

”في حال وقوع الأزمة أو نشبت الحرب“

نحن نعيش في عالم مضطرب، والتصدي للتهديدات يتطلب منا جميعاً التضامن وتحمل المسؤولية عن بلدنا. أنت جزء مهم من الاستعدادات، وقدرتنا على المقاومة تبدأ بوعيك واستعدادك الشخصي.

أولاً: أنظمة التحذير والاصفارات

عند سماع إشارات واصفارات الإنذار، يجب التصرف وفقاً لنوع الإشارة:
إنذار الإشعاعات والكيماويات:

- الإجراء: احتّم بالداخل، أغلق النوافذ والأبواب ونظام التهوية (التكييف)، واستمع لإذاعة.
- إنذار الغارات الجوية:
- الإجراء: توجه فوراً إلى أقرب مخبأ، سرداب، أو مكان آمن.
- صافرة زوال الخطر:
- الإجراء: يمكنك مغادرة المخبأ ومساعدة الآخرين.

ثانياً: الاستعدادات المنزلية (خطة الاسبوعين)

يجب أن تكون قادراً على الاعتماد على نفسك لمدة أسبوع على الأقل في حال انقطاع الخدمات.

الماء والغذاء

- توفير 3 لترات ماء على الأقل لكل فرد يومياً للشرب والطهي.
- تخزين مياه معبأة في مكان بارد ومظلم واستبدالها عند الضرورة.
- توفير أطعمة تدوم طويلاً ولا تحتاج لتبريد أو طبخ، مثل المعلبات، التمر، الحبوب، والبسكويت.

الطاقة والاتصالات

- راديو يعمل بالبطاريات أو الشحن اليدوي لمتابعة التعليمات الرسمية.
- شواحن متنقلة (Power Banks) وكشافات يدوية مع بطاريات إضافية.
- مبالغ نقدية (كاش) بفئات مختلفة، تحسباً لتعطّل أنظمة الدفع الرقمية.

الصحة والاحتياجات الخاصة

- صيدلية منزلية ومعدات إسعافات أولية.
- مخزون من الأدوية الضرورية يكفي لمدة شهر على الأقل.
- توفير احتياجات الأطفال (حليب، حفاظات) والحيوانات الأليفة (علف، ماء).

ثالثاً: الدفاع النفسي والأمن الرقمي

- حارب الإشاعات: القوى الخارجية قد تنتشر الأكاذيب لبث الشك والقلق.
- تحقق من المصدر: لا تنتشر معلومات إلا إذا كانت من مصادر حكومية موثوقة.
- الأمان التقني: اختر كلمات سر معقدة، ولا تضغط على الروابط المجهولة، واحتفظ بنسخ احتياطية من بياناتك الهامة.

رابعاً: في حالات الطوارئ القصوى

- الإخلاء: إذا صدر أمر بالإخلاء، اصطحب معك أوراقك الثبوتية، نقودك، دواءك، وملابس مناسبة.
- إيقاف النزيف: الضغط المباشر على الجرح بقوة وبذراعين ممدودتين حتى وصول الإسعاف.
- ذوي الاحتياجات الخاصة: يجب وضع خطة مسبقة مع الأصدقاء أو الجيران وتوفير مخزون دواء يكفي لشهر على الأقل.
- الحيوانات الأليفة: أنت مسؤول عن حيوانك؛ جهز له الماء والعلف لما يكفي أسبوعاً.

أرقام الطوارئ المركزية:

 الكويت

• 112 (رقم الطوارئ الموحد: شرطة + إسعاف + إطفاء)

 الإمارات

• 999 (شرطة)

• 998 (إسعاف)

 السعودية

• 911 (مكة، الرياض، الشرقية)

• 999 (شرطة) / 997 (إسعاف)

 قطر -  عمان -  البحرين

• 999 (طوارئ موحد)

الأردن 🇯🇴	العراق 🇮🇶
911 (طوارئ موحد)	104 (شرطة)
	122 (إسعاف)
سوريا 🇸🇾	لبنان 🇱🇧
112 (شرطة)	112 (شرطة)
110 (إسعاف)	140 (إسعاف الصليب الأحمر)
مصر 🇪🇬	فلسطين 🇵🇸
122 (شرطة)	100 (شرطة)
123 (إسعاف)	101 (إسعاف)
ليبيا 🇱🇮	السودان 🇸🇩
1515 (شرطة)	999 (شرطة)
193 (إسعاف)	333 (إسعاف)
الجزائر 🇩🇿	تونس 🇹🇺
1548 (شرطة)	197 (شرطة)
14 (إسعاف / حماية مدنية)	190 (إسعاف)
موريتانيا 🇲🇷	المغرب 🇲🇦
117 (شرطة)	19 (شرطة)
101 (إسعاف)	150 (إسعاف)
الصومال 🇸🇴	جيبوتي 🇯🇮
888 (شرطة)	17 (شرطة)
999 (إسعاف)	19 (إسعاف)
	جزر القمر 🇲🇵
	17 (شرطة)
	772-03-73 (إسعاف)

ملاحظات إضافية: ▲

- رقم الطوارئ الموحد: يعني أن الرقم يربطك بغرفة عمليات مشتركة (شرطة، إسعاف، إطفاء).
- في حالات الأزمات: يُنصح دائماً بمتابعة الحسابات الرسمية لوزارات الداخلية والصحة في بلدك للحصول على أي أرقام طوارئ مستحدثة أو مخصصة للأزمات الكبرى