استراتيجيات المشاركة المجتمعية فوائد نفسية هامة.
14. استخدم أساليب جديدة ومبتكرة للتواصل مع الأشخاص والمجتمعات: أدى الانفجار في إمكانية الحصول إلى الهواتف المحمولة والإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي إلى تغيير طريقة التواصل بين الناس. فلم يعد الاتصال يتم من الأعلى إلى الأقل ويمكن للناس التحدث علناً ومباشرة مع جمعية الصليب الأحمر أو عنها ويتوقع الجميع أن نستمع إليهم وأن نشركهم في جميع ما نفعله (يرجى الرجوع إلى [الأداة 8](#) للمزيد من النصائح حول قنوات الاتصال).

## الإقرارات

الشروط المتعلقة بوجود نسخة محدثة ومنقحة للتوعية العامة وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: نتجت الرسائل الأساسية من دروس تعلمناها من تطبيق النسخة الأولى من الرسائل الأساسية للتوعية وتنقيف العام للحد من الكوارث على عدد كبير من الأنشطة العالمية عن طريق شبكة الصليب الأحمر والهلال الأحمر والمركز العالمي للتأهب للكوارث ومنظمة أنقذوا الأطفال والمنظمات الدولية والمحلية الأخرى.

النسخة الحالية من التوعية العامة وتنقيف المجتمع للحد من مخاطر الكوارث: لقد طوّرت رسائل أساسية عملية موجهة إلى المنازل والمدارس من خلال استشارات موسعة مع خبراء مرموقين حول العالم في هذا الموضوع وفي مختلف فئات الأخطار لضمان وجود أساس سليم ومعترف به على نطاق واسع للحد من المخاطر العملية والقائمة على الأدلة وإعداد الرسائل. وتمت مراجعة هذه الرسائل الرئيسية على مدار ما يقرب من عامين لإدراج الرسائل المتعلقة بتغير المناخ بها ولمراعاة الفوارق الجنسانية والتعددية وإدماج الأمور المتعلقة بالناحية البيطرية. تُجمع المدخلات واسعة النطاق وتُنسّق من خلال مناقشات مستمرة مع الخبراء حول هذا الموضوع. وحتى لا تغفل عن شكر أي خبير أكاديمي أو منظمات دولية أو منظمات غير حكومية أو شبكات تقنية، فنرغب في التعبير عن امتناننا العام لكل من شارك في هذه النسخة الحديثة. كما نشكر أيضاً المحرر أردنا دوجال وخبير التصميم روب ويلسون.

أصبحت عملية المراجعة ممكنة من خلال الدعم المالي من جمعيتي الصليب الأحمر الفنلندية والنرويجية وكذلك مؤسسة أنقذوا الأطفال.

أكمل هذا المستند فريقاً أساسياً مكون من مارتين كروتماير (الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر) ومارلا بيتال (أنقذوا الأطفال) وبوني هاسكيل (المركز العالمي للتأهب للكوارث التابع للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر) وماريهوري ستوفرانكو (الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر).



**الاستقلال.** تُعتبر هذه الحركة مستقلة. يجب على الجمعيات الوطنية، بالرغم من تعاونها مع الحكومات في تقديم الخدمات الإنسانية وخضوعها للقوانين المطبقة في بلادها -أن تحافظ على استقلالها الذاتي حتى يتسنى لها التصرف وفقاً لمبادئ الحركة في جميع الأوقات.

**الخدمة التطوعية.** هي حركة إغاثة تطوعية لا تهدف إلى الربح بأي شكل من الأشكال.

**الوحدة** لا يمكن أن يكون هناك سوى جمعية واحدة للصليب الأحمر أو الهلال الأحمر في أي بلد واحد. ويجب أن تكون الجمعية مفتوحة للجميع. يجب أن تواصل عملها الإنساني في جميع أنحاء أراضيها.

**العالمية.** تُعتبر الحركة الدولية لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر والتي تتمتع فيها جميع المجتمعات بمكانة متساوية وتتقاسم مسؤوليات وواجبات متساوية في مساعدة بعضها البعض، عالمية.

**الإنسانية.** تسعى الحركة الدولية لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر -التي أسست نتيجة الرغبة في تقديم المساعدات إلى الجرحى داخل ساحة المعركة دون تمييز -بما تمتلكه من قدرات محلية ودولية -إلى منع معاناة الإنسان وتخفيفها أينما وجدت. فالغرض من عملها هو حماية الحياة والصحة وضمان احترام الإنسان. وهي تعزز مبادئ التفاهم المتبادل والصدقة والتعاون وتحقيق السلام الدائم بين الشعوب.

**النزاهة.** لا يفرض أي تمييز على نوع الجنس أو العرق أو المعتقدات الدينية أو الطبقة أو الآراء السياسية. حيث تسعى إلى تخفيف معاناة الأفراد وتسترشد فقط باحتياجاتهم وإعطاء الأولوية لحالات الضائقة الأكثر إلحاحاً.

**الحيادية.** من أجل التمتع بثقة الجميع، قد لا تتخذ للحركة أن جانباً في الأعمال العدائية أو تشارك في أي وقت في خلافات ذات طابع سياسي أو عنصري أو ديني أو أيديولوجي.

الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر.  
والهلال الأحمر © -جينييف 2018

يمكن نسخ هذه الدراسة بأكملها أو جزء منها للاستفادة منها في أغراض غير التجارية بشرط ذكر المصدر، كما يُقدر الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر معرفة تفاصيل استخدامها. ينبغي توجيه طلبات النسخ التجاري مباشرة إلى الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر على [secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org).

لا تعبر الآراء والتوصيات المذكورة في هذه الدراسة بالضرورة عن السياسة الرسمية للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر أو جمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر الوطنية الفردية. ولا تنطوي التسميات والخرائط المستخدمة فيها على التعبير عن أي رأي من جانب الاتحاد الدولي أو الجمعيات الوطنية بشأن الوضع القانوني لأية دولة أو سلطاتها. يمتلك الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر حقوق الملكية الفكرية لكافة الصور المستخدمة في هذه الدراسة، ما لم يُذكر خلاف ذلك.

ص.ب.: 303  
CH-1211 Geneva  
19 Switzerland  
هاتف:  
+41 22 730 4222  
فاكس:  
+41 22 733 0395  
بريد إلكتروني:  
[secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org)  
موقع إلكتروني:  
[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

تابعنا على:

