جمعية المهاجرين للاستعداد والدفاع الوطني

مجلة كانتاما

العدد ٦

أيلول ٢٠٢٦

أنت في مركز
الأمن الشامل

الأحداث

من متلقّي المعلومات
إلى ناقل المعلومات

النساء يشاركن

الاستعداد لا يعني الخوف،
بل يمنح شعورًا بالأمان

الافتتاحية

كل شخص يستطيع أن يستعد،
وكل شخص يجب أن يستعد

محتوى المجلة

العدد ٦، أيلول ٢٠٢٦

الإنسان
المجتمع
الأمن

كلمة المدير التنفيذي 3
أنت في قلب الأمن الشامل

الافتتاحية 4
يمكن للجميع، ويجب على الجميع، أن يستعدوا

وجهة نظر الخبير 5
الشرطة بوصفها جهة فاعلة في الأمن الشامل في فنلندا

الفعاليات 6–7
من متلقي المعرفة إلى ناقل لها

النساء يشاركن 8
الاستعداد لا يعني الخوف، بل يمنح الشعور بالأمان

نصائح للاستعداد 9
ساعات الظلام تزداد – هل أنت مستعد؟

صوت الشباب 10
«الخدمة العسكرية جزء صغير من الحياة، لكن يمكن للإنسان أن يتعلم الكثير خلال هذه الفترة.»

آخر المستجدات 11
لماذا يُنصح بأداء الخدمة العسكرية، وما فوائدها لاحقًا في الحياة المدنية والعملية؟

مفردات السلامة 12

فنلندا أقوى عندما
نكون معًا

في مركز الألماسة يوجد فرد

في مركز الألماسة يوجد إنسان

أنت في قلب الأمن الشامل

عندما نتحدث عن الاستعداد، فإن أول ما يتبادر إلى أذهان الكثيرين هو الحرب. وهذا أمر مفهوم، خصوصًا في ظل الظروف العالمية الراهنة. لكن الاستعداد والأمن الشامل يعنيان أكثر من ذلك بكثير.

حدّد التقييم الوطني للمخاطر في فنلندا 21 نموذجًا للتهديدات وحالات الاضطراب ذات الأهمية الوطنية. واستخدام القوة العسكرية ليس سوى واحد منها. كما يستعد مجتمعنا، على سبيل المثال، لانقطاعات الكهرباء والاتصالات، والحوادث الخطيرة، والظواهر الطبيعية، والأوبئة، والعديد من الحالات الأخرى التي قد تعطل حياتنا اليومية المعتادة. وعندما نتعمق في هذا الموضوع، ندرك في الوقت نفسه أمرًا مهمًا جدًا عن فنلندا: الحياة اليومية الآمنة لا تتحقق من تلقاء نفسها.

فوراءها قدر هائل من العمل الذي تقوم به الدولة والسلطات والبلديات والشركات والمنظمات والعديد من الجهات الأخرى كل يوم. وجزء كبير من هذا العمل لا نلاحظه في حياتنا اليومية، وربما يكون ذلك بحد ذاته دليلًا على مدى كفاءة عمل هذا النظام. فعندما نستيقظ صباحًا، نجد الكهرباء تعمل، والمياه تصل إلى الصنابير، وشبكات الاتصالات تعمل، والمساعدة متاحة عند الحاجة، والخدمات الأساسية للمجتمع مستمرة.
غالبًا ما يُصوَّر الأمن الشامل على شكل ماسة. وبرأيي، الأهم هو أن ننظر إلى مركز هذه الماسة.
هناك يوجد الفرد. هناك أنت، وهناك أنا.

فوراءها قدر هائل من العمل الذي تقوم به الدولة والسلطات والبلديات والشركات والمنظمات والعديد من الجهات الأخرى كل يوم.

Shaho Jaff
المدير التنفيذي
MVM ry

وجزء كبير من هذا العمل لا نلاحظه في حياتنا اليومية، وربما يكون ذلك بحد ذاته دليلًا على مدى كفاءة عمل هذا النظام. فعندما نستيقظ صباحًا، نجد الكهرباء تعمل، والمياه تصل إلى الصنابير، وشبكات الاتصالات تعمل، والمساعدة متاحة عند الحاجة، والخدمات الأساسية للمجتمع مستمرة.

غالبًا ما يُصوَّر الأمن الشامل على شكل ماسة. وبرأيي، الأهم هو أن ننظر إلى مركز هذه الماسة.
هناك يوجد الفرد. هناك أنت، وهناك أنا.

يمكن للمجتمع أن يبني الأنظمة، ويمكن للسلطات أن تستعد، ويمكن للمنظمات أن تقدم التدريب، لكن المجتمع الآمن يحتاج أيضًا إلى أشخاص قادرين على التصرف والعمل.

ليس مطلوبًا من كل واحد منا أن يكون متخصصًا في مجال الأمن. فقد يبدأ دورنا من أمور بسيطة جدًا. أن أعرف كيف أتصرف عند انقطاع الكهرباء. وأن أستطيع الاعتناء بنفسي وبالمقربين مني. وأن أعرف من أين أحصل على معلومات موثوقة. وأن أتمكن من التصرف بهدوء في حالات الاضطراب. وإذا كانت قدراتي ومهاراتي تسمح بذلك، فقد أستطيع أيضًا مساعدة شخص آخر.

ولهذا أهمية كبيرة. فكلما زاد عدد الأشخاص القادرين منا على الاعتناء بأنفسهم وبالمقربين منهم، توفرت لدى السلطات والمتطوعين موارد أكبر لمساعدة أولئك الذين هم في أمسّ الحاجة إليها.

لذلك أود أن أشجع كل واحد منا على أن يجد مكانه ودوره في منظومة الأمن الشامل في فنلندا منذ الآن، وليس فقط عندما يحدث شيء ما.

ولنا نحن، من ذوي الخلفيات المهاجرة، دور مهم خاص بنا في هذا المجال. قد تختلف مستويات إتقاننا للغة، كما قد تختلف خلفياتنا ومهاراتنا. لكن الأمن الشامل لا يسأل أين وُلد الإنسان، بل يسأل: ماذا نعرف؟ وكيف نتصرف؟ وهل نستطيع، عند الحاجة، أن نعتني ببعضنا بعضًا؟

الاستعداد لا يعني الخوف من المستقبل. بل يعني المعرفة والمهارة والمسؤولية والقدرة على التصرف.

أمن فنلندا لا يُبنى فقط بعمل السلطات، بل يُبنى بنا جميعًا.

الاستعداد لا يعني الخوف من المستقبل؛ بل يعني المعرفة والمهارات والمسؤولية والقدرة على التصرف.

في قلب الماسة يوجد الإنسان.
وكل واحد منا يستطيع أن يجعل هذه الماسة أكثر قوة.

الحياة اليومية الآمنة لا تنشأ من تلقاء نفسها.

يمكن للجميع، ويجب على الجميع، أن يستعدوا

شهد الوضع الأمني في فنلندا وشعور الناس بالأمان تغيرًا خلال السنوات الأربع والنصف الماضية. وقد حصل الدفاع الوطني على شركاء جدد وموارد إضافية، سواء من حيث المعدات أو الموارد المالية. وتشير الدراسات إلى أن الناس أيضًا يدعمون تعزيز الدفاع الوطني.
وقد أثر هذا التطور أيضًا في عمل السلطات الأمنية الأخرى وفي تطوير الاستعداد. كما أدركت السلطات أهمية التعاون، سواء في التخطيط أو في التدريبات العملية. فالعمل المخطط له جيدًا يساعد على التعامل مع المواقف الحقيقية وتجاوزها.

«الاستعداد هو تعاون.»

في يناير/كانون الثاني 2025، نُشرت في فنلندا استراتيجية أمن المجتمع 2025 بموجب قرار مبدئي صادر عن مجلس الدولة. وتهدف الاستراتيجية إلى توفير إطار مشترك للجميع لتطبيق الأمن الشامل، رغم اختلاف خلفياتهم وظروفهم.

وتوضح استراتيجية الأمن نموذج عمل الأمن الشامل، الذي تُؤمَّن من خلاله الوظائف الحيوية للمجتمع بالتعاون بين السلطات وقطاع الأعمال والمنظمات والمواطنين. ويشكّل الأمن الشامل أساس قدرة المجتمع الفنلندي على الصمود في الأزمات.

وتشارك جميع الجهات الفاعلة في المجتمع معًا في تأمين الوظائف الحيوية. وتُعد مرونة التعاون واستمراريته بين مختلف قطاعات المجتمع ومستويات العمل من المتطلبات الأساسية لتعزيز القدرة على الصمود في الأزمات.

«الأفراد من العناصر الأساسية في الأمن الشامل.»

يتدرب المجتمع ويعمل على تحديد جوانب العمل الضعيفة أو التي تحتاج إلى تطوير.

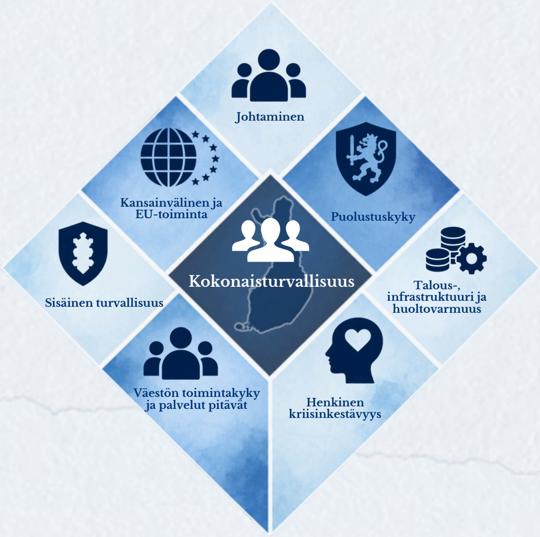
ويجري تطوير الاستعداد من خلال مشاريع مختلفة، مثل مشروع توصيات الاستعداد لمدة 72 ساعة، الذي نفذته السلطات والمنظمات قبل عامين تقريبًا وكان موجهًا إلى الأسر. وقد قُدِّمت ضمن المشروع إرشادات تفصيلية حول الاستعداد في كتيب خاص.

«يمكن التدرب على الحماية المدنية.»

هل تعلمون أن فنلندا من الدول الرائدة في أوروبا في مجال الحماية المدنية؟ يوجد في فنلندا 50,500 ملجأ للسكان، تتسع لما مجموعه 4.8 ملايين شخص.

وفي مدينة كوبيو، أُجري في 2–3 سبتمبر/أيلول تمرين الحماية المدنية Suojaan 2026. واختبر التمرين كيفية حماية أعداد كبيرة من السكان في مختلف حالات الاضطراب والظروف الاستثنائية. وشارك فيه 2,000 شخص. وكان الهدف تطوير التعاون بين السلطات والجهات الإقليمية، وتعزيز القيادة، وتكوين صورة واضحة عن الوضع، والاتصالات في الحالات التي يتعطل فيها السير الطبيعي للمجتمع.

هل نعرف ما هو ملجأ السكان وكيف يكون؟ وكيف يتم تمييزه؟ وكيف نتصرف داخل ملجأ السكان؟ يتطلب الحصول على هذه المعلومات المثابرة، وغالبًا ما يجب البحث عنها في عدة مصادر مختلفة. وهنا يبرز الدور المهم للجهات التطوعية العاملة ضمن المنظمات. وتُعد الحزمة المعلوماتية العملية التي أعدتها جمعية المهاجرين للاستعداد والدفاع الوطني (MVM ry) بداية جيدة. وهي متاحة على الموقع الإلكتروني للجمعية.


Johtaminen
Kansainvälinen ja EU-toiminta
Puolustuskyky
Sisäinen turvallisuus
Kokonaisturvallisuus
Talous-, infrastruktuuri ja huoltovarmuus
Väestön toimintakyky ja palvelut pitävät
Henkinen kriisinkestävyys

الشرطة بوصفها جهة فاعلة في الأمن الشامل في فنلندا

مقدمة: تتمثل المهمة الرئيسية للشرطة الفنلندية في حماية الناس والمجتمع. وتعمل الشرطة على منع الجرائم والتحقيق فيها، كما تتولى مسؤولية الحفاظ على النظام والأمن العام وحماية النظام المجتمعي.

وتشمل مهام الشرطة أيضًا، من بين أمور أخرى، شؤون التراخيص التي ينص عليها القانون، مثل إصدار جوازات السفر وبطاقات الهوية. كما تقدم الشرطة المساعدة في الحوادث وحالات العنف وغيرها من حالات الاضطراب. وفي حالات الطوارئ العاجلة يمكن الوصول إلى الشرطة بالاتصال برقم الطوارئ العام 112.

**كبير مفتشي الشرطة
سامي كاليوما**

في فنلندا، يستند عمل الشرطة إلى القانون

تعامل الشرطة الناس على قدم المساواة وتحترم الحقوق الأساسية وحقوق الإنسان لكل فرد. وخدمات الشرطة متاحة للجميع بغض النظر، على سبيل المثال، عن الأصل أو الجنسية أو اللغة أو الدين. ويمكن لمن يتعرض لجريمة إبلاغ الشرطة عنها. وعند الحاجة، يمكن طلب مترجم للمساعدة في التعامل مع الشرطة.
ويظهر عمل الشرطة بوضوح في الحياة اليومية أيضًا من خلال العمل الوقائي. فالشرطة تلتقي بالشباب، وتزور المدارس، وتقدم الإرشاد للمجتمعات، وتتابع الظواهر التي قد تضعف الأمن. والهدف هو منع المشكلات قبل أن تتحول إلى جرائم أو اضطرابات خطيرة.

الشرطة جهة فاعلة مهمة في منظومة الأمن الشامل في فنلندا

يعني الأمن الشامل أن تعمل السلطات والبلديات والشركات والمنظمات والأفراد معًا، حتى يبقى المجتمع آمنًا أيضًا في مختلف الأزمات وحالات الاضطراب. ويُعد نموذج الأمن الشامل الفنلندي جزءًا مهمًا من الاستعداد، وقد حُددت ضمن هذا النموذج الوظائف الحيوية للمجتمع التي يجب ضمان استمرارها في جميع الظروف. ويُعد الأمن الداخلي إحدى هذه الوظائف، وتتحمل الشرطة مسؤولية واسعة عنه.

كما أن حالات الاضطراب المختلفة التي تصيب المجتمع، بغض النظر عن أسباب نشوئها، غالبًا ما تظهر ضمن مجال عمل الشرطة على شكل اضطرابات في النظام والأمن العام.
وللسكان أيضًا دور مهم في ضمان الأمن الشامل. ويمكن لكل شخص أن يدعم الأمن من خلال الالتزام بالقوانين وتعليمات السلطات، ومساعدة الآخرين، وإبلاغ السلطات عن الجرائم والمواقف الخطرة. وفي الوقت نفسه، من المهم التعامل بحذر مع المعلومات المنتشرة عبر الإنترنت، والتحقق من رسائل السلطات عبر قنواتها الرسمية. ولا ينبغي نشر المعلومات الخاطئة، لأنها قد تزيد من الخوف وتصعّب عمل السلطات.

يمكن الوثوق بالشرطة

إن الثقة بين الشرطة والسكان تدعم أمن المجتمع بأكمله. ويمكن التواصل مع الشرطة وطلب المشورة والمساعدة منها. وفنلندا الآمنة تُبنى بالتعاون، وبأن يشعر كل فرد بأنه جزء من المجتمع. ويمكن لكل واحد منا أن يعزز أمن المجتمع يوميًا من خلال سلوكه وأفعاله واختياراته.

من متلقي المعرفة إلى ناقل لها

كان شهر سبتمبر/أيلول شهرًا استثنائيًا من حيث النشاط في MVM ry. فقد كنا في الوقت نفسه نتلقى المعرفة وننقلها إلى الآخرين. وشارك فريق المدربين لدينا في العديد من التدريبات المتعلقة بالأمن والاستعداد. وفي الوقت نفسه، نقلنا هذه المعرفة إلى الآخرين من خلال اللقاءات التوعوية التي نظمناها.
الفكرة بسيطة. لكي نتمكن من نقل معلومات أمنية موثوقة إلى الآخرين، علينا أولًا أن نتعلم ونتدرب ونطور مهاراتنا بأنفسنا. وخلال شهر سبتمبر/أيلول، اتخذنا خطوات مهمة عديدة في هذا الاتجاه.

التدريب
المعرفة
المجتمع
فنلندا
أكثر أمانًا

اكتساب المهارات اللازمة للعمل كمدربين

أكمل أعضاء فريق المدربين في MVM ry دورة تدريب المدربين K1 التابعة لـ MPK. ويوفر هذا التدريب المهارات اللازمة للعمل في مهام التدريب لدى MPK، ويضع أساسًا يمكننا من المشاركة مستقبلًا بصورة أكثر فاعلية في تنفيذ التدريبات أيضًا.
وفي الوقت نفسه، عززنا مهاراتنا في عدة مجالات مختلفة من مجالات الأمن.

وفي الوقت نفسه، عززنا خبرتنا في مجالات متعددة من الأمن.

شارك بعض أعضاء فريقنا في دورة «السلامة في الحياة اليومية» التي نظمتها MPK بالتعاون مع Maanpuolustusnaisten Liitto.
وتعلم المشاركون في الدورة كيفية التعرف على المخاطر الأمنية في المنزل والمناطق المحيطة به، وكيفية الاستعداد لها عمليًا. وشملت الموضوعات، من بين أمور أخرى، طلب المساعدة في حالات الطوارئ، والإطفاء الأولي، والإسعافات الأولية الطارئة، ومخزون الطوارئ المنزلي، وأساسيات الأمن السيبراني، والاستعداد لمختلف حالات الاضطراب.
ولم يقتصر الأمر على المحاضرات، بل جرى التدريب على المهارات عمليًا أيضًا. فالتدريب العملي هو ما يجعل الكثير من الأمور ملموسة: فالمعرفة تتحول إلى مهارة عندما تتاح للإنسان فرصة تطبيقها بنفسه.

الأمن هو أيضًا القدرة النفسية على التعامل مع المواقف

أكمل بعض أعضاء فريق المدربين لدينا أيضًا تدريبًا لمدة يومين حول القدرة النفسية على الصمود في الأزمات، نُظم بالتعاون مع Turvakurssin Kilta ry، والمجلس الإقليمي لأوسيما التابع لـ Naisten Valmiusliitto، ومكتبة Järvenpää.
وتناول التدريب مختلف حالات الأزمات، والإسعافات النفسية الأولية، وكيف يمكن للمتطوع الذي يقدم المساعدة أن يتعامل مع شخص يمر بظرف صعب وأن يقدم له الدعم.
عندما نتحدث عن الاستعداد، قد يتبادر إلى الذهن بسهولة مخزون الطوارئ المنزلي أو انقطاع الكهرباء أو ملاجئ السكان. لكن في حالات الأزمات نحتاج أيضًا إلى القدرة على التعامل مع الإنسان، والتعرف على حاجته إلى الدعم، والحفاظ على قدرتنا نحن أيضًا على التصرف والعمل.
ولذلك، تُعد القدرة النفسية على الصمود في الأزمات جزءًا مهمًا من الأمن الشامل.

مهارات الحماية المدنية تتقدم خطوة بخطوة

اتخذنا أيضًا خطوات جديدة في التدريب على الحماية المدنية.
لدينا الآن في فريقنا أول مدرب في مجال الحماية المدنية (VSS)، وهو Shaho Jaff، كما أتيحت لأحد أعضائنا فرصة العمل مدربًا مساعدًا في مجال الحماية المدنية، وأكمل بعضنا أول تدريب متقدم في الحماية المدنية.
وهدفنا هو أن يتقدم أكبر عدد ممكن من أعضاء فريقنا في مسار التأهيل كمدربين، كلٌّ وفق جدوله وظروفه.

أولًا نتعلم.
ثم نتدرّب.
ثم ننقل المعرفة إلى الآخرين.

ما نتعلمه ننقله إلى الآخرين

لكننا لم نكتفِ بالتعلم بأنفسنا خلال شهر سبتمبر/أيلول.

3
أيلول

لقاء معلوماتي للفئة الناطقة بالعربية

في 3 سبتمبر/أيلول، نظمنا في إسبو لقاءً توعويًا موجهًا إلى الفئة الناطقة باللغة العربية. وتناول اللقاء، من بين أمور أخرى، الأمن الشامل، والتجنيد، والخدمة العسكرية، وخيارات الخدمة المختلفة، والسبل المتنوعة للمشاركة في بناء أمن المجتمع الفنلندي.

وكان منظور الأمن الشامل مهمًا بشكل خاص في اللقاء. ففي فنلندا، لا تبني قوات الدفاع أو السلطات الأخرى الأمن وحدها، بل تشارك أيضًا الشركات والمنظمات والمجتمعات المحلية والأفراد العاديون. ويمكن لكل شخص أن يجد طريقته الخاصة للمشاركة انطلاقًا من ظروفه وإمكاناته.

6
أيلول

لقاء للشباب الناطقين بالروسية

وفي 6 سبتمبر/أيلول، نظمنا بدورنا لقاءً موجهًا إلى الشباب الناطقين باللغة الروسية. وبرزت في النقاش بصورة خاصة موضوعات التجنيد والخدمة العسكرية والعمل التطوعي، والفرص المتاحة للشباب للعثور على دورهم في مجال الدفاع الوطني والأمن.

وكانت إمكانية طرح الأسئلة مهمة أيضًا في كلا اللقاءين. فقد يبدو نظام الأمن والدفاع الوطني الفنلندي معقدًا لمن لم يسبق له التعرف إليه. وإتاحة الفرصة لمناقشة هذه الأمور باللغة الأم تجعل البحث عن المعلومات والمشاركة أكثر سهولة.

تدريب الحماية المدنية

VSS

تدريب K1 (MPK)

دورة السلامة في الحياة اليومية (MPK)

محطتنا القادمة: تامبيري

يتواصل نقل المعرفة أيضًا خلال شهر أكتوبر/تشرين الأول. يوم السبت 24 أكتوبر/تشرين الأول، من الساعة 10 إلى 14، سنكون موجودين في ملجأ السكان Liisankallio في تامبيري، بالقرب من كنيسة Kaleva، على العنوان Liisankatu 2.

وخلال اليوم، ستتاح للجمهور فرصة التعرف إلى ملجأ السكان والحصول على معلومات حول الحماية المدنية والاستعداد لمدة 72 ساعة.

إذا كنت في تامبيري أو في المناطق القريبة منها، فتعال للقائنا والتعرف إلى ملجأ السكان وتعلُّم شيء جديد عن الاستعداد. ويمكنك في الوقت نفسه طرح الأسئلة حول الأمور التي ربما بقيت غير واضحة لك من قبل.

معلومات أمنية متاحة أيضًا عبر الإنترنت

لا يستطيع الجميع المشاركة في التدريبات أو اللقاءات التوعوية. لذلك بدأنا بجمع معلومات تتعلق بالأمن والاستعداد والحماية المدنية على موقعنا الإلكتروني، بحيث يمكن الرجوع إليها عند الحاجة.

وكان أول ما نشرناه إرشادات حول ملاجئ السكان بعدة لغات. ونهدف إلى مواصلة بناء هذا المحتوى وإضافة المزيد من المعلومات العملية المتعلقة بالأمن والاستعداد إلى الموقع تدريجيًا.

بالنسبة لنا، لا يعني التواصل الأمني متعدد اللغات مجرد ترجمة الكلمات من لغة إلى أخرى. فالهدف هو أن يفهم الإنسان المعلومات أيضًا، وأن يعرف كيف يمكنه تطبيقها في حياته.

لقد أظهر شهر سبتمبر/أيلول بوضوح ما يعنيه بالنسبة لنا الانتقال من متلقي المعرفة إلى ناقل لها. نتعلم أولًا بأنفسنا. ثم نتدرب. ومع تطور مهاراتنا، ننقل ما تعلمناه إلى الآخرين – إلى أشخاص جدد، ومجتمعات جديدة، وتدريجيًا بلغات جديدة أيضًا.

الاستعداد لا يعني الخوف، بل يمنح الشعور بالأمان

المعرفة والمهارات في مجال الأمن مفيدة في العمل وفي الحياة اليومية على حد سواء. وبالنسبة إلى إحدى عضوات *MVM ry*، التي تعمل في مجال التربية في مرحلة الطفولة المبكرة، فإن الاستباق وإدارة المخاطر والقدرة على التصرف في المواقف المختلفة هي جزء من عملها اليومي. وفي هذا العدد، تتحدث عن سبب انضمامها إلى أنشطة *MVM ry*، ولماذا يمنحها الاستعداد، قبل كل شيء، شعورا بالأمان.

Natalia Pienimaa

أنا مواطنة فنلندية من أصول مهاجرة. أعيش في فنلندا منذ أكثر من 30 عامًا، أي أنني قضيت هنا معظم حياتي. فنلندا هي وطني. هنا تعيش عائلتي وأبنائي وأحفادي، وأشعر بقوة بأنني أنتمي إلى هذا المجتمع.

أريد أن أكون عضوًا فاعلًا في المجتمع، وأن أساهم بدوري في جعل فنلندا مكانًا أكثر أمانًا وترابطًا لنا جميعًا.

أنا أخصائية اجتماعية في مجال التربية في مرحلة الطفولة المبكرة، وأعمل في روضة للأطفال. وفي عملي، يُعد الأمن ومراعاة الآخرين والاهتمام بهم جزءًا مهمًا من هويتي المهنية. وفي مجال التربية في مرحلة الطفولة المبكرة، تُعد البيئة الآمنة والاستباق والقدرة على التصرف في المواقف المختلفة جزءًا من العمل اليومي. وأريد من جانبي أن أعزز الشعور بالأمان لدى الأطفال والأسر ومجتمع العمل على حد سواء.

لقد عزز الوضع العالمي غير المستقر حاليًا رغبتي في تعلم المزيد عن الأمن والاستعداد وقدرة المجتمع على الصمود في الأزمات. وأريد أن أفهم بصورة أفضل ما الذي يمكنني فعله بنفسي، وكيف يمكنني التصرف في مختلف حالات الاضطراب والأزمات.

من خلال MVM ry، يمكنني تطوير معارفي ومهاراتي التي تفيدني في الحياة العملية وفي حياتي اليومية على حد سواء. بالنسبة إليّ، لا يعني الاستعداد الخوف. بل على العكس، فالمعرفة والاستباق والاستعداد تمنح الشعور بالأمان. وعندما يعرف الإنسان كيف يتصرف في المواقف المختلفة، يستطيع التعامل معها بهدوء أكبر وبطريقة أكثر تنظيمًا.

انضممت إلى جمعية المهاجرين للاستعداد والدفاع الوطني (MVM ry) وإلى فريق المدربين، لأنني أريد أن أتعلم وأشارك وأن أكون نافعة. كما أرى أنه من المهم أن يشارك الأشخاص من ذوي الخلفيات المهاجرة بفاعلية في بناء أمن المجتمع الفنلندي وتعزيز الترابط المجتمعي.

وأشجع الآخرين أيضًا على الانضمام والمشاركة. فمن خلال الجمعية يمكن الحصول على معلومات محدثة حول الأنشطة والتدريبات والشركاء المتعاونين. وفي الوقت نفسه، يمكن تعلم أشياء جديدة، والتعرف إلى أشخاص جدد، والعثور على طرق مناسبة لكل شخص للمشاركة.

أؤمن بأن كل واحد منا يستطيع أن يفعل شيئًا من أجل أمننا المشترك. فعندما نعزز مهاراتنا ونساعد بعضنا بعضًا، فإننا نبني في الوقت نفسه مجتمعًا أكثر أمانًا.

ساعات الظلام تزداد – هل أنت مستعد؟

مع حلول فصل الخريف، تصبح الأيام أقصر وتزداد ساعات الظلام. ويؤثر الظلام في السلامة خلال الحياة اليومية، سواء في المنزل أو خارجه. وحتى انقطاع الكهرباء العادي يبدو مختلفًا تمامًا إذا حدث في مساء مظلم أو أثناء الليل. لذلك، هذا هو الوقت المناسب للتحقق من بعض الأمور البسيطة، لكنها مهمة.

تذكّر أهمية أن تكون مرئيًا أيضًا عند ركوب الدراجة.

في الظلام، يجب أن تكون الدراجة مزودة بضوء أبيض أو أصفر فاتح في الأمام وضوء أحمر في الخلف. وتحقق أيضًا من العواكس الضوئية في الدراجة. وحتى إذا كنت تقود دراجتك في شارع مضاء، فلا تفترض أن السائق يراك تلقائيًا، فالظلام والمطر وأضواء السيارات القادمة من الاتجاه المقابل قد تجعل رؤيتك أكثر صعوبة.

احرص على أن تكون مرئيًا في الخارج.

يساعد العاكس الضوئي السائق على رؤية المشاة في وقت أبكر بكثير. والتوصية الحالية هي استخدام عاكسين ضوئيين على الأقل، حتى تكون مرئيًا من اتجاهات مختلفة. ويُفضل تثبيت العاكس المتدلي عند مستوى الركبة تقريبًا، بحيث يستطيع التحرك بحرية. ومن المهم بشكل خاص أن يكون العاكس ظاهرًا من جهة الطريق. ويمكن أيضًا استخدام العواكس الضوئية على الذراعين أو الساقين.

هل تعرف أين تجد المصباح اليدوي؟

يُفضل الاحتفاظ بمصباح يدوي أو مصباح للرأس في مكان يسهل العثور عليه حتى في الظلام التام. وتحقق في الوقت نفسه من البطاريات، واحتفظ ببطارية شحن متنقلة مشحونة.

يجب أن يكون حيوانك الأليف مرئيًا أيضًا.

عندما تخرج مع كلبك في الظلام، من الأفضل أن يكون حيوانك الأليف مزودًا أيضًا بعاكس ضوئي، مثل حزام عاكس للضوء أو طوق عاكس أو ضوء صغير. وبهذه الطريقة يستطيع سائقو السيارات وراكبو الدراجات وغيرهم من مستخدمي الطريق رؤيتك أنت وكلبك في الوقت المناسب. وقد يكون من الصعب جدًا رؤية الكلب ذي اللون الداكن، خصوصًا في الظلام.

قد يحدث انقطاع الكهرباء في أي وقت، لكن الاستعداد المسبق الجيد خلال الفترة التي تزداد فيها ساعات الظلام يجعل التعامل مع الموقف أسهل بكثير.

توخَّ الحذر بشكل خاص عند استخدام الشموع.

يزداد استخدام الشموع في الخريف، سواء لإضفاء أجواء مريحة أو للإضاءة. ولا يجوز أبدًا ترك شمعة مشتعلة دون مراقبة. ضع الشمعة على سطح ثابت وغير قابل للاشتعال، وعلى مسافة كافية من الستائر والزينة والأوراق وغيرها من المواد سريعة الاشتعال. وانتبه أيضًا إلى الأطفال والحيوانات الأليفة. وأطفئ الشموع دائمًا عند مغادرة الغرفة أو الذهاب إلى النوم.

فحص بسيط اليوم قد يجعل مساءً مظلمًا أكثر أمانًا.

«الخدمة العسكرية جزء صغير من الحياة، لكن يمكن للإنسان أن يتعلم الكثير خلال هذه الفترة.»

في العدد السابق، تعرفنا إلى نجمة في زاوية «النساء يشاركن أيضًا». وهذه المرة نستمع إلى شقيقها Mohamud Ali Abdi، الذي يؤدي حاليًا خدمته العسكرية في Vekaranjärvi. يتحدث Mohamud عما قدمته له الخدمة حتى الآن، وكيف كانت تجربته مع المساواة في الجيش، وما الذي يود قوله للشباب الذين يستعدون لبدء الخدمة.

أين تؤدي خدمتك حاليًا؟

أنا في Vekaranjärvi وأخدم في سلاح المدفعية. بدأت خدمتي في شهر يوليو/تموز، ومدة خدمتي ستة أشهر.

ماذا أعطاك الجيش؟

علّمني الجيش المسؤولية والانضباط الذاتي والنظام.
واكتسبت تجارب جديدة، وأتيحت لي فرصة تحدي نفسي بطرق لم أكن أعرف أنني قادر عليها. كما أخرجتني الخدمة من منطقة الراحة الخاصة بي.

كيف كانت تجربتك مع المساواة في الجيش؟

جيدة. لم أتعرض للتمييز أو للمعاملة غير المتساوية. نُعامل جميعًا بالطريقة نفسها، ولم أُعامل بشكل مختلف عن الآخرين بسبب خلفيتي.

أنت لم تتقدم إلى تدريب القيادة. ما رأيك في ذلك الآن؟

اخترت بنفسي الخدمة لمدة ستة أشهر، لأن لدي خططًا أخرى أيضًا. وربما لم أفكر حينها في مقدار ما يمكن أن يقدمه تدريب القيادة للإنسان.
رأيت، على سبيل المثال، عريفًا من أصول صومالية يتميز بانضباطه الشديد ويُعد مثالًا يُحتذى به. وعندما تراه، تدرك أن تدريب القيادة يمكن فعلًا أن يطور الإنسان كثيرًا. وإذا كانت خطط الشخص تسمح بذلك، فإنني أنصح بالتقدم إليه. فمن خلاله يمكن اكتساب الكثير من المهارات التي ستكون مفيدة أيضًا في المستقبل.

ماذا تقول لشاب مقبل على التجنيد أو على بدء الخدمة العسكرية؟

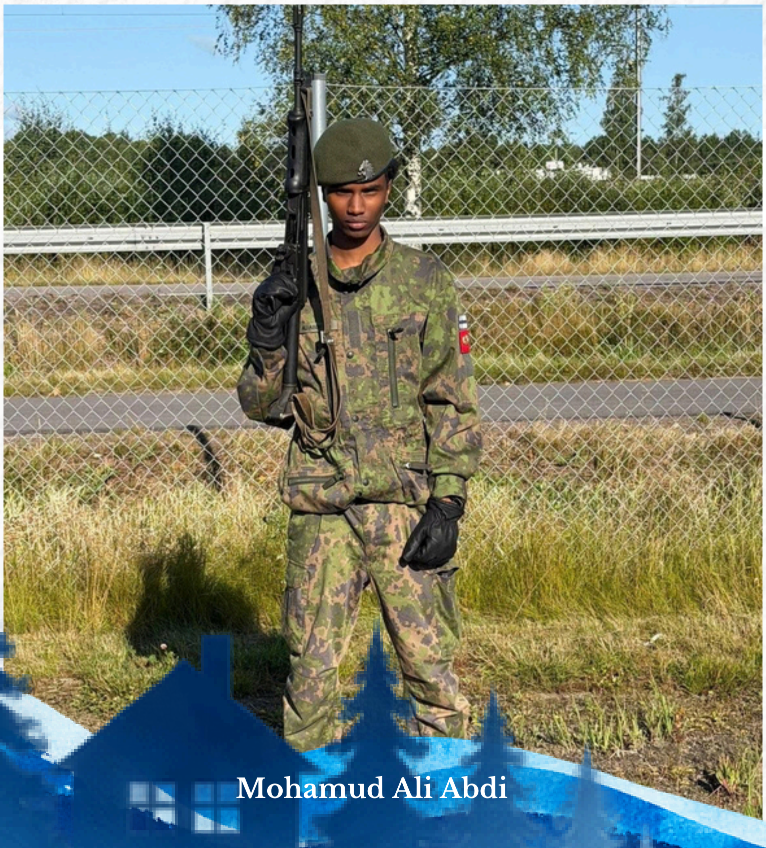
اذهبوا إليها بروح إيجابية ودافع جيد. فالخدمة العسكرية في النهاية ليست سوى جزء صغير من الحياة، لكن يمكن للإنسان أن يتعلم الكثير خلال هذه الفترة. وهناك يمكن تجربة أشياء جديدة، وتحدي النفس، واكتشاف جوانب جديدة في الذات.

ما أفضل ما وجدته في الخدمة؟

أفضل ما فيها هو الأصدقاء والأشخاص الجدد. وفي الجيش أيضًا يمكن للمرء أن يعيش تجارب لا تتاح له في الحياة المدنية العادية.
لقد أتيحت لي فرصة التدريب على استخدام الأسلحة، وسنبدأ قريبًا أيضًا التدريب على المدافع. ومن المثير للاهتمام أن نتعلم كيف نتصرف في المواقف المختلفة.

وماذا لو كان عليك يومًا الدفاع عن فنلندا؟

منحتني فنلندا الكثير من الفرص، مثل فرصة الدراسة وبناء حياتي هنا.
وإذا كان عليّ الدفاع عن فنلندا، فسأدافع عنها.
في الجيش أتعلم كيف أفعل ذلك، وبصفتي جنديًا في سلاح المدفعية أتعلم أيضًا مهمتي الخاصة. وبالنسبة إليّ، فإن الدفاع عن فنلندا سيكون واجبًا.



Mohamud Ali Abdi

الأمن يجمع بين الشقيقين

سبق أن قدمنا نجمة، شقيقة Mohamud، في العدد السابق من Kantama ضمن زاوية «النساء يشاركن أيضًا». ويقول Mohamud إنه فخور بشقيقته وبالتدريبات التي تتلقاها ضمن أنشطة MVM ry.
وتذكرنا قصة الشقيقين أيضًا بأهمية الأشخاص المقربين من حولنا. فالمثال الذي تقدمه الأسرة ومواقفها يمكن أن يؤثرا في الطريقة التي يرى بها الشاب مكانه في المجتمع الفنلندي ودوره كجزء من أمننا المشترك.

لماذا يُنصح بأداء الخدمة العسكرية، وما فوائدها لاحقًا في الحياة المدنية والعملية؟

كثيرًا ما يجرى الحديث عن فوائد الخدمة العسكرية أيضًا من خلال تجارب الشباب أنفسهم. ففي المقابلات تتكرر الإشارة إلى الثقة بالنفس، وتحمل المسؤولية، وتكوين صداقات جديدة، ومهارات العمل الجماعي، وأهمية تدريب القيادة.

ولكن ما الذي يمكن أن تقدمه الخدمة العسكرية عمليًا للحياة المدنية والعملية في المستقبل؟ في هذا العدد، يشرح Jyri Vilamo، رائد في الاحتياط ورئيس مجلس اتحاد ضباط الاحتياط الفنلندي، هذا الموضوع بمزيد من التفصيل من وجهة نظر خبير.

إن أداء الخدمة العسكرية بشكل جيد يعود على الفرد بفوائد عديدة، حتى وإن لم يكن من الممكن إدراك جميع هذه الفوائد مسبقًا. وتُعد قوات الدفاع إحدى أكثر المؤسسات تقديرًا وثقة في فنلندا، إذ يثق بها ما يصل إلى 86% من المواطنين.

الخدمة العسكرية واجب مدني ينص عليه القانون للرجال الفنلنديين، وهي تطوعية للنساء. ومع ذلك، فإن كل مواطن فنلندي ملزم، وفقًا للدستور، بواجب الدفاع عن الوطن. وفي حالات الأزمات، نحتاج إلى الجميع، ويمكن لكل شخص أن يتحمل مسؤوليته تجاه أمن المجتمع، سواء أدى الخدمة العسكرية أم لم يؤدها.
وتعد الخدمة المدنية خيارًا آخر إلى جانب الخدمة العسكرية. كما يمكن المشاركة بصورة تطوعية في مهام مرتبطة بالاستعداد ضمن مجالات عديدة ومتنوعة في المجتمع.
فيما يلي بعض الفوائد التي تقدمها الخدمة العسكرية، والتي اختبرها ملايين الفنلنديين بأنفسهم على مدى عقود.

المهارات الشخصية

- القدرة على تحمل الضغط: تتطور القدرة على تحمل التوتر عند التعامل مع المواقف الصعبة تحت الضغط وضمن أطر زمنية محددة.
- إدارة الوقت: تتحسن القدرة على الالتزام بالمواعيد وتنظيم المهام الشخصية.
- المثابرة: تساعد القدرة على الاستمرار والعمل الهادف على إنجاز المهام حتى النهاية، حتى عند مواجهة الصعوبات.

العمل الجماعي وبناء العلاقات

- مهارات التعاون: يتعلم الفرد خلال الخدمة كيفية العمل مع أشخاص مختلفين من أجل تحقيق هدف مشترك.
- بناء شبكة من العلاقات: يتعرف الفرد خلال الخدمة إلى أشخاص من مختلف أنحاء فنلندا، وقد يؤدي ذلك إلى صداقات طويلة الأمد وشبكات علاقات قيّمة أيضًا في الحياة العملية.

ويُنصح بشكل خاص بالتقدم إلى تدريب القيادة. فقوات الدفاع هي أكبر جهة تقدم تدريبًا على القيادة في فنلندا، كما يحظى تدريب القيادة الذي تقدمه بتقدير واسع في الحياة العملية. وقد أكمل العديد من المشرفين والقادة الحاليين تدريب ضباط الصف أو تدريب ضباط الاحتياط.

القيادة ومهارات الإشراف

- مهارات الاشراف: يعلّم تدريب القيادة (AUK أو RUK) كيفية تقديم الملاحظات وتلقيها، والتخطيط للعمل، وقيادة الأشخاص، وتنظيم استخدام الوقت، واتخاذ القرارات في المواقف الصعبة.
- تحمل المسؤولية: تحمل المسؤولية عن عمل الآخرين يعزز الاستعداد للعمل في المهام الصعبة والمناصب القيادية أيضًا في الحياة المدنية.

إحدى نقاط القوة في الخدمة العسكرية الفنلندية هي أن الجميع يبدأون خدمتهم، من حيث المبدأ، من نقطة انطلاق متساوية. فلا يحدد الجنس أو لون البشرة أو الخلفية أو أي صفة شخصية أخرى كيفية معاملتك.

ومن المفيد التعبير بفاعلية عن اهتمامك بالمهام المختلفة، لكن الاختيار النهائي للمهام يتم بناءً على احتياجات قوات الدفاع وتقييم مدى ملاءمة الشخص للمهمة. كما أن الموقف الإيجابي واللياقة البدنية الجيدة يسهّلان أداء الخدمة ويساعدان على النجاح فيها.

ووفقًا للدراسات، يمكن للخدمة العسكرية أيضًا أن تدعم الاندماج في المجتمع الفنلندي. فهي تعزز روح الانتماء للمجتمع، وتساعد على الوقاية من التهميش، وتوفر فرصة لبناء صداقات قد تستمر مدى الحياة.

Jyri Vilamo، رائد (احتياط)
رئيس مجلس الاتحاد
اتحاد ضباط الاحتياط الفنلندي

مصطلحات الأمن

KOKONAISTURVALLISUUS **الأمن الشامل**

النهج الفنلندي في العناية بأمن المجتمع بصورة مشتركة. تعمل السلطات والشركات والمنظمات والمواطنون معًا على تأمين الوظائف المهمة للمجتمع في جميع الظروف.

HUOLTOVARMUUS **أمن الإمدادات**

القدرة على ضمان استمرار توفر المنتجات والخدمات والأنظمة الضرورية للناس والمجتمع وعملها أيضًا في حالات الاضطراب الخطيرة والظروف الاستثنائية. ومن أمثلتها الغذاء والطاقة والنقل والرعاية الصحية.

KRIISINKESTÄVYYS (RESILIENSSI) **القدرة على الصمود في الأزمات (المرونة)**

قدرة الفرد أو المجتمع المحلي أو المجتمع ككل على الحفاظ على قدرته على العمل في الظروف الصعبة، وتجاوز حالات الاضطراب والتعافي منها.

YHTEISKUNNAN ELINTÄRKEÄT TOIMINNOT **الوظائف الحيوية للمجتمع**

الوظائف التي يجب أن تستمر في جميع الظروف حتى يتمكن المجتمع من العمل. وتشمل، على سبيل المثال، القيادة، والقدرة الدفاعية، والأمن الداخلي، وأمن الإمدادات، والخدمات المقدمة للسكان، والقدرة النفسية على الصمود في الأزمات.

KYBERTURVALLISUUS **الأمن السيبراني**

الإجراءات التي تهدف إلى حماية الأنظمة الرقمية والمعلومات ومستخدميها من التهديدات السيبرانية. ولا يقتصر الأمن السيبراني على التكنولوجيا، بل يشمل أيضًا الأشخاص وأساليب العمل.

INFORMAATIOVAIKUTTAMINEN **التأثير من خلال المعلومات**

نشاط ضار يهدف إلى التأثير، من خلال المعلومات، في تصورات الناس أو قراراتهم أو تصرفاتهم. وقد تُستخدم فيه معلومات خاطئة أو مضللة، كما يمكن استخدام معلومات صحيحة بطريقة تخدم غرضًا محددًا.

JATKUVUUDENHALLINTA **إدارة استمرارية العمل**

الطريقة التي تستعد بها المؤسسة لحالات الاضطراب، بحيث تتمكن من مواصلة أنشطتها المهمة حتى في الظروف الصعبة، ثم التعافي منها.

TURVALLISUUSYMPÄRISTÖ **البيئة الأمنية**

الظروف والأحداث والتغيرات والتهديدات التي تؤثر في أمن فنلندا أو المجتمع أو الأفراد. وتتأثر البيئة الأمنية، على سبيل المثال، بالوضع الدولي والتكنولوجيا والاقتصاد والبيئة والأزمات المختلفة.

KOKONAISMAANPUOLUSTUS **الدفاع الوطني الشامل**

مجمل الإجراءات العسكرية والمدنية التي تهدف إلى حماية استقلال فنلندا وأمن المواطنين واستمرار عمل المجتمع في مواجهة مختلف التهديدات.

YHTEISTOIMINTA **التعاون المشترك**

عمل مشترك تتبادل فيه الجهات المختلفة المعلومات والموارد، وتعمل معًا لتحقيق هدف واحد. ويقوم الأمن الشامل على هذا النوع من التعاون.

يصدر هذا العدد من مجلة كانتاما بدعم من مؤسسة دعم الدفاع الوطني ومؤسسة جمعيات الدقاع الوطني.

مزيد من المعلومات:

toimisto@mvmry.fi
www.mvmry.fi

املأ طلب العضوية من خلال مسح رمز QR

الأمن يخصّ الجميع – انضم إلينا!

عمل مشترك تتبادل فيه الجهات المختلفة المعلومات والموارد، وتعمل معًا لتحقيق هدف واحد. ويقوم الأمن الشامل على هذا النوع من التعاون.