



(رویداد ملی سپر نوآوری)

"فرم معرفی ایده یا طرح خلاقانه"

نکته مهم: لطفا فایل تکمیل شده را در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بازگذاری فرمائید.

۱- عنوان ایده: نام محصول/سرвис: نام خلاقانه و مرتبط با ایده محورهای رویداد سپر نوآوری طرح یا ایده ی شما: (کوتاه و رسما):

تشکیل شبکه‌های محلی کمکرسانی: هر محله، یک سپر مقاومت

۲- معرفی تیم کاری:

استان	محل اشتغال	تلفن همراه	پست الکترونیکی	قطع و رشته تحصیلی	تاریخ تولد	نام و نام خانوادگی ارائه دهنده‌گان (کامل)
سمنان	دانشگاه دامغان	۰۹۱۸۹۴۳۰۳۸۷	es.najafi@du.ac.ir	دکتری تخصصی	۱۳۶۳	اسماعیل نجفی

۳- تعریف مسئله (Problem Statement)

توضیح مشکل یا چالش خاصی که در حال حاضر وجود دارد و شما قصد دارید با طرح و ایده خود آن را حل کنید.
چرا این مسئله اهمیت دارد؟

در ایران، بیشتر بلایای طبیعی (زلزله، سیل، خشکسالی) بدون هشدار کافی رخ می‌دهند. نیروهای امداد رسمی به دلیل محدودیت زمانی و فضایی، نمی‌توانند در ساعت‌های اولیه به تمام مناطق برسند. در عین حال، ظرفیت‌های مردمی (همسایه‌ها، بازاریان، جوانان) به صورت غیرساختاریافت و بدون آموزش فعالیت می‌کنند که گاهی منجر به افزایش آسیب می‌شود. این مسئله اهمیت حیاتی دارد، چون ۷۰٪ نجات‌ها در ۱۰ دقیقه اول توسط افراد محلی انجام می‌شود، اما بدون سازماندهی، این ظرفیت هدر می‌رود.

۴- محور ایده

طرح و ایده ی شما در کدام یک از زیر محورهای شش گانه رویداد قرار می‌گیرد؟
محور مدیریت شبکه داوطلبان و تسهیل کمک‌های اجتماعی

۵- راه حل (Solution)

- توضیح دهید که چگونه از نوآوری و طرح خود برای حل این مشکل استفاده می‌کنید.
- روش کار محصول یا سرویس شما چیست؟
- فناوری‌ها یا الگوریتم‌های خاصی که استفاده می‌کنید را توضیح دهید.

طرح «شبکه‌های محلی کمکرسانی» با رویکرد سازماندهی مردم از پایین به بالا، سه مؤلفه کلیدی دارد:
۱. ساختار محله‌ای:

تشکیل گروه‌های ۲۰-۳۰ نفره در هر محله/روستا

۲.

دیپرخانه مسابقات: استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دیپرخانه: ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دیپرخانه رویداد (مهندس ترابی) با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ تماس حاصل نمایید.

لطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بازگذاری نمایید.

تقسیم به تیمهای تخصصی: امداد، لجستیک، ارتباط

۲. آموزش استاندارد:

۳. دوره ۸ ساعته کمکهای اولیه، مدیریت روانی، ارتباط در بحران

۴. استفاده از جزو و فیلمهای آموزشی ساده

۵. فناوری پشتیبان:

۶. اپلیکیشن ایتا برای ثبت داوطلبان، نقشه‌یابی پناهگاهها، و هشدار زنده

۷. سیستم ارتباطی آفلاین (با استفاده از Mesh Network)

۶- ارزش پیشنهادی (Value Proposition)

• چه مزیت‌هایی راه حل شما نسبت به راه حل‌های موجود دارد؟

• چرا مشتریان یا کاربران باید از راه حل شما استفاده کنند؟

• مقرنون به صرفه: هزینه اجرای هر شبکه > 5 میلیون تومان

• سریع‌الاثر: آماده‌سازی محله در کمتر از ۲ هفته

• پایدار: ادامه فعالیت پس از رویداد از طریق تمرینات دوره‌ای

• غیردولتی: تقویت جامعه مدنی بدون وابستگی به بوروکراسی

• چرا کاربران باید از آن استفاده کنند؟

چون این سیستم اعتماد، ایمنی و همبستگی را در محله ایجاد می‌کند — نه فقط در بحران، بلکه در روزمره.

۷- تحلیل بازار (Market Analysis)

• مخاطبان هدف شما چه کسانی هستند؟

• اندازه بازار چگونه است؟ چقدر پتانسیل رشد وجود دارد؟

• **مخاطبان هدف:**

• شهرداری‌ها و دهیاری‌ها

• نهادهای مردمی (بازار، مسجد، حسینیه)

• خانواده‌های ساکن در مناطق پر خطر (لرزه‌خیز، سیل‌خیز)

• **اندازه بازار:**

• بیش از ۶۰۰ شهر و ۶۰,۰۰۰ روستا در ایران در معرض خطر بلایا

• پتانسیل پوشش ۱۰ میلیون خانوار در ۵ سال

• رشد با توجه به افزایش بلایای آب و هوایی، تقاضا برای چنین سیستمی سالانه ۲۰٪ رشد دارد.

۸- مزیت رقابتی (Competitive Advantage)

• چه عواملی طرح و ایده شما را از سایر رقبا متمایز می‌کند؟

• ویژگی‌های منحصر به فرد محصول یا خدمات شما چیست؟

• منحصر به فرد بودن: اولین سیستم ترکیبی «مردم‌محور + دیجیتال» در ایران

• هماهنگی با نهادهای رسمی: طراحی شده با همکاری هلال احمر و مدیریت بحران

• قابلیت تطبیق: قابل اجرا در شهر، روستا، و حتی محله‌های حاشیه‌نشین

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های ایتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی) با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

۹ - مدل کسب و کار (Business Model)

- چگونه قصد دارید از محصول یا خدمات خود درآمدزایی کنید؟
- آیا مدل کسب و کار شما مبتنی بر اشتراک، فروش، تبلیغات یا مدل‌های دیگر است؟
- درآمدزایی از طریق:
- فروش جعبه اضطراری استاندارد به خانواده‌ها و شهرداری‌ها
- قراردادهای مشاوره و آموزش با شهرداری‌ها و دهیاری‌ها
- حمایت‌های حمایت‌محور از سوی بخش خصوصی (CSR شرکت‌ها)
- مدل اصلی: غیرانتفاعی با پایه‌های اقتصادی پایدار

۱۰ - نقشه راه (Roadmap)

- مراحل توسعه محصول از حال حاضر تا زمان عرضه به بازار
- چشم‌انداز آینده برای گسترش و پهلوی محصول چیست؟

۱۰ محله در ۵ شهر (تهران، ساری، کرمانشاه، مشهد، اهواز)	آبان ۱۴۰۴	اجرای پایلوت
همکاری با ۵ استان پرخطر	بهمن ۱۴۰۴	گسترش استانی
پوشش ۱۰۰ شهر و ۵۰۰ روستا	اردیبهشت ۱۴۰۵	عرضه ملی
ادغام با سیستم‌های شهر هوشمند و سامانه پیش‌بینی بلایا	۱۴۰۶-۱۴۰۷	توسعه آینده

۱۱ - چالش‌ها و ریسک‌ها

- چالش‌های فنی، عملیاتی یا بازاریابی که ممکن است با آن مواجه شوید.
- برنامه شما برای غلبه بر این چالش‌ها چیست؟
- فنی: دسترسی به اینترنت در مناطق روستایی → راه حل: سیستم آفلاین
- اجتماعی: عدم اعتماد اولیه → راه حل: جذب رهبران محلی (روحانی، معلم)
- مالی: کمبود بودجه اولیه → راه حل: جذب حمایت از طریق CSR و خیریه‌ها

۱۲ - نتیجه‌گیری و درخواست (Closing and Ask)

- خلاصه‌ای از طرح یا ایده و اهمیت آن.
 - درخواست مشخص (مثلًاً جذب سرمایه، همکاری‌های استراتژیک، مشاوره یا منابع خاص)
- تشکیل شبکه‌های محلی کمک‌رسانی: هر محله، یک سپر مقاومت با تقویت قدرت مردم در بحران، گامی مؤثر در جهت ایجاد ایران مقاوم است. این طرح نه تنها جان‌ها را نجات می‌دهد، بلکه اعتماد اجتماعی را بازسازی می‌کند.

درخواست ما:

- حمایت استراتژیک از سوی دبیرخانه رویداد سپر نوآوری
- همکاری با شهرداری‌ها و نهادهای امدادی برای اجرای پایلوت
- جذب سرمایه نهادی برای توسعه پلتفرم و تولید جعبه اضطراری

دبیرخانه مسابقات: استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبیرخانه: ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ - ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دبیرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

در صورتی که ایده یا طرح شما ماهیت نظامی / امنیتی یا دفاعی دارد ضمن عنوان کلیات و ثبت ایده در وبسایت جهت ارسال پروپوزال بهمراه جزئیات ایده و به جهت راهنمایی بیشتر به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام تا با شما تماس حاصل شده و راهنمایی لازم صورت پذیرد.

آیا نمونه اولیه ایده یا طرح خود را ساخته اید؟ بلی خیر

آیا آمادگی ارائه نمونه اولیه محصول یا خدمت خود را جهت بررسی داوران دارد؟ بلی خیر

* لطفا فرم تکمیل شده را حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۴ در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بارگذاری نمایید.

پیوست در صفحات بعد

دبیرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر

تلفن و نمابر دبیرخانه : ۰۱۱-۵۲۱۴۱۱۷۳ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دبیرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

لطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بارگذاری نمایید.

۵) هدف کلی:

ایجاد واحدهای مردمی پاسخگو به بحران در سطح محله/روستا که بتوانند در ساعت‌های اولیه وقوع بلایا (زلزله، سیل، قحطی، طوفان، آتش‌سوزی و...) بدون وابستگی به نهادهای مرکزی، عمل کنند.

۱۲. ساختار شبکه محلی کمکرسانی

هر شبکه شامل ۳ تیم تخصصی است:

جمع کل: ۳۰-۲۰ نفر فعال در هر محله/روستا (قابل تنظیم بر اساس جمعیت)

نام	هدف	تعداد
تیم امداد فوری	نجات، اولین کمکرسانی، تخلیه مصدومان	۱۲-۸ نفر
تیم لجستیک و توزیع	تأمین و توزیع آب، غذا، پتو، دارو	۱۰-۶ نفر
تیم ارتباط و هماهنگی	ارتباط با خارج از محله، گزارش وضعیت، هدایت نیروها	۶-۴ نفر

۲۴۳. نحوه شناسایی و تشکیل شبکه

الف) شناسایی سرپرست محله (هماهنگ‌کننده)

از افراد معتبر محله انتخاب شود: معلم، روحانی، بازاری، فعال اجتماعی، یا جوان فعال

آموزش ۲ روزه در «رهبری بحران» دریافت کند

ب) ثبت‌نام داوطلبان

از طریق:

• جلسات محله‌ای

دییرخانه مسابقات: استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دییرخانه: ۰۹۱۱۴۱۱۷۳ - ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دییرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

- همکاری با مساجد، حسینیه‌ها، مدارس، بازاره

طبقه‌بندی ظرفیت‌ها

هر داوطلب بر اساس مهارت و منابع ثبت می‌شود:

- دارای خودرو؟
- آشنا به کمک‌های اولیه؟
- دارای تجهیزات (چراغ، باتری، رادیو، چادر، ظرف آب)؟
- سابقه همکاری در بحران‌های قبلی؟

۳. آموزش‌های ضروری (حداقل ۸ ساعت)

نام عمل	اقدام
اولین کمک‌رسانی	توقف خونریزی، CPR ساده، ایمن‌سازی محل حادثه
مدیریت روانی بحران	آرام‌سازی کودکان، سالمندان، افراد دچار هراس
نقشه‌خوانی و موقعیت‌یابی	استفاده از GPS آفلاین، شناسایی پناهگاه‌ها
ارتباط در بحران	استفاده از رادیویی همگانی، پیام‌رسان‌های مقاوم (مثل Telegram یا Signal) بدون اینترنت
توزیع عادلانه منابع	جلوگیری از انحصار، اولویت‌دهی به آسیب‌پذیران

آموزش‌ها توسط هلال احمر، سازمان مدیریت بحران، یا مریبیان محلی آموزش‌دیده ارائه می‌شود.

۴. جعبه اضطراری محله‌ای (Community Emergency Kit)

هر شبکه محلی باید یک جعبه اشتراکی داشته باشد که در محلی امن (مسجد، مدرسه، خانه سرپرست) نگهداری شود:

- چراغ قوه + باتری اضافه
- رادیو باتری خور

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های ایتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

لطفاً فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

- طناب، چاقو، کیسه‌های آب
 - لیست تماس اضطراری (پزشک، آتش‌نشانی، نماینده محله)
 - نقشه محله با علائم پناهگاه و خطر
 - هزینه این جعبه: کمتر از ۵ میلیون تومان — قابل تأمین از طریق کمک‌های مودمی یا حمایت شهروداری .
-

۶. ۵. سیستم ارتباطی در بحران

- شماره تماس اضطراری محلی: یک شماره واحد (مثلًاً ۱۲۳-۱۰۰۰ دست) برای هر شهر
 - گروههای تلگرام/سیگنال آفلاین: با استفاده از **Bluetooth** و
 - سیستم سیگنال‌دهی ساده:
 - پرچم سفید = نیاز به کمک پزشکی
 - پرچم قرمز = خطر فوری (آتش، گاز)
 - زدن سه بار سوت = جمع‌شدن در نقطه امن
-

۶. تمرینات دوره‌ای

- هر ۶ ماه یکبار: شبیه‌سازی ۳۰ دقیقه‌ای (مثلًاً زلزله شب)
 - هر سال یکبار: تمرین کامل با همکاری شهروداری و هلال احمر
 - پس از هر تمرین: جلسه بازخوانی (چه کار خوب بود؟ چه چیز نیاز به بهبود دارد؟)
-

۷. اتصال به سطح ملی

- تمام شبکه‌های محلی در پلتفرم ملی مثل ایتا ثبت می‌شوند
 - در صورت بحران گسترده، سازمان مدیریت بحران می‌تواند:
 - وضعیت هر محله را به صورت لحظه‌ای ببیند
 - منابع را به صورت هدفمند ارسال کند
 - از شبکه‌های فعال برای توزیع کمک استفاده کند
-

﴿مزایای این مدل﴾

- کاهش قربانی در ساعت‌های اولیه بحران (تا ۴۰٪ طبق گزارش‌های بین‌المللی)
- کاهش فشار روی نیروهای رسمی
- افزایش اعتماد و همبستگی اجتماعی
- ایجاد فرهنگ مسئولیت‌پذیری جمیع

﴿بیشنهاد اجرای آزمایشی﴾

- انتخاب ۱۰ محله نمونه در شهرها و مناطق مختلف (مثلًاً یک محله در تهران، یک روستا در گیلان، یک شهرک در کرمانشاه)
- اجرای طرح در ۳ ماه
- ارزیابی و تهییه گزارش برای گسترش ملی

﴿فرم ثبت‌نام داوطلب محله‌ای﴾

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۹۱۱۴۱۱۷۳ - ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده

یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

۴۵ هدف: شناسایی ظرفیت‌های مردمی برای همکاری در بحران‌های طبیعی و انسانی
اطلاعات شما محرمانه است و فقط برای هماهنگی در شرایط اضطراری استفاده می‌شود.

۱۲. اطلاعات فردی

نام و نام خانوادگی:	_____
کد ملی:	_____
تاریخ تولد:	—۱۴____ / ____ / _____
جنسیت:	<input type="checkbox"/> مرد <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> سایر
شماره تماس اصلی:	_____
شماره تماس جایگزین (خانواده/همسایه):	_____
آدرس دقیق محل سکونت (خیابان، پلاک، واحد):	_____
محله / روستا:	_____
شهرستان:	_____

۴۶ مهارت‌ها و تخصص‌های شما:

چند گزینه انتخاب کنید:

کمک‌های اولیه / پرستاری

روان‌شناسی یا مشاوره

رانندگی (دارای گواهینامه و خودرو)

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر

تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ - ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ پیام نموده

یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

لطفاً فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

آشپزی یا تهیه غذا برای گروه

کار با نقشه یا GPS

تعمیرات ساده (برق، آب، ساختمان)

زبان‌های خارجی

تجربه قبلی در کمک‌رسانی (مثلًا در سیل یا زلزله)

مهارت‌های ارتباطی / رهبری گروه

سایر : _____

۳. منابع و تجهیزات در دسترس شما

(در صورت بحران، آیا می‌توانید از این موارد استفاده کنید؟)

خودرو شخصی

موتورسیکلت

چراغ قوه + باتری اضافه

رادیو باتری خور

کیت کمک‌های اولیه

چادر یا پتو اضافه

ظروف آب یا غذا برای گروه

اینترنت پرتابل (مودم)

سایر : _____

۴. آمادگی برای همکاری

آیا در ساعات اولیه بحران (حتی شب یا تعطیل) می‌توانید حضور داشته باشید؟	<input type="checkbox"/> بله <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/> بستگی به شرایط
آیا تمایل دارید در کدام تیم فعال باشید؟	<input type="checkbox"/> امداد فوری <input type="checkbox"/> لجستیک <input type="checkbox"/> ارتباط و هماهنگی
آیا سابقه بیماری خاصی دارید که در بحران ممکن است محدودیت ایجاد کند؟	<input type="checkbox"/> بله (توضیح: _____) <input type="checkbox"/> خیر
آیا فرزند یا سالمند تحت سرپرستی دارید؟	<input type="checkbox"/> بله <input type="checkbox"/> خیر

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر

تلفن و نامبر دبيرخانه : ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ - ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده

یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

۵. آموزش‌های دریافت شده (در صورت وجود)

- دوره کمک‌های اولیه: دارم ندارم
- دوره مدیریت بحران: دارم ندارم
- سایر آموزش‌ها _____ :

؟ اگر آموزش ندیده‌اید، آیا تمایل به شرکت در کارگاه‌های رایگان محله دارید؟
بله خیر

۶. تأیید نهایی

من، _____ با آگاهی از اهداف «شبکه کمک‌رسانی محله‌ای»،

- اعلام می‌کنم که داوطلب همکاری غیراعمالی در شرایط بحران هستم.
- متعهد می‌شوم در صورت فراخوان، در چارچوب اخلاقی و ایمنی، همکاری کنم.
- اطلاعات فوق را صحیح و کامل ارائه کرده‌ام.

امضا _____
تاریخ: ____ / ____ / ____ ۱۴ /

نکات اجرایی برای مدیران محله:

- این فرم را در مسجد، مدرسه، بازار، یا از طریق واتساب محله توزیع کنید.
- داده‌ها را در یک فایل امن اکسل یا پایگاه داده محلی نگه دارید.
- هر ۶ ماه یکبار، اطلاعات را به روزرسانی کنید.
- برای حفظ حریم خصوصی، کد ملی را فقط در صورت ضرورت جمع‌آوری کنید (مثلاً برای صدور گواهی).

چک‌لیست آمادگی بحران برای خانواده‌ها

آماده باشیم، تا در بحران، نباشیم بی‌دفاع

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۳۹۵۱۹۷۹ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۱۳۹۵۱۹۷۹ پیام نموده

یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بارگذاری نمایید.

۷) این چک لیست را هر ۶ ماه یک بار با خانواده مرور کنید.
● محل نگهداری جعبه اضطراری را برای همه اعضای خانواده مشخص کنید.

◆ ۱. برنامه ریزی خانوادگی

- نقطه ملاقات اضطراری تعیین شده است (مثلاً: پارک نزدیک، مسجد محله)
- شماره تماس اضطراری برای همه اعضا نوشته و در کیف/کارت قرار دارد
- فرزندان و سالمندان نحوه خروج از خانه را بلدند
- دربها و کابینتها در خانه ضد لرزه هستند (یا حداقل قفل ایمن دارند)
- نقشه خروج از خانه در دو مسیر (جلو و عقب) روی دیوار آویزان است

◆ ۲. جعبه اضطراری خانواده

در جایی خشک، قابل دسترس و دور از گاز/برق نگهداری شود

● کمک‌های اولیه

- کیت کمک‌های اولیه (پانسمان، گاز، چسب، داروهای ضروری)
- داروهای شخصی (برای ۷ روز) + نسخه عینی داروها
- ماسک، دستکش یکبار مصرف

● آب و غذا

- آب آشامیدنی (۳ لیتر به ازای هر نفر برای ۳ روز = مثلاً ۱۲ لیتر برای ۴ نفر)
- غذای غیر فاسدشدنی (کنسرو، بیسکویت، خرما، انرژی بار)
- دستگاه بازکننده کنسرو بدون برق

● نور و ارتباط

- چراغ قوه + باتری اضافه (یا چراغ شارژی)
- رادیو باتری خور یا خورشیدی
- پاوربانک شارژ شده + کابل‌های موبایل
- لیست تماس‌های ضروری (چاپ شده)

● گرمایش و بهداشت

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ - ۰۹۱۱۴۱۱۷۳ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

پتو یا کیسه خواب (به ازای هر نفر) •

لباس گرم اضافه (شامل لباس زیر) •

مواد بهداشتی (دستمال مرطوب، نظافت فردی، حوله کوچک) •

کیسه زباله (برای استفاده به عنوان کیسه ضدآب یا دفع بهداشتی) •

■ مدارک مهم

کپی کارت ملی، شناسنامه، بیمه، سند ملک (در کیسه ضدآب) •

عکس چاپی اعضای خانواده (برای شناسایی در صورت گم شدن) •

۳♦ آمادگی برای بلایای خاص

در برابر زلزله:

مبلمان سنگین به دیوار پرچ شده‌اند •

شیشه‌ها ضدخشک (یا پوشش ایمنی دارند) •

محل قطع کلید اصلی گاز، برق و آب برای همه مشخص است •

در برابر سیل (برای مناطق پر خطر):

اسناد و وسائل مهم در طبقات بالا نگهداری می‌شوند •

کفش ضد لغزش و چتر در دسترس است •

خانواده می‌داند که به کدام تپه یا ساختمان بلند پناه ببرد •

کدر برابر قطع برق/آب طولانی:

حداقل ۲۰ لیتر آب ذخیره برای شستشو و سرویس بهداشتی •

شمع یا چراغ گازی (با رعایت نکات ایمنی) •

غذایی که نیاز به پخت ندارد •

۴♦ آموزش و تمرین خانواده

همه اعضا می‌دانند در زلزله چه کار کنند» :پناه بگیر، پوشان، بچسب «

فرزندان می‌دانند چگونه با شماره اضطراری ۱۱۲ تماس بگیرند

یک بار در سال، تمرین تخلیه خانه انجام شده است

دبیرخانه مسابقات : استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر

تلفن و نمابر دبیرخانه : ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ پیام نموده

یا با دبیرخانه رویداد (مهندس ترابی با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavari.ir بارگذاری نمایید.

❷ شماره‌های ضروری اضطراری (در ایران)

شماره تماس	سازمان/خدمت	کاربرد اصلی
۱۱۰	پلیس (نیروی انتظامی)	جرائم، درگیری، حوادث رانندگی، مسائل امنیتی
۱۱۵	اورژانس پزشکی	فوریت‌های پزشکی، سکته، تصادف جرحی، بیهوشی
۱۲۵	آتش‌نشانی و خدمات ایمنی	آتش‌سوزی، نشت گاز، حوادث نجات (آسانسور، چاه)
۱۱۲	هلال احمر	حوادث جاده‌ای، گوهستان، سیل، زلزله (امداد و نجات)
۱۲۱	حوادث برق	قطعی برق، اتصالی، سقوط کابل
۱۲۲	حوادث آب و فاضلاب	ترکیدگی لوله، قطعی آب
۱۹۴	حوادث گاز	نشت گاز، قطعی گاز (با رعایت فاصله ایمن)
۱۲۳	اورژانس اجتماعی	کودک‌آزاری، همسرآزاری، خشونت خانگی، خودکشی
۱۴۸۰	صدای مشاور (بهزیستی)	مشاوره روانشناسی، خانواده، تحصیلی
۱۳۷	شهرداری	مشکلات شهری (چاله، زباله، درخت خطرناک)
۱۴۹۰	وزارت بهداشت	اطلاعات داروبی، شکایات بهداشتی
۰۹۶۳۸۰	پلیس فتا	جرائم اینترنتی و سایبری
۱۱۳	وزارت اطلاعات	گزارش‌های امنیتی
۱۱۴	اطلاعات سپاه	گزارش‌های امنیتی

! نکته: این شماره‌ها را چاپ کرده و در کنار تلفن ثابت یا در یخچال بچسبانید.

▽ تاریخ آخرین بازنگری / ____ / ____ - ۱۴:

تعداد اعضای خانواده ____ نفر

این چک‌لیست را می‌توانید:

• چاپ کرده و در یخچال یا کنار درب خانه بچسبانید

• به عنوان پیوست در گروه‌های واتس‌اپ / ایتا محله به اشتراک بگذارید

دبيرخانه مسابقات: استان مازندران - نوشهر - خیابان رازی - خیابان ۲۲ بهمن - کوچه مسجد - ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
 تلفن و نمابر دبيرخانه: ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ - ۰۹۱۴۱۱۷۳ - کسب اطلاعات بیشتر از طریق پیام رسان های ایتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام نموده
 یا با دبيرخانه رویداد (مهندس ترابی) با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ تماس حاصل نمایید.

اطفا فایل تکمیل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاری نمایید.

دبيرخانه مسابقات : استان مازندران – نوشهر – خیابان رازی – خیابان ۲۲ بهمن – کوچه مسجد – ساختمان مرکز رشد و نوآوری نوشهر
تلفن و نمابر دبيرخانه : ۰۵۲۱۴۱۱۷۳ - ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹ پیام رسان های اینتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹ کسب اطلاعات بيشتر از طريقي پيام رسان های اينتا یا واتس آپ به شماره ۰۹۰۵۵۷۸۴۹۷۹

با دبيرخانه رويداد (مهندسي ترابي با شماره ۰۹۱۱۳۹۵۱۹۷۹) تماس حاصل نمایيد.

اطفا فايل تكميل شده در در دو قالب Word و PDF در آدرس وبسایت www.separnoavarri.ir بارگذاري نمایيد.