



اگر بحران یا جنگ بوقوع پیوند





به باشنده های سویدن

این جزوه بنابر دستور دولت به همه خانواده ها در سویدن فرستاده میشود. اداره محافظت از جامعه و آمادگی (MSB) مسئول محتوا (این جزوه) میباشد. این جزوه ما را کمک خواهد کرد تا در برابر همه چیز، از حادثه های جدی، هوای غیر عادی و حملات کمپیوتری گرفته تا اختلافات نظامی، بهتر آماده شویم.

ممکن تعدادی زیادی از افراد در برابر یک جهان بی ثبات احساس نگرانی کنند. حتی اگر سویدن در مقایسه با تعدادی زیادی از کشورهای دیگر مصئون تر میباشد، اما با وجود آن در برابر امنیت و استقلال ما تهدید وجود دارد. صلح، آزادی و دموکراسی ارزش های اند که ما باید همه روزه آنها را محافظت و تقویت نماییم.

ادارات، شورا های ولایتی (landsting) و حوزه ها، شهرداری ها، شرکتها و سازمان ها برای کارکرد جامعه مسئول میباشدند. اما مسئولیت امنیت و مصئونیت کشور ما وظیفه مشترک همه افرادی است که در اینجا زندگی میکنند. یکی از مهمترین امکانات ما در زمانی که چیزی ما را تهدید میکند، اراده ما برای کمک نمودن یکدیگر میباشد.

در صورتی که شما آماده باشید، میتوانید کمک کنید تا همه کشور بتواند از عهده فشار های جدی بدر آید.

این جزوه را نگهداری کنید!

فهرست مطالب

آمادگی در برابر بحران

آمادگی شما برای بحران	۵
معلومات جعلی	۶
در هنگام حملات تروریستی	۷
راهنمایی برای آمادگی	۱۰

مجموعه دفاع نظامی و غیر نظامی کشور

دفاع سویدن	۸
حمله بالای سویدن	۱۲
حالت اضطراری	۱۳

سیستم هشداردهی

طلاعه های مهم به همه مردم	۱۴
زنگ خطر برای آمادگی	۱۶
پناهگاه	۱۷

این جزوه به زبان های مختلف برای داونلود نمودن در وب سایت dinsakerhet.se موجود میباشد

سوال ها و جواب ها در مورد این جزوه در وب سایت dinsakerhet.se موجود میباشد.



شکل گرافیک و تولید: Kreab AB
تصاویر: اروید ستین Arvid Steen
چاپ: Stibo Graphic A/S
شماره چاپ: MSB 1213
2018 maj - ISBN: 978-91-7383-835-1

«اداره آمادگی و محافظت از جامعه» یا MSB یک اداره دولتی است که با جلوگیری و اداره نمودن حادثه ها و بحران ها میخواهد تا جامعه بهبود یابد. ما در هنگام وقوع یک حادثه جدی یا بحران به افراد مسئول حمایت عرضه میداریم.

اداره آمادگی و محافظت از جامعه

Swedish Civil Contingencies Agency (MSB)
Karlstad 81 651
www.msb.se

هرگاه زندگی روزمره شما درهم و برهم شود، چی خواهید کرد؟

یک بحران میتواند باعث شود تا جامعه آن طوری که ما عادت داریم، کار نکند. تغییر در آب و هوا میتواند باعث گردد تا سیلاب ها و آتش سوزی در جنگلات بیشتر معمول گردد. حادثات در اطراف ما میتواند باعث کمبود برخی مواد غذایی شود. اختلالات در شبکه های مهم کمپیوتری میتواند بالای شبکه تامین برق تاثیر بگذارد. زندگی روزمره صرفاً بعد از یک زمان کوتاه میتواند دشوار گردد:

- گرما (سیستم گرم کردن منزل) از بین میرود.
- پختن و نگهداری غذا دشوار میگردد.
- غذا (مواد غذایی) و دیگر اشیا میتواند در فروشگاه ها تمام شود.
- در شیردهن یا تشناب هیچ آب نمی آید.
- آب را نمی توان ذخیره کرد.
- کارت پرداخت Betalkort، بانک های خودپرداز bankomater از فعالیت می ماند.
- شبکه های تلفون موبایل و شبکه انترنیت کار نمی کند.
- وسایل نقلیه عمومی و دیگر وسایل ترانسپورتی از حرکت می افتند.
- دستیابی به دوا و وسایل طبی مشکل میگردد.

فکر کنید که شما و اطرفیان تان با چنین یک حالتی که خدمات و کمک های معمولی جامعه به طور عادی کار نمی کند، چگونه مقابله خواهید کرد.



آمادگی شما برای بحران

شهرداری (کمون) شما حتی در هنگام یک بحران اجتماعی نیز مسئولیت دارد تا از جمله خدمات مراقبتی از سالمندان، شبکه آبرسانی، خدمات نجات (räddningstjänst) و مکاتب فعالیت نمایند. شما به عنوان یک فرد عادی نیز دارای مسئولیت میباشید. با آمادگی درست میتوانید با شرایط دشوار، بدون در نظر داشت علت آن، به یک شکل بهتر مقابله نمایید.

در هنگام یک بحران اجتماعی کمک ها در گام نخست به افرادی ارائه میگردد که بیشترین نیاز را به آنها دارند. اکثریت باید این آمادگی را داشته باشند که بتوانند برای مدتی خودکفا باشند. هر قدر که شما آمادگی بهتر داشته باشید، بیشتر این امکان را دارید که بتوانید دیگر افرادی که دارای عین شرایط نمی باشند را نیز کمک کنید.

داشتن آب، غذا و گرما و همچنان توانایی بدست آوردن معلومات از ادارات و رسانه ها، از مهمترین هاست. شما همچنان نیاز دارید تا بتوانید با نزدیکان تان نیز در تماس شوید. در صفحه های ۱۰ و ۱۱ فهرست های یادمانی با مواد غذایی و اشیای که داشتن آنها در منزل میتواند مهم باشد، وجود دارد.

در مورد آن خطر های در اطراف تان که میتواند شما را متاثر سازد، فکر کنید. آیا در یک محلی زندگی میکنید که در برابر برفکوج یا لغزش سنگ از کوه و یا هم سیل حساس میباشد؟ آیا در نزدیکی محل سکونت تان صنایع خطرناک و یا چیزی دیگری وجود دارد که دانستن در مورد آن برای تان مهم باشد؟



در هنگام حملات تروریستی

حملات تروریستی میتواند متوجه یک شخص خاص یا گروه از افراد، همه مردم و یا هم کارکرد های مهم اجتماعی مانند تامین نیروی برق و یا سیستم حمل و نقل باشد. هر چند یک حمله تروریستی میتواند به اشکال مختلف و به جا های مختلف انجام داده شود، ولی با آنهم برخی راهنمایی های وجود دارد که میتواند در اکثر حالات اعتبار داشته باشد:

- خود را در جای امنی قرار داده و از (بودن با) جمع مردم پرهیز کنید.
- اگر چیزی مهمی را مشاهده میکنید از طریق شماره ۱۱۲ به پولیس اطلاع بدهید.
- به افرادی که در معرض خطر قرار دارند هوشدار داده و به انهایی که نیازمند اند، کمک کنید.
- تلفون موبایل خود را در حالت (بیصدایی) قرار داده و برای فردی که ممکن در زون خطر قرار داشته باشد، زنگ نزنید. زنگ تلفون موبایل میتواند یک شخصی که خودش را مخفی میکند، افشا سازد.
- تا مجبور نباشید از تلفون موبایل زنگ نزنید. هرگاه شبکه تلفون اضافه بار شود انجام یافتن مکالمه های تلفونی خیلی مهم، میتواند دشوار گردد.
- درخواست های پولیس، خدمات نجات (räddningstjänsten) و ادارات را پیروی نمایید.
- معلومات تایید نشده را از طریق انترنیت و یا از دیگر طریق با دیگران شریک نسازید.



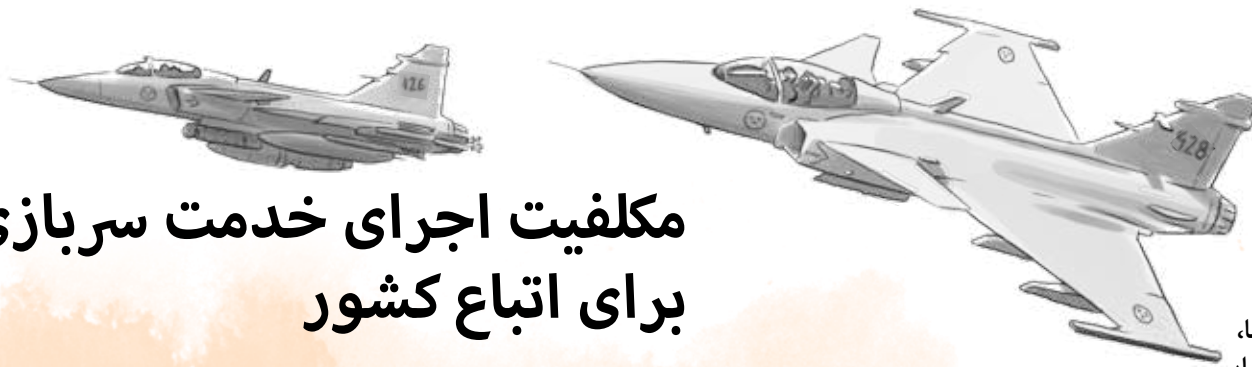
در برابر معلومات جعلی هوشیار باشید

حتی امروز نیز دولت ها و سازمان ها در جهت تلاش برای تاثیر گذاری روی ارزش های ما و چگونگی عملکرد ما، از معلومات گمراه کننده استفاده می نمایند. هدف این کار میتواند کاهش توانایی ما برای مقاومت و اراده برای دفاع باشد.

بهترین مدافعه در برابر معلومات نادرست و تبلیغات خصمانه نقد نمودن منابع معلومات است:

- آیا این حقیقت است یا نظریات؟
- هدف از این معلومات چیست؟
- فرستنده آن کیست؟
- آیا منبع (معلومات) قابل اعتماد است؟
- آیا این معلومات در کدام جایی دیگری نیز وجود دارد؟
- آیا این معلومات تازه است یا کهنه و چرا این معلومات فقط حالا موجود میباشد؟

- معلومات را جستجو کنید هرگاه شما آگاهی داشته باشید میتوانید به بهترین شکل در برابر معلومات و تبلیغات نادرست مقابله کنید.
- به شایعات باور نداشته باشید برای این که درست بودن معلومات را بدانید، از چندین منبع قابل اعتماد استفاده نمایید.
- شایعات را پخش نکنید اگر معلومات، قابل اعتماد به نظر نمی رسد، آن را پخش نکنید.



مکلفیت اجرای خدمت سربازی برای اتباع کشور

در سویدن (مکلفیت اجرای خدمت سربازی برای اتباع کشور اعتبار دارد. به این معنی که همه افرادی ساکن در اینجا که بین ۱۶ و ۷۰ سال عمر دارند، میتوانند در هنگام جنگ و یا خطر جنگ برای کمک به اشکال مختلف فراخوانده شوند. همه دارای یک مکلفیت برای کمک نمودن بوده و به همه نیاز میباشد. مکلفیت اجرای خدمت سربازی برای اتباع کشور به سه نوع میباشد:

- خدمت سربازی در قوای مسلح.
- مکلفیت اتباع کشور برای سهمگیری در دفاع غیرنظامی در چهارچوب فعالیت های که دولت در مورد آن تصمیم میگیرد.
- تعهد خدمات همگانی به این معنی است که شخص در آن بخش های خدمت میکند که باید حتی در جریان جنگ و یا خطر جنگ نیز باید فعال باشند. به این معنی که شما شغل معمولی تان را ادامه میدهید، در یک سازمان رضاکار کار میکنید و یا هم از اداره کاریابی (Arbetsförmedlingen) به شما وظیفه اجرای کار های سپرده میشود که برای مجموعه دفاع نظامی و غیرنظامی از اهمیت خاص برخوردار میباشد.

افرادی مکلف به اجرای دفاع نظامی و غیرنظامی میتوانند در جنگ جابجا ساخته شوند. اگر شما در جنگ جابجا ساخته شوید، دستور در مورد جابجایی در جنگ یا دیگر تصمیمات را در این مورد، از کارفرما خود بدست میآورید.

آمادگی ها برای جنگ و خطر جنگ در جریان سالیان متمادی در سویدن خیلی محدود بوده است. در عوض ادارات و شهرداری ها (کمون ها) برای تقویت آمادگی ها برای بحران ها در هنگام صلح، مانند سیلاب ها و حملات کمپیوتری، سرمایه گذاری نموده اند. اما موازی با تغییرات در جهان دولت نیز تصمیم گرفته است تا مجموعه دفاع نظامی و غیرنظامی را تقویت نماید. به همین دلیل برنامه ریزی برای دفاع غیرنظامی سویدن باید از سر گرفته شود. توسعه مجدد همه بخش ها وقت را در بر خواهد گرفت. در عین زمان آمادگی برای بحران ها در زمان صلح، اساس مهمی است برای نیروی مقاومت ما در هنگام جنگ.

این توسعه را در
اینجا تعقیب نمایید
dinsakerhet.se

نیرو های دفاعی سویدن

دفاع منسجم سویدن (Sveriges samlade försvar) باید از کشور، آزادی ما و حق زندگی مطابق میل خود ما، مدافعه و محافظت نمایند. هرگاه سویدن مورد تهدید قرار بگیرد، همه ما دارای یک وظیفه میباشیم.

مجموعه دفاع نظامی و غیر نظامی

مجموعه دفاع نظامی و غیر نظامی به همه فعالیت های گفته میشود که برای آماده ساختن سویدن برای جنگ، به آن نیاز میباشد. مجموعه دفاع نظامی و غیر نظامی از دفاع نظامی و دفاع غیرنظامی تشکیل شده است.

دفاع نظامی

دفاع نظامی متشکل است از قوای مسلح به شمول (سازمان دفاع غیرنظامی) یا برعلاوه یک تعداد ادارات دیگر که وظیفه اصلی شان حمایت نمودن مدافعه نظامی میباشد. قوای مسلح از سرزمین و سرحدات ما دفاع میکنند.

دفاع غیرنظامی

دفاع غیرنظامی ارتباط میگیرد به همه نیرو های مقاومت جامعه در هنگام جنگ و خطر جنگ. دفاع غیرنظامی فعالیتی است که توسط ادارات دولتی، شهرداری ها (کمون ها)، شورا های ولایتی و شرکت های خصوصی و سازمان های رضاکار اجرا میگردد. این کار به هدف محافظت از غیرنظامیان و به طور مثال کارکرد درست بخش مراقبت های صحنی و حمل و نقل در هنگام جنگ و یا خطر جنگ، صورت میگیرد. دفاع غیرنظامی نیز باید در هنگام جنگ یا خطر جنگ بتواند قوای مسلح را حمایت نماید.



راهنمایی برای آمادگی شما در منزل

شرایط و نیازمندی ها متفاوت میباشد، به طور مثال اینکه شما در روستا زندگی میکنید و یا در یک منطقه مسکونی پُر جمعیت، در خانه زندگی میکنید و یا در آپارتمان. در اینجا شما راهنمایی های همگانی را برای آمادگی منزل تان بدست می آورید.

آنچه برای شما و نزدیکان تان درست مناسب است را استفاده نمایید. لطفاً در مورد برخی چیز ها با هم یکجا شوید و از یکدیگر قرض/به امانت بگیرید.

غذا

مهم است تا در منزل غذای اضافی، که بتواند به قدر کافی انرژی بدهد، داشته باشید. از غذا های که قابل نگهداری بوده و میتواند سریع پخته شود، مقدار کمی آب را می طلبد و یا نیازی به پخت و پز ندارد، استفاده نمایید.

- ☐ کچالو، کرم، زردک و تخم مرغ
- ☐ نان خشکی که برای مدتی زیاد قابل نگهداری باشد، به طور مثال (تورتیلا) (tortilla)، نان خشک سخت یا قاق، بیسکیت و نان سخاری (skorpor)
- ☐ پنیر نرم، (messmör) و دیگر غذای که روی نان مالیده میشود (pålägg) که در داخل تیوب باشد
- ☐ نوشابه جو (havredryck)، شیر سویا (sojadryck) و پودر شیر خشک
- ☐ روغن، پنیر سخت
- ☐ مکرونی زود پز، برنج، بلغور (gryn)، پودر کچالو خمیر مانند (potatismospulver)
- ☐ دال، لوبیا، سبزیجات، حُموس (hummus)
- ☐ پخته شده در قوطی ها
- ☐ بادنجان رومی خورد شده. به طور مثال برای پختن مکرونی در آن
- ☐ کنسرو ها با سُس بادنجان رومی، ماهی های مارکیل (makrill)، ساردین (sardiner)، روی یولی (ravioli) که یک نوع غذای ایتالوی شبیه آشک است، کوفته ماهی لکس (laxbullar)، گوشت جوشانده، سوپ ها
- ☐ کریم میوه (fruktkräm)، مربا
- ☐ سوپ آماده شده (blåbär) و میوه گل زر (nypon) جوس یا دیگر نوشابه های که قابل نگهداری در درجه حرارت اتاق باشد

آب

آب پاک آشامیدنی برای زنده ماندن حتمی است. برای هر فرد بزرگسال حد اقل سه لیتر آب را در روز، محاسبه نمایید. اگر در مورد کیفیت (آب) مطمئن نمی باشید، ضرورت دارید تا آب را بجوشانید.

اگر تشناب (سیتم فاضلاب) کار نمی کند میتوانید خریطه های مقاوم پلاستیکی و یا هم بوجی (گونی) های پلاستیکی را در کمود جابجا نمایید. حفظ الصحه خوب دست ها برای جلوگیری از سرایت میکروب ها مهم میباشد.

- ☐ بوتل ها
- ☐ سطل های سرپوش دار
- ☐ بوتل های پلاستیکی (PET-flaskor) برای یخ زدن آب در آنها (بوتل را تا آخر پُر نکنید، زیرا ترک بر میدارد)
- ☐ آب معدنی
- ☐ گلینه ها، ترجیحاً که در بالا دارای شیردهن باشد، برای آوردن آب در آنها شما همچنان میتوانید چند دانه گلینه، پُر شده با آب پاک را به طور ذخیره داشته باشید. آنها باید در جای تاریک و سرد گذاشته شوند.

در مورد آمادگی در منزل در سایت ذیل بیشتر بخوانید
dinsäkerhet.se

- ☐ قهوه، چای، چاکلیت انرژی زا، عسل، بادام، فندق (nötter)، روغن فندق، تخم یا خسته (مانند تخم گل آفتاب پرست)

ارتباطات

اگر جریان برق در یک فصل سرد زمستان قطع شود در آن صورت مسکن/خانه بطور سریع سرد خواهد شد. در یک اتاق جمع شوید، کمپل ها را در مقابل کلکین ها ببندید، زمین را با قالین ها بپوشانید و یک در زیر یک میز، صندلی بسازید تا حرارت حفظ شود. مواظب خطر حریق باشید. همه چراغ ها یا منقل ها و اجاق ها را قبل از خوابیدن خاموش نمایید. به منظور حاصل نمودن اکسیجن، به طور منظم هوای اتاق را تبدیل کنید.

- ☐ لباس های پشمی
- ☐ لباس های گرم و لباس های که بدن در مقابل آن حساسیت نداشته باشد، برای بیرون از منزل
- ☐ کلاه ها، دستکش ها و دستمال های گردن
- ☐ کمپل ها
- ☐ توشک
- ☐ کیسه های خواب (sovsäckar)
- ☐ شمع ها
- ☐ شمع های کوچک داخل محفظه های المونیمی که هم برای گرم ساختن و هم برای روشنایی به کار برده میشوند.
- ☐ گوگرد یا (لایتر) (braständare)
- ☐ منابع دیگر حرارتی به طور مثال بخاری گازی، مرکز گرمی/بخاری تیلی (fotogendrivna element)

متباق

- ☐ اجاق (اشتوپ) های الکولی یا تیلی
- ☐ چراغ دستی، چراغ های تسمه دار که روی پیشانی قرار میگیرد (pannlampa)

گرم

در هنگام یک حادثه مهم نیاز دارید تا بتوانید معلومات مهم از ادارات را بدست آورید، مقدم بر همه از طریق شبکه ۴ رادیو سویدن (Sveriges Radio P4). شما همچنان نیاز دارید تا گزارشات رسانه ها را تعقیب نمایید، با اقارب و دوستان تماس داشته باشید و در شرایط بحرانی بتوانید با بخش های خدمات نجات (räddningstjänst)، مراقبت های صحی یا پولیس تماس بگیرید.

- ☐ رادیو های که با بطری، سلول های آفتابی (solceller) یا هندل کار میکنند
- ☐ رادیو موتور
- ☐ یک فهرست کاغذی شماره های تلیفون
- ☐ بطری ها/چارچ کننده های بطری (power bank) اضافی، از جمله برای تلیفون موبایل
- ☐ چارچ کننده تلیفون موبایل برای استفاده در موتور.

- ☐ بالتی ها یا بطری ها
- ☐ پول نقد دارای ارزش کم
- ☐ صندوقه دوا که در منزل دارید و دوا ی اضافی
- ☐ دستمال های مرطوب
- ☐ الکول برای ضد عفونی ساختن دست ها
- ☐ دایپر (handsprit) و کونکس (mensskydd)
- ☐ نسخه چاپی کاغذی مثلاً اسناد بیمه، اطلاعات بانکی و سند ملکیت موتور/جوازسیر
- ☐ مواد سوخت در تانکر (موتور)



حالت اضطرار

به دلیل تقویت امکانات سویدن برای دفاع از خود، دولت میتواند در مورد حالت اضطرار تصمیم بگیرد. در حالت اضطرار در کنار قوانینی که در زمان صلح اعتبار دارد، قوانین دیگری نیز میتواند به کار برده شود. به طور مثال دولت میتواند مسئولیت آن املاک شخصی که برای مجموعه دفاع نظامی و غیرنظامی کشور دارای اهمیت خاص میباشد را به عهده بگیرد.

در حالت اضطرار باید همه جامعه برای مقابله با مهاجم نیروی خود را منسجم ساخته و مراقب فعال بودن آنچه که مهم است، باشند. شما ممکن در حالت اضطرار برای کمک نمودن به اشکال مختلف، فرا خوانده شوید.

معلومات در مورد حالت اضطرار را از طریق رادیو و تلویزیون بدست می آورید. شبکه ۴ رادیو سویدن کانال (رادیویی) حالت اضطرار میباشد.



اگر بالای سویدن حمله شود نیروی مقاومت مطالبه میگردد

ما باید بتوانیم در برابر حملات مختلف بالای کشور ما ایستادگی نماییم. حتی امروز نیز بالای شبکه های مهم کمپیوتری حملاتی صورت گرفته و تلاش میگردد تا با معلومات نادرست ما را متاثر بسازند. همچنان معضلات در اطراف ما نیز بالای ما تاثیر میگذارد. حملات احتمالی میتواند این ها باشد:

- حملات سایبری/حملات اینترنتی که شبکه های مهم کمپیوتری را فلج میسازد.
- سبوتاژ زیربنا ها (به طور مثال راه ها، پل ها، میدان های هوایی، راه های آهن، کیبل های برق رسانی و نیروگاه اتومی).
- حملات تروریستی که به تعداد زیادی انسان ها و یا فعالیت های مهم آسیب میرساند.
- تلاش برای تاثیرگذاری روی افراد تصمیم گیرنده در سویدن و یا باشندگان آن.
- قطع جریان انتقالات که باعث کمبود مواد غذایی و دیگر اشیا میگردد.
- حملات نظامی، به طور مثال حملات هوایی، حملات رباتی (robotattacker) و یا دیگر اقدامات جنگی.

اگر سویدن توسط یک کشور دیگر مورد حمله قرار بگیرد، ما هرگز تسلیم نخواهیم شد. همه اطلاعات در این مورد که مقاومت باید پایان یابد، دروغ میباشد.

سیستم هشدار دهی

اطلاعیه های مهم برای همه مردم

سیستم هشداردهی و اطلاع رسانی VMA یا یعنی (اطلاعیه های مهم برای همه مردم) در شرایط بحرانی به کار گرفته میشود، به طور مثال در صورت انتشار مواد خطرناک، آتش سوزی ها با احتمال انفجار، آتش سوزی جنگلات و دیگر فاجعه های طبیعی.

اطلاعیه های مهم برای همه مردم، مقدم بر همه از طریق شبکه های رادیویی سوئدن، شبکه های تلویزیونی سوئدن و به شکل متن در تلویزیون سوئدن (SVT Text) پخش میگردد. VMA (اطلاعیه های مهم برای همه مردم) همچنان میتواند به شکل اس ام اس نیز به تلفون های موبایل، در یک منطقه خاص فرستاده شود.



هشدار بیرون از منزل

در موارد نادر از هشدار بیرون از منزل ("Hesa Fredrik") استفاده صورت میگیرد. تاسیسات برای هشدار بیرون از منزل در اکثریت مناطق بزرگ در اطراف تاسیسات اتمی سوئدن، موجود میباشد.

در صورتی که شما این زیگنال را بشنوید: به داخل منزل بروید، کلکین ها، دروازه ها و هواکش ها را بسته کرده به شبکه ۴ رادیو سوئدن (Sveriges Radio P4) که وظیفه دارد تا به جامعه معلومات بدهد، گوش بدهید.

سیستم هشداردهی برای خارج از منزل، به ساعت ۱۵:۰۰ نخستین روز دوشنبه، که تعطیل نباشد، در ماه های مارچ، جون، سپتمبر و دسمبر آزمایش میگردد.





زنگ خطر برای آمادگی

زیگنال ۳۰ ثانیه وقفه ۱۵ ثانیه



زنگ خطر برای حمله هوایی

زیگنال با ضربات کوتاه در جریان ۱ دقیقه



پایان یافتن خطر

زیگنال بدون وقفه برای ۳۰ ثانیه



پناهگاه و دیگر جا های محفوظ



زنگ خطر برای آمادگیو زنگ خطر برای حملات هوایی



پناهگاه ها باید در حالت جنگ به مردم پناه بدهد. همه پناهگاه ها و ساختمان های دارای پناهگاه، با لوحه ها مشخص ساخته شده است. شما مربوط کدام پناهگاه خاص نمیشود بلکه میتوانید از نزدیکترین پناهگاه استفاده نمایید.

از موقعیت نزدیکترین پناهگاه در محل سکونت خود و همچنان در محلی که از طرف روز در آنجا قرار دارید، خود را آگاه سازید. در هنگام حمله هوایی باید شما به صورت فوری به یک پناهگاه و یا یک محل محفوظ دیگر مانند تهکو (زیر زمینی)، تونل یا ایستگاه مترو بروید.



زنگ خطر برای آمادگی شیوه است برای اطلاع رسانی به یک محل در مورد موجودیت خطر فوری برای جنگ، یا این که کشور در حالت جنگ قرار دارد.

اگر شما این زیگنال یا زنگ خطر را می شنوید باید فوراً به داخل منزل رفته و به شبکه ۴ رادیوی سوئدن (Sveriges Radio P4) گوش بدهید. برای این که بتوانید مسکن تان را با مهمترین چیز ها مانند لباس های گرم، چیزی برای خوردن و نوشیدن و اسناد هویت ترک بگویید، خود را آماده بسازید. اگر شما در جبهه جنگ جاگزین ساخته شده اید باید فوراً به محلی که در مورد آن اطلاع بدست آورده اید، رهسپار شوید.

زنگ خطر برای حمله هوایی به این معنی است که شما باید به صورت عاجل در جستجوی یافتن یک محل امن باشید، مثلاً یک پناهگاه یا یک "تهکو" یا زیرزمینی در همان ساختمانی که در آن قرار دارید.

اشکال جدید برای هشداردهی مردم میتواند به کارگرفته شود.

از طریق وب
سایت ذیل خود
را آگاه نگهدارید
dinsäkerhet.se

بیاموزید!

ارائه نمودن کمک های اولیه را بیاموزید. آگاهی شما میتواند زندگی را نجات بدهد. اگر شما در هنگام یک حادثه یا یک واقعه خطرناک دیگر، نخستین شخصی هستید که به محل میرسید، به شماره ۱۱۲ به مرکز تقاضای کمک های فوری (SOS Alarm) زنگ بزنید. حتی اگر شما در کارت از قبل پرداخت شده تلفون تان پول هم نداشته باشید و یا تلفون تان دارای "سیم کارت" SIM-kort هم نباشد، باز هم میتوانید به شماره ۱۱۲ زنگ بزنید. مرکز تقاضای کمک های فوری (SOS Alarm) میتواند در این مورد که شما چگونه در محل حادثه عمل نمایید، راهنمایی نماید.

مشارکت داشته باشید!

تعدادی زیادی از سازمان های غیرانتفاعی و انجمن های مذهبی اقدامات موثری را برای امنیت و آمادگی مشترک ما انجام میدهند. سازمان های دفاعی رضاکار در داخل مجموعه دفاع نظامی و غیرنظامی دارای وظایف خاص بوده و کورس ها و تعلیمات را عرضه میدارند. آنها در هنگام بحران ها و حالت اضطرار از جمله با نشر معلومات مهم به مردم کمک میکنند.

به شما نیاز بوده، خدمات و اقدامات شما باعث ایجاد تفاوت میشود!



در وب سایت
ذیل بیشتر بخوانید
dinsäkerhet.se

یادداشت های مهم

نمرات مهم تلفون، آدرس ها و {۳} نزدیکترین پناهگاه یا دیگر محل امن را یادداشت نمایید.

این جزوه به ما کمک خواهد نمود تا برای همه از حادثات جدی، آب و هوا غیرعادی و حملات کمپیوتری گرفته تا معضلات نظامی، بهتر آماده شویم. لطفاً در مورد محتوای این جزوه با دیگر افراد در اطراف تان صحبت نمایید.

شماره های مهم تلفون و وب سایت ها

۱۱۲

در حالت های عاجل که تقاضای عاجل کمک از امبولانس،
اطفاییه یا پولیس را می نماید.

۱۳ ۱۱۳

برای دادن و بدست آوردن معلومات در هنگام حادثات عاجل یا
اوضاع بحرانی.

۱۴ ۱۱۴

همه قضایای پولیس که به جرایم و یا حوادث جاری ارتباط نمیگیرد.

۱۱۷۷

راهنمایی های درمانی

Dinsäkerhet.se

معلومات عمیق در مورد محتوای این جزوه .

Krisinformation.se

معلومات منسجم از ادارات سویدن در هنگام بحران.