

KANTAMIA

مجلة منظمة الاستعداد والدفاع الوطني للمهاجرين في فنلندا

العدد ١

أبريل ٢٠٢٦



على ماذا يجب أن تثق
في حالة الأزمة؟

تحية المدير التنفيذي:
ثلاث خطوات لبداية
جديدة

شاهو جاف



المحتوى

03 تحية المدير التنفيذي

04 الافتتاحية

05 الموضوعات الراهنة ووجهات النظر

06 الاستعداد في الحياة اليومية

07 النساء مشاركات

08 صوت الشباب

09 مقابلة

10 شارك وأثر

11 فعالية

ثلاث خطوات لبداية جديدة

الانتقال إلى بلد جديد هو تغيير كبير في الحياة يتطلب شجاعة. لكن التاريخ يثبت أن الإنسان قادر بشكل مذهل على التكيف: يمكن بناء حياة جديدة إذا تم العثور على المفاتيح الصحيحة للمشاركة. فالوطن الجديد لا يتكون فقط من الجدران، بل من الشعور بالانتماء والقدرة على أن تكون جزءًا مفيدًا من المجتمع.

بصفتي مديرًا تنفيذيًا، أود تقديم ثلاث نصائح تساعدك على إيجاد مكانك في فنلندا:

- تعلم اللغة

اللغة هي أهم مفتاح للمجتمع. كل كلمة تتعلمها تسهل حياتك اليومية وتفتح أبوابًا جديدة. استخدم اللغة بشجاعة كل يوم - فهي جسرك إلى الآخرين.

- ابحث عن عمل أو نشاط

العمل يمنح الحياة إيقاعًا ومعنى. وهو وسيلة للمساهمة في المجتمع. وإذا لم تجد عملاً فورًا، فإن العمل التطوعي والتدريب فرص ممتازة لبناء شبكة علاقات.

- تبني وشارك القيم الفنلندية

الثقة، المساواة، والمسؤولية هي ما يربط المجتمع. ومن جوهر الهوية الفنلندية الرغبة القوية في الدفاع عن الوطن - أي العناية بالبيت المشترك.

نصيحة إضافية: انضم إلى نشاطات جمعية. من خلال MVM الانضمام إلينا، سترى عمليًا كيف يمكنك المشاركة في العمل التطوعي للأمن والاستعداد. وهكذا تنتقل من متفرج إلى فاعل



شاهو جاف

المدير التنفيذي

MVM

كيف يمكننا مساعدتك في اتخاذ خطواتك الأولى في العمل الأمني التطوعي؟



الأمن هو لغة مشتركة - مرحبًا بكم في بناء فنلندا أكثر استدامة

هدف جمعية MVM الأمن هو تحويل المعرفة من خوف إلى عمل. نريد سد فجوة المعلومات وضمان ألا تكون الحواجز اللغوية أو الثقافية عائقًا أمام حياة آمنة. في هذه المجلة، لا يُنظر إلى ذوي الخلفيات المهاجرة كمتلقين للمعلومات فقط، بل كخبراء وفاعلين نشطين.

ندعوك للانضمام إلينا. يزداد الأمن عندما يشعر كل واحد منا بأن فنلندا هي وطنه الذي يستحق الحماية. لنبن معًا مجتمعًا أكثر أمانًا واستدامة - كلمة وفعالًا.

تم اختيار فنلندا كأسعد دولة في العالم للمرة التاسعة على التوالي، وفقًا لأحدث تقرير السعادة العالمي لعام 2026. هذا الإنجاز ليس صدفة، بل ينبع من ثقة عميقة واستقرار متين. وعلى الجانب الآخر من السعادة، كأساس قوي لها، يكمن الأمن - الشعور بأننا لا نُترك وحدنا في حالات الطوارئ.

هذه هي الافتتاحية الأولى لمجلة "كاتما" الجديدة. اسم المجلة يرمز إلى التأثير الذي يصل إلى كل منزل ومجتمع. بالنسبة لنا، الأمن ليس مجرد أنظمة تقنية أو عمل السلطات، بل هو لغة مشتركة نتحدثها جميعًا بغض النظر عن خلفياتنا.



لماذا الأمن لغة؟ لأنه يقوم على التواصل والفهم والاهتمام. عندما تعرف كيف تتصرف في حال انقطاع الكهرباء أو أين تجد أقرب ملجأ، فأنت تتحدث لغة الاستعداد. وعندما تساعد جارك أو تشارك في العمل التطوعي، فأنت تتحدث لغة المجتمع.

مرحبًا بك في هذه الرحلة!



الموضوعات الراهنة ووجهات النظر في ماذا يجب أن تثق في حالة الأزمة؟

أثارت الأخبار الأخيرة عن طائرات بدون طيار انحرفت إلى فنلندا الكثير من التساؤلات والقلق. ففي مارس 2026، وصلت طائرات أوكرانية طويلة المدى إلى جنوب شرق فنلندا مثل (كوفولا و لوموكي) بسبب خلل تقني مرتبط بتشويش GPS. وقد أظهرت هذه الحالة مدى سرعة انتشار الشائعات والأخبار غير الدقيقة.

معلومات السلطات هي مرساة الأمان

تذكّر:

الجهات الرسمية تتابع الوضع باستمرار. في الحالات غير الواضحة، ابق هادئًا وتحقق من المعلومات من مصدرها.

مجلة كانتما و MVM معك

نحن ملتزمون بكسر الحواجز اللغوية وتقديم معلومات أمنية واضحة للجميع بلغاتهم. هدفنا تحويل الخوف إلى عمل من خلال المعرفة.

في حالات الطوارئ، تبقى «الجهات الرسمية» المصدر الأول والأكثر موثوقية. إذا لاحظتم نشاطًا غير عادي أو سمعتم أخبارًا متضاربة، تصرّفوا على النحو التالي:

تجنّبوا التخمين:

لا تشاركوا الصور أو المعلومات غير المؤكدة على وسائل التواصل الاجتماعي، لأن ذلك قد يعيق عمل الجهات الرسمية.

استخدموا تطبيق (Suomi 112):

ستتلقون تحذيرات المخاطر المحتملة مباشرة على هواتفكم.

تابعوا القنوات الرسمية:

اعتمدوا على بيانات الجهات الرسمية مثل الشرطة، وزارة الدفاع ووزارة الداخلية.

الاستعداد في الحياة اليومية

موضوع شهر أبريل هو صيدلية المنزل

دفي هذا الركن نستعرض شهرياً كيفية الاستعداد في الحياة اليومية. هدفنا هو تحويل الوعي الأمني من الخوف إلى الفعل، من خلال تقديم أدوات واضحة للتعامل مع حالات الطوارئ والاضطرابات. مع دخول فصل الربيع، يُعد هذا وقتاً مناسباً لمراجعة جاهزية المنزل للتعامل مع الحوادث البسيطة والأمراض. ففي حالات الأزمات، قد لا تتوفر المساعدة فوراً، مما يبرز أهمية الاستعداد الذاتي. وتُعد صيدلية المنزل جزءاً من مخزون الـ 72 ساعة في المنزل.

ماذا يجب أن تحتوي صيدلية المنزل؟
تأكد من توفر ما يكفي لعدة أيام على الأقل من:

الأدوية الموصوفة طبيًا:

الأدوية الضرورية لجميع أفراد الأسرة .

مسكنات الألم:

أدوية للصداع والحمى .

العلاج الذاتي:

أدوية للحساسية ومشاكل المعدة .

الإسعافات الأولية:

لاصقات جروح، شاش، مواد تنظيف، وميزان حرارة .

أقراص اليود:

تُستخدم فقط بناءً على تعليمات الجهات المختصة (في حال وجود خطر إشعاعي).

احرص على حفظ الأدوية في مكان جاف وبعيد عن متناول الأطفال. تحقق من تواريخ الصلاحية بانتظام، وتخلص من الأدوية المنتهية الصلاحية بإعادتها إلى الصيدلية، فهي تُعد نفايات خطيرة



هذا القسم هو دعوة ومنصة.
مكان يُسمع فيه صوتك
ويمكن لتجاربك أن تشجع
الآخرين. الأمن ليس
مسؤولية السلطات فقط -
بل هو نتاج مساهمة الجميع.



النساء مشاركات

جعل العمل غير المرئي مرئيًا

يعيش في فنلندا ما يقارب 300 ألف امرأة من خلفيات مهاجرة. ورغم اختلاف قصصنا ومساراتنا، يجمعنا أمر مهم: فنلندا هي وطننا. نحن جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية والمستقبل - والأهم من ذلك - من الأمن. تلعب النساء أدوارًا متعددة في مجتمعاتهن: أمهات، رائدات أعمال، طالبات، وبانيات جسور. غالبًا ما يُنظر إلى الأمن والدفاع بشكل عسكري تقليدي، لكن في الواقع تعتمد استدامة المجتمع على الأفعال اليومية. الأمن هو رعاية، ومعلومة صحيحة، وقدرة على التصرف في المواقف المفاجئة. النساء يقمن بهذا العمل يوميًا من خلال تعزيز قدرة أسرهن ومجتمعاتهن على الصمود .

هدف هذا القسم هو إبراز هذا العمل القِيم الذي غالبًا ما يكون غير مرئي. نريد تسليط الضوء على مهارات ودوافع النساء ذوات الخلفيات المهاجرة. الاستعداد لا يعني فقط التحضير للأزمات، بل هو مهارات عملية وهدوء يجب أن يكونا لدى الجميع.



انضمي إلينا وشاركي
قصتك في بناء
مستقبل أكثر أمانًا.
كل امرأة، كل مهارة،
وكل فعل له قيمة.

صوت الشباب

طريقي الخاص قادمي إلى الخدمة
"أردت أن أرى ما الذي أستطيع فعله"



Rae Omid

في سلسلة المقالات الجديدة لمجلة Kantama، يشارك الشباب تجاربهم واختياراتهم وأفكارهم المتعلقة بالدفاع الوطني. في الجزء الأول، يفتح أحد الشباب قلبه للحديث عن قراره أداء الخدمة العسكرية، والدروس التي اكتسبها خلالها، وكيف غيّرت الملابس الخضراء نظرتهم إلى العالم.

هل غيّرت الخدمة العسكرية نظرتك إلى المجتمع والمسؤولية؟

بالتأكيد. قبل الخدمة، كنت أنظر إلى العالم من منظور فردي أكثر. خلال الخدمة، فهمت بعمق أن المجتمع منظومة كبيرة لا تستمر إلا بالتعاون وتقاسم المسؤولية. لكل شخص دوره، وإذا أهمل أحدهم مسؤوليته، فإن ذلك ينعكس على الآخرين.

تعلمت تقدير الأمن والنظام بشكل جديد. وأدركت أن السلام والاستقرار ليسا أمرين مُسلمًا بهما، بل يتطلبان أشخاصًا مستعدين للعمل من أجل الصالح العام.

ما الرسالة التي تود توجيهها للشباب الذين يفكرون في علاقتهم بالجيش أو مكانهم في المجتمع؟

أنصحهم بالتوقف لحظة والاستماع إلى ما يشعرون أنه صحيح لهم. لا ينبغي اتخاذ القرارات بناءً على ضغط خارجي أو كلام الأصدقاء فقط.

الجيش مكان ممتاز للنمو إذا كان لديك رغبة في التعلم وتحدي نفسك. فهو يمنحك أدوات ستحتاجها في حياتك على أي حال، سواء كنت تدرس أو تعمل. تجرباً على اختبار حدودك - فقد تفاجأ بنتائج إيجابية.



ما الذي دفعك في النهاية للانضمام إلى الخدمة العسكرية؟

لم يكن بدء الخدمة العسكرية أمرًا بديهيًا بالنسبة لي في البداية. فكّرت في القرار طويلًا، وكانت الآراء من حولي متباينة: البعض شجّعني بحماس، بينما شكّك آخرون في جدوى الأمر كله.

في النهاية أدركت أن القرار لا يمكن أن يُبنى على توقعات الآخرين. أردت أن أتحدى نفسي، وأن أتعلم الانضباط، وأن أرى بشكل ملموس أين تكمن حدودي. إذا استمع الإنسان فقط لشكوك ومخاوف الآخرين، فقد يبقى مكانه دون تقدم. لذلك قررت اغتنام الفرصة ومعرفة ما الذي يمكن أن تقدمه لي الخدمة - وما الذي يمكنني تقديمه لها.

كيف كانت فترة الخدمة، وماذا أخذت منها إلى حياتك المدنية؟

بشكل عام، كانت التجربة إيجابية، رغم أنها لم تكن سهلة دائمًا. الاستيقاظ المبكر، والتدريبات البدنية الشاقة، والالتزام الصارم بالقواعد تطلبت التكيف، لكن في تلك اللحظات تحديًا حدث أكبر تطور.

خلال ستة أشهر، اكتسبت الانضباط، والدقة، وقبل كل شيء الصبر. تعلمت إكمال الأمور حتى عندما يكون الدافع ضعيفًا. وربما كان أهم درس هو العمل الجماعي: كيف تعمل بفعالية مع أشخاص مختلفين، وكيف تتحمل المسؤولية ليس فقط عن نفسك، بل عن أداء المجموعة أيضًا. أدركت أن الإنسان قادر في الظروف الصعبة على أكثر بكثير مما يتخيله داخل منطقة الراحة، وهذا عزّز ثقتي بنفسني بشكل كبير.



Ari Pakarinen:

أجرينا مقابلة مع المدير التنفيذي لـ Maanpuolustuskieltojen liitto ry حول تاريخ MPKL وأهدافه ودوره في الدفاع الوطني التطوعي. ويؤكد أن الأمن، والاستعداد، وروح الدفاع عن الوطن تُبنى من خلال التعاون — بغض النظر عن الخلفيات.

لأمن مسؤولية

مشتركة

ما هي رسالتك للمهاجرين؟

بصفتي المدير التنفيذي للاتحاد، أمل أن يتمكن اتحادنا المشترك من تقديم فرصة لجمعيتكم لتكون جزءاً من مجتمع الكتائب المهتم بالاستعداد، والأمن الشامل، والدفاع الوطني، وكذلك لإيجاد شركاء تعاون من مختلف المجالات.

ابنوا جمعيتكم بالشكل الذي يعكسكم أتم، بحيث تتمكنون من تحقيق أهدافكم بالتعاون مع الاتحاد والكتائب. لا حاجة لـ MVM ولا لأعضائها أن يكونوا شيئاً غير ما هم عليه الآن.

لا أؤيد تصنيف الناس بناءً على خلفياتهم المختلفة. ففي مجتمع MPKL نحن متساوون، ونسعى إلى زيادة الوعي في مجالي الاستعداد والدفاع الوطني. الأمن مسؤولية مشتركة، سواء من الناحية الفكرية أو العملية. وفي التعاون تكمن القوة

السؤال الأول: ما هو MPKL – هيكله وتاريخه وهدفه؟

تأسس اتحاد جمعيات الدفاع الوطني (MPKL ry) عام 1963 كمنظمة مظلة تمثل جمعيات الدفاع الوطني وتدافع عن مصالحها. ومنذ تأسيسه، يقوم مبدأ الاتحاد على أن العضوية في الجمعيات متاحة لجميع المواطنين، بغض النظر عن الرتبة العسكرية أو الجنس أو العمر، لكل من يهتم بالعمل التطوعي في مجال الدفاع الوطني. الاتحاد هو منظمة وطنية تجمع الجمعيات الأعضاء المختلفة، ويُعد من أكبر منظمات الدفاع الوطني في فنلندا.

ينشئ اتحاد MPKL ويوفّر ويطور مقومات العمل، كما يقدّم خدمات لجمعياته الأعضاء والكتائب التابعة له. وتتمثل المهمة الأساسية للاتحاد في الحفاظ على إرادة الدفاع الوطني لدى المواطنين وتعزيزها، ونشر الوعي والمعرفة المتعلقة بالدفاع الوطني، والمشاركة في تطوير التدريب التطوعي في مجال الدفاع الوطني.

وفي شؤون التدريب نعتمد على شريكنا MPKL، الذي ساهمنا في تأسيسه خلال تسعينيات القرن الماضي.

ويضم الاتحاد أكثر من 120 جمعية عضواً، أي كتيبة، ويزيد عدد أعضائه الأفراد عن 12,000 عضو.

أما الكتائب الأعضاء فتشمل:

- كتائب الوحدات العسكرية
- كتائب صنوف الأسلحة
- كتائب التراث والتقاليد
- كتائب الدفاع الوطني الإقليمية
- كتائب دورات الأمن والسلامة
- كتائب القوات الإقليمية (المحافظات)

شارك وأثر :

صمّم راية طاولة لـ MVM !

هل ترغب في ترك بصمتك في تاريخ جمعيتنا؟
ننظّم مسابقة تصميم لأعضائنا لابتكار راية طاولة تعبّر عن
قيمنا: روح المجتمع، الأمان، والدفاع الوطني.

الجائزة



بطاقة هدية بقيمة 100 يورو من S-ryhmä

من يمكنه المشاركة؟



أعضاء MVM وأفراد عائلاتهم.

التعليمات والجدول الزمني



لمزيد من المعلومات، زر الموقع mvmry.fi

أطلق العنان لإبداعك وساعدنا على
الظهور والتميّز!

يوم في محطة الإطفاء هو فعالية مجانية لجميع أفراد العائلة، تُنظَّم في أكثر من 350 محطة إطفاء في أنحاء فنلندا.

PÄIVÄ PALOASEMALLA

9.5.2026



ستتعلم كيف تتصرف في حال نشوب حريق وكيف تقي نفسك من المواقع الخطرة



ستتاح لك الفرصة للتعرف على سيارات الإطفاء وأنشطة فرق الإطفاء.



وربما تكتشف هواية جديدة ذات معنى!



paivapaloasemalla.fi

paivapaloasemalla.fi اعثر على أقرب موقع للفعالية عبر الرابط