Maahanmuuttajien Varautumis- ja Maanpuolustusyhdistys (MVM)ry:n jäsenlehti

کانتاما

شماره ۶

سپتامبر
۲۰۲۶



در مرکز الماس یک

فرد قرار دارد

رویدادها

از دریافت‌کننده اطلاعات تا توزیع‌کننده اطلاعات

همراهی زنان

آماده بودن به معنای ترسیدن نیست - بلکه حس امنیت به همراه دارد

سرمقاله

همه می‌توانند، و همه باید آماده شوند

محتویات

سپتامبر ۲۰۲۶ | شماره ۶

مردم
جامعه
امنیت



با هم
فنلاندی
قوی‌تر

سلام مدیرعامل — 3
در مرکز امنیت کامل، شما هستید.

سرمقاله — 4
همه می‌توانند، و همه باید آماده شوند

دیدگاه متخصص — 5
پلیس به عنوان یک بازیگر امنیتی جامع در فنلاند

رویدادها — 6-7
از دریافت کننده اطلاعات تا توزیع کننده اطلاعات

همراهی زنان — 8
آماده بودن به معنای ترسیدن نیست - بلکه حس امنیت به همراه دارد

نکات آمادگی — 9
تاریکی در حال افزایش است - آیا شما آماده هستید؟

صدای جوانان — 10
سربازی بخش کوچکی از زندگی است، ولی در آن زمان می‌توانید چیزهای زیادی یاد بگیرید

رویدادهای جاری — 11
چرا ارزش دارد که خدمت سربازی را تمام کنید و چه مزایایی بعداً در زندگی غیرنظامی و کاری به همراه خواهد داشت؟

واژه نامه امنیت — 12

در مرکز الماس، فرد قرار دارد.

در مرکز امنیت کلی جامعه، تو هستی.

در مرکز امنیت کلی جامعه، تو هستی.

وقتی از آماد گی صحبت میکنیم، اولین فکری که به ذهن بسیاری از مردم میرسد جنگ است. این موضوع قابل در ک است، به ویژه در این عصر و جهان امروز ما. اما. آماد گی و امنیت جامع بسیار فراتر و عمیقتر از این است

در ارزیابی خطرات ملی فنلاند، ۲۱ مدل خطر و موقعیت بحرانی مهم در سطح ملی شناسایی شده اند. استفاده از نیروی نظامی تنها یکی از آنهاست. جامعه ما همچنین خود را برای قطعی برق، اختلال در ارتباطات، حوادث ،ناگوار
بلایای طبیعی، بیماریهای واگیردار)پاندمی(و بسیاری از ،شرایط دیگر که میتوانند زندگی روزمره ما را مختل کنند آماده میکند.
وقتی انسان عمیقتر به این موضوع میاندیشد، نکته بسیار مهمی را در مورد فنلاند درک میکند: زندگی روزمره و
امن، به خودی خود به وجود نمیآید
پشت این امنیت، زحمت و چالش بزرگی نهفته است که دولت، مسئوالن، شهرداریها، شرکتها، سازمانها و طرفهای متعدد دیگری هر روز انجام میدهند. بخش بزرگی از این فعالیتها در زندگی روزمره توسط ما دیده نمیشود و شاید همین امر خود نشاندهنده عملکرد خوب ،سیستم باشد. ما صبح بیدار میشویم، برق کار میکند آب از شیر میآید، شبکه ارتباطی فعال است، در زمان نیاز کمک دریافت میشود و خدمات حیاتی جامعه ادامه مییابد.

امنیت جامع اغلب به یک الماس تشبیه میشود. به نظر من، مهمترین چیز در اینجا این است که به مرکز این
الماس نگاه کنیم. در آنجا افراد قرار دارند. در آنجا تو هستی. و من هستم



شاهو جاف
MVM ryمدیر ارشد عملیاتی

جامعه میتواند سیستمها را ایجاد کند، مسئولان میتوانند آماده شوند و سازمانها میتوانند آموزش دهند، اما
یک جامعه امن به افرادی نیاز دارد که توانایی اقدام. و عمل داشته باشند.

نیازی نیست هر یک از ما متخصص امنیت باشیم. نقش تو میتواند از چیزهای بسیار کوچک شروع شود: من میدانم در زمان قطعی برق چگونه رفتار کنم. میتوانم مراقب خود و نزدیکانم باشم. میدانم از کجا اطلاعات موثق دریافت کنم. میتوانم در شرایط بحرانی با آرامش رفتار کنم. و اگر توان و دانش من کافی باشد، شاید بتوانم به فرد دیگری نیز کمک کنم.
این مسئله اهمیت زیادی دارد. هرچه تعداد بیشتری از ما بتوانیم از خود و نزدیکانمان مراقبت کنیم، منابع بیشتری برای مسئوالن و داوطلبان باقی میماند تا به کسانی که. بیشترین نیاز را دارند کمک کنند
به همین دلیل میخواهم هر یک از ما را تشویق کنم که از هم اکنون جایگاه خود را در امنیت جامع فنلاند بیابد، نه فقط زمانی که حادثه ای رخ میدهد. به ویژه ما افرادی که. دارای پیشینه مهاجرت هستیم، نقش مهمی در این زمینه داریم. زبان ما میتواند متفاوت
باشد، پیشینه ما میتواند متفاوت باشد و دانش ما میتواند متفاوت باشد. اما امنیت جامع نپرسد که انسان در کجا متولد شده است؛ بلکه میپرسد ما چه میدانیم، چگونه رفتار میکنیم و آیا میتوانیم در مواقع نیاز مراقب ،آمادگی، ترس از آینده نیست؛ بلکه دانش، مهارت. مسئولیت پذیری و توانایی اقدام است .یکدیگر باشیم یا خیر.

آمادگی برای شرایط بحرانی به معنی ترس از آینده نیست. بلکه به معنی ،داشتن اطلاعات، مهارت مسئولیت‌پذیری و توانایی عمل کردن است.

امنیت فنلاند تنها بر پایه کار مسئولان ساخته نمیشود، بلکه بر پایه همه ما شکل میگیرد. در مرکز الماس، انسان
قرار دارد و هر یک از ما میتوانیم این الماس را. قویتر کنیم

زندگی روزمره امن خودبه‌خود به وجود نمی‌آید

همه میتوانند و باید خود را آماده کنند

وضعیت امنیتی فنلاند و احساس امنیتِ مردم در چهار سال و نیم گذشته تغییر کرده است. دفاع از کشور متحدان جدید و منابع بیشتری به دست اورده است. طبق تحقیقات، جامعه از تقویت دفاع میهنی پشتیبانی میکند.
این پیشرفتها بر کار مسئولان امنیتی و ارتقای آمادگی نیز تأثیر گذاشته است. همکاری، هم در برنامه ریزی و هم در تمرینات عملی حائز اهمیت است. برنامه ریزی و کار خوب، عبور از شرایط واقعی را آسان تر میسازد. آمادگی همان همکاری است.
در ژانویه ۲۰۲۵، استراتژی امنیت جامعه ۲۰۲۵» منتشر شد. هدف آن ارائه یک چارچوب مشترک برای اجرای امنیت جامع برای همگان است. در این مدل، خدمات و وظایف بنیادی جامعه با همکاری مسئولان، دنیای کسبو کار، سازمانها و شهروندان حفظ میشود. همه بخشهای جامعه با هم در حفظ این وظایف حیاتی مشارکت میکنند.

«می‌توان در زمینه حفاظت از مردم در شرایط .بحرانی آموزش دید»

آیا می‌دانستید که فنلاند در زمینه حفاظت از مردم در شرایط بحرانی، یکی از کشورهای پیشرو در اروپا است؟ در فنلاند ۵۰،۵۰۰ پناهگاه عمومی وجود دارد که در مجموع ۴،۸ .میلیون جایگاه برای مردم دارند
در شهر کوئوپیو، در روزهای ۲ و ۳ سپتامبر، تمرین «Suojaan 2026» برای حفاظت از مردم در شرایط بحرانی برگزار شد. در این تمرین، نحوه حفاظت از تعداد زیادی از مردم در شرایط مختلف بحرانی و غیرعادی آزمایش شد. ۲،۰۰۰ نفر در این تمرین شرکت کردند. هدف این بود که همکاری میان مسئولان و سازمان‌های منطقه‌ای بهتر شود و همچنین مدیریت، آگاهی از وضعیت و ارتباطات در شرایطی که فعالیت عادی جامعه دچار .اختلال شده است، تقویت شود
آیا می‌دانیم پناهگاه عمومی چیست و چه شکلی دارد، چگونه علامت‌گذاری شده است و در داخل پناهگاه چگونه باید رفتار کرد؟ پیدا کردن اطلاعات درباره این موضوع به پشتکار نیاز دارد و معمولاً باید اطلاعات را از چند منبع مختلف پیدا کرد.
در این زمینه، افراد داوطلبی که در سازمان‌ها فعالیت می‌کنند، نقش مهمی دارند. مجموعه اطلاعات کاربردی که انجمن آمادگی و دفاع از کشور مهاجران تهیه کرده، می‌تواند شروع خوبی باشد. این .اطلاعات در وب‌سایت انجمن موجود است.

«آمادگی برای شرایط بحرانی، نیازمند .همکاری است»

در ژانویه ۲۰۲۵، «راهبرد امنیت جامعه ۲۰۲۵» در فنلاند به‌عنوان یک تصمیم اصولی دولت منتشر شد. هدف این راهبرد این است که با وجود تفاوت در شرایط و پیشینه افراد، یک چارچوب مشترک برای ایجاد و حفظ .امنیت کلی جامعه در اختیار همه قرار دهد
در این راهبرد، مدل فعالیت برای امنیت کلی جامعه توضیح داده شده است. بر اساس این مدل، مسئولان، بخش اقتصادی، سازمان‌ها و شهروندان با همکاری .یکدیگر از فعالیت‌های حیاتی جامعه محافظت می‌کنند امنیت کلی جامعه پایه‌ای برای توانایی جامعه فنلاند در .مقابله با بحران‌ها و بازگشت به وضعیت عادی است
همه افراد و نهادهای جامعه با همکاری یکدیگر در حفظ فعالیت‌های حیاتی مشارکت می‌کنند.
انعطاف‌پذیری و ادامه‌دار بودن این همکاری میان بخش‌ها و سطوح مختلف جامعه، یکی از شرایط اساسی برای تقویت .توانایی جامعه در مقابله با بحران‌هاست.

«افراد، نقش کلیدی در امنیت .کلی جامعه دارند»

جامعه تمرین می‌کند و بخش‌هایی از فعالیت‌ها را که ضعیف هستند یا نیاز به بهبود دارند، شناسایی می‌کند. آمادگی برای شرایط بحرانی از طریق طرح‌ها و برنامه‌های مختلف توسعه داده می‌شود. برای مثال، چند سال پیش طرح «آمادگی ۷۲ ساعته» توسط مسئولان و سازمان‌ها برای خانواده‌ها اجرا شد. در این طرح، راهنمایی‌های دقیق درباره آمادگی برای شرایط بحرانی در قالب یک دفترچه ارائه شد.



پلیس به‌عنوان یکی از نهادهای امنیت کلی جامعه در فنلاند.

وظیفه اصلی پلیس فنلاندحفاظت از مردم و جامعه است. پلیس از جرایم پیشگیری کرده و در مورد آنها تحقیق میکند، نظم و امنیت را حفظ مینماید و امنیت جامعه را تضمین میکند.



بازرس ارشد پلیس
سامی کالیوما

وظایف پلیس همچنین مواردی مانند اسناد و مجوزها گذرنامه و کارت در حوادث، خشونتها سایر شرایط اضطراری و فوری مستقیمًا با شماره پلیس ۱۱۲ تماس بگیرید.

در فنلاند، فعالیت پلیس بر اساس قانون است.

کار پلیس بر پایه قانون است. پلیس باید با همه افراد به طور یکسان و با احترام رفتار کند. خدمات برای همه است بدون در نظر گرفتن نژاد، تابعیت، زبان یا دین. کسی که قربانی جرم شده میتواند به پلیس گزارش دهد و در صورت نیاز درخواست مترجم کند.
پلیس در پیشگیری از مشکالت نیز فعالیت دارد: با جوانان مالقات میکند، از مدارس بازدید مینماید، جامعه را راهنمایی کرده و به پدیدههایی که امنیت را تضعیف میکنند توجه دارد.

پلیس یکی از نهادهای مهم در زمینه امنیت کلی جامعه در فنلاند است.

امنیت کلی جامعه یعنی مسئولان، شهرداری‌ها شرکت‌ها، سازمان‌ها و مردم با یکدیگر همکاری می‌کنند تا جامعه حتی در شرایط مختلف بحرانی و غیرعادی نیز امن باقی بماند.
مدل امنیت کلی جامعه در فنلاند بخش مهمی از ،آمادگی برای شرایط بحرانی است. در این مدل فعالیت‌های حیاتی جامعه مشخص شده‌اند؛ فعالیت‌هایی که باید در هر شرایطی بتوان از آن‌ها محافظت و اطمینان حاصل کرد.

یکی از این بخش‌ها، امنیت داخلی است که پلیس مسئولیت گسترده‌ای در آن دارد. شرایط مختلف بحرانی ،در جامعه، صرف‌نظر از اینکه چگونه به وجود آمده‌اند اغلب می‌توانند باعث ایجاد مشکلاتی در نظم و امنیت عمومی شوند و در نتیجه، پلیس نیز درگیر آن‌ها می‌شود ساکنان نیز نقش مهمی در حفظ امنیت کلی جامعه دارند. هر فرد می‌تواند با رعایت قوانین و دستورالعمل‌های مسئولان، کمک به دیگران و اطلاع دادن درباره جرم‌ها و موقعیت‌های خطرناک به مسئولان، به حفظ امنیت کمک کند.
همچنین مهم است که با اطلاعاتی که در اینترنت منتشر می‌شود، با دقت برخورد کنیم و اخبار و اطلاعیه‌های مسئولان را از کانال‌های رسمی خودشان بررسی کنیم. نباید اطلاعات نادرست را منتشر کرد، زیرا این کار می‌تواند باعث افزایش ترس شود و کار مسئولان را دشوارتر کند.

می‌توان به پلیس اعتماد کرد.

اعتماد میان پلیس و شهروندان/ساکنان، امنیت جامعه را تقویت میکند. هر کسی میتواند از پلیس سوال بپرسد و درخواست راهنمایی و کمک نماید.

از دریافت کننده اطلاعات تا توزیع کننده آن

آموزش
تخصص، جامعه امن‌تر، فنلاند



ماه سپتامبر برای سازمان آمادگی و ry MVM ماه بسیار پرفعالیتی بود. ما همزمان هم امنیت مهاجران دریافت کننده اطلاعات و هم توزیع کننده آن بودیم: تیم مربیان ما در چند دوره آموزشی امنیت و آمادگی شرکت کردند و همزمان از طریق نشستهای اطلاع رسانی خود، اطلاعات را به دیگران منتقل نمودیم.
ایده بسیار ساده است: برای اینکه بتوانیم اطالعات امنیتی موثقی را پخش کنیم، باید ابتدا خودمان یاد بگیریم تمرین کنیم و مهارتهایمان را ارتقا دهیم. در ماه سپتامبر قدمهای مهمی در این راستا برداشته شد.

امنیت همچنین به توانایی ذهنی برای عمل کردن در شرایط مختلف مربوط می‌شود.

بخشی از تیم آموزشی ما همچنین در یک دوره دو روزه درباره مقاومت و آمادگی روانی در برابر بحران شرکت کردند. این دوره با همکاری انجمن Turvakurssin Kilta ry، شورای منطقه‌ای اوسیما از انجمن آمادگی زنان و کتابخانه یارونپیا برگزار شد.
در این دوره درباره شرایط مختلف بحرانی، کمک‌های اولیه روانی و همچنین نحوه برخورد و حمایت یک فرد داوطلب از کسی که در شرایط سختی قرار دارد صحبت شد.
وقتی درباره آمادگی برای شرایط بحرانی صحبت می‌کنیم، معمولاً به چیزهایی مانند داشتن وسایل و مواد ضروری در خانه، قطع برق یا پناهگاه‌های عمومی فکر می‌کنیم اما در شرایط بحرانی، توانایی برخورد مناسب با افراد، تشخیص نیاز آن‌ها به حمایت و حفظ توانایی خود برای عمل کردن نیز ضروری است.
به همین دلیل، مقاومت و آمادگی روانی در برابر بحران، بخش مهمی از امنیت کلی جامعه است.

توانایی و آمادگی برای فعالیت به‌عنوان آموزش‌دهنده

MPK مربوط به K1 دوره آموزش مربی MVM اعضای تیم آموزشی انجمن را MPK را گذرانده‌اند. این دوره آمادگی لازم برای فعالیت به‌عنوان مربی در فراهم می‌کند و پایه‌ای ایجاد می‌کند تا در آینده بتوانیم فعالانه‌تر در برگزاری دوره‌های آموزشی نیز مشارکت داشته باشیم.
همچنین، دانش و مهارت‌های ما در چندین زمینه مختلف مربوط به امنیت و ایمنی تقویت شده است.

امنیت در زندگی روزمره با مهارت‌های عملی

بخشی از تیم ما در دوره «امنیت در زندگی روزمره» شرکت کردند که توسط با همکاری انجمن زنان دفاع از کشور برگزار شد MPK.
در این دوره یاد گرفتیم که خطرهای مربوط به امنیت در خانه و محیط اطراف خود را شناسایی کنیم و در عمل برای آن‌ها آماده باشیم. موضوعات دوره، شامل تماس با نیروهای امدادی، استفاده اولیه از وسایل اطفای حریق کمک‌های اولیه در شرایط اضطراری، وسایل و مواد ضروری در خانه، اصول اولیه امنیت سایبری و آمادگی برای شرایط مختلف بحرانی بود.
این دوره فقط شامل سخنرانی و آموزش تئوری نبود، بلکه مهارت‌ها را به صورت عملی نیز تمرین کردیم. تمرین عملی باعث می‌شود بسیاری از مطالب برای ما قابل درک‌تر و واقعی‌تر شوند. دانش زمانی به مهارت تبدیل می‌شود که بتوانیم خودمان از آن در عمل استفاده کنیم.

دانش و مهارت‌های مربوط به پناهگاه‌های عمومی، مرحله به مرحله پیش می‌رود.

در زمینه آموزش مربوط به پناهگاه‌های عمومی نیز قدم‌های جدیدی برداشته‌ایم. اکنون شاهو جاف، فعالیت می‌کند. یکی از اعضای تیم نیز VSS، در تیم ما اولین مربی فعالیت کند و تعدادی از اعضای ما اولین دوره VSS توانسته است به‌عنوان کمک‌مربی تکمیلی آموزش پناهگاه‌های عمومی را گذرانده‌اند.
هدف ما این است که تا حد امکان، اعضای بیشتری از تیم، هر کدام طبق برنامه و زمان‌بندی خودشان، مسیر آموزش مربی‌گری را ادامه دهند.

اول یاد می‌گیریم
بعد تمرین می‌کنیم
و دانش و اطلاعات را به دیگران منتقل می‌کنیم

دانش و اطلاعاتی که یاد گرفته‌ایم، به دیگران منتقل می‌شود.

اما در ماه سپتامبر فقط خودمان آموزش ندیدیم.

3. syyskuuta

جلسه اطلاع‌رسانی در اسپو برای گروه هدف عرب‌زبان

ما در اسپو یک جلسه اطلاع‌رسانی برای گروه هدف عرب‌زبان برگزار کردیم. در این جلسه درباره موضوعاتی مانند امنیت کلی جامعه، فراخوان مشمولان خدمت سربازی، خدمت سربازی، گزینه‌های مختلف خدمت و راه‌های مختلف مشارکت در ایجاد امنیت در جامعه فنلاند صحبت شد.
موضوع امنیت کلی جامعه در این جلسه اهمیت ویژه‌ای داشت. در فنلاند، امنیت فقط توسط نیروهای دفاعی یا دیگر مسئولان و نهادهای دولتی ایجاد نمی‌شود. شرکت‌ها، سازمان‌ها، انجمن‌ها، جوامع و مردم عادی نیز در این زمینه نقش دارند. هر فرد می‌تواند با توجه به شرایط و توانایی‌های خودش، راهی برای مشارکت پیدا کند.







6. syyskuuta

جلسه برای جوانان روسی‌زبان

همچنین یک جلسه برای جوانان روسی‌زبان برگزار کردیم. در این جلسه، موضوعاتی مانند فراخوان مشمولان خدمت سربازی، خدمت سربازی، فعالیت داوطلبانه و فرصت‌های جوانان برای پیدا کردن جایگاه خود در زمینه دفاع از کشور و امنیت، بیشتر مورد بحث قرار گرفت.
در هر دو جلسه، امکان پرسیدن سؤال نیز اهمیت زیادی داشت. سیستم امنیتی و دفاعی فنلاند ممکن است برای کسی که قبلاً با آن آشنا نبوده، پیچیده به نظر برسد. امکان صحبت کردن درباره این موضوعات به زبان مادری، باعث می‌شود افراد راحت‌تر درباره مسائل مختلف اطلاعات کسب کنند و در فعالیت‌ها مشارکت داشته باشند.





آموزش حفاظت از مردم در شرایط بحرانی





VSS

دوره آموزشی K1 (MPK)



(MPK) دوره امنیت در زندگی روزمره



در مرحله بعد، به تامپره می‌رویم

اشتراک‌گذاری اطلاعات در ماه اکتبر نیز ادامه خواهد داشت. روز شنبه ۲۴ اکتبر، از ساعت ۱۰ تا ۱۴، در پناهگاه عمومی Liisankallio در شهر تامپره، به آدرس Liisankatu 2، نزدیک کلیسای Kaleva حضور خواهیم داشت. در طول این روز، مردم می‌توانند از پناهگاه عمومی بازدید کنند و درباره حفاظت از مردم در شرایط بحرانی و آمادگی برای ۷۲ ساعت اطلاعات کسب کنند.
اگر در تامپره یا مناطق اطراف آن هستید، بیایید و به ما سر بزنید، از پناهگاه عمومی بازدید کنید و چیز جدیدی درباره آمادگی برای شرایط مختلف یاد بگیرید. همچنین می‌توانید درباره موضوعاتی که شاید قبلاً برایتان روشن نبوده‌اند، سؤال کنید.

اطلاعات امنیتی در فضای آنلاین

همه افراد نمی‌توانند در دوره‌های آموزشی یا جلسات اطلاع‌رسانی شرکت کنند. به همین دلیل، شروع به جمع‌آوری اطلاعات مربوط به امنیت، آمادگی برای شرایط مختلف و حفاظت از مردم در شرایط بحرانی در وب‌سایت خود کرده‌ایم تا افراد بتوانند در صورت نیاز دوباره به این اطلاعات مراجعه کنند.
اولین چیزی که منتشر کردیم، دستورالعمل‌های مربوط به پناهگاه‌های عمومی به چند زبان بود. هدف ما این است که این مجموعه را بیشتر گسترش دهیم و به‌تدریج اطلاعات کاربردی دیگری درباره امنیت و آمادگی برای شرایط مختلف نیز به سایت اضافه کنیم.
در اطلاع‌رسانی چندزبانه درباره امنیت، برای ما موضوع فقط ترجمه کلمات از یک زبان به زبان دیگر نیست. هدف این است که فرد اطلاعات را واقعاً درک کند و بداند چگونه می‌تواند از آن در زندگی خودش استفاده کند.

ماه سپتامبر به‌خوبی نشان داد که برای ما، تبدیل شدن از دریافت کننده اطلاعات به انتقال‌دهنده اطلاعات چه معنایی دارد
اول خودمان یاد می‌گیریم. بعد تمرین می‌کنیم. وقتی مهارت و توانایی ما بیشتر شد، آن را به دیگران منتقل می‌کنیم؛ به افراد جدید، جوامع جدید به‌تدریج به زبان‌های جدید

آمادگی به معنی ترسیدن نیست؛ بلکه باعث ایجاد احساس امنیت می‌شود.



دانش و مهارت‌های مربوط به امنیت، هم در محل کار و هم در زندگی روزمره مفید هستند. برای یکی از اعضای انجمن MVM که در آموزش و مراقبت از کودکان خردسال کار می‌کند، پیش‌بینی و آماده بودن برای موقعیت‌های مختلف مدیریت خطرها و توانایی عمل کردن در شرایط مختلف، بخشی از کار روزانه اوست. در این شماره، او توضیح می‌دهد که چرا پیوست و چرا آمادگی برای MVM به فعالیت‌های انجمن شرایط مختلف، قبل از هر چیز، به او احساس امنیت می‌دهد.

Natalia Pienimaa

شرایط ناپایدار کنونی جهان، علاقه و انگیزه من را برای یادگیری بیشتر درباره امنیت، آمادگی برای شرایط مختلف و توانایی جامعه برای مقابله با بحران‌ها بیشتر کرده است. می‌خواهم بهتر بدانم که خودم چه کاری می‌توانم انجام دهم و در شرایط مختلف غیرعادی و بحرانی چگونه می‌توانم عمل کنم می‌توانم دانش و مهارت‌هایی را یاد MVM از طریق انجمن بگیرم و تقویت کنم که هم در محیط کار و هم در زندگی روزمره برایم مفید هستند. برای من، آمادگی به معنی ترسیدن نیست. برعکس، داشتن اطلاعات، پیش‌بینی شرایط و آماده بودن باعث ایجاد احساس امنیت می‌شود. وقتی بدانیم در شرایط مختلف چه کاری باید انجام دهیم، می‌توانیم با آرامش و برنامه‌ریزی بیشتری با آن شرایط روبه‌رو شویم.
من به عضویت انجمن Maahanmuuttajien Varautumis- ja Maanpuolustusyhdistys ry و تیم آموزشی آن پیوستم، چون می‌خواهم یاد بگیرم، مشارکت کنم و برای دیگران مفید باشم. برای من همچنین مهم است که افراد دارای پیشینه مهاجرت نیز به‌طور فعال در ایجاد امنیت و تقویت حس اجتماعی در جامعه فنلاند مشارکت داشته باشند.

من یک شهروند فنلاندی با پیشینه مهاجرت هستم. بیش از سال است که در فنلاند زندگی می‌کنم، یعنی بیشترِ ۳۰ زندگی‌ام را در اینجا گذرانده‌ام. فنلاند خانه من است خانواده‌ام، فرزندانم و نوه‌هایم اینجا هستند و احساس می‌کنم که به این جامعه تعلق دارم.
می‌خواهم عضوی فعال در جامعه باشم و به سهم خودم کمک کنم تا فنلاند برای همه ما به مکانی امن‌تر و صمیمی‌تر تبدیل شود.
شغل من سوسیونومی در حوزه آموزش و مراقبت از کودکان خردسال است و در یک مهدکودک کار می‌کنم. در کار من، امنیت، توجه به دیگران و مراقبت از دیگران بخش مهمی از هویت حرفه‌ای من است. در آموزش و مراقبت از کودکان، ایجاد محیطی امن، پیش‌بینی شرایط و توانایی عمل کردن در موقعیت‌های مختلف، بخشی از کار روزانه است. می‌خواهم به سهم خودم به تقویت احساس امنیت کودکان، خانواده‌ها و همکارانم کمک کنم.

من باور دارم که هر یک از ما می‌توانیم کاری برای امنیت مشترکمان انجام دهیم. وقتی دانش و مهارت‌های خود را افزایش می‌دهیم و به یکدیگر کمک می‌کنیم، هم‌زمان جامعه‌ای امن‌تر می‌سازیم.

من دیگران را نیز تشویق می‌کنم که به ما بپیوندند. از طریق انجمن می‌توان اطلاعات به‌روز درباره فعالیت‌ها، دوره‌های آموزشی و شرکای همکاری دریافت کرد. در عین حال، می‌توان چیزهای جدید یاد گرفت، با افراد جدید آشنا شد و راه‌هایی مناسب برای مشارکت پیدا کرد.

تاریکی بیشتر می‌شود؛ آیا آماده هستید؟



با آمدن پاییز، روزها کوتاه‌تر می‌شوند و زمان تاریکی بیشتر می‌شود. تاریکی بر امنیت روزمره، هم در خانه و هم در بیرون از خانه، تاثیر می گذارد. حتی یک قطع برق معمولی هم اگر در یک عصر یا شب تاریک اتفاق بیفتد، شرایط را کاملا متفاوت می کند. به سپتامبر۲۰۲۶ همین دلیل، حالا زمان خوبی است که چند مورد کوچک اما مهم را بررسی کنیم.

در هنگام دوچرخه‌سواری هم دیده شدن را فراموش نکنید



در تاریکی، دوچرخه باید در جلو چراغ سفید یا زرد روشن و در عقب چراغ قرمز داشته باشد. همچنین بازتاب‌دهنده‌های نور دوچرخه را بررسی کنید. حتی ،اگر در یک خیابان روشن دوچرخه‌سواری می‌کنید فرض نکنید که راننده خودرو حتماً شما را می‌بیند. تاریکی، باران و نور خودروهایی که از روبه‌رو می‌آیند می‌توانند دیدن شما را برای راننده سخت‌تر کنند.

در بیرون از خانه دیده شوید



شب‌تاب یا بازتاب‌دهنده نور کمک می‌کند راننده خودرو، عابر پیاده را خیلی زودتر ببیند. توصیه فعلی این است که حداقل از دو شب‌تاب استفاده کنید تا از جهت‌های مختلف دیده شوید. شب‌تاب آویزی بهتر است تقریباً در ارتفاع زانو وصل شود، به‌طوری که آزادانه حرکت کند. بسیار مهم است که شب‌تاب از سمت جاده دیده شود. می‌توانید از شب‌تاب روی هر دو دست یا ساق پا نیز استفاده کنید.

آیا می‌دانید چراغ‌قوه را کجا پیدا کنید؟



بهتر است چراغ‌قوه یا چراغ پیشانی را در جایی نگه دارید که حتی در تاریکی کامل هم بتوانید به‌راحتی آن را پیدا کنید. هم‌زمان باتری‌ها را بررسی کنید و باتری .یا منبع برق اضافی را شارژ نگه دارید

حیوان خانگی شما هم باید دیده شود



وقتی در تاریکی با سگ خود بیرون می‌روید، بهتر است حیوان خانگی شما نیز شب‌تاب داشته باشد؛ مثلاً قلاده، هارنس یا یک چراغ کوچک که نور را ،بازتاب می‌دهد. به این ترتیب، رانندگان دوچرخه‌سواران و دیگر افراد، هم شما و هم سگتان را به‌موقع می‌بینند. به‌خصوص سگ‌های تیره‌رنگ ممکن است در تاریکی تقریباً دیده نشوند.

قطع برق ممکن است هر زمانی اتفاق بیفتد، اما در فصل‌های تاریک سال آماده بودن از قبل می‌تواند شرایط را بسیار آسان‌تر کند.



در استفاده از شمع باید احتیاط بیشتری کرد



در پاییز، بیشتر از شمع استفاده می‌شود؛ هم برای ایجاد فضای دلنشین و هم برای روشنایی. هرگز نباید شمع روشن را بدون مراقبت رها کنید. شمع را روی سطحی محکم و ،غیرقابل اشتعال قرار دهید و آن را به اندازه کافی از پرده‌ها وسایل تزئینی، کاغذ و دیگر مواد قابل اشتعال دور نگه دارید. همچنین مراقب کودکان و حیوانات خانگی باشید. همیشه هنگام ترک اتاق یا رفتن به خواب، شمع‌ها را خاموش کنید.

یک بررسی کوچک امروز می‌تواند یک شب تاریک را بسیار امن‌تر کند.

ارتش بخش کوچکی از زندگی است، اما در همان مدت می‌توان چیزهای زیادی یاد گرفت.

در شماره قبلی، در بخش «زنان در کنار هم»، با نجما آشنا شدیم. این بار برادر او، محمد علی عبدی، صحبت می‌کند که در حال حاضر دوره خدمت سربازی خود را در وِکاران‌یَرْوی می‌گذراند. محمد درباره چیزهایی که خدمت سربازی تا امروز به او داده است، تجربه‌اش از برابری در ارتش و همچنین توصیه‌ای که برای جوانانی که خود را برای خدمت سربازی آماده می‌کنند، صحبت می‌کند.

خودت برای دوره آموزش فرماندهی درخواست ندادی. حالا درباره این موضوع چه فکر می‌کنی؟

من خودم خدمت شش‌ماهه را انتخاب کردم، چون برنامه‌های دیگری هم دارم. آن زمان شاید فکر نمی‌کردم که دوره آموزش فرماندهی بتواند چیزهای زیادی به آدم بدهد.
مثلاً یک سرباز با درجه آلیکرسانت دیده‌ام که اصالت سومالیایی دارد و واقعاً آدم منظم، قوی و الگوی خوبی است. وقتی به او نگاه می‌کنم، می‌فهمم که آموزش فرماندهی واقعاً می‌تواند آدم را خیلی رشد دهد. اگر برنامه‌های شخصی اجازه بدهد، قطعاً پیشنهاد می‌کنم برای آن درخواست بدهید. از این دوره می‌توان مهارت‌ها و تجربه‌های زیادی به دست آورد که بعداً هم مفید هستند.

به جوانی که قرار است برای معاینه و تعیین وضعیت سربازی برود یا خدمت سربازی را شروع کند، چه می‌گویی؟

با روحیه خوب و انگیزه به آنجا بروید. به هر حال، ارتش فقط بخش کوچکی از زندگی است، اما در همین مدت می‌توان چیزهای زیادی یاد گرفت. آنجا می‌توانید چیزهای جدیدی را امتحان کنید، خودتان را به چالش بکشید و جنبه‌های جدیدی از خودتان را بشناسید.

بهترین چیز در دوران خدمت سربازی چه بوده است؟

بهترین بخش خدمت سربازی، دوستان و آدم‌های جدیدی هستند که با آن‌ها آشنا شده‌ام. در ارتش همچنین می‌توان چیزهایی را تجربه کرد که در زندگی عادی و غیرنظامی نمی‌توان انجام داد. من فرصت پیدا کرده‌ام استفاده از سلاح‌ها را تمرین کنم و به‌زودی تمرین با توپ‌های جنگی را هم شروع می‌کنیم. جالب است که یاد بگیریم در شرایط مختلف چگونه باید عمل کنیم.

و اگر روزی لازم باشد از فنلاند دفاع کنی؟

فنلاند فرصت‌های زیادی به من داده است، مثلاً فرصت تحصیل کردن و ساختن زندگی در اینجا. اگر روزی لازم باشد از فنلاند دفاع کنم، از آن دفاع خواهم کرد.
در ارتش به من آموزش می‌دهند که چگونه این کار را انجام دهم و به‌عنوان سرباز توپخانه، وظیفه خودم را هم یاد می‌گیرم. برای من دفاع از فنلاند یک وظیفه است.

الان کجا خدمت سربازی می‌کنی؟

من در وِکاران‌یَرْوی هستم و به‌عنوان سرباز توپخانه خدمت می‌کنم. خدمت سربازی‌ام را در ماه ژوئیه شروع کردم و مدت خدمتم شش ماه است.

ارتش چه چیزهایی به تو داده است؟

ارتش به من مسئولیت‌پذیری، نظم شخصی و انضباط را یاد داده است. تجربه‌های جدیدی به دست آورده‌ام و خودم را به شکل‌هایی به چالش کشیده‌ام که نمی‌دانستم از عهده آن‌ها برمی‌آیم. خدمت سربازی همچنین باعث شده از محدوده راحتی خودم خارج شوم.

برابری و رفتار برابر در ارتش را چطور تجربه کرده‌ای؟

خوب بوده است. من هیچ تبعیض یا رفتار نابرابری را تجربه نکرده‌ام. با همه ما به یک شکل رفتار می‌شود و به دلیل پیشینه‌ام با من متفاوت از دیگران رفتار نشده است.

Mohamud Ali Abdi



امنیت، خواهر و برادرها را به هم نزدیک می‌کند.

خواهر محمد، نجما، در شماره قبلی کانتاما در بخش «زنان در کنار هم» معرفی شد. محمد می‌گوید که به خواهرش و آموزش‌هایی که او از طریق فعالیت‌های گذرانده، افتخار می‌کند MVM ry انجمن
داستان این خواهر و برادر همچنین اهمیت افراد نزدیک به ما را نشان می‌دهد. رفتار و نگرش خانواده می‌تواند روی این موضوع تأثیر بگذارد که یک جوان جایگاه خود را در جامعه فنلاند و به‌عنوان بخشی از امنیت مشترک چگونه می‌بیند.

چرا بهتر است خدمت سربازی را انجام داد و این خدمت بعداً در زندگی غیرنظامی و کاری چه فایده‌ای دارد؟

درباره فواید خدمت سربازی، خود جوانان هم در تجربه‌هایشان زیاد صحبت می کنند. در مصاحبه‌ها معمولاً موضوعاتی مثل اعتمادبه‌نفس، مسئولیت‌پذیری، پیدا کردن دوستان جدید، مهارت کار گروهی و اهمیت آموزش فرماندهی مطرح می‌شود.
اما خدمت سربازی به‌طور مشخص چه چیزهایی می‌تواند برای زندگی غیرنظامی و زندگی کاری در آینده به همراه داشته باشد؟ در این شماره، پیری ویلامو، سرگرد بازنشسته و رئیس هیئت نمایندگان اتحادیه افسران ذخیره فنلاند، این موضوع را از دیدگاه یک متخصص بیشتر توضیح می‌دهد.

انجام خوب خدمت سربازی از بسیاری جهات مفید است، حتی اگر از قبل همه فواید آن را نشناسید. نیروهای دفاعی فنلاند یکی از معتبرترین و مورداعتمادترین نهادهای فنلاند است. ۸۶ درصد شهروندان به آن اعتماد دارند.
،خدمت سربازی برای مردان فنلاندی یک وظیفه قانونی شهروندی است و برای زنان به‌صورت داوطلبانه انجام می‌شود. با این حال، طبق قانون اساسی هر شهروند فنلاندی وظیفه دفاع از کشور را دارد. در شرایط بحرانی، همه ما مورد نیاز هستیم و هر فرد می‌تواند، چه خدمت سربازی انجام داده باشد و چه نه، مسئولیت خود را در حفظ امنیت جامعه بر عهده بگیرد.
خدمت غیرنظامی، در کنار خدمت سربازی، یک گزینه دیگر است. همچنین می‌توان به‌صورت داوطلبانه در زمینه‌های مختلف جامعه، در کارهای مربوط به آمادگی برای شرایط بحرانی مشارکت کرد.
در ادامه، چند مورد از فوایدی که خدمت سربازی می‌تواند به همراه داشته باشد آورده شده است. میلیون‌ها فنلاندی در طول چند دهه این فواید را شخصاً تجربه کرده‌اند.

رهبری و مهارت‌های مدیریت افراد

مهارت‌های مدیریت افراد: دوره آموزش فرماندهی (AUK یا RUK) یاد می‌دهد که چگونه بازخورد بدهیم و بازخورد دریافت کنیم، فعالیت‌ها را برنامه‌ریزی کنیم، افراد را مدیریت کنیم، زمان را به‌خوبی تنظیم کنیم و در شرایط سخت تصمیم بگیریم.
مسئولیت‌پذیری: مسئولیت داشتن در قبال کار و عملکرد دیگران، آمادگی فرد را برای انجام وظایف دشوار و همچنین مسئولیت‌های مدیریتی در زندگی غیرنظامی افزایش می‌دهد.

کار گروهی و ارتباطات اجتماعی

مهارت همکاری: در دوران خدمت یاد می‌گیریم با افراد مختلف برای رسیدن به یک هدف مشترک همکاری کنیم.
شبکه‌سازی: در دوران خدمت با افرادی از نقاط مختلف فنلاند آشنا می‌شویم. این آشنایی‌ها می‌تواند به دوستی‌های طولانی‌مدت و ارتباطات مفید در زندگی کاری نیز منجر شود.

مهارت‌های فردی

تحمل فشار: توانایی تحمل استرس زمانی بهتر می‌شود که فرد در شرایط سخت، تحت فشار و محدودیت زمانی، مشکلات را حل کند.
مدیریت زمان: توانایی رعایت برنامه‌های زمانی و سازمان‌دهی کارهای شخصی بهتر می‌شو
پشتکار: داشتن صبر و تلاش هدفمند کمک می‌کند حتی در شرایط سخت و هنگام روبه‌رو شدن با مشکلات، کارها را تا پایان انجام دهیم.

به‌ویژه شرکت در دوره آموزش فرماندهی می‌تواند مفید باشد. نیروهای دفاعی فنلاند بزرگ‌ترین مرکز آموزش رهبری و مدیریت در فنلاند است و آموزش‌های مدیریتی آن در محیط کاری نیز به‌طور گسترده مورد توجه و ارزش‌گذاری قرار می‌گیرد. بسیاری از مدیران و مسئولان فعلی، دوره آموزش درجه‌داری یا افسر ذخیره را گذرانده‌اند.

،یکی از نقاط قوت خدمت سربازی در فنلاند این است که همه افراد، در اصل، خدمت خود را از یک نقطه شروع می‌کنند. جنسیت، پیشینه رنگ پوست یا دیگر ویژگی‌های شخصی تعیین نمی‌کنند که با شما چگونه رفتار شود. بهتر است علاقه خود را به انجام وظایف مختلف فعالانه بیان کنید، اما انتخاب نهایی وظایف بر اساس نیازهای نیروهای دفاعی فنلاند و ارزیابی توانایی و مناسب بودن فرد انجام می‌شود. نگرش مثبت و آمادگی جسمانی خوب، انجام خدمت را آسان‌تر می‌کند و به موفقیت در آن کمک می‌کند.

بر اساس تحقیقات، خدمت سربازی می‌تواند به ادغام فرد در جامعه فنلاند نیز کمک کند. این خدمت احساس تعلق به جامعه را تقویت می‌کند، از کنار گذاشته شدن افراد از جامعه جلوگیری می‌کند و فرصتی برای ایجاد دوستی‌هایی فراهم می‌کند که می‌توانند تا پایان زندگی ادامه داشته باشند.

یری ویلامو، سرگرد (بازنشسته)
رئیس شورای فدرال
انجمن افسران ذخیره فنلاند

واژه‌نامه امنیتی

KOKONAISTURVALLISUUS — **امنیت کلی جامعه**

روش فنلاند برای حفظ امنیت جامعه با همکاری یکدیگر. مسئولان، شرکت‌ها، سازمان‌ها و شهروندان در همه شرایط از فعالیت‌های مهم و ضروری جامعه محافظت می‌کنند.

HUOLTOVARMUUS — **تأمین نیازهای بنیادی**

توانایی اطمینان از اینکه کالاها، خدمات و سیستم‌های ضروری برای مردم و جامعه، حتی در شرایط بحرانی و غیرعادی نیز به کار خود ادامه دهند. برای مثال، غذا، انرژی، حمل‌ونقل و خدمات درمانی.

KRIISINKESTÄVYYS (RESILIENSSI) — **تاب آوری در بحران**

توانایی فرد، جامعه یا کل جامعه برای حفظ توانایی خود در شرایط سخت، مقابله با مشکلات و بازگشت به وضعیت عادی پس از آن‌ها.

YHTEISKUNNAN ELINTÄRKEÄT TOIMINNOT — **وظایف حیاتی جامعه**

فعالیت‌هایی که باید در همه شرایط به کار خود ادامه دهند تا جامعه بتواند به فعالیت خود ادامه دهد. این فعالیت‌ها شامل مواردی مانند مدیریت، توانایی دفاعی، امنیت داخلی تأمین کالاها و خدمات ضروری، خدمات عمومی برای مردم و توانایی روانی جامعه برای مقابله با بحران‌ها هستند.

KYBERTURVALLISUUS — **امنیت سایبری**

اقداماتی برای محافظت از سیستم‌های دیجیتال، اطلاعات و کاربران آن‌ها در برابر تهدیدهای سایبری. امنیت سایبری علاوه بر فناوری، شامل افراد و روش‌های انجام کار نیز می‌شود.

INFORMAATIOVAIKUTTAMINEN — **تأثیرگذاری مخرب اطلاعاتی**

فعالیت‌های مخربی که در آن از اطلاعات برای تأثیر گذاشتن بر دیدگاه، تصمیم‌ها یا رفتار مردم استفاده می‌شود. در این کار ممکن است از اطلاعات نادرست یا گمراه‌کننده استفاده شود، اما گاهی از اطلاعات درست نیز به‌صورت هدفمند و برای رسیدن به یک هدف خاص استفاده می‌شود.

JATKUVUUDENHALLINTA — **مدیریت تداوم**

روش یک سازمان برای آماده شدن در برابر اختلال‌ها، به‌گونه‌ای که بتواند فعالیت‌های مهم خود را حتی در شرایط سخت ادامه دهد و پس از آن دوباره به وضعیت عادی برگردد.

TURVALLISUUSYMPÄRISTÖ — **محیط امنیتی**

شرایط، رویدادها، تغییرات و تهدیدهایی که بر امنیت فنلاند، جامعه یا مردم تأثیر می‌گذارند. برای مثال، وضعیت بین‌المللی، فناوری، اقتصاد، محیط زیست و بحران‌های مختلف بر آن تأثیر می‌گذارند.

KOKONAISMAANPUOLUSTUS — **دفاع جامع ملی**

مجموعه‌ای از اقدامات نظامی و غیرنظامی برای حفظ استقلال فنلاند، امنیت شهروندان و ادامه فعالیت جامعه در برابر تهدیدهای مختلف.

YHTEISTOIMINTA — **همکاری / کار مشترک**

همکاری مشترکی که در آن افراد و سازمان‌های مختلف اطلاعات و منابع خود را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند و برای رسیدن به یک هدف مشترک با هم همکاری می‌کنند. امنیت کلی جامعه بر پایه چنین همکاری‌ای استوار است.

مجله کانتاما با حمایت بنیاد پشتیبانی دفاعی فنلاند و بنیاد اصناف دفاعی فنلاند منتشر می‌شود.

Maanpuolustuksen kannatussäätiö

اطلاعات بیشتر:
toimisto@mvmry.fi
www.mvmry.fi

فرم درخواست عضویت را QR با اسکن کردن کد پر کنید

امنیت – به همه مربوط است به ما بپیوندید

به‌عنوان عضو، فقط برای تماشای فعالیت‌ها حضور ندارید، بلکه می‌توانید یاد بگیرید، مشارکت کنید و همراه با دیگران برای ساختن فنلاندی امن‌تر تلاش کنید.

Maanpuolustuksen Varautumis- ja Maahanmuuttajien Syndikaatti ry MVM