

الفصل الرابع - خطط الإخلاء والتواصل العائلي

--> NOTE: The opening story below is written in Palestinian dialect as requested, to provide a human touch
<--

قصة افتتاحية: ليلة الإخلاء في غزة

"يووووو... الوضع بشع يا خالد!" قالت أم سامر وهي تطلّ من شباك البيت، صوتها يرتجف وهي تشاهد السماء في غزة تلتهم بانفجارات بعيدة. كان أبو سامر قد رجع لتوّه من المسجد ومعه آخر الأخبار. "بقولولنا نجّهز حالنا، احتمال كبير الليلة يكون في ضرب قريب من منطقتنا" ، قالها وهو يحاول يخبّي ارتجاف صوته عن زوجته وأولاده. بيت العيلة في الطابق الثالث من بناية قديمة في مخيم الشجاعية، والجيران حوالينهم بكل مكان. سامر ابن الـ 12 سنة كان سامع الحكى وشاف القلق بعيون أبوه. سأل بخوف: "بابا، رح نطلع من الدار؟".

هزّ أبو سامر راسه وهو ياخذ نفس عميق: "إذا صار اشى خطير رح نطلع، وبدنا نجّهز حالنا هسا. انت بتتذكر شو اتفقنا؟" سامر بلع ريقه وتمتم: "آه، بشيل شنطتي الصغيرة وآخذ إيدي أخوي الصغير... وإنت يا ماما بتلمي الأوراق والهوية...". أم سامر قاطعت ابنها وهي بتحاول ترسم ابتسامة: "وأنا باخذ شنتّة الأكل والمية، لا تخاف يا روحي، الأمور بتمرق على خير". بالرغم من محاولة التطمين، كانت بإيدها ترجّب على صدرها نسخة من دفتر العائلة وجوازات السفر ملفوفة بكيس نايلون لحمايتهم من المطر أو الغبار.

فجأة دق تلفون أبو سامر، قرب السماعة من إذنه وملامحه تغيرت. أبو سامر بصوت متوتر: "الشباب بيحكوا إنه في إنذار إخلاء للمنطقة الشمالية... الجيش بلغ UN إنه ١,١ مليون لازم يتركوا بيوتهم خلال 24 ساعة ¹ ! هاي منطقتنا ضمن التحذير". شهقت أم سامر: "مليون ومية ألف؟! وين بدهم يروحوا هالناس؟" أبو سامر حط إيده على جبينه يفكر بسرعة. "سمعنا التحذير، معناته ما في مزح. لازم نطلع قبل ما يصير ازدحام وناس كثير بالطريق."

سارة بنتهم الجامعية دخلت من غرفة ثانية وهي حاملة لابتوب صغير وبطارية شحن: "النت فصل. أنا كنت عم بحكي مع بنت خالتي عشان نروح عندهم بالنصيرت. بيحكوا الوضع عندهم آمن شوي". أبو سامر وافقها الراي بسرعة: "مزبوط، بيت خالك بالمنطقة الجنوبية آمن. يلا يا جماعة، زي ما تدربنا... عنا ربع ساعة ونكون برا الدار!"

قام الكل يتحرك بسرعة منظمة رغم الخوف. سامر ركض جاب جاكيت لآخوه الصغير آدم (5 سنوات) وحط بإيده لعبة صغيرة عشان ما يعيط، وبسرعة علّق شنطته اللي فيها قنينة مي وقميص غيار وخارطة مكتوب عليها عنوان بيت الخال ورقم تلفونه مكتوب ع الورقة بلاستيك. سارة ساعدت أمها تجمع الأدوية الأساسية وحفاضات لآخوها وحطتهم بكيس على جنب. أبو سامر قلب البيت لفة أخيرة، دخل عالغرفة الصغيرة اللي على السطح - المخزن - طلع منها **شنطة الطوارئ** اللي كانوا محضرينها من قبل وفيها شوية معلبات ومصباح يدوي وبطارية احتياط وهوياتهم وجهاز راديو صغير ² . لحق يأخذ ألبوم الصور الصغير تبع العيلة من الدرج ويحطه بالشنطة، ثم لبس جاكيت واق من المطر. قبل ما يطلعوا، لف حولين نفسه يتأكد الغاز طافي والكهربا مفصولة. صاح بصوت عالي للجيران من باب الدار: "يلا يا جماعة! عنديكم خبر؟ لازم نخلي الحارة هسا، الوضع خطر!" بعض الجيران كانوا برّة عباب البيوت، الكل يبسأل وين نروح.

نزلت العيلة تركض على الدرج مع صوت صفارات الإنذار يلي دوّت فجأة. آدم الصغير صار يبيكي من الصوت العالي وظلمة السلالم، حضنته أخته سارة وقعدت تهديه: "ولا يهملك يا عمري، رح نروح عند دار خالك، تتذكر لما لعبت مع أولاد عمك هناك؟" الطفل بلش يخف بكاه شوي. وصلوا للشارع، لقوا سيارات بتزرم وناس بتحاول تطلع بأي طريقة. أبو سامر كان متفق مع جارهم أبو نبيل إنه إذا صار إخلاء ياخذوا سيارة وحدة عشان الكل يطلع. لقوه واقف جنب سيارته البيك-أب عم

بعيط على ولاده يتجمعوا: "يلا اركبوا بسرعة!" رَجَب بالعيلة: "اطلعوا، معنا مكان ورا." طلعت أم سامر وسارة يقعدوا ورا مع الأولاد، وأبو سامر جنب السواق.

مشت السيارة تكزدر بين الأزقة الداخلية عشان يتفادوا الزحمة عالشارع الرئيسي. كانت **حارة الزيتون** وري المخيم طريقهم البديل إذا شارع صلاح الدين تسكّر. جّوا السيارة كان في صمت غريب غير صوت أنفاس الناس ودعاء أم سامر بصوت واطي: "يا رب سترك ولطفك فينا..." . سمعوا دوي انفجار قوي بالبعيد، السيارة تهزت شوي والسواق ضغط عالبنزين أكثر. بعد ربع ساعة تقريبًا وصلوا أطراف النصيرات، أبو نبيل حكا لهم بده يكمل عالنص جنوب. نزلوا العيلتين عند تقاطع معروف. **أبو سامر** شكر جاره بحرارة واتفقوا يضلوا عتواصل إذا أمكن، ولو بالإشارة أو المسجات لو الشبكات رجعت تشتغل.

مسك أبو سامر ولاده بإيديه، وأم سامر تحرّمت بالشنطة وبأيدها كيس الأدوية والمستلزمات، ومشوا بسرعة باتجاه بيت خال الأولاد. سارة حاولت تتصل من جديد ببنت خالها، ما زبط، الشبكة مقطوعة. قالت لأمها: "شكله خلص ما في شبكة. بنسير نشغل الراديو الصغير نشوف وين في خطوط آمنة." أبو سامر سمعها وهز راسه موافق: "مضبوط، الراديو بفيد هسا أكثر من التلفون."

وصلوا أخيرًا بيت الخال، لقوه مليان بناس نازحين من عيلة تانية. **خال الأولاد** لقا شافهم عالباب نده بصوت عالي: "الحمد لله ع سلامتكم! اتفضلوا اتفضلوا." دخلوا وعجقة الحريم والولاد حوالينهم، الكل بيحكي شو صار معه وكيف ترك بيته. وسط كل هالفوضى، **أبو سامر** وقف على جنب لثواني يسترجع أنفاسه. حسّ بإيد صغيرة تشد على كفه - كان **سامر**، عيون الواسعة تطلع فيه. سأل الولد بخوف بس بصوت واطي: "بابا... رج عبيتنا؟" أبو سامر مسح على راس ابنه وحاول يكون صوته ثابت: "إن شاء الله يا بابا... أهم اشي إننا طلعنا بالسلامة. البيت يتعوض، بس أنتو ما في أعلى منكم." سامر ضمّ أبوه بقوة، وشعر لأول مرة إنه رغم الخوف والرعب يلي مرّوا فيه بهديك الساعة، الخطة اللي حكا لهم عنها أبوه من شهور وكيف تدربوا عليها بسرعة، ساعدتهم ينقذوا حالهم. بهاللمحة قرر سامر في قلبه إنه دايماً رح يتذكر هاي الليلة... ليلة الإخلاء، اللي ممكن تتكرر بأي وقت، واللي علمته إنه **السلامة بستاهل نستعد إلها مهما صار.**

NOTE: End of story. The guide below switches to formal Modern Standard Arabic. Dialect will be used --> only in examples for relatability

مقدمة: أهمية الاستعداد المسبق

في ظل الأزمات المتلاحقة وانقطاع الخدمات في العصر المظلم القادم، أصبحت خطط الإخلاء والتواصل العائلي من أهم أدوات **البقاء والسلامة** لكل أسرة. لا أحد يرغب في مواجهة لحظة اضطرار مفاجئة لمغادرة المنزل تحت التهديد، ولكن الواقع يقول إن **الاستعداد المسبق** هو ما يصنع الفارق بين النجاة والفاجعة. هذا الفصل الإرشادي يُقدّم دليلًا عمليًا شاملًا لتمكين الأسر والمجتمعات الصغيرة في فلسطين أو المناطق المشابهة من وضع **خطة إخلاء عائلية** متكاملة، واتخاذ القرارات الصعبة بسرعة وحكمة: هل حان وقت الإخلاء أم البقاء؟ وكيف نحافظ على تواصل عائلي فعال عندما تنقطع شبكات الاتصال المعتادة؟

سنتعلم معًا ضمن هذا الفصل **كيفية استشعار إشارات الخطر مبكرًا** ، وتصميم خطة إخلاء عملية بخطوات واضحة تشمل مسارات بديلة ونقاط تجمع آمنة لكل فرد، إضافةً إلى **نظام تواصل عائلي بديل** يعمل عند تعطل الهواتف والكهرباء. كما سنغطي كيفية **تدريب العائلة دوريًا** على تنفيذ الخطة خلال 15 دقيقة أو أقل، لضمان الجاهزية للتصرف السريع. وسندعم ذلك بإطار عمل من 6 خطوات، وجداول توضيحية، وقوالب عملية (بصيغة CSV/JSON) يمكن تخصيصها لكل أسرة، بالإضافة إلى **نصائح ذكية مستمدة من بيئتنا المحلية** وأمثال شعبية تعزز ثقافة السلامة والحدّ.

⚠ **تنبيه:** القرارات المصيرية مثل الإخلاء يجب أن تُتخذ في غضون دقائق معدودة عند الخطر. وجود خطة مسبقة يختصر وقت التردد، ويمنحك وضوحًا في التفكير تحت الضغط. في أكتوبر 2023 مثلاً، تلقى 1.1 مليون شخص في غزة أمرًا عاجلاً بمغادرة منازلهم خلال 24 ساعة ¹. في موقف كهذا، لا مجال للتردد أو الانتظار بلا خطة.

تذكر: خطتك العائلية للإخلاء هي بمثابة **بوليصة تأمين حياتية**. قد تأمل ألا تضطر لاستخدامها أبدًا، لكنك ستكون ممتنًا لوجودها إن ساءت الظروف فجأة. السلامة تستحق الاستثمار في الوقت والتدريب الآن لتجنب الندم لاحقًا. كما يقول المثل: "درهم وقاية خير من قنطار علاج" – أي أن القليل من التحضير المسبق أفضل بكثير من الكثير من الندم بعد الكارثة.

في الأقسام التالية، سنبدأ بوضع **إطار عمل واضح من 6 خطوات** لبناء خطة الإخلاء العائلية، ثم ننتقل إلى **مصفوفة اتخاذ القرار** الخاصة بالإخلاء أو البقاء، وبعدها **القوالب العملية** لخطة الإخلاء والتواصل، متبوعة **بجداول وسائل التواصل البديلة**، ثم **نماذج تطبيقية** من الواقع الفلسطيني (أسرة في المدينة، أسرة ريفية، طفل في المدرسة). سنشرح أيضًا كيفية رسم خرائط ASCII لمسارات الإخلاء، ونقدم **قائمة مراجعة للطوارئ** يمكن طباعتها، إلى جانب **بطاقات سيناريو للتدريب الذهني** تساعد في تمرين العائلة على التصرف. وأخيرًا نختم **بنصائح محلية ذكية** وأمثلة ثقافية تغرس مفهوم الحيلة والحذر، ثم خلاصة تنفيذية بأهم 10 نقاط وسؤال تحفيزي للتأكد أنكم على أتم الاستعداد.

إطار عمل من 6 خطوات لبناء خطة إخلاء عائلية

NOTE: The following section lays out a 6-step framework for creating a family evacuation plan. Each step --> has clear subheadings and practical details

بناء **خطة إخلاء** محكمة يحتاج إلى اتباع خطوات مرتبة تضمن عدم إغفال أي جانب مهم. فيما يلي **ست خطوات أساسية** يمكنك استخدامها كإطار عمل لصياغة خطة الإخلاء العائلية الخاصة بك:

الخطوة 1: استشعار الخطر وتحديد معايير قرار الإخلاء

متى نقرر الإخلاء ومتى نبقى؟ هذه الخطوة الأولى تتضمن تحديد **إشارات الخطر** أو المعايير التي عند تحققها يجب أن تُطلق قرار الإخلاء الفوري. يجلس أفراد الأسرة معًا لوضع قائمة بهذه الإشارات المحتملة. قد تشمل الإشارات ما يلي:

- **الإنذارات الرسمية:** سماع صافرات إنذار الغارات أو تلقي تنبيه من الدفاع المدني عبر الراديو أو رسالة جوال طارئة. مثال: صفارات الإنذار في المدن التي تتعرض للقصف أو سماع توجيهات بالإخلاء عبر مكبرات الصوت في المساجد. (**إشارة خطر واضحة = ابدأ الإخلاء فورًا**).
- **المعلومات الموثوقة:** وصول خبر مؤكد من مصادر موثوقة (مثل إذاعة محلية أو منظمة إنسانية أو الصليب الأحمر) بوجود تهديد مباشر في منطقتك (اجتياح، قصف، فيضان، حريق واسع، إلخ). مثال: إعلان السلطات عن اقتراب حريق غابات من القرية خلال ساعات.
- **عوامل بيئية محسوسة:** اهتزازات قوية (قد تشير إلى زلزال أو انفجار قريب)، رؤية دخان كثيف أو ارتفاع منسوب مياه فجأة. مثال: شعور بهزة أرضية قوية مبدئية – قد تكون مقدمة زلزال كبير – هنا يقرر البعض الخروج إلى مناطق مفتوحة.
- **انقطاع مفاجئ في الخدمات مع سياق مقلق:** انقطاع شامل للكهرباء والاتصالات بالتزامن مع توتر أمني أو سماع اشتباكات في مكان قريب. مثال: سماع أصوات إطلاق نار كثيف وانقطاع الكهرباء بشكل تام قد يكون إشارة للاستعداد للمغادرة نحو موقع أكثر أمانًا.
- **أوامر أو إرشادات من جهات موثوقة:** كإعلان الأونروا أو الدفاع المدني عن فتح مراكز إيواء عاجلة ودعوة الناس للتوجه إليها. مثلما حدث في بعض أزمات غزة حيث طلب من السكان الانتقال إلى مدارس الإيواء.

من المهم أن تتفق العائلة مسبقًا على **درجة الخطورة** التي عندها يُتخذ قرار الإخلاء. يمكن **تصنيف مستويات التهديد** مثلاً إلى منخفض (نراقب ونستعد)، متوسط (نستعد بشكل جدي لاحتمال الإخلاء)، وعالي/وشيك (نبدأ الإخلاء

فورًا). هذا يشبه إشارة الضوء : أخضر = ابقى يقظًا، أصفر = تأهب واستعد، أحمر = تحرك الآن. وجود معايير واضحة يقلل كثيرًا من الارتباك والتردد في لحظة الحقيقة.

تذكر: خلال النقاش العائلي، ضع أمثلة واقعية لكل إشارة خطر لتوضيحها. مثلًا: "إذا سمعنا في الراديو عن تقدم الاشتباكات إلى منطقتنا فهذا يعني إشارة أحمر ونخلي فورًا". أيضًا، لا تنتظر إجماع الجميع عندما ترى خطرًا مباشرًا؛ الحياة والسلامة أولى من أي شيء آخر. كن أنت المبادر بإطلاق الإنذار لعائلتك وجيرانك عند الحاجة.

الخطوة 2: تحديد الأدوار والمسؤوليات لكل فرد من الأسرة

خلال الطوارئ، تؤدي **الفوضى والخوف** إلى صعوبة في التواصل واتخاذ القرارات السريعة. لذلك فإن وجود **أدوار محددة مسبقًا** لكل فرد يضمن أن يعرف الجميع **ماذا يفعلون بالضبط عند الإخلاء**. اجتمع مع أسرتك وحددوا دور كل شخص وفقًا لعمره وقدراته وظروفه الخاصة:

- **القائد أو المنسق (عادة الأب أو الأم):** مسؤول عن إطلاق قرار الإخلاء وإعطاء التوجيهات الأخيرة. يتأكد من أخذ الوثائق الهامة (الهويات، جوازات السفر، الأوراق الرسمية والأموال إن أمكن. أيضًا يتولى **إطفاء مصادر الخطر** بالمنزل إن توفر وقت (فصل الغاز والكهرباء) لتفادي الحرائق ³.
- **المساعد الأول (عادة الآخر من الوالدين أو الابن الأكبر):** يساعد في جمع حقيبة الطوارئ أو المستلزمات الضرورية (الماء، الطعام الخفيف، الإسعافات الأولية). يتأكد أن كل فرد ارتدى ملابس ملائمة (معطف، حذاء مناسب) خاصة في الشتاء أو الليل. قد يتولى أيضًا حمل الأطفال الصغار أو مساعدة كبار السن في التحرك.
- **مسؤول الاتصال:** قد يكون أحد الأبناء المتمرسين على استخدام أجهزة الاتصال (هاتف، راديو متنقل). دوره التواصل مع الأقارب أو الجيران قبل الخروج إذا أمكن، أو حمل أجهزة الاتصال البديلة (جهاز راديو FM/AM محمول أو جهاز لاسلكي إن توفر). أيضًا يحمل قائمة أرقام الطوارئ وجهات الاتصال المكتوبة.
- **مسؤول التجمع والتعداد:** أحد البالغين يتولى عد أفراد الأسرة والتأكد أن لا أحد متخلف عند الخروج، ويكرر العد عند الوصول لنقطة التجمع. هذا مهم لتفادي ترك شخص خلفكم سهوًا، خاصة الأطفال الذين قد يختبئون أثناء الخوف.
- **راعي الاحتياجات الخاصة:** إذا كان في الأسرة شخص يحتاج مساعدة إضافية (رضيع، مسن، مريض، أو من ذوي الإعاقة) يعيّن له مسؤول مباشر يتكفل به. مثلًا تكليف الابنة الكبرى بالعناية بالجدة وتحضير كرسيها المتحرك، أو تكليف الأم بحمل حقيبة الطفل الرضيع (حفاضات، حليب) وما إلى ذلك.
- **الأطفال الأكبر سنًا:** يمكن إعطاؤهم مهام مبسطة لتشغيلهم وعدم استسلامهم للذعر. مثلًا: "يا سامر، انت مسؤول إنك تمسك إيد أخوك الصغير طول الوقت وما تتركه". هذه المهمة تبقي تركيزه على أخيه بدل الخوف، وتساعد في سلامة الصغير.

اجعل هذه **المسؤوليات مكتوبة** ومعلنة، ودرب العائلة عليها في تمارين الإخلاء. أيضًا حضر **خطة بديلة للقيادة:** إذا كان الأب غائبًا لحظة الطوارئ، تتولى الأم القيادة والعكس صحيح؛ أو إذا كان أحدهما قاصبًا أو غير قادر، يعرف الجميع من التالي في المسؤولية (مثلًا الابن الأكبر).

⚠ **تنبيه:** لا تنس إشراك الجميع بما فيهم الأطفال في التخطيط. الطفل الذي يعرف دوره سيكون أقل خوفًا وأكثر تعاونًا عند الطوارئ. أيضًا تأكد أن **كل شخص يعرف مكان الحقيبة الطارئة** ومحتوياتها وكيفية استخدامها. قد لا تكون أنت دائمًا الشخص الذي يخرج آخر واحد من الباب ؛ درّب أفراد أسرتك على إمكانية أن يضطروا للمغادرة وحدهم وتنفيذ أدوارهم إن كنت غائبًا.

الخطوة 3: تجهيز مستلزمات الإخلاء (حقيبة الطوارئ والوثائق الحيوية)

حقيبة الإخلاء هي روح خطة الطوارئ، لأنها تحتوي على ما سيبقي عائلتك بأمان خلال الساعات أو الأيام الأولى بعد ترك المنزل. في هذه الخطوة، ستقوم بتحضير حقيبة أو أكثر بها **المستلزمات الأساسية** وتحديد مكان حفظ **الوثائق المهمة**:

- **المياه والطعام:** عبوات مياه للشرب تكفي ليوم على الأقل لكل شخص (يفضل 3 ليترات للفرد لليوم) ⁴ ⁵ ، وبعض المعلبات أو ألواح الطاقة (energy bars) سهلة الحمل وسريعة الفتح لتوفير طاقة. تذكر تضمين فتاحة علب إن كنت تحمل معلبات.
- **ملابس وحاجيات شخصية:** طقم ملابس داخلية وجوارب إضافية لكل فرد، مع معطف خفيف أو بطانية صغيرة مدمجة (خصوصاً في الشتاء أو إذا قد تضطرون للمبيت خارجاً). كذلك قبعات شمسية إن كان الجو حاراً.
- **الإسعافات الأولية والأدوية:** علبة إسعافات أولية صغيرة تضم مطهر، شاش وضادات، مسكنات ألم أساسية، وأي أدوية خاصة بأفراد الأسرة (مثل أدوية الضغط أو الربو) مع نسخة عن الوصفة الطبية إن وجدت. ضع كمية تكفي لأسبوع من تلك الأدوية إن أمكن.
- **وثائق هوية وأوراق مهمة:** ضع **الوثائق الحيوية في مغلف مقاوم للماء** (كي لا تتلف بالمطر أو الرطوبة) ² . هذه الوثائق تشمل: بطاقات الهوية الشخصية، جوازات السفر، شهادات الميلاد، بطاقة العائلة، ملكيات العقار أو عقد الإيجار، الشهادات التعليمية المهمة، وأي أوراق قانونية أو طبية هامة. **يُنصح بعمل نسخ إلكترونية** (مسح ضوئي) وحفظها على USB أو سحابة إلكترونية بحيث يمكنك الوصول إليها حتى لو فقدت النسخ الأصلية ⁶ .
- **وسائل اتصال بديلة:** هاتف جوال إضافي مع شحن كامل (وضعه على وضع الطيران للحفاظ على البطارية حتى الحاجة). **بطارية شحن متنقلة (Power Bank)** مشحونة، مع أسلاك الشحن اللازمة لكل الأجهزة. إن كان متاحاً، **راديو صغير ببطاريات** لسماع نشرات الأخبار أو التعليمات الرسمية ⁷ . من المفيد أيضاً امتلاك **صافرة** ضمن الحقيبة لإطلاق إشارات صوتية عند الحاجة.
- **أشياء متنوعة مفيدة:** مصباح يدوي LED مع بطاريات إضافية، شموع وولاعة (في حال الحاجة لإضاءة بدون مصباح)، سكين أو أداة متعددة الاستخدام (Multi-tool) تحتوي على قاطع وأسلاك وربما مفك براغي، قفازات عمل، وشريط لاصق قوي. أيضاً بعض النقود النقدية بالعملة المحلية (فئات صغيرة) تحسباً للحاجة، حيث أن الصرافات الإلكترونية قد لا تعمل.
- **حاجيات خاصة بالفئات الضعيفة:** إذا كان لديك رضيع تحتاج لحفاظات وحليب بودرة وزجاجة رضاعة نظيفة. لكبار السن ربما حفاظات كبار السن، سماعة أذن إضافية إن كان يستخدمها. أدوات النظافة الأساسية: صابون صغير، مناديل مبللة، مطهر يدين، كمادات وجه.

قم بحفظ هذه الحقيبة أو الحقيبتين في **مكان معروف وسهل الوصول** قرب باب المنزل (أو في غرفة النوم الرئيسية لكن قريب من الباب). الأفضل أن تكون الحقيبة مزودة بعجلات أو حقيبة ظهر لتسهيل حملها. إذا كانت ثقيلة قسمها إلى حقيبتين؛ يمكن لأكثر من شخص حملها. تأكد من **تحديث محتويات الحقيبة كل 6 أشهر** : استبدل الماء والطعام المنتهي صلاحيته، حدّث مقاسات الملابس للأطفال مع نموهم، وأضف أي مستجدات (مثل أدوية جديدة).

تذكر: عند لحظة الإخلاء الحقيقية، **قد لا يتسع الوقت لأكثر من حمل الحقيبة والخروج فوراً**. لذا لا تعتمد على تجهيز أي شيء وقت الخطر ؛ تأكد أن الحقيبة معبأة وجاهزة دائماً. درّب أطفالك على معرفة مكانها وحتى حملها. من الجيد أيضاً أن يكون لكل فرد **حقيبة ظهر صغيرة** فيها حاجيات شخصية بسيطة (ماء، لوح طاقة، نسخة بطاقة هوية) خاصة إذا تفرقتم أو ضاع أحدكم، يكون معه ما يكفيه ريثما يجدهم.

الخطوة 4: تخطيط مسارات الإخلاء ونقاط التجمع الآمنة

هذه الخطوة محورية: كيف تخرجون ومن أين وإلى أين؟ يجب على العائلة وضع **خريطة مبسطة** لمسارات الإخلاء من المنزل إلى نقطة أو نقاط التجمع الآمنة المتفق عليها. الخطوات الفرعية هنا تشمل:

- **تحديد وجهات آمنة (نقاط التجمع):** اختر موقعًا أو موقعين كوجهة نهائية للإخلاء. يفضل أن يكون الموقع **ضمن مسافة معقولة** ويمكن الوصول إليه سيرًا على الأقدام أو بالمركبة، حسب الوضع. أمثلة: منزل قريب متين البناء (مثل بيت أقارب في منطقة أقل خطورة)، أو ملجأ عام/مدرسة مخصصة كمركز إيواء، أو حتى مساحة مفتوحة بعيدة عن المباني في حال الزلازل. حدد نقطة تجمع أساسية وأخرى بديلة في حال تعذر الوصول للأولى. سجّل إحداثيات GPS لهذه النقاط إن أمكن (للاستخدام في تطبيق خرائط عند الحاجة) وتعرف على طرق الوصول إليها بمختلف الوسائل.
- **رسم خريطة المسارات:** ارسموا خريطة للحي توضحون عليها **المسار الأساسي** والمسارات البديلة من منزلكم إلى نقاط التجمع. الخريطة يمكن أن تكون بسيطة ومرسومة يدويًا. المهم تحديد المخارج من منزلك (الباب الرئيسي، مخرج طوارئ خلفي إن وجد، حتى النوافذ إذا اضطر الأمر)، ثم الشوارع أو الأزقة التي ستسلكونها. فكروا بأسوأ السيناريوهات: ماذا لو كان الشارع الرئيسي مغلق أو خطير؟ يجب وجود طريق جانبي أو خلفي. ماذا لو حدثت مواجهات في جهة معينة؟ ربما تسلكون اتجاهًا آخر. ضع علامات على الخريطة تشير إلى **نقاط خطرة** محتملة (مثال: جسر قد ينهار، خزان وقود، منطقة ممكن أن تغمرها مياه).
- **وضع خطة بديلة للنقل:** إذا لديكم سيارة، جهزها دائمًا بوقود كافٍ للإخلاء (ثلاثا الخزان على الأقل) ⁸ . لكن ضعوا في الحسبان احتمال تعذر استخدام السيارة بسبب ازدحام أو عطل أو خطر على الطريق. لذا خططوا طريقًا يمكن قطعه **مشيًا على الأقدام** بأمان نسبيًا إلى نقطة التجمع. أيضًا، تعرفوا على **مواقع الملجأ القريبة** أو مراكز الإيواء التي أعلنتها منظمات الإغاثة، فقد تقرر السير إليها إن لم يكن هناك خيار آخر.
- **تحديد نقاط التوقف المؤقت:** إن كانت مسافة الإخلاء طويلة، حدد أماكن يمكن أن تستريحوا فيها أو تتجمعوا مؤقتًا خلال الطريق. مثلًا: ساحة مسجد معينة، منزل صديق في منتصف المسافة، مبنى معين. هذه النقاط مهمة خصوصًا لو تفرقتم أثناء الخروج في زحمة أو فوضى؛ يعرف كل فرد أن النقطة المرحلية هي المكان لإعادة التجمع قبل المواصله.
- **التنسيق مع الجيران:** ناقش مسارات الإخلاء مع الجيران أيضًا. التعاون قد يكون حاسمًا (كما في قصة أبو سامر حيث أقلهم جارهم بالسيارة). إذا عرفت أن جارك يملك سيارة كبيرة، تنسّقوا مسبقًا على المشاركة في الخروج. أو إذا لديكم مفتاح مشترك لباب خلفي يمر عبر بيت الجار إلى الشارع الثاني، اتفقوا على استخدامه سويًا وقت الطوارئ. المجتمع المحلي المتماسك يزيد فرص النجاة للجميع.

للتوضيح، هذا مثال مبسّط بـ **أسكي ASCII** يبين فكرة المسار الأساسي والمسار البديل من منزل عائلة إلى نقطتي تجمع:

```
[H]----->[M]
|
\----->[U]
```

- [H] = المنزل (بيت العائلة)
- [M] = مسجد الحي (نقطة تجمع أساسية قريبة)
- [U] = بيت العم حسن (نقطة تجمع بديلة في منطقة أخرى)

في المخطط أعلاه، المسار الأساسي من [H] إلى [M] هو عبر الطريق الرئيسي (السهم المستقيم)، والمسار البديل ينعطف عبر زقاق جانبي نحو [U] (الخط المائل). طبعًا الواقع سيكون أكثر تعقيدًا، لكن هذه الخريطة الذهنية النصية تساعد أفراد الأسرة على **تخيل الطريق** حتى بدون وجود خريطة ورقية. يمكنك أيضًا استخدام **خرائط فعلية**: اطبع خريطة الحي وارسم عليها المسارات بقلم واضح، أو ارسمها بنفسك مع وضع أسماء الشوارع والمعاليم (مسجد،

مدرسة، محل فلان، إلخ). المهم أن **يحفظ الجميع الطريق** ويتعرفوا على المعالم المهمة كدليل (مثال: "ننعطف عند شجرة السرو الكبيرة"، "نقطع الشارع عند بقالة أبو أحمد").

⚠ **تنبيه:** خلال الإخلاء، **تجنب الطرق الرئيسية المزدهمة** إذا كان الجميع يحاولون الهروب (قد تعلق في ازدحام خط). الطرق الخلفية أو الأزقة الأقل استخدامًا ربما أمان حتى لو أطول. أيضًا انتبه للإشارات الرسمية: في بعض الحالات قد تُعلن السلطات عن طرق إخلاء آمنة وأخرى خطيرة ⁷ . استمع للراديو أو لوائح الإرشاد. إن قيل لك طريق معين غير آمن، تجنبه حتى لو كان الأقرب.

تذكر: دائمًا حافظ على **مرونة خطتك** . ربما تضطر لتغيير الوجهة في منتصف الطريق إن ساء الوضع في الملجأ المقصود. لذا احفظ اتجاهات عامة: شمال، جنوب، شرق، غرب المنطقة، حتى لو اضطرت للمشي بلا خريطة واضحة. احمل **بوصلة أو استخدم GPS** إذا توفر لتعرف اتجاه سيرك. وتذكر مقولة أحد الحكماء: "إذا لم تستطع أن تسلك طريقك المعتاد، فاصنع طريقًا جديدًا". أي كن مستعدًا للارتجال المبني على المعرفة المسبقة للمنطقة.

الخطوة 5: إنشاء نظام تواصل عائلي بديل (خطة الاتصال في الطوارئ)

في لحظات الكارثة، غالبًا ما تتعطل الهواتف وشبكات الاتصال، أو تكون مشغولة بشكل لا يصدق. لذلك، لا بد من وجود **خطة تواصل بديلة** تضمن بقاء أفراد الأسرة على اتصال أو حصولهم على المعلومات الضرورية حتى **بانقطاع الشبكة**. تتضمن هذه الخطة ما يلي:

- **تحديد نقطة اتصال خارجية (شخص خارج المنطقة):** اختاروا قريبًا أو صديقًا يقيم في منطقة بعيدة وغير متأثرة بالأزمة ليكون **حلقة وصل**. أعطوا هذا الشخص قائمة بأرقام هواتفكم جميعًا. الفكرة أنه إذا عجزتم عن التواصل محليًا، قد يستطيع كل منكم الوصول لهذا الشخص وإبلاغه بمكانه ليقوم هو بطمأنة الآخرين. فمثلاً قد يكون الاتصال بين المدن أسهل من داخل منطقة الكارثة ⁹ . تجربة الكثيرين تظهر أن المكالمات الدولية أحيانًا تمر عندما تتعطل الشبكات المحلية.
- **بطاقات معلومات الاتصال لكل فرد:** حصر لكل فرد في الأسرة (وخاصة الأطفال) **بطاقة صغيرة** أو ورقة مكتوبة ومغلفة بلاستيك تُحمل دائمًا في المحفظة أو الحقيبة. تحتوي البطاقة على: الاسم الكامل، رقم هاتف الوالدين أو أحد الأقارب، عنوان نقطة التجمع المتفق عليها، ورقم هاتف نقطة الاتصال الخارجية أعلاه. إذا ضاع أحد أفراد الأسرة أو أصيب وفقد الوعي مثلاً، هذه البطاقة قد تنقذ الموقف بتوفير معلومات للتواصل.
- **الاتفاق على وسيلة تواصل بديلة محليًا:** مثل استخدام **الصفارات أو الإشارات الضوئية** (سنفضل أمثلة لاحقًا في قسم التواصل البديل). أيضًا يمكن الاتفاق على **مكان لقاء احتياطي** إذا لم يصل أحد إلى نقطة التجمع الأصلية. مثلاً: "إذا فقدنا الاتصال وكان الوضع خطراً، سنلتقي جميعاً مساءً بعد الغروب عند ساحة المدرسة الثانوية". وجود خطة كهذه يعطي الجميع شيئاً يتمسكون به إذا فقدوا التواصل.
- **تعلم أساسيات التواصل اللاسلكي:** إن كان بمقدوركم شراء **أجهزة لاسلكية بسيطة (Walkie-Talkies)** فافعلوا. تأكدوا من شحنها دائماً ووضع بطاريات احتياط. دّربوا أفراد الأسرة على استخدامها وضبطها على قناة متفق عليها. هذه الأجهزة مفيدة ضمن نطاق البيت أو الحي (عادة مدى 1-2 كيلومتر في المناطق المفتوحة). يمكن استخدامها للتنسيق مع الجيران أيضاً. ضعوا رموز داء متفق عليها عبر الجهاز؛ مثلاً اسم للعائلة "طيور النورس" كدعاء عام أو لقب لكل شخص. من الهام أيضاً الاتفاق على فترات اتصال: مثلاً "سنواصل عبر اللاسلكي كل ساعة على رأس الساعة لنطمئن على بعض".
- **خطة استخدام الهاتف عند عودة الشبكة جزئياً:** في كثير من الأزمات، الشبكة لا تعود كاملة بل قد تعمل **الرسائل النصية (SMS)** حتى لو المكالمات الصوتية لا تمر. درّب الجميع أنه في حالة ابتعادهم عن بعض، **أول محاولة تواصل تكون برسالة نصية** قصيرة مطمينة لأنها غالباً أسهل مروراً ¹⁰ . أيضاً علمهم تجنّب عبارات مثيرة للقلق؛ رسالة مثل "نحن بخير في مكان كذا" تكفي. كذلك استخدام **التطبيقات التي تعمل عبر اللاسلكي المباشر** إن توفرت (بعض تطبيقات الهواتف تستطيع إرسال رسائل عبر البلوتوث أو Wi-Fi المباشر بدون شبكة إذا كان الأشخاص قريبين نسبياً من بعض).
- **التواصل مع الجيران والمجتمع:** اتفقوا على إشارات مع الجيران كما ذكرنا. أنشئوا مجموعات تواصل طارئة قبل انقطاع الشبكة (مثلاً مجموعة واتساب لمبنى السكن أو الحي) للتنسيق حول الإخلاء والمساعدة. إذا انقطعت

الشبكة، استخدموا أساليب تقليدية: لوحة إعلانات ورقية في مكان معلوم يترك فيها من يغادر رسالة أين توجه، أو استخدام مكبر صوت المسجد المحلي للإذاعة معلومات (إن كان آمناً ومتاحاً).

تذكّر: الذعر عدو التواصل. خططوا أنكم إذا انفصلتم، **سيلتقي الجميع في النهاية عند نقطة التجمع أو مكان متفق عليه**. هذا التفكير يقلل التوتر ويجعل كل شخص يركز على سلامته أولاً ثم الوصول للمكان بدلاً من الهلع على البقية. وكما قال أحد الخبراء: "ضع خطة، وثق بخطتك." أي بمجرد أنكم اتفقتم على نقاط التواصل واللقاء، التزموا بها بدل أن تزيدوا ارتباككم بمحاولات عشوائية.

الخطوة 6: التدريب والتمرين الدوري (15 دقيقة حياة)

لا تكتمل أي خطة بدون اختبارها عملياً. التدريب الدوري للعائلة على تنفيذ خطة الإخلاء يمكن أن ينفذ حياتكم حرفياً لأنه **يقلل زمن رد الفعل ويمنع الذعر** ¹¹. هذه الخطوة الأخيرة تركز على كيفية إجراء تمارين وسيناريوهات للتأكد من جاهزيتكم:

- **تمرين الإخلاء السريع (Drill):** اعملوا محاكاة لوضع طارئ تتخللون فيه أنكم تلقيتم الأمر بالإخلاء. اضبطوا ساعة وأطلبوا من الجميع تنفيذ أدوارهم كما لو أن هناك خطر حقيقي. الهدف هو **الخروج من المنزل خلال 15 دقيقة** أو أقل ومعكم كل الضروريات. قيّموا بعد التمرين: هل نسيتم شيئاً؟ هل استغرقتم وقتاً أطول في خطوة ما؟ كرروا التمرين حتى تستطيعوا فعلاً إخلاء المنزل في ربع ساعة وكل فرد يعرف أين يذهب وماذا يحمل.
- **تمارين مفاجئة وغير مجدولة:** بدلاً من تحديد موعد معلوم للتمرين كل مرة (حيث يكون الجميع متجهز نفسياً)، جرّب **تمارين مباغتة**. مثلاً: فجأة في مساء ما قل "لدينا تدريب إخلاء الآن!" وشاهد كيف يتصرف الجميع تحت الضغط المفاجئ. هذا أقرب للواقع لأن الكوارث لا تمنح إنذاراً مسبقاً بموعد محدد.
- **سيناريوهات متنوعة:** غيِّروا ظروف التمرين في كل مرة. مرة افترضوا أن السيناريو **حريق ليلي** وعليكم الخروج في الظلام مع انقطاع الكهرباء. مرة أخرى افترضوا **ضوء النهار والقصف** وعليكم الانحناء أثناء السير والاحتماء كل فترة. مرة ثالثة سيناريو **زلازل** حيث يجب الخروج بهدوء دون استخدام المصعد والتجمع في مكان مفتوح. التنوع يساعد العائلة على عدم الجمود على خطة واحدة بل يكونون مرنين.
- **تحدي الوقت وتحديد أدوار بديلة:** أثناء التدريب، حاولوا **تقصير الزمن** شيئاً فشيئاً. ابدأوا بـ 15 دقيقة، ثم حاولوا في تمرين آخر جعله 10 دقائق مثلاً دون إخلال بالسلامة. أيضاً جرّبوا تبادل الأدوار: ماذا لو كان القائد الأصلي غير موجود؟ ليقم شخص آخر بدوره في التمرين. سافر الأب في العمل؟ دع الأم تقود وتمثل أن الأب غائب فعلاً. وهكذا.
- **مراجعة وتحديث بعد كل تمرين:** اجلسوا بعد التمرين واسألوا: ما الذي نجح؟ ما الذي تعثر؟ دوّنوا الملاحظات. ربما تجدون أن **باب البيت يعلق** ويستهلك وقتاً - ربما تحتاجون لتزييته. أو اكتشفتُم أن حقيبة الطوارئ ثقيلة جداً على من يحملها - قسموها فوراً إلى اثنتين. أيضاً حدّثوا أدوار الخطة إن استدعى الأمر: مثلاً كبر الطفل الصغير وبات قادراً على مهمة سهلة، أعطوه واحدة.
- **توعية الأطفال بطريقة ممتعة:** اجعلوا التدريب أشبه بلعبة خاصة للصغار. يمكن استخدام **بطاقات سيناريو** (سنقدم أمثلة لاحقاً) كنوع من التحدي الذهني المسلي: "ماذا لو كنت وحدك في البيت وحدث زلزال، ماذا ستفعل؟". كافئوا الأطفال عند تذكّرهم للخطوات الصحيحة (مثلاً هدية رمزية لمن ينجح في تمرين الخروج حاملاً حقيبته دون مساعدة).

وأخيراً، ضعوا في تقويمكم تذكيراً لـ **إجراء اجتماع عائلي سنوياً على الأقل لتحديث الخطة والمعلومات** ¹². في هذا الاجتماع تُراجع أرقام الهواتف (قد يكون أحدهم غيّر رقمه)، تُعدّل نقطة التجمع إذا لزم، تُضاف ولادة جديدة للعائلة أو حالة مرض تحتاج ترتيبات... الخ. أيضاً فرصة لفحص صلاحية محتويات الحقيبة كما ذكرنا في الخطوة 3. التحديث المنتظم يضمن أن الخطة تبقى **حية وفعالة** وليست مجرد ورقة منسية.

⚠ **تنبيه:** أثناء التدريب، قد تشعرون ببعض الإحباط أو يعتبر بعض أفراد الأسرة أن الأمر ليس جدياً. حاول شرح أمثلة واقعية لتعزيز الشعور بالجدية. عدد لهم حالات نجت فيها عائلات بسبب التدريب المسبق، مقابل حالات مؤسفة تأخر

الناس فيها أو ضاعوا نتيجة غياب الخطة. مثلاً: "تذكروا كيف سمعنا عن عائلة فلان اللي تاخروا بتجهيز حالهم واضطروا يتركوا بنتهم لأنهم فكروا إنها مع الجيران" - مثل هذه القصص (دون تهويل مربع أمام الأطفال) تؤكد أهمية التدريب.

تذكر: التدريب المتكرر سيجعل **تصرفاتكم تلقائية تحت الضغط**. كما يقول المثل العسكري: "العرق في التدريب يوفر الدم في المعركة". ومعناه أن الجهد المبذول الآن في التمرين يحميكم من خسائر في الخطر الحقيقي. لذلك لا تتهاونوا في هذه الخطوة، وحاولوا جعلها جزءاً من ثقافة العائلة ! كأنها نشاط عائلي دوري مثل التنزه أو الاحتفال، ولكن بطابع مختلف هدفه حماية الجميع.

مصفوفة قرار: «الإخلاء أم البقاء؟»

NOTE: This section provides a decision matrix for when to evacuate vs shelter-in-place. An example is --> <-- given followed by a blank template

في بعض الحالات قد لا يكون القرار واضحاً بين **الإخلاء الفوري** أو **البقاء في المكان (Shelter in Place)**. اتخاذ القرار الخاطئ قد يكون خطراً: الإخلاء دون داعٍ قد يعرضك لأخطار الطريق بلا ضرورة، والبقاء طويلاً قد يحاصرك في وضع معيت. لذا طوّر الخبراء **مصفوفة قرار** تساعدك على تقييم الوضع بشكل موضوعي. المصفوفة عبارة عن جدول يسرد العوامل الحاسمة، ويوازن بينها لتوجيهك نحو القرار الأنسب. فيما يلي **مثال عملي** على مصفوفة قرار "إخلاء أم بقاء" لعائلة في ظرف معين، يتبعه **قالب فارغ** لتعبئته بحسب وضعك الخاص.

مثال على مصفوفة قرار (معبّأ)

جدول القرار التالي يوضح كيفية تقييم عائلة "أبو سامر" لقرار الإخلاء أثناء تصاعد التهديد في قصتنا الافتتاحية:

العامل/السؤال	الوصف في الحالة الراهنة	النتيجة (إخلاء أو بقاء)
1. مدى خطورة التهديد المباشر؟	قصف جوي قريب وإنذار بإخلاء المنطقة. 1.	خطر مرتفع جداً - الإخلاء
2. مستوى أمان المنزل الحالي؟	مبنى قديم من 3 طوابق بدون ملجأ آمن.	غير آمن في حالة القصف - يميل للإخلاء
3. هل توفرت توجيهات رسمية؟	نعم، أمر رسمي بإخلاء الحي خلال 24 ساعة.	ضرورة الإخلاء (أمر إلزامي)
4. إمكانية الوصول إلى وجهة آمنة؟	متوفرة: سيارة جار جاهزة ووجهة (بيت الخال جنوباً).	ممكن الإخلاء بأمان - مع الإخلاء
5. أخطار الطريق مقارنة بالبقاء؟	الطريق متوقع مزدحم لكن البقاء تحت القصف أخطر.	خطر البقاء أعلى - مع الإخلاء
6. الحالة الصحية والأفراد الضعفاء؟	الجميع بحالة جيدة، طفل صغير يمكن حمله.	لا عوائق طبية أمام الإخلاء
7. الإمدادات المتوفرة للبقاء؟	ماء وطعام محدودان في البيت، الكهرباء مقطوعة.	صعب الصمود طويلاً - مع الإخلاء
8. مدة التهديد المتوقع؟	قد تطول أيام أو أكثر (حرب دائرة).	لا يمكن الاحتمال - مع الإخلاء

العامل/السؤال	الوصف في الحالة الراهنة	النتيجة (إخلاء أو بقاء)
قرار العائلة	كل العوامل ترجح الإخلاء الفوري	الإخلاء الآن

في الحالة أعلاه، نرى معظم العوامل تشير بقوة إلى خيار الإخلاء. وجود **تهديد مباشر شديد + منزل غير محصن + أمر رسمي + توفر وسيلة للإخلاء** = لا مجال للتردد، القرار هو الخروج بأسرع ما يمكن. فقط في حالة كان أحد العوامل الدرجة مختلفاً (مثلاً: لو لم يكن هناك وسيلة نقل ولا ملجأ بديل، أو لو كان المنزل فيه قبو خرساني آمن نسبياً)، عندها قد يُعاد تقييم القرار. المصفوفة تساعد على رؤية **الصورة الكاملة** واتخاذ قرار جماعي مبني على معلومات وليس شعور فقط.

قالب مصفوفة قرار فارغة (للاستخدام الشخصي)

يمكنك استخدام الجدول الفارغ التالي وملئه بحسب ظروفك الخاصة عند كل حالة طوارئ تواجهها. ضع **وصفاً موجزاً** لكل عامل في عمود "الوصف"، ثم قيّم النتيجة بإيجاز في العمود الأخير (مثلاً "يميل للبقاء" أو "ضروري للإخلاء"). سيساعدك ذلك على توثيق قرارك وتبريره إن ناقشك أفراد العائلة فيه.

العامل/السؤال	الوصف في الحالة الراهنة	النتيجة (إخلاء أو بقاء)
1. مدى خطورة التهديد المباشر؟	مثال: _____	—
2. مستوى أمان الموقع الحالي؟	مثال: _____	—
3. هل وصلت توجيهات رسمية أو تحذيرات؟	مثال: _____	—
4. إمكانية الانتقال إلى مكان آمن؟	مثال: _____	—
5. أخطار الطريق/الخارج مقارنة بالبقاء؟	مثال: _____	—
6. الحالة الصحية وظروف الأسرة؟	مثال: _____	—
7. الإمدادات المتوفرة إذا قررنا البقاء؟	مثال: _____	—
8. مدة التهديد المتوقع/انتظار المساعدة؟	مثال: _____	—
قرار العائلة	(استناداً إلى العوامل أعلاه)	—

يمكنك تعديل العوامل أو إضافة المزيد بحسب الحاجة. على سبيل المثال، في سيناريو مواد كيميائية خطيرة قد تضيف عامل عن "نوع التلوث في الهواء واتجاه الريح". في منطقة زلزالية قد تضيف "حالة هيكل المنزل بعد الهزة الأولى". النقطة هي أن يكون لديك **قائمة مرجعية عقلانية** ساعة اتخاذ القرار المصري.

⚠ **تنبيه:** تذكر أن **الزمن عامل جوهري**. لا يفيد أن تملأ الجدول بتأنٍ بينما الخطر يقترب! الهدف هو أن المصفوفة تتكون لديك ذهنياً بعد أن تدربت عليها مسبقاً. أثناء الطوارئ، قد تقوم بهذا التقييم بسرعة في رأسك أو على ورقة لدقائق معدودة. إذا كان معظم الإجابات يميل نحو "خطر عالي/ظروف مواتية للإخلاء"، فلا تتردد. المصفوفة أداة مساعدة وليست بديلاً عن **الحس الأمني والحدس السليم** المبني على المعرفة.

تذكر: في نهاية القرار، **اتفقوا جميعاً عليه والتزموا به**. أسوأ ما يمكن أن يحدث هو أن ينقسم أفراد الأسرة بين رأيين (بعضهم يريد البقاء وبعضهم يريد الهروب). هذا يشتت الجهود ويضيع الوقت الثمين. لذا حاولوا الوصول لقرار جماعي واضح بناءً على المعطيات. استخدم المصفوفة لشرح وجهة نظرك للمتريدين: "انظروا، لدينا 5 عوامل من 8 تدفع للإخلاء، لذا سنخلي". وإذا قررتم البقاء مثلاً، تابعوا مراقبة العوامل؛ أي تغيير جوهري يجب أن يعيد فتح النقاش فوراً.

قالب خطة إخلاء عائلية (CSV/JSON)

NOTE: The following section presents a template for a family evacuation plan in structured formats --> (CSV/JSON). It includes member data, roles, meeting points, contacts, and vital documents.

يمكن توثيق خطة الإخلاء العائلية بشكل منظم بحيث يسهل تحديثها ومشاركتها. فيما يلي قالب (Template) باللغة العربية يوضح العناصر الأساسية لخطة الإخلاء العائلية، نقدمه بصيغتين: جدول CSV نصي، ومقابلته بصيغة JSON. يحتوي القالب على بيانات الأفراد وأدوارهم واحتياجاتهم، نقاط التجمع الأساسية والبديلة مع إحداثياتها، جهات الاتصال المهمة، وقائمة الوثائق الحيوية التي سيتم أخذها.

القالب بصيغة CSV:

نقطة تجمع بديلة، إحداثيات GPS اسم الفرد، العمر، الدور، احتياجات خاصة، نقطة تجمع أساسية، إحداثيات ملاحظات إضافية، GPS
أحمد (الأب)، 45، قائد الأسرة ومسؤول الوثائق، لا يوجد، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "يتحقق من إطفاء الغاز والكهرباء"
سمر (الأم)، 42، مساعدة القائد ومسؤولة المستلزمات، حامل في الشهر السابع، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "تحمل حقيبة الطوارئ والأدوية خالدة، 16، مسؤول الاتصال وتنسيق الأخوة، ربو خفيف (يحمل بخاخ)، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "يحمل جهاز راديو وهواتف مشحونة"
ليان، 12، مساعدة في رعاية الصغار، لا يوجد، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "تمسك بيد أختها وتعتني بها مريم، 7، طفلة، حماية غذائية خاصة، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "تحمل معها سوار معلومات الاتصال ياسمين (الجدة)، 70، مسؤوليتها على الأم/الأب، ضغط دم مرتفع، مدرسة الإيمان الابتدائية، "31.5050, 34.4667"، "منزل العم سالم"، "31.4600, 34.3800"، "يحتاج كرسي متحرك وعناية خاصة"

شرح الجدول: يحتوي هذا الجدول على صف لكل فرد في العائلة. تم تفصيل الأعمار والأدوار (كما تم تحديدها في خطوات التخطيط)، وأي احتياجات خاصة (صحية أو غيرها). ثم تم تحديد نقطة التجمع الأساسية مع إحداثياتها (خط العرض والطول)، و نقطة التجمع البديلة مع إحداثياتها. وأخيراً عمود للملاحظات الإضافية كدور خاص أو تذكير متعلق بكل شخص. على سبيل المثال، الأب "أحمد" هو قائد الخطة ومسؤول عن الوثائق الحيوية؛ الأم "سمر" حامل ولديها حقيبة المستلزمات الطبية؛ الطفل "خالدة" مرافق لديه ربو خفيف لكنه مُكلف بمسؤولية الاتصال (يحمل الراديو والبخاخ الطبي الخاص به). هذه التفاصيل تساعد في مراعاة احتياجات كل فرد أثناء التنفيذ الفعلي للخطة.

يمكنك تنزيل هذا القالب كملف CSV واستخدام برنامج جداول (Excel أو Google Sheets) لتعديله وفق أسرتك، أو حتى طباعته ووضعها ضمن ملف خطة الطوارئ العائلية. تذكّر تحديث هذه البيانات كلما تغيّرت ظروف الأسرة (عمر الأطفال، حالة صحية جديدة، مولود جديد، تغيير نقاط التجمع...).

القالب بصيغة JSON:

```
{
  "family_members": [
    {
      "name": "أحمد",
      "age": 45,
      "role": "قائد الأسرة ومسؤول الوثائق",
      "special_needs": "لا يوجد",
      "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
      "primary_gps": "31.5050,34.4667",
      "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
      "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
      "notes": "يتحقق من إطفاء الغاز والكهرباء"
    },
    {
      "name": "سمر",
      "age": 42,
      "role": "مساعدة القائد ومسؤولة المستلزمات",
      "special_needs": "حامل في الشهر السابع",
      "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
      "primary_gps": "31.5050,34.4667",
      "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
      "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
      "notes": "تحمل حقيبة الطوارئ والأدوية"
    },
    {
      "name": "خالد",
      "age": 16,
      "role": "مسؤول الاتصال",
      "special_needs": "ربو (يحمل بخاخ)",
      "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
      "primary_gps": "31.5050,34.4667",
      "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
      "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
      "notes": "يحمل جهاز راديو وهواتف مشحونة"
    },
    {
      "name": "ليان",
      "age": 12,
      "role": "مساعدة في رعاية إخوتها",
      "special_needs": "لا يوجد",
      "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
      "primary_gps": "31.5050,34.4667",
      "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
      "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
      "notes": "تمسك بيد أختها الصغرى وتعتني بها"
    }
  ]
}
```

```

},
{
  "name": "مريم",
  "age": 7,
  "role": "طفلة",
  "special_needs": "حمية غذائية خاصة",
  "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
  "primary_gps": "31.5050,34.4667",
  "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
  "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
  "notes": "ترتدي سوار معلومات الاتصال"
},
{
  "name": "ياسمين",
  "age": 70,
  "role": "الجدّة (مسؤوليتها على الآخرين)",
  "special_needs": "ارتفاع ضغط الدم",
  "primary_meeting_point": "مدرسة الإيمان الابتدائية",
  "primary_gps": "31.5050,34.4667",
  "secondary_meeting_point": "منزل العم سالم",
  "secondary_gps": "31.4600,34.3800",
  "notes": "تحتاج كرسي متحرك وعناية خاصة"
}
],
"contacts": {
  "out_of_area_contact": {
    "name": "خالد سالم (أخ الأب)",
    "location": "خان يونس - غزة",
    "phone": "+970599001122",
    "note": "حلقة وصل خارج منطقة الخطر"
  },
  "emergency_numbers": {
    "civil_defense": "102",
    "ambulance": "101",
    "police": "100",
    "fire": "103",
    "local_shelter_hotline": "1800-400-222"
  },
  "neighbors": [
    { "name": "أبو نبيل", "phone": "+970599112233", "note": "جار يملك سيارة نقل" },
    { "name": "أم خالد", "phone": "+970599445566", "note": "جارية مسنة قد تحتاج مساعدة" }
  ]
},
"vital_documents": [
  "بطاقات الهوية الشخصية",
  "دفتر العائلة"
]

```

```
"جوازات السفر",
"شهادات الميلاد للأطفال",
"عقد إيجار المنزل",
"شهادات التعليم والعمل",
"سجل التطعيمات للأطفال",
"لهذه الوثائق USB نسخ إلكترونية مخزنة على"
```

```
]
}
```

شرح JSON: في هذا الشكل الهيكلي، لدينا قسم "family_members" وهو قائمة (أرأي) من كائنات تمثل كل فرد ومعلوماته (مطابقة لما في CSV لكن بشكل منظم). ثم قسم "contacts" ويحوي معلومات التواصل الهامة: جهة اتصال خارج المنطقة (باسمها وموقعها ورقمها)، وأرقام الطوارئ المهمة (دفاع مدني، إسعاف، شرطة... ويمكن تعديلها حسب البلد)، وقائمة جيران مهمين يمكن الاتصال بهم أو التنسيق معهم. أخيراً قسم "vital_documents" وهو قائمة بالوثائق الحيوية التي يجب أخذها. يمكن إضافة أقسام أخرى حسب الحاجة (مثلاً قسم للمركبات المتاحة وخطة استخدامها، أو قسم للممتلكات المهمة التي يمكن حملها...).

استخدام JSON يفيد لمن يرغب في تخزين الخطة رقمياً أو مشاركتها عبر تطبيقات أو منصات إلكترونية. مثلاً، يمكن إنشاء تطبيق بسيط يقرأ هذا الملف ويذكرك بمحتوياته أو يحدّثه. أما CSV فهو مناسب للطباعة أو العرض البسيط.

كيفية الاستخدام: خذ هذا القالب وعدّله على وضعك الحقيقي. استبدل الأسماء والأعمار والأدوار بما يناسب عائلتك. حدّد نقاط التجمع والإحداثيات حسب منطقتك (يمكنك استخدام خرائط جوجل لإيجاد الإحداثيات: اضغط مطوياً على الموقع وانسخ الأرقام). أدخل أرقام الاتصال الفعلية (قد تشمل أيضاً رقم طبيب العائلة أو مدرسة الأولاد ضمن جهة الاتصال الخارجية إذا كان يمكنها المساعدة في لّم الشمل). أضف أو احذف ما شئت من الوثائق حسب حالتك (مثلاً شهادة ملكية سيارة قد تكون ضرورية لك أو دفتر تلقيح المواشي لو كنت في منطقة زراعية). الهدف أن يكون لديك وثيقة واحدة شاملة لكل ما يخص خطة إخلاؤكم.

⚠ **تنبيه:** بعد إعداد القالب الخاص بك ، لا تكتف بحفظه في الحاسوب أو الهاتف فقط - اطبع نسخة ورقية واحفظها مع الوثائق المهمة وفي حقيبة الطوارئ. التقنية قد تتعطل في اللحظة الحرجة، والرجوع إلى ورقة قد يكون أسهل لكل أفراد الأسرة. أيضاً، تعامل مع هذه المعلومات بحرص (خاصة إن تضمنت عناوين وأرقام اتصال خاصة)، ولا تشاركها إلا مع من تثق بهم أو عند الحاجة في الطوارئ.

تذكّر: مجرد تعبئة هذا القالب ستكون تمريناً ذهنياً مفيداً لك ولعائلتك. سيثير نقاشات مثل: من هو فعلاً جار يمكن الاعتماد عليه؟ هل نعرف إحداثيات موقع ملجأنا؟ هل نسينا إضافة وثيقة ما؟ **أشرك الجميع في إعداد الخطة** لتزداد الألفة بها. وكما يقول المثل: "ما حك جلدك مثل ظفرك" - لن يهتم بسلامة عائلتك مثلما تفعل أنت بنفسك، فخذ زمام المبادرة وخطط لكل التفاصيل.

جداول وسائل التواصل العائلية البديلة

!>NOTE: The section below provides tables of alternative communication methods (whistles, lights <--banging, symbols) with explanations

عندما تنقطع وسائل الاتصال الحديثة (شبكات الجوال، الإنترنت، حتى الكهرباء)، تصبح **الطرق التقليدية والإشارات البسيطة** هي وسيلة التواصل الوحيدة. من المهم أن تتفق العائلة (وربما الجيران المقربين) على **شيفرات تواصل بديلة** لا تعتمد على التكنولوجيا، لإعلام بعضهم البعض بالحالة والمكان والاحتياجات. سنستعرض أدناه عدة وسائل مع أمثلة عن استخدامها:

1. الصفّارات (الصافرة اليدوية):

الصافرة أداة رخيصة ومتوفرة، وصوتها حاد يمكن سماعه من مسافات بعيدة تصل إلى حوالي 1.6 كم في الظروف الهادئة ¹³ . الاتفاق على شيفرة صفير مفيد للتنبيه والاستدعاء. مثلاً:

وسيلة التواصل	النمط / الشيفرة المتفق عليها	الاستخدام	المدى التقريبي
الصافرة	- 3 نفخات قصيرة متتالية (ثث ثث ثث)	نداء استغاثة عالمي (معروف دولياً) أو طلب اجتماع عاجل.	حتى 1 كم في الهواء المفتوح ¹³
	- نفخة طويلة مستمرة (ث—)	تحذير بخطر وشيك أو إشارة لتوخي الحذر فوراً.	500 م - 1 كم
	- نفختان قصيرتان (ثث ثث)	إشارة "أنا بخير" أو لتأكيد الوصول لنقطة تجمع.	500 م تقريباً
مثال عملي:	أفراد الأسرة يحمل كل منهم صافرة. عند سماع 3 نفخات قصيرة من الأب في الحي، يعلم الجميع أن عليهم التوجه لنقطة اللقاء فوراً أو تنفيذ خطة الإخلاء. عند الوصول قد يطلق أحدهم نفختين للإعلام بوصوله.		

2. الإشارات الضوئية (كشافات، مصابيح، ليزر):

خاصة ليلاً أو في الأماكن المظلمة، يمكن استخدام ضوء يدوي (مصباح LED أو حتى ليزر صغير) لإرسال إشارات متفق عليها. يمكن أيضاً استخدام **مرآة عاكسة** نهائياً لتعكس ضوء الشمس كوميض.

وسيلة التواصل	النمط / الشيفرة	الاستخدام	المدى التقريبي
مصباح يدوي	- 3 ومضات قصيرة متتالية (ومض-ومض-ومض)	نداء استغاثة أو تجمع (يكافئ 3 نفخات صافرة).	يرى حتى 500 م ليلاً.
	- وميض مستمر سريع	خطر قريب/اطلب الاختباء.	300 م.
	- ومضة طويلة واحدة كل 10 ثوانٍ	إبلاغ عن التمرکز في مكان معين (مثلاً "نحن هنا").	500 م (خط نظر مفتوح).
ليزر أخضر	- دوائر بالليزر على جدار أو نافذة الجار	التنبيه بحضور عند منزل الجار (بديل طرق الباب).	مرئي عشرات الأمتار.

وسيلة التواصل	النمط / الشيفرة	الاستخدام	المدى التقريبي
مثال عملي:	عند انقطاع الكهرباء، تستخدم الأم كشافًا وتطلق 3 ومضات من النافذة. الجار الذي يراقب يعرف أنها إشارة طلب مساعدة أو تجمع في مكان متفق عليه، وقد يرد بومضتين إذا كان قادرًا على المساعدة أو الوصول.		

3. الإشارات الصوتية (القرع/الطرق):

إذا كان الصوت الآدمي أو الأدوات المتاحة هي الوسيلة، يمكن استخدام **القرع على الأجسام** (كالأبواب، المواسير، الطنجر) لإصدار إشارات مسموعة للجوار القريب.

وسيلة التواصل	النمط / الشيفرة	الاستخدام	المدى التقريبي
القرع على معدن	- 3 طرقات سريعة على أنبوب أو سور معدني.	تنبيه بوجود طارئ أو طلب انتباه الجيران.	مسموع في مبنى/بيت مجاور.
	- طرق متواصل لعدة ثوان (طرررررر).	إنذار حريق أو تحذير عاجل للجميع بالخروج.	مبنيين مجاورين ربما.
بوق السيارة	- 3 زمامير طويلة بالسيارة.	إشارة تجمع لأهل الحي (مثلا سيارة تجول للدعوة للإخلاء).	حوالي 200-300 م.
	- زمر قصير متقطع ومتكرر.	إشعار "مررنا لأخذكم" (كأن السيارة تقول لأفراد متفق معهم أن يخرجوا الآن).	شارع واحد.
مثال عملي:	اتفقت مجموعة بيوت متجاورة أنه في حال حدوث زلزال ليلاً، سيخرج أول المستيقظين ويقرع على عامود الكهرباء المعدني 3 مرات متتابة لإيقاظ الجيران وتحذيرهم. في حرب، ممكن استخدام بوق السيارة: يمر أحدهم بزوامير متفق عليها لإعلام البقية بوقت التحرك.		

4. الرموز والإشارات البصرية (أعلام، علامات، كتابات):

هذه وسيلة لتترك **رسالة أو علامة** يفهمها من يأتي بعدك أو يراقب من بعيد، دون حاجة لصوت أو إلكترونيات. مفيدة إذا اضطررتم للمغادرة وأردتم ترك دليل، أو للتواصل عبر مسافات في وضح النهار.

وسيلة التواصل	الرمز / العلامة	الاستخدام	المدى / الملاحظة
قطع قماش / أعلام	- قماش أحمر معلق في مكان ظاهر	إشارة خطر أو نداء للمساعدة (SOS محلي).	يرى من مئات المتر.
	- قماش أبيض على سطح المنزل أو الشباك	إشارة "نحن هنا / بحاجة للسلامة" (تستخدم أحياناً لطلب إخلاء آمن).	يرى جواً أو برّاً.
	- علم أو راية محددة	مثلاً لون أخضر يعني "خرجنا جميعاً بأمان".	محلي بين متفقيين.
علامات بالطبشور	- سهم على باب البيت يشير لاتجاه معين	يدل على وجهة الإخلاء التي سلكتموها (مثلاً سهم نحو الجنوب يعني توجهتم جنوباً).	لمن يأتي بعدكم.
	- حرف أو رمز متفق (مثل "خ" أو "X")	وضع رمز معين على الباب يعني "تم الإخلاء، لا أحد بالداخل".	يفيد فرق الإنقاذ والجيران.
كتابة رسالة	- ورقة مكتوبة تُلصق على الباب أو الجدار	رسالة سريعة: "نحن في ملجأ مدرسة عمر بن الخطاب - الجميع بخير".	يجب حمايتها من المطر.
مثال عملي:	<p>عند اضطرار عائلة لمغادرة المنزل قبل وصول الأب (الذي كان خارجاً)، تضع الأم قطعة قماش خضراء على الشرفة (كإشارة متفق عليها أنهم خرجوا بسلام إلى الوجهة المخطط لها)، وعلى الباب طبشور رسم سهم باتجاه الشارع المؤدي للجنوب. عندما وصل الأب رأى العلامة وعرف أين يتجه.</p>		

تنبيه حول السلامة: يجب استخدام الإشارات بحذر في مناطق النزاع المسلح حتى لا تستغل من العدو أو تلفت انتباهاً غير مرغوب. مثلاً، القماش الأبيض قد يُفهم كعلامة استسلام أو طلب أمان أثناء القصف - وهذا مقبول عموماً - لكن وضع علامات قد يكشف مكانكم. استخدموا الرموز فيما بينكم بذكاء بحيث لا يفهمها الغريباء إن كان الخطر أمنياً (يمكن ابتكار رموز داخلية). أيضاً لا تفرطوا في الإشارات حتى لا تتركوا الآخرين - استخدموا المتفق عليه فقط.

تذكّر: أثناء انقطاع الاتصال، التواصل يصبح **مسؤولية جماعية**. يعني اطلب من جميع أفراد الأسرة **مراقبة** الإشارات أيضاً، ليس فقط إطلاقها. **دربهم:** "إذا سمعنا ثلاث صافرات، هذا يعني كذا، إذا شفتهم ضوء يومض بهذا الشكل يعني كذا...". التواصل الناجح يحتاج قُربل ومستقبل كلاهما يقظان. وفي أمثالنا الشعبية نقول: "العين بتطرق (تتكلم) قبل اللسان" - أي يمكن للتلميحات والإشارات بالعين واليد أن تنقل الرسائل دون كلمة. فانتبهوا لإشارات بعضكم البعض حتى في أصعب الظروف.

نماذج تطبيقية مفصلة

--> NOTE: Below, three detailed scenarios (urban family, rural house, child at school) are described demonstrating how to apply the evacuation plan in different contexts <--

لفهم كيفية تطبيق كل ما سبق في الواقع، سنستعرض **ثلاثة نماذج تطبيقية** مفصلة في سياقات مختلفة. هذه النماذج عبارة عن سيناريوهات لعائلات فلسطينية افتراضية، تساعدنا على رؤية الخطة بكل عناصرها وهي تُنفَّذ على أرض الواقع: **أسرة حضرية في مدينة، عائلة في بيت ريفي/قرية، وطفل في المدرسة أثناء حالة طوارئ.**

النموذج الأول: عائلة حضرية في مدينة مزدحمة

السيناريو: أسرة مكونة من خمسة أفراد (أب وأم وجدة وطفلين) تقيم في شقة بالطابق الرابع في مدينة كبيرة (مثال: مدينة غزة أو رام الله). حدث تصعيد أمني مع قصف ليلي متوقع، وهناك مخاوف من انهيار الأبنية أو وقوع هجوم قريب. الكهرباء انقطعت في الحي.

تطبيق الخطة:

- **استشعار الخطر:** الأب يتابع راديو البطارية المحلي باستمرار. سمع خبراً عاجلاً عن احتمال توسع القصف ليشمل وسط المدينة خلال ساعات. كما تلقوا تحذيراً من الدفاع المدني عبر مكبرات الصوت بضرورة الاحتماء أو الإخلاء إلى ملاجئ عامة. هذا **ضوء أحمر** حسب خطتهم - مستوى التهديد عال.
- **اتخاذ قرار الإخلاء:** بناءً على مصفوفة القرار، الخطر المباشر مرتفع والمنزل قديم نوعاً ما. لكن مشكلة الأسرة أن **المدينة مزدحمة** والطرق قد تكون خطرة. رغم ذلك، قررت العائلة الإخلاء إلى ملجأ عام (مدرسة حكومية) أعلنت عنه السلطات كملجأ طارئ لقاطني الأبراج ⁷. السبب: المنزل بلا ملجأ، والقصف متوقع أن يطول.
- **تجهيز وتحرك سريع:** العائلة كانت قد حددت دور كل فرد مسبقاً. الأب جمع الوثائق المهمة في حقيبة صغيرة وحمل بطارية الشحن والراديو. الأم جهزت بسرعة حقيبة الطوارئ التي أعدتها سابقاً فيها ماء وطعام خفيف وأدوية الجدة وملابس للأطفال. الطفل الأكبر (13 سنة) أمسك بيد أخته الصغيرة (6 سنوات) وارتدى كل منهما حقيبة ظهر صغيرة بها قارورة ماء وحلوى مغذية ودفتر تلوين (ليهدئ الصغيرة). الجدة استعانت بعصاها وبمساعدة الأم للمشي.
- **مسار الإخلاء ونقطة التجمع:** لديهم خريطة ذهنية من التدريب السابق: سينزلون الدرج حتى الشارع الخلفي (تجنباً للساحة الأمامية المكشوفة)، يسلكون زقاقاً بين المباني يقود إلى مبنى البلدية القديم - هناك ساحة واسعة تُستخدم كنقطة تجمع (أولية) سريعة لأهل الحي. من هناك، سيقرون إن كان الوضع آمناً للتحرك أبعد. بالفعل وصلوا الساحة ووجدوا عشرات الناس متجمعين. انتظروا 10 دقائق. أثناء ذلك، سمعوا من آخرين أن **الطريق إلى المدرسة (الملجأ) لا يزال سالماً** لكن قد يُقصف بأي لحظة. قرر الأب والأم المجازفة بالتحرك بسرعة مستغلين هدوء نسبي الآن.
- **الاتصال والتواصل:** خلال التحرك، حاول الأب الاتصال عبر الهاتف بنقطة الاتصال الخارجية (ابن عم مقيم في مدينة أخرى) لإبلاغه أنهم سيغادرون المنزل. لم تنجح المكالمات، فأرسل **رسالة SMS نصية قصيرة** "تركنا البيت متجهين لملجأ مدرسة خالد بن الوليد. نحن بخير." ثم أغلق الهاتف لتوفير البطارية. أيضاً أعلم جارهم في الساحة أنهم سيذهبون للملجأ المتفق عليه. الجار أخبرهم أنه يفضل البقاء في الساحة لبعض الوقت. هنا اتفقوا على **إشارة:** إذا تغير الوضع سيرسل الجار ابنه بدراجة ليخبر الناس في الملجأ.
- **في الملجأ:** وصلت العائلة إلى المدرسة - وهي مبنى إسمنتي قوي نسبياً - وانضموا لمئات الأشخاص هناك. سجلوا أسماءهم لدى متطوع إغاثة ذكرهم بضرورة كتابة أسماء الأطفال على أيديهم تحسباً للضياع. بالفعل كتبت الأم بقلم على ساعد كل طفل اسم الطفل ورقم هاتف الأب.
- **التدريب يثبت فعاليته:** رغم التوتر الشديد، لاحظ الأب أن أبنائه حافظوا على هدوئهم النسبي لأنهم تمرنوا على مثل هذا الوضع. ابنه المراهق قال: "ماما أنا تذكرت أسكر باب بيتنا قبل ما ننزل وأخذت المفتاح معي كمان." كانت الأسرة قد تدربت أنه في حال الاضطرار لترك المنزل دون أضرار فيه، يُغلق الباب بالمفتاح حفاظاً على الممتلكات من السرقة وسط الفوضى. هذا التفصيل الصغير دلّ على تركيز الابن رغم الخوف. الجدة أيضاً تذكرت أن تأخذ دواء الضغط قبل النزول لأنها تدربت على روتين "خذ دواءك قبل المغادرة".
- **التقييم:** في النهاية، مرّت الليلة بسلام نسبي في الملجأ. وعادوا للبيت بعد يومين حين هدأ القصف. عند المراجعة، وجدوا أن قرارهم بالإخلاء كان حكيماً لأن مبناهم أصيب بشظايا وتهشمت بعض النوافذ. كما لاحظوا أموراً يمكن تحسينها: مثل صعوبة حمل أكثر من حقيبة مع مساعدة الجدة - لذا قرروا الاستثمار في **عربة يد**

صغيرة قابلة للطّي لوضع الحقيبة والجدة عليها عند الحاجة. أيضا قرروا ضمّ جارههم في الخطة بشكل أوثق المرة القادمة.

ملاح خاصة لهذا النموذج: المدينة توفر ملاجئ عامة لكن الطرق مزدحمة. **عامل الزمن جوهري** - فالخروج قبل استفحال الفوضى أنقذهم. استخدام **الدرج بدلا من المصعد** (أمر بديهي في حالة انقطاع الكهرباء/زلازل) كان حيويًا. أيضًا وجود **خطة اتصال خارجية** (رغم فشل الاتصال الفوري إلا أن الرسالة النصية وصلت لاحقًا عندما عادت الشبكة جزئيًا، فاطمأن ابن العم وأبلغ بقية الأقارب أنهم بخير).

النموذج الثاني: أسرة في بيت ريفي (قرية/مزرعة)

السيناريو: عائلة من أربعة أفراد تعيش في بيت عربي واسع في أطراف قرية زراعية (مثال: قرية في غور الأردن أو ريف الخليل). لديهم ساحة وحيوانات (ماعز ودجاج) ومخزون ماء ذاتي. التهديد هنا ليس قصفًا جويًا بل **كارثة طبيعية**: سيول جارفة نتيجة أمطار غزيرة أو ربما حريق أحراج كبير يقترب. الجو ليلاً عاصف والتيار الكهربائي متقطع.

تطبيق الخطة:

- **استشعار الخطر:** الأم تتابع راديو محلي وإشعارات الدفاع المدني عبر الرسائل (عندما كانت الشبكة تعمل في النهار) عن احتمال فيضان وادي قريب نتيجة استمرار المطر. الأب لاحظ أن مجرى السيل الصغير بجوار القرية بدأ يمتلئ ويزداد قوة. اشتد المطر ليلاً وانقطعت الكهرباء تمامًا. هذه علامات خطر متزايد - في خطتهم الأسرة حددت أن ارتفاع منسوب الوادي لأكثر من متر = حان وقت الإخلاء لأن البيت قريب نسبيًا من المجرى.
- **اتخاذ القرار:** قرروا الإخلاء قبل أن تصبح الطرق مستحيلة. المصفوفة لديهم: التهديد (سيل) يتعاضد، البيت مبني من حجر وقد يصعد لكنه يقع في منسوب منخفض، لا توجيهات رسمية مباشرة ولكن التجربة المحلية تقول "إذا طاف الوادي اهرب للمرتفعات". لديهم سيارة دفع رباعي جاهزة في الساحة - وهذا عامل إيجابي. الطريق إلى مكان آمن (تلة عالية فيها مدرسة) سالك حاليًا لكن ربما لساعات فقط. إذن القرار: **إخلاء إلى المدرسة** الموجودة على تل في طرف القرية والتي تستخدم دائمًا كمركز إيواء في الفيضانات.
- **تنفيذ سريع:** العائلة نفذت خطة الطوارئ. الأب نقل السيارة بالقرب من الباب وشغل المحرك استعدادًا. الأم جمعت حقيبة الطوارئ (كانت مجهزة لأخطار أخرى لكن تنفع هنا أيضًا) وأضافت إليها زجاجتي ماء كبيرة إضافية لأن الماء الموحل قد يلوث المصادر. الابن المراهق (17 سنة) قاد الماعز والدجاج إلى زاوية مرتفعة من الساحة وفتح لها المجال لتصعد أكثر (لن يستطيع أخذ الحيوانات معه، فتركها في أماكن متاح وربط الماعز في نقطة عالية). البنت الصغيرة (10 سنوات) حملت حقيبة ظهرها وفيها كشاف مضيء ساعدت بإضاءة الطريق من البيت إلى السيارة.
- **المسار الآمن:** الأسرة استخدمت **طريقًا ترابية مرتفعة** تمر من التلال بدل الطريق المعبد الأقرب للوادي. كانوا قد درسوا هذه الطرق في أوقات سابقة. الأم ظلت ترأق مستوى السيول خلفهم وتتطلع للسماء خوفًا من انهيار طيني. وصلوا المدرسة خلال 15 دقيقة وكانت ما تزال مفتوحة والمختار مع بعض المتطوعين هناك لاستقبال أهل القرية. في الطريق، أطلق الأب **أبواق السيارة ثلاث مرات طويلة** عندما مروا بجوار قريب لهم لإيقاظه - كان ذلك متفقًا عليه سابقًا كإشارة أن الوادي فاض (وبالفعل لحق بهم الجار).
- **الاتصال:** لسوء الحظ، شبكات الهاتف تعطلت تمامًا بسبب العاصفة. لكن العائلة استخدمت **جهاز لاسلكي منزلي (Walkie-Talkie)** ضمن مدى القرية. الأب كان قد اتفق مع أخيه الذي يسكن على تل أبعد أن يبقيا على قناة معينة. أرسل عبر اللاسلكي رسالة: "نحن في المدرسة. هل أنت بخير؟" فجاءه الرد بعد لحظات من أخيه بأنه وعائلته بخير في موقع آخر مرتفع. هذا طمأن الجميع. كما اتصلوا بمكبر صوت المسجد (حيث أحد المتطوعين أحضر وحدة صوت متنقلة) وأذاعوا أن عائلة أبو فلان وصلت الملجأ بسلام، فيعرف الجيران الذين لم يروههم أثناء الخروج أنهم نجوا.
- **المبيت والسلامة:** أمضت الأسرة ليلتها في المدرسة مع باقي أهل القرية. في الصباح كانت القرية قد غمرتها المياه جزئيًا لكن بيوتهم لحسن الحظ صمد وإن تدمر السور الخارجي. **مراجعة الخطة:** وجدوا أن كل شيء سار بشكل جيد جدًا بفضل توقعهم للخطر مبكرًا. تم إنقاذ الأرواح وهذا الأهم. **الخسائر في الممتلكات** كانت محدودة. درس مستفاد: ربما في المستقبل يبنون سدة ترابية صغيرة لحماية المنزل أو يزرعون أشجار كتدبير

وقائي. أيضًا قرروا الاستثمار في **صافرة إنذار منزلية** (مثل بوق هواء) لإطلاقها في حال النوم عندما يبدأ السيل، كي يسمعهم الجيران لو كانوا أول من ينتبه. هذا ما أشار به المختار أيضًا لكل أهل المنطقة: تعزيز منظومة إنذار مجتمعي بسيطة.

ملاحح خاصة لهذا النموذج: المناطق الريفية قد لا تحظى بانتباه إعلامي أو رسمي لحظي، لذا **الاعتماد على المعرفة المحلية** مهم (علامات الطبيعة، خبرة الشيوخ في القرية بمستويات السيول). أيضًا وجود **مركبة دفع رباعي** كان فارقًا، لكن رغم ذلك وضعوا خطة للمشبي لو لزم الأمر. تواصلوا بواسطة **أجهزة لاسلكية** نتيجة غياب شبكة الهاتف - وهذا شائع لدى البعض في القرى لغايات الصيد أو الحراسة، واستخدامه في الطوارئ فكرة ممتازة. الأهم أنهم فكروا أيضًا بالجيران (إطلاق بوق السيارة كإنذار عام). **الحيوانات** هنا عنصر فريد: فضلوا سلامة البشر أولاً ولكن حاولوا قدر الإمكان وضع الحيوانات في موضع فيه فرصة نجاة (كربط المعاز في سطح حظيرة مرتفع وترك الدجاج طليقًا ليطيير إلى أشجار عالية مثلًا).

النموذج الثالث: طفل في المدرسة أثناء الطوارئ (خطة لم شمل)

السيناريو: مجد طفل عمره 9 سنوات، في الصف الرابع، يذهب صباحًا لمدرسة تبعد 2 كم عن منزل أهله. في يوم عادي خلال الدوام المدرسي (الساعة 11 صباحًا)، حصل تصعيد أمني مفاجئ أو حدث طارئ (قد يكون قصف مفاجئ، أو حتى زلزال خفيف أدى لهلع). جميع الاتصالات تعطلت مؤقتًا، والأب والأم في العمل على بعد أحياء قليلة، لا يستطيعان الوصول فورًا. المدرسة بدأت بتطبيق خطة إخلاء أو حماية للطلاب لكنها فوضوية بسبب الفجائية.

تطبيق الخطة:

- **خطة المدرسة:** أولاً يجب معرفة أن معظم المدارس لديها خطط طوارئ خاصة بها. في هذا السيناريو لنفترض أن المدرسة قررت إبقاء الطلاب داخل الصفوف أو ساحات مفتوحة (حسب طبيعة الحدث؛ مثلاً إن كان قصف: النزول للملاجئ، إن كان زلزال: الخروج للساحات). **مجد** وجد نفسه مع معلميه وزملائه في ملعب المدرسة لأن الإدارة رأت إخلاء المبنى خوفاً من هزة أخرى.
- **توعية الأهل المسبقة:** والدا مجد كانا حكيمين وقبل حدوث أي شيء ناقشا معه خطة "ماذا تفعل إن حدثت حالة طوارئ وأنت بعيد عنا". اتفقوا على نقاط مهمة: (1) **اتباع تعليمات المعلمين** ولا يحاول المغادرة وحده من المدرسة. (2) إن حصل انقطاع اتصال، سيحاولون هم أو شخص من العائلة الوصول إليه. (3) إذا طالت المدة ولم يصل أحد، هناك خطة بديلة: يعرف مجد أن قريباً (عمه أو خاله) يعمل قرب المدرسة، ويمكن أن يلجأ إليه.
- **أثناء الحدث:** مجد خائف لكنه تذكر كلمات أمه: "إذا صار أشي وإحنا مش معك، أنت مسؤول تساعد أصحابك الصغار وتسمع كلام المعلمة. إحنا رح نيجي لعندك بأسرع ما يمكن." لذا قاوم رغبته في الجري خارجاً أو البكاء، وبدل ذلك أمسك بيد زميل أصغر صار يبكي وحاول يهديه قائلاً: "أهلي جايين يا يوسف، رح يوخذونا سوا لا تخاف." هذه **الثقة نبعت من الخطة المسبقة.**
- **جهة اتصال بديلة:** الأب كان قد عين أخاه (عم مجد) كجهة اتصال بديلة. حالما علم الأب بالحدث (من أخبار عاجلة في مكان عمله) حاول الاتصال بالمدرسة فلم ينجح، فاتصل بأخيه الذي مكتب عمله قرب المدرسة. ردّ العم بأنه بخير وسيحاول المرور لرؤية مجد. بالفعل تمكن العم بدراجه النارية من الوصول للمدرسة وقت الظهيرة إذ كان الطرق مغلقة أمام السيارات لكن الدراجة تحركت. عند المدرسة تعرف عليه حارس المدرسة وسمح له بالدخول لأنه قريب طالب. اطمان على مجد وأعطاه هاتفه النقال ليكلم والديه سريعاً ويطمئنهم باستخدام شبكة داخلية كان يمتلكها (لنفرض أنه كان لديه جهاز اتصال لاسلكي مع الأب أو استطاع عبر شبكة الشركات الخاصة للاتصال). هنا ظهر فائدة وجود **شخص خارج منطقة الأزمة:** العم لم يكن متأثراً بالحدث مثل الأبوين وكان أنسب من يصل.
- **لم الشمل:** بعد ساعتين كان الوضع قد هدأ بما يكفي لخروج الأهالي، وتمكن الأب من الوصول للمدرسة. وجد مجد مع عمه في مكان آمن بجوار المدرسة يلعبان لعبة ورق لتمضية الوقت، رغم أن عيون الصغير كانت متعبة من البكاء. ضم الأب ابنه وشكر شقيقه على التصرف السريع. المدرسة سلمت الطلاب لأولياء أمورهم بعد التأكد من هوياتهم. كانت إدارة المدرسة سعيدة أن **مجد يحمل بطاقة معلومات الطوارئ** في حقيبته (تحمل اسمه وعنوان منزله ورقم الوالدين والعم) 14 15 ، مما سهل التواصل والتعريف به.

- **ما بعد الأزمة:** في المساء شرح الوالدان لمجد كم هما فخوران به لأنه تذكر التعليمات وبقي في مكان آمن. وتحديثا عما جرى لتحسين الخطة: اقترح مجد بنفسه أنه يريد تعلم رقم هاتف عمه المحمول حفظًا (كان يعتمد على البطاقة فقط). وبالفعل خلال الأيام التالية حفظ الرقم. كما قرر الوالدان أنه ربما من الأفضل تعريف المزيد من الأقارب القريبين من المدرسة بخطتهم، واتفقوا مع والدة زميل لمجد تسكن بجوار المدرسة أنه في أي طارئ يمكن لمجد الذهاب معها إلى بيتها إن تعذر وصول العائلة فورًا (هذا يزيد طبقة حماية إضافية).
- **التدريب المدرسي:** بعد انتهاء الأزمة، دفعت إدارات المدارس نحو **تكثيف تدريبات الإخلاء** للتلاميذ. مجد شارك في تدريب مدرسي على زلزال وتذكر نصائح المعلمة: "انحن تحت الطاولة، ثم اخرج بهدوء، ثم اذهب لمنطقة التجمع." هذه التدريبات جعلته أكثر استعدادًا وثقة. والأهل دعموا ذلك بأن مارسوا مع أبنائهم **لعبة الطوارئ**: يطرحون سيناريو "لو كنت بالمدرسة وصار كذا، شو بتعمل؟" ويعطون مكافآت لمن يجيب تصرفًا صحيحًا. هذا جزء من **التعليم بالترفيه** الذي يبنى ردود فعل تلقائية سليمة لدى الأطفال.

ملاح خاصة لهذا النموذج: هنا التحدي هو **الانفصال الجغرافي** وقت الأزمة. الحل كان في وجود **شبكة مساندة** من أقارب أو معارف قريبين من مكان الطفل، واتفقات مسبقة مع الطفل والمدرسة. يظهر أهمية **بطاقة المعلومات** مع الطفل دائمًا، وتعليم الطفل عدم التجول بعيدًا وحده. أيضًا، وجود **خطط لدى المدرسة** ساعد كثيرًا؛ لذا ننصح الآباء بمعرفة خطط طوارئ مدارس أبنائهم والمشاركة في تطويرها إن أمكن. مثلًا بعض المدارس تعطي كل طالب ملصق به رقم اتصال الطوارئ للأهل يضعه المعلم على قميص الطفل خلال الإخلاء لضمان التواصل. كن على اطلاع بهذه الإجراءات وتأكد أن ابنك يعرفها. ولا تنس أن **التركيز على الجانب النفسي** للطفل أساسي: مدحه بعد الموقف، والاستماع لمخاوفه، ثم تصحيح أي أخطاء حدثت بطريقة لطيفة وتعليمية.

هذه النماذج الثلاثة توضح تطبيقات مختلفة: المدن الكبرى (حيث الخطر آمناً غالبًا)، الأرياف (خطر طبيعي ومجتمعات متماسكة)، ووجود أفراد منفصلين (الأطفال في المدارس أو أفراد يعملون في مواقع مختلفة). بالطبع هناك سيناريوهات أخرى عديدة (مثلًا عائلة تسافر على الطريق حين تقع حالة طوارئ، أو شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة في مركز رعاية يحتاج خطة خاصة). لكن المبادئ الأساسية تتشابه: **خطة، استعداد، تواصل، تدريب، ومرونة في التطبيق.**

خرائط ASCII ووصف المسارات البديلة (مفاتيح وأمثلة)

NOTE: This section explains how to use ASCII or text descriptions for mapping routes, with keys for --> symbols and an example with realistic context

عندما لا تتوفر خرائط ورقية أو رقمية مفصلة، أو عند الرغبة في **تبادل تصور سريع للمسارات** عبر وسائل بسيطة (مثل رسالة نصية أو إذاعة شفهية)، يمكن اللجوء إلى **الخرائط النصية (ASCII Maps)** أو الأوصاف النصية المنظمة. سبق أن أدرجنا مثالًا بسيطًا في خطوة المسارات. هنا نشرح أكثر كيفية بناء **وصف نصي للمسار** مع رموز (Legend) لفهمها بسهولة:

ما هي خريطة ASCII؟

هي ببساطة رسم خريطة باستخدام رموز لوحة المفاتيح العادية بدل الرسوم. مثلًا استخدام [] لتمثيل مبنى، و <---> لتمثيل طريق. هذه الخرائط مفيدة لأنها يمكن كتابتها في ملف نصي أو حتى إرسالها كرسالة SMS إذا كانت قصيرة، أو قراءتها عبر الراديو حرفيًا. مفتاح النجاح هو استخدام **رموز مفهومة وشرحها في أسفل الخريطة**.

مثال لخريطة ASCII لمسار إخلاء واقعي:

فلنفترض خريطة نصية لجزء من مدينة فيه المعالم التالية: [H] منزل العائلة، [S] مدرسة تستخدم كملجأ، [P] متنزه أو حديقة مفتوحة، ^ اتجاه الشمال.

مدرسة الإيواء [S]
 |
 شارع عمر الرئيسي |
 إلى وسط المدينة >----+---- [P]
 | متنزه
 جنوب v
 منزل العائلة [H]

شرح الرموز:

- [H] = منزل العائلة (نقطة البداية للإخلاء).
- [S] = مدرسة الإيواء (نقطة التجمع/الملجأ المستهدف).
- [P] = متنزه = معلم يُستخدم كنقطة مرور أو تجمع مؤقتة.
- شارع عمر الرئيسي = اسم الشارع المرسوم بخط | (عمودي) و - (أفقي) مع علامة + تدل على تقاطع طرق.
- السهم --> عند طرف الشارع يشير إلى أن امتداد الشارع يؤدي إلى وسط المدينة (اتجاه لتوضيح الموقع النسبي).
- العلامة جنوب v و ^ (سهم لأعلى) كُتب عندها "شمال" ضمنيًا، لبيان اتجاه الخريطة (اتجاه علوي = شمال، سفلي = جنوب).

استخدام الخريطة نصيًا: يمكن مثلاً عبر جهاز لاسلكي أن يصف شخص لعائلته أو لفريق إنقاذ: "من [H] منزلنا، اذهب شمالاً باتجاه متنزه ([P]) ثم شرقاً في شارع عمر الرئيسي حتى تصل [S] المدرسة." بوجود الخريطة النصية، يفهم السامعون بسهولة المقصود بالاتجاهات لأنها تستند لمعالم معروفة. حتى دون الخريطة، هذا وصف طريق واضح: "من البيت إلى المتنزه ثم المدرسة شرقاً."

كتابة وصف المسارات بالكلمات (دون خرائط):

أحياناً قد لا تتمكن حتى من رسم ascii، فتضطر للوصف الكتابي فقط. هنا اعتمد على **هيكلية واضحة**:

1. **حدد نقطة الانطلاق ونقطة الهدف:** "نحن الآن عند منزل أبو محمود (حارة كذا) ونريد الوصول إلى مبنى البلدية القديم (المحدد كمركز إخلاء)."
 2. **اذكر المعالم على الطريق والتسلسل:** "سنخرج إلى الشارع العام (شارع المسجد) وتتجه يميناً (غرباً) نحو دوار السوق. من هناك ننعطف يساراً بعد المخفر القديم ونسير 200 متر إلى أن نرى مبنى البلدية على اليمين."
 3. **استخدم المسافات والتوقيتات التقريبية:** "الطريق يستغرق 10 دقائق سيراً على الأقدام من منزلنا إلى المركز."
 4. **نبّه للعقبات إن وجدت:** "تجنب المرور من أمام محطة الوقود في أول الشارع لاحتمال الخطر، خذ الرصيف المقابل."
 5. **اتجاهات البوصلة مفيدة:** "اتجه شرقاً نحو الشمس المشرقة صباحاً ثم شمالاً عند التقاطع الكبير."
- هذا الوصف يمكن كتابته كنص أو إرساله كرسالة أو إذاعته صوتياً. المهم أنه منظم تسلسلياً (مرحلة بعد مرحلة) ويستعمل معالم ثابتة واتجاهات واضحة بدل كلمات تحتمل التأويل مثل "روح من هون لهنالك".

نصائح عند استخدام خرائط ASCII أو الوصف النصي:

- **كن بسيطاً:** لا تزدحم الخريطة بالرموز. ضع فقط الأساسي. مثلاً لا داعي لرسم كل بيت، فقط المعالم الهامة (جامع، مدرسة، ساحة).

- **تجنب الرموز الغريبة:** استخدم ما هو متاح بلوحة المفاتيح الأساسية، لأن بعض الأنظمة قد تشوه الرموز غير المعتادة.
 - **اختبر الفهم:** اعرض الخريطة النصية على شخص لم ير المنطقة من قبل؛ إن فهمها فأنت على الطريق الصحيح. إن أخطأ في تفسير رمز، عدّل التوضيح.
 - **حدث حسب الحاجة:** إذا تغيرت ظروف الطريق (مثلا انهيار جسر)، عدّل الخريطة/الوصف وتواصل بالتحديث مع من يلزم.
 - **إعرف متى تعتمد عليها:** الخرائط النصية رائعة للتخطيط أو التواصل المحدود. لكنها لا تغني عن استخدام الخرائط الحقيقية أو المشي في الطريق للتأكد منه. لذا اعتمدها كوسيلة مساعدة إضافية.
- ⚠ **تنبيه:** عند مشاركة أي خريطة أو وصف مسار فيه تفاصيل موقع عائلتك أو مخبئكم، احرص أن يتم ذلك فقط مع من تثق به. في سياقات الصراع، هذه معلومات حساسة. استخدموا **شفرات بسيطة** إن لزم (مثلا تسمية الشخصيات بدل المواقع: "نلتقي عند دار جدي" كناية عن مكان معلوم بينكم، أو "الخط أ" و"الخط ب" لمسارين دون كشفهم للطرف الثالث). تذكر أن **السلامة الأمنية للمعلومات** جزء من سلامتك الجسدية.

قائمة مراجعة للطوارئ (Checklist A4)

NOTE: This section provides a one-page emergency checklist, as bullet points, covering essential items --!> and actions <--

هذه **قائمة مراجعة شاملة للطوارئ** يمكن طباعتها بحجم A4 وتعليقها في مكان ظاهر بالمنزل. تساعدك القائمة على التأكد من جهوزيتك وللتنصرف السريع وقت الأزمات. تأكد من قراءتها بين فترة وأخرى وخاصة قبيل المواسم الحرجة (الشتاء، أو توترات أمنية متوقعة).

✓ قائمة المراجعة السريعة:

- **تحقق من إشارات الخطر:**
هل هناك إنذار رسمي أو أخبار عاجلة؟ هل لاحظت ظواهر غير اعتيادية (أصوات، اهتزازات، دخان)؟ → قيّم مستوى التهديد فوراً.
- **قرار البقاء/الإخلاء:**
بناءً على المعطيات الحالية، هل ستبقى مؤقتاً أم ستخلي؟ → استخدم مصفوفة القرار إن كنت متردداً، ثم احسم الأمر بسرعة.
- **إبلاغ الجميع بالقرار:**
أبلغ أفراد الأسرة حالاً بما سيجري: "سنخلي الآن" أو "سنبقى لكن استعدوا". → تأكد أن الكل سمع وفهم التعليمات (بالنظر أو النداء الشخصي).
- **حقيبة الطوارئ والوثائق:**
 - ✓ حقيبة/حقائب الطوارئ جاهزة وحملت؟
 - ✓ الوثائق الحيوية (هويات، جوازات، أوراق) في الحقيبة المقاومة للماء؟
 - ✓ الأموال والنقود بحوزتكم؟
 - ✓ هاتف مشحون وبطارية إضافية، وراديو، صافرة؟
 - ✓ الأدوية الخاصة (إنسولين، بخاخ، حبوب ضغط) أخذتموها؟

• **سلامة المنزل قبل المغادرة (إن توفر وقت):**

اقطع الكهرباء من القاطع الرئيسي.
أغلق أسطوانة الغاز أو صمام الغاز الرئيسي.
تأكد من غلق صنبور المياه الرئيسي (خاصة إن كان احتمال فيضان أو تسرب).
هل الحيوانات الأليفة/المواشي بأمان أو أطلقتها لتدبر نفسها (حسب الخطة)؟
أقفل الأبواب والنوافذ قدر الإمكان لحماية الممتلكات (إلا إن كان زلزال - اتركها مفتوحة قليلاً لتقليل الضغط).

• **أفراد الأسرة:**

عدّدوا الموجودين قبل الخروج: هل الجميع حاضرون؟ (لا تنس الأطفال المختبئين ربما تحت السرير من الخوف، أو الكبير بالسطح).
الجميع يرتدي ملابس مناسبة؟ (حذاء متين، معطف، قبعة للشمس/البرد).
ID بطاقة تعريف لكل شخص معه؟ (سواء بطاقة هوية فعلية أو ورقة معلومات).
تم تخصيص مساعد لكل فرد ضعيف؟ (من يمسك بيد الصغير، من يرافق الكبير).

• **الاتصال والتواصل:**

☎ أبلغتم جهة الاتصال الخارجية بخططكم؟ (أرسل رسالة نصية سريعة بالموقف والخطة إذا أمكن).
☎ حملتم جهاز الاتصال البديل (لاسلكي/راديو) وضبطتموه على القناة الصحيحة؟
اتفقت مع الجار/الجيران على تنسيق الخروج؟ (مثلاً بوق السيارة أو التجمع بالمكان الفلاني).

• **أثناء الإخلاء:**

إذا بالمركبة: وقود كاف؟ حقيبة إسعاف بالسيارة؟ لا تسلك طرق خطيرة أو جارفة.
إذا مشياً: حافظوا على صف واحد أو مجموعة متماسكة. لا تركضوا بلا وجهة. راقبوا ما حولكم باستمرار.
تواصل مستمر: عين على من خلفك وأمامه، نادِ بالأسماء للتأكد أن الكل معك خاصة بالعتمة أو الزحام.

• **عند نقطة التجمع/الملجأ:**

سجلوا أسماءكم لدى المسؤولين (إن وجدوا) وأبلغوا أقاربكم بوصولكم.
حاول الاتصال مجدداً بمن لم يصل أو بمن ينتظركم (الشبكات تتحسن أحياناً لاحقاً).
وفروا الماء والطعام بينكم بالعدل - قد تطول الإقامة.
فكر بخطة بديلة لو أصبح المكان غير آمن: دائماً حدد مخارج طوارئ في الملجأ أيضاً.

• **إن قررتم البقاء في المنزل:**

🏠 تأكد أن الملجأ الداخلي آمن (غرفة محصنة أو طابق أرضي بعيد عن النوافذ).
📦 لديكم إمدادات تكفي 3 أيام على الأقل؟ (ماء، طعام، إضاءة، أدوية).
📶 وسيلة لطلب المساعدة إن ساءت الأمور؟ (راية على السطح، ورقة على الشباك، راديو إشارات).
وفروا طرق بديلة للصرف الصحي إن انقطعت المياه (كيس النفايات داخل الدلو مثلاً للفضلات).
حافظوا على الهدوء وعدم جذب الانتباه إذا خطر أمني بالخارج.
راقبوا الوضع دورياً: كل ساعة قيموا هل لازال البقاء آمن أم حان الإخلاء.

• **بعد انتهاء الحالة الطارئة:**

تأكد من لم الشمل: هل كل أفراد العائلة بخير ومعكم؟ أي مفقود أو مصاب؟ بلغوا فرق الإنقاذ فوراً عن أي مفقود.
اتبع توجيهات السلطات حول العودة أو استمرار الإخلاء. لا تستعجلوا الرجوع حتى لو أردتم تفقد المنزل - السلامة أولاً.
في حال العودة: انتبهوا لمخاطر بعد الكارثة (أسلاك كهرباء ساقطة، تسرب غاز، هيكل بناء ضعيف). ادخلوا بحذر وبالنهار.

📖 دروس مستفادة: اجلسوا كمجموعة بعد أن تهدأ الأمور، ناقشوا ما تعلمتم وما يمكن تحسينه في الخطة مستقبلاً. سجلوا ذلك فوراً.

هذه القائمة طويلة، لكنها تغطي معظم الجوانب. يمكن تظليل البنود الحرجة التي تناسب نوع المخاطر الأكثر احتمالاً لكم. احتفظوا بهذه الورقة في **ملف الخطة العائلية** وتفقّدوها كل حين، وحتى استخدموها أثناء التدريب للتأكد أنكم لم تغفلوا شيئاً. كما يمكن تقسيمها على أفراد: مثلاً شخص يختص بتفقد المستلزمات، آخر يعدّ الأفراد، آخر يهتم بإبلاغ الاتصال... teamwork يجعل التنفيذ أسرع.

بطاقتا سيناريو للتدريب الذهني

NOTE: Below are two scenario cards for mental drills. Each scenario is described and questions asked for --> the family to ponder and practice their response <--

التدريب الذهني عبر **بطاقات السيناريو** أسلوب فعّال لجعل عائلتك تفكر مسبقاً في مواقف طارئة وكيفية التعامل معها. إليك **بطاقتين جاهزتين** يمكنك قصّهما أو كتابتهما وعرضهما في جلسة تدريب عائلية. فكرة البطاقة أن تقرأ السيناريو على الأسرة (أو تعطيه لأحد ليقرأه وكأنه "راوي القصة") ثم تسأل: "ماذا سنفعل؟" وتترك الجميع يشاركون بأفكارهم، بعدها تناقش وتصحح حسب خطتكم. هذا التمرين يكشف أي نقاط غموض أو اختلاف في فهم الخطة بين الأفراد.

سيناريو بطاقة 1: طوارئ منتصف النهار (العائلة متفرقة)

الموقف: الساعة 2:15 ظهراً يوم الثلاثاء. الأب في عمله على بعد 5 كم، الأم في السوق على بعد 1 كم، الأطفال في البيت مع الجدة. فجأة دوى انفجار قوي في المدينة وانقطعت الكهرباء وشبكة الجوال. من النافذة، ترى الجدة سحابة دخان على بعد كيلو مترين. الأطفال مذعورون ويبكون.

تفاصيل إضافية: الراديو الذي يعمل على البطارية أفاد بعد 5 دقائق أن انفجاراً كبيراً (مجهول المصدر) وقع قرب وسط المدينة، وهناك دُخَانٌ مروري. طُلب من الجميع إخلاء المنطقة إلى مسافة 3 كم بعيداً عن موقع الانفجار خشية تلوث أو أخطار أخرى. الجو حار (~35°) وهذا بعد الظهر.

السؤال: أنت موجود الآن في المنزل (مع الجدة والأطفال)، ماذا تفعل خطوة بخطوة لتنفيذ خطة الإخلاء العائلية؟ وكيف ستتواصل مع الأب والأم لإعادة جمع شمل الأسرة؟

نقاط للنقاش: هل سيبقى الأطفال والجدة وينتظرون أحد الوالدين ليصل؟ أم يبدأون بالإخلاء سرياً على الأقدام نحو نقطة التجمع؟ أيهما نقطة التجمع في هذه الحالة؟ كيف سيتصرف الأب والأم؟ هل سيحاول أحدهما الوصول للبيت أولاً أم يتجهان لنقطة التجمع مباشرة؟ ما وسائل التواصل البديلة بين الثلاث مجموعات (البيت، الأب، الأم)؟ كيف نتأكد من سلامة الجميع في النهاية؟

سيناريو بطاقة 2: طوارئ ليلية أثناء النوم

الموقف: الساعة 3:40 فجراً، العائلة كلها نائمة في المنزل. استيقظت على صوت اهتزاز قوي في المبنى - إنه زلزال يهز المنطقة! تداعت بعض الأشياء من الرفوف، وانقطع التيار الكهربائي فوراً. الظلام دامس والكل مفزوع. استمرت الهزة نحو 20 ثانية ثم توقفت، لكن لا تعرف إن كانت هناك هزات ارتدادية قادمة.

تفاصيل إضافية: المنزل من طابقين. أحد الأطفال يصرخ من غرفته في الأعلى. الوالدان في الطابق السفلي. هناك رائحة غاز خفيفة في المطبخ ربما نتيجة اهتزاز أنابيب الغاز. خارج المنزل هدوء مخيف ثم أصوات بعض الجيران تصيح طلبًا للمساعدة.

السؤال: ماذا يجب أن تفعل أنت وعائلتك في الدقائق الأولى بعد الزلزال مباشرة، وفقًا لخطة الطوارئ التي أعدتموها؟ وكيف ستجمعون الأسرة وتقررون البقاء أو الإخلاء وسط هذه الضبابية والفرع؟

نقاط للنقاش: ما أول شيء يفعله الوالدان؟ (مثلاً: حماية الرأس من أغراض قد تقع، البحث عن الأبناء في الظلام، استعمال كشاف؟) من المسؤول عن قطع الغاز والكهرباء إن أمكن؟ أين نقطة التجمع خارج المنزل إن قررتم الخروج فوراً؟ كيف تتعاملون مع احتمال هزة ارتدادية بينما البعض داخل البيت؟ هل تخرجون فوراً أم تنتظرون قليلاً لتقييم الأضرار؟ ماذا لو كان أحد أفراد العائلة مصاباً أو محصوراً في غرفة بالطابق العلوي بسبب تعطل الباب؟

طريقة الاستخدام: يمكنكم استخدام هاتين البطاقتين في **ليلة عائلية للتدريب الذهني**. اعطوا كل فرد دوراً ليعبر ماذا سيفعل. يمكن تمثيل بسيط للأدوار (مثلاً أحدهم يقلد صوت الجدة أو الطفل الخائف ليجعل التمرين حياً). ناقشوا السيناريو بهدوء: ليست مسابقة لإجابة صحيحة بل محاولة لاكتشاف الثغرات. بعد الانتهاء، استخرجوا الدروس: ربما اكتشفت أن **طفلكم لا يعرف أين مصباح الطوارئ** أو أن **الجدة لا تستطيع النزول بسرعة بدون مساعدة**. هذه الملاحظات تسجلوها لتحسين خطتكم الفعلية.

تذكر: السيناريوهات الذهنية تساعد في تمرين **الخيال والذاكرة العضلية**. عندما يتخيل الشخص نفسه في موقف خطر ويقرر سلوكاً الآن، سيكون أقرب لفعل ذلك فعلياً لاحقاً. كما أنها تزيل رهبة المجهول: إذا كان أول مرة يفكر أحدهم "ماذا لو وقع زلزال ونحن نيام؟" في التمرين، سيكون أقل ارتباكاً إذا وقع حقاً لأنه مرن عقله على خطة. وكما يقول المثل الغربي المعروف: "إنه تدريب، لا تترنّبك" - والمعنى مشابه للمثل العربي السابق بأن التدريب يمنع الفشل ساعة الحقيقة.

نصائح محلية ذكية (افعلها بنفسك - DIY)

NOTE: This section provides local smart tips (DIY) in bullet points, referencing local context and --> improvised solutions.

في مجتمعنا الفلسطيني والمجتمعات المشابهة، اعتدنا على **الاعتماد على الذات** والابتكار عند شح الموارد. إليك مجموعة **نصائح محلية ذكية (DIY)** يمكنك تنفيذها بمواد متوفرة حولك لتعزيز استعدادك للطوارئ دون تكلفة كبيرة:

- **اصنع فانوس طوارئ بسيط:** يمكن باستخدام علبة معدنية (كعلبة تونة فارغة) وشمعة صغيرة وبعض الأسلاك، صنع فانوس يوفر إضاءة لعدة ساعات. أثقب العلبة من الجوانب للتهوية، ثبّت الشمعة في قاعها ثم علق العلبة بخيط أو سلك. ستحمي العلبة اللهب من الهواء وتمنع سقوط الشمع المذاب، مما يجعلها آمنة نسبياً للإضاءة المستمرة.
- **بطارية شحن بديلة من بطاريات قديمة:** إذا لم تتوفر Power Bank، يمكنك تجميع بطاريات هواتف قديمة أو بطاريات ليثيوم 18650 (من حاسوب محمول قديم) مع دائرة شحن بسيطة (متوفرة من محلات الإلكترونيات الرخيصة) لصنع بنك طاقة محلي. يوجد على الإنترنت شروحات عديدة لذلك. المهم القيام بالأمر بأمان، وربط البطاريات بموازنة صحيحة. هذه البطارية تعيد استخدام موارد متوفرة وتضمن مصدراً للطاقة عند انقطاع الكهرباء.
- **هوائي راديو معزز:** إذا كان الاستقبال الإذاعي ضعيفاً في منطقتك، اصنع هوائياً بسيطاً من سلك نحاسي بطول 2-3 أمتار. اربط طرفه بهوائي الراديو العادي أو منفذ الهوائي إن وجد، وارفع السلك عالياً على عصا أو

عمود خشبي خارج نافذة المنزل. سيعمل كسحب الإشارة بشكل أفضل خصوصاً لمحطات AM. بذلك تضمن وصول التحديثات الإخبارية ⁷ حتى لو كنت في منطقة ظل التغطية.

• **شبكة تواصل حيّة:** اتفق مع بعض جيرارك على إنشاء شبكة بسيطة باستخدام أجهزة Walkie-Talkie مشتركة. يمكن شراء أجهزة رخيصة تعمل على نطاق 5-2 كم. عينا قناة معينة (مثلاً القناة 3) للطوارئ. دربوهم على استخدامها. يمكنكم أيضاً صنع هوائي مطوّر لتلك الأجهزة من سلك كهربائي لزيادة مداها قليلاً. هكذا، عند انهيار الشبكة الخلوية، يبقى الحي قادراً على تبادل المعلومات أو طلب المساعدة لاسلكياً.

• **صفارة من غطاء القنينة:** إذا لم تجد صفارة جاهزة لكل فرد، تستطيع صنع صفارة بدائية من غطاء معدني لقنينة عبر ثنيه من النصف ووضع ثقب فيه. التجربة مطلوبة للحصول على الصوت، لكنه يصدر صفيراً عالٍ يمكن سماعه لعشرات الأمتار. كذلك يمكن استخدام أنبوب بلاستيكي قصير (مثل مزمار بسيط) يصدر نغمة عند النفخ. الأهم تدريب العائلة على نمط الصفير المتفق عليه كما ذكرنا.

• **تعزيز الأبواب للأمان:** في المناطق التي يخشى فيها من مداخلات أو فوضى لصوص عند الإخلاء، يمكن تدعيم باب المنزل سريعاً قبل المغادرة. مثلاً وضع لوح خشبي خلفه أو إسناد أريكة أو دولا لدعم الإطار. هذا ليس منيعاً تماماً لكنه يعيق الدخول السريع. وفي حال البقاء داخل المنزل أثناء خطر أمني، يمكن نقل خزانة ثقيلة خلف الباب كإجراء وقائي.

• **نسخ مستندات بالكاميرا:** وفر على نفسك عناء البحث عن ماسح ضوئي؛ التقط صوراً واضحة بهاتفك لكل الوثائق المهمة (هوية، شهادات) وخذنها على بريد إلكتروني لنفسك أو على بطاقة ذاكرة تحتفظ بها في الحقبة ⁶. هكذا حتى لو ضاعت الأوراق، يكون لديك نسخة إلكترونية بأقل مجهود. بعض التطبيقات المجانية تجعل الصورة كأنها ماسحة ضوئية (تقص الحواف وتحسن التباين).

• **تنقية مياه بسيطة:** إذا شككت بمياه الشرب (مثلاً اضطررت لأخذ مياه من خزان قديم أو تجمع مطر)، قم بترشيحها بقطعة قماش نظيفة أولاً لإزالة الشوائب، ثم غليها لمدة 5-10 دقائق إن أمكن. إذا الغاز مقطوع، يمكن عمل موقد شمعة تحت إبريق صغير لغلي كمية قليلة (أو استخدم أقراص الكلور إن توفرت). أيضاً، الشمس أحياناً مفيدة: املاً زجاجة شفافة نظيفة بالماء المشكوك فيه، وضعها بالشمس مدة 6 ساعات (أشعة UV تساعد على قتل بعض الجراثيم) - هذه تقنية معروفة باسم SODIS. ليست مثالية لكن أفضل من لا شيء.

• **حاويات متعددة الاستخدام:** حافظ على جالونات الماء الفارغة ذات الـ 5-10 لتر بدل رميها. يمكن استخدامها للتخزين، أو حتى كحواصات طفو إذا لزم عبور مياه. أيضاً أكياس النايلون الكبيرة (الخيش أو الأسمدة) يمكن أن تتحول إلى مشمع حاجز للمطر أو حاملة أغراض. في الأزمات، الأشياء البسيطة تتحول لأدوات نجاة.

• **مطفأة حريق منزلية بديلة:** إن لم تكن تملك مطفأة، جهز دلو كبيراً مملوءاً بالرمل وآخر بالماء في زاوية معروفة. عند أي حريق صغير (مطبخ مثلاً) يمكن للسطل الرملي أن يخدم النار (يسكب الرمل على اللهب يخنقه). الماء يستخدم بحذر (ليس لحرائق كهرباء أو زيت). أيضاً بيكربونات الصوديوم (كربونة) من المطبخ تطفئ النار بكفاءة لو نثرتها على لهب زيت.

• **حقيبة "دفينة":** كإجراء أخير، إذا كان لديك وثائق غالية جداً أو مقتنيات ثمينة وتخشى أن يأخذها أحد لو سقط البيت في فوضى، يمكنك دفن صندوق صغير ضد الماء في حديقة البيت أو سطحه أو حتى إخفاؤه في جدار سقيفة. ضع به نسخاً من الوثائق وصور العائلة ونسخة من خطة التواصل. استخدم مواد عازلة للرطوبة. هذه "الدفينة" كضمانة إضافية لاستعادة ما يهملك إن فقدت حقيبة الإخلاء أو سُرقت. لكن احرص أن يعرف أحد أفراد الأسرة بمكانها (سر عائلي).

• **حافظ على الذاكرة الأسرية:** نصيحة أخيرة نفسية أكثر منها تقنية: احتفظ بألبوم صور مصغّر أو ملفات رقمية على ذاكرة بها صور عائلية وذكريات. أثناء الإخلاء والشتات، رؤية صورة عائلية سعيدة سابقة تعطي الأمل بالعودة. يمكن وضع بطاقة ذاكرة تحوي هذه الذكريات في الحقبة. هذا ليس إنجازاً مادياً لكنه دعم معنوي كبير وقت الشدائد.

هذه النصائح وغيرها كثير مما يبتدعه الناس وقت الشدة قد تبدو بسيطة، لكنها ثمينة عند الحاجة. في فلسطين، مررنا بأزمات متكررة طوّرنّا معها حدساً لكيفية "التحاييل على الصعاب". شارك أنت أيضاً ابتكاراتك مع مجتمعك؛ ربما جارك لديه فكرة أذكى لم تخطر لك، وتبادل الحلول المحلية يعزز صمود الجميع.

تذكّر: "الحاجة أم الاختراع" مثل عالمي صحيح جداً. عند غياب الدعم الخارجي، نبني دعمنا بأيدينا. كل عائلة ورشة إبداع تحت الضغط. اجعل التحضير للطوارئ مشروعاً فيه ابتكار وتحدي إيجابي، أشرك الأبناء في صنع الأدوات (مثلاً دَع طفلك

يصنع صفارته الخاصة ويزينها، أو يرسم ملصقات لقوارير الماء بتواريخ التعبئة). هكذا تبني ثقافة الاستعداد بشكل ممتع وتعليمي في الوقت نفسه.

أمثال ومقتطفات ثقافية لتعزيز الحس الأمني

NOTE: This section presents cultural proverbs and quotes (with possibly dialect or classical forms) and --!> <-- explains their relevance to preparedness and caution

الحكمة متجذرة في ثقافتنا عبر **الأمثال الشعبية** والأقوال المأثورة. استخدم الأجداد الأمثال لتوجيه السلوك والتوعية بشكل غير مباشر. إليك باقة من الأمثال والمقتطفات المناسبة لحالة **الحيطة والحذر والاستعداد** ، مع شرح بسيط لها وربطها بموضوعنا:

- **"درهم وقاية خير من قنطار علاج":**
هذا مثل عربي فصيح مشهور، يُضرب للتشجيع على أخذ الاحتياطات مسبقاً بدل الندم بعد وقوع المصيبة. الدرهم والقنطار وحدات قديمة للوزن، والمعنى أن القليل من الوقاية (درهم) أفضل من كثير من العلاج (قنطار). في سياقنا: ساعة من تحضير خطة إخلاء خير من شهور من المعاناة لأننا لم نخطط.
- **"الحيطة والحذر واجبان":**
تعبير دارج يعني أن **التوخي والاحتراس واجب** على كل شخص عاقل. يذكّرنا هذا القول بأن **الأمان بعد الله في الحذر** . لا يكفي أن نتكل على الأقدار دون فعل الأسباب. عندما نقول لشخص "توخّ الحيطة والحذر"، فإننا نطالبه ألا يستهين بالخطر مهما بدا صغيراً. في موضوعنا: الحذر الواجب هو إعداد خطط السلامة دائماً حتى لو كنا نأمل ألا نحتاجها.
- **"في التأني السلامة وفي العجلة الندامة":**
من الأمثال الشائعة بالعربية الفصحى (وأحياناً يقال بالعامية: "في التأني السلامة وفي العجلة الندامة"). المعنى: السلامة تأتي مع التأني والتروي، والندم يأتي مع التسرع. للوهلة الأولى قد يبدو متناقضاً مع حاجتنا للتحرك السريع في الإخلاء. لكن المقصود هنا ليس التأخر في القرار، بل **التصرف الهادئ غير المذعور** حتى وأنت سريع. أن تتأني يعني ألا تهرع بلا ترتيب فتقع في خطأ جسيم. مثلاً: أن تتأني في نزول السلم بخطة بدل أن تطفر وتقع. نذكر أنفسنا بهذا المثل أثناء التدريب: "لا تخط بين سرعة الاستجابة وفوضى الاستعجال".
- **"اسأل مجرب ولا تسأل حكيم":**
مثل شعبي يدعو لأخذ نصيحة المجرب (من عاش الأمر) أكثر من المنظر الحكيم الذي لم يجرب. نطيقه هنا بأن نتعلم من **تجارب عائلات مرت بأزمات** فعلية. قصص من عايشوا الزلازل أو الحروب فيها دروس ثمينة. الحكمة النظرية جيدة، لكن تجربة الجار الذي نجا لأنه فعل كذا تستحق الإصغاء. لذا أشرك مجتمعك في التخطيط واسأل كبار السن: "شو تعملوا أيام زمان لو صار كذا...؟" استفاجاً بحكمة عملية لم تخطر بالك.
- **"اللي بيخاف سلم":**
مثل من العامية الفلسطينية يعني **"من يخاف يَسَلِّم"** ، أي أن الخوف الحذر يقود إلى السلامة. وليس المقصود الخوف السلبي الذي يشل الحركة، بل ذلك الحذر المحمود الذي يدفعك لاتخاذ خطوات سلامة. في مجتمع اعتاد المخاطر، صار الخوف هنا قيمة إيجابية إذا كان خوفاً واعياً. هذا المثل يدعم فكرة أن **الحذر وقاية** وليس جبناً. عندما يعدّ أحدهم خطة طوارئ قد يواجه من يسخر "شو خايف كثير؟"، يمكن الرد بالمثل: "آه بخاف عشان أسلم!" بدون حرج.
- **"اعقلها وتوكل":**
قول مأثور من الحديث النبوي الشريف: القصة أن رجلاً سأل النبي ﷺ: أترك ناقتي طليقة وأتوكل على الله أم

أربطها؟ فقال له: «اعقلها وتوكل» ¹¹ . المعنى: قم بالإجراء الوقائي (اربط الناقة حتى لا تهرب) ثم توكل على الله. لا تعارض بين الأخذ بالأسباب والتوكل الإيماني. نذكر أنفسنا بهذا عندما نقوم بكل هذه الاستعدادات: نحن نفعل ما بأيدينا (نربط الناقة مجازاً)، ثم نتوكل على الله أن يحفظنا وييسر أمرنا. لا يكفي الدعاء بدون عمل ولا العمل بدون تضرع، بل نجعلهما معاً.

• "الجنة من غير ناس ما تنداس":

مثل اجتماعي يقول: حتى الجنة (بما تمثل من جمال ورغد) لا يطيب العيش فيها وحدك بلا ناس. المقصود هنا التأكيد على قيمة **التضامن الاجتماعي** . نطبعه على موضوعنا بأن نجاه الفرد لا تكون مثالية دون محيطه. خطط العائلة مهمة لكن **امتدادها للمجتمع** أهم. أهلك وجيرانك جزء من سلامتك. فلا خطة ناجحة إذا لم يهتم بعضنا ببعض في الشدائد. تعاونوا ولا تعزلوا أنفسكم؛ فالتكاتف قوة وأمان.

• "يا رب نفسي، يا رب نفسي...":

هذه عبارة دارجة تُقال لوصف الشخص الذي يفكر في نفسه فقط وقت الشدة. في ثقافتنا، يُدّم هذا السلوك عادة ونمّذ الإيثار والتعاون. نذكر هذا هنا كي نوازن بين أولوية حماية الأسرة وبين مسؤوليتنا الاجتماعية. صحيح أن لكل خطته العائلية، لكن في الكارثة الحقيقية ربما تحتاج مساعدة جار مصاب، أو إيواء عائلة أخرى مؤقتاً. تجهيز نفسك وأسرتك جيداً يمكن أن يجعلك أيضاً قادراً على **مساعدة الآخرين** ، وهذا شرف وواجب إنساني لا يجب أن ننساه حتى ونحن نهتم بأنفسنا. كما قال الشاعر: "وما استحق أن يولد من عاش لنفسه فقط."

• "إحذر عدوك مرة وصديقك ألف مرة":

يُقال عادة في الحذر من غدر الصديق أكثر من مواجهة العدو. لكن يمكن استعارتها للتنبيه على نوعين من المخاطر: الأخطار الواضحة (العدو) والأخطار الخفية (التي قد تأتي من مألوفين أو من أوضاع نثق بها). تطبيق ذلك في السلامة: لا تستهين بمصدر خطر لمجرد أنه مألوف. مثلاً كثير من الحوادث المميتة تحدث داخل البيت (كهرباء، غاز) أكثر من القصف أحياناً، فقط لأننا نتراخي معها. فهنا نقول احذر الخطر الكامن في الشيء الذي تظنه صديقاً (كجهاز كهرباء بدون صيانة) ألف مرة.

• "العين ما تعلق على الحاجب":

مثل يستخدم لإقرار ترتيب طبيعي (الحاجب أعلى من العين). نستخدمه مجازاً لتذكير الأسرة بهرمية القيادة وقت الأزمة. ففي الخطة يكون عادة الأب أو الأم = الحاجب (الأعلى) وباقي أفراد الأسرة = العين (الأدنى في القرار). الهدف طاعة القائد وقت التنفيذ لأن كثرة الجدل خطر. كما يقولون عسكرياً "نفذ ثم ناقش". فحين يتفق مسبقاً أن فلان قائد عملية الإخلاء، على الباقين الاتباع (مع إمكانية إبداء الرأي بسرعة لو رأوا خطأ فادحاً). هكذا يقل التخبط. المثل يذكرنا: ليكن لكل سفينة ربان واحد معلوم في العاصفة.

هذه الأمثال والمقولات ليست مجرد كلمات، إنها **حامل ثقافي للخبرات** . استخدامك لها خلال جلسات النقاش العائلية أو التدريب يضفي بُعداً مألوفاً ويؤكد القيم التي تبنيها خطتكم. يمكن مثلاً في بداية كل اجتماع خطة أسبوعي أن تبدأ بمثل أو حكمة لتحفيز النقاش. أو ضع لوحداً صغيراً على الحائط تكتب عليه حكمة الأسبوع المتعلقة بالسلامة. هذا يثري العقل ويشجع على التطبيق.

تذكر: ثقافتنا غنية بالموروث الذي يعزز الصمود. حتى في أحلك الظروف، نجد في التراث ما ينير الدرب. استمد القوة والعزم من حكم الأجداد وتجاربهم. وكما قال شاعرنا الكبير محمود درويش: "على هذه الأرض ما يستحق الحياة" - ومن يستحق الحياة جدير به أن يخطط لحمايتها وصونها، له ولمن يحب.

خاتمة: الملخص التنفيذي والسؤال التحفيزي

نصل أخيراً إلى ختام هذا الفصل الإرشادي التطبيقي. استعرضنا معاً **خطوات الإخلاء والتواصل العائلي** من كافة الجوانب: التخطيط المسبق، اتخاذ القرار السريع، تنفيذ الإخلاء والتدريب عليه، تأمين الاتصال البديل، واستعرضنا أمثلة حية ونصائح

محلّية. قبل أن نودعكم إلى الفصل التالي من الموسوعة، نوجز لكم **أهم 10 نقاط تنفيذية** من هذا الفصل، ثم نطرح سؤالاً أخيراً لتحفيز تفكيركم المستمر:

ملخص تنفيذي (10 نقاط أساسية):

1. **حدد مسبقاً إشارات الخطر ومستويات التهديد** التي تعني "حان وقت الإخلاء" لعائلتك، ودرب الجميع على تمييزها دون تردد.
2. **خطط أدواراً واضحة لكل فرد** أثناء الطوارئ (قائد، مساعد، مسؤول اتصال، إلخ) مع مراعاة احتياجات الأطفال وكبار السن وذوي الإعاقة.
3. **جهّزوا حقيبة طوارئ شاملة** تحوي مستلزمات الحياة لـ 72 ساعة ووثائقكم المهمة في حافظة مضادة للماء ⁽²⁾ ، واحفظوها في متناول اليد دائماً.
4. **ارسموا مسارات إخلاء آمنة** مع نقاط تجمع بديلة؛ تعرفوا على طرق متعددة (بالسيارة وراجلاً) وتمرنوا على سلوكها، وابتكروا خرائط ASCII أو وصف نصي للرجوع إليه عند الحاجة.
5. **أنشئوا خطة اتصال عائلية بديلة**: بطاقة معلومات لكل فرد، شخص اتصال خارج المنطقة ⁽⁹⁾ ، أجهزة لاسلكية أو رموز صفارة وإضاءة للاتصال عند انهيار الشبكة.
6. **تمرّنوا دورياً وبشكل مفاجئ** على الإخلاء خلال 15 دقيقة. كرروا التدريب حتى يصبح روتيناً مألوفاً ⁽¹¹⁾ ، وراجعوا خطتكم سنوياً للتحديث والتحسين ⁽¹²⁾ .
7. **استخدموا وسائل التواصل البديلة بذكاء**: صافرات، أضواء، طرقات ورموز – واتفقوا على شيفرات مفهومة مع جيرانكم المقربين لتبادل الدعم.
8. **تكيفوا مع السيناريوهات المختلفة**: حضّروا خططاً فرعية لمواقع مختلفة (المنزل، المدرسة، العمل) ولمخاطر متنوعة (حرب، كارثة طبيعية، إلخ) بحيث تكون أسرتكم مستعدة أينما كانت.
9. **حافظوا على السلامة النفسية والتكاتف**: طمّنوا أطفالكم بحقائق مبسطة، وأشركوا الجميع في الخطة لتعزيز الشعور بالأمان. تواصلوا وتضامنوا مع العائلات والجيران حولكم – السلامة مسؤولية جماعية.
10. **توكلوا على الله مع بذل الأسباب**: افعلوا ما بوسعكم في الإعداد والتخطيط والتدريب، ثم ثقوا بأنفسكم وبقدركم (بعون الله) على مواجهة الشدائد. تذكروا دائماً قول "اعقلها وتوكل" – اربط جملتك جيداً ولكن بعد ذلك سر مستعيناً بالله مطمئناً.

والآن، بعد أن قرأت هذا الفصل وأعددت خطة مبدئية في ذهنك على الأقل، أتركك مع **سؤال تحفيزي** أخير:

? هل أنت وعائلتك مستعدون حقاً؟

تخيل أن صافرة إنذار انطلقت الآن أو جاءك إنذار بهزة بعد دقائق... **ما أول خطوة ستفعلها فوراً؟**

إذا وجدت الإجابة حاضرة في ذهنك وواثقة، فأنت على الطريق الصحيح. وإن شعرت ببعض التردد، فهذا طبيعي – وما عليك إلا العودة لهذه الصفحات، وضبط خطتك والتدرب أكثر حتى يصبح رد فعلك التلقائي هو الأمان والجاهزية.

في النهاية: النجاة في الظروف المظلمة ليست ضربة حظ، بل هي **حصاد وعي واستعداد**. وأسرتك اليوم، بما خططتم وتدرّبتم، قادرة بإذن الله أن تكون من الناجين الصامدين، بل وربما تكون يد العون لغيرها أيضاً. فكن على استعداد... هل جهّزت خطتك؟

Family Emergency Plan (6 Steps for Disaster Evacuation Planning) 8 7 6 2

?https://unchartedsupplyco.com/blogs/the-four-pillars/family-emergency-plan-6-steps-for-disaster-evacuation-planning
srsItd=AfmBOoqdErdBirytrotiHx-pM5s61JAEAo2TgPWvk2Zp5aFQNtzMZgif

sdge.com 12 11 3

https://www.sdge.com/sites/default/files/S2150043_FamilyEmergPlan_Training%26Drills-AR_HR.pdf

Create Your Family Emergency Communication Plan 15 14 10 9 5 4

https://www.ready.gov/sites/default/files/2020-03/family-emergency-communication-planning-document.pdf

How Far Can a Whistle Be Heard: Unveiling the Range - BossHorn 13

?https://bosshorn.com/blogs/blog/how-far-can-a-whistle-be-heard
srsItd=AfmBOoperY3Twvmj5MxIX6oRjKaBzRhfhDi1d0KdVZ9aDcysUYftv1sU