

اطلاعات مهم برای مردم سوئد



# اگر بحران یا جنگ زوی دهد



# فهرست مطالب

## آمادگی در برابر بحران

- آمادگی شما در برابر بحران ..... ۵
- اطلاعات نادرست ..... ۶
- در صورت وقوع سوء قصد تروریستی ..... ۷
- راهنمایی برای آمادگی خانوار ..... ۱۰

## دفاع همه جانبه

- دفاع ملی سوئد ..... ۸
- اگر به سوئد حمله شود نیروی مقاومت ضروری است ..... ۱۲
- آمادگی بالاتر ..... ۱۳

## سیستم اخطار

- پیام مهم برای مردم ..... ۱۴
- اژیر آمادگی ..... ۱۶
- پناهگاه ..... ۱۷
- این بروشور برای دانلود کردن به زبان های گوناگون در [dinsakerhet.se](http://dinsakerhet.se) دسترس است.

پرسش و پاسخ در باره بروشور در [dinsakerhet.se](http://dinsakerhet.se) موجود است.



گرافیک و تولید: Kreab AB  
تصاویر: Arvid Steen  
چاپ: Stibo Graphic A/S  
Publ.nr: MSB1216 - reviderad december 2022  
ISBN: 978-91-7927-335-4



Myndigheten för samhällsskydd och beredskap

ام اس ب. MSB، یک اداره یا سازمان دولتی است که برای آمادگی بهتر جامعه در پیشگیری و اقدام در زمینه سوانح و بحران ها انجام وظیفه می کند. در موارد سوانح و بحران های جدی ما به مسئولان یاری می رسانیم.

سازمان دولتی آمادگی و حفاظت از جامعه  
Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)  
651 81 Karlstad  
[www.msb.se](http://www.msb.se)



## به اهالی کشور سوئد

این بروشور به دستور دولت برای تمام خانوارهای سوئد فرستاده می شود. سازمان دولتی آمادگی و حفاظت از جامعه MSB مسئول محتوای بروشور است. این بروشور به ما کمک می کند تا در موارد گوناگون، از سوانح و هوای نامساعد شدید گرفته تا حملات سایبری و کشمکش های نظامی آمادگی بهتری داشته باشیم.

بسیاری از مردم ممکن است در رویارویی با دنیای نا مطمئن پیرامون احساس تشویش داشته باشند. با وجود اینکه سوئد در مقایسه با بسیاری از کشورهای دیگر دارای امنیت بیشتری است، خطراتی برای امنیت و استقلال ما وجود دارد. صلح، آزادی و دموکراسی ارزش هایی است که ما از آنها حفاظت کرده و آنها را تقویت کنیم.

ادارات، شوراهای و مناطق استانی، کمون ها، شرکت ها و سازمان ها مسئول کارکرد مطلوب جامعه هستند. اما مسئولیت امنیت کشور ما مسئولیت مشترک همه کسانی است که در اینجا زندگی می کنند. یکی از مهمترین امکانات ما در برابر عواملی که ما را تهدید می کند اراده ی کمک رسانی به یکدیگر است.

اگر شما آمادگی داشته باشید می توانید بصورتی کارآتر در امر بهتر کردن امکان مقابله با فشارهای شدید مشارکت کنید.

**این بروشور را پیش خود نگاه دارید!**

## اگر زندگی روزمره شما زیر و رو شود چه کار می کنید؟

بحران می تواند باعث این شود که جامعه به صورتی که ما به آن عادت داریم کار نکند. تغییر آب و هوا ممکن است باعث شود که سیل و آتش سوزی در جنگل ها عادی تر شود. رویدادهای جهان پیرامونی ممکن است باعث کمبود برخی انواع خواربار شود. اختلالات در سیستم های آی تی ممکن است بر تامین نیرو تاثیر گذار شود. پس از زمانی کوتاه ممکن است زندگی روزمره مشکل شود:

- گرما از بین می رود.
- پختن و نگهداری غذا دشوار می شود.
- غذا و کالاهای دیگر ممکن است در معازه ها تمام شود.
- در شیرها و توالت آب موجود نیست.
- سوخت گیری امکان ندارد.
- کارت های اعتباری و پرداخت کار نمی کند.
- شبکه موبایل و اینترنت کار نمی کند.
- ترافیک جمعی و دیگر انواع ترابری متوقف شده است.
- دسترسی به مواد دارویی و وسایل پزشکی دشوار است.

به این موضوع فکر کنید که شما و نزدیکان شما در صورتی که سرویس ها و خدمات معمولی جامعه به شکل عادی کار نکنند، چگونه از پس این وضع بر می آید.



## آمادگی شما در برابر بحران

کمون شما از جمله مسئولیت تامین خدمات سالمندان، تامین آب، خدمات امدادی و نجات و آموزش در مدارس را در موارد بحران اجتماعی نیز بر عهده دارد. شما خود نیز به عنوان فرد دارای مسئولیت هستید. با آمادگی مناسب می توانید به نحوی بهتر از پس وضعیت های دشوار برآید.

در شرایط بحران اجتماعی در درجه نخست به کسانی کمک می شود که بیشترین نیاز را دارند. اکثر مردم باید آماده باشند که خودشان از پس مشکلات برآیند. هرچه بیشتر آماده باشید امکان بیشتری خواهید داشت که به دیگران نیز که دارای شرایط شما نیستند، کمک بکنید.

مهمترین چیز داشتن آب و گرما و داشتن امکان دریافت اطلاعات از ادارات و رسانه ها است. شما همچنین نیازمند این هستید که با خویشاوندانتان تماس داشته باشید. در صفحه های 10 و 11 چک لیست هایی (فهرست های بررسی) حاوی مواد غذایی و دیگر چیزهایی که داشتن آنها در خانه خوب است، وجود دارد.

به این موضوع فکر کنید که در نزدیکی های شما چه خطراتی ممکن است برایتان وجود داشته باشد. آیا در منطقه ای زندگی می کنید که در آنجا خطر زمین لغزه و سیل وجود دارد؟ آیا صنایع خطرناک یا چیز های دیگری در نزدیکی محل زندگی شما هست که اطلاع داشتن از وجود آنها مفید باشد؟





## در صورت وقوع سوء قصد تروریستی

سوء قصد تروریستی می تواند علیه فرد یا گروه یا علیه عموم یا کارکردهای اجتماعی مهم مانند تامین برق یا سیستم ترابری باشد. اگرچه سوء قصد تروریستی ممکن است به اشکال و در مکان های مختلف انجام گیرد، توصیه هایی وجود دارد که می تواند شامل اکثر موقعیت ها و اوضاع باشد:

- خودتان را به جای امن برسانید و از حضور در تجمعات خودداری کنید.
- بوسیله ۱۱۲ به پلیس گزارش کنید و در صورت مشاهده چیزی مهم به پلیس اطلاع دهید.
- به کسانی که در معرض خطر هستند هشدار دهید و در صورت نیاز به آنها کمک کنید.
- تلفن موبایل را در وضعیت بی صدا قرار دهید و به کسی که ممکن است در منطقه خطر باشد تلفن نکنید. صدای زنگ تلفن موبایل ممکن است مخفیگاه کسی را که پنهان شده لو دهد.
- در صورتی که مجبور نباشید تلفن نکنید. در صورت اشباع شبکه موبایل (تعداد بیش از حد تماس ها) ممکن است مکالماتی که اهمیتی حیاتی دارند انجام نگیرد.
- از توصیه های پلیس، خدمات امداد و نجات و ادارات اطاعت کنید.
- اطلاعات تایید نشده را در شبکه اینترنت یا جای دیگر به اشتراک نگذارید.

## در برابر اطلاعات نادرست هشیار باشید

دولت ها و سازمان هایی هم اکنون اطلاعات گمراه کننده ای برای تاثیر گذاری بر ارزش ها و اعمال ما پخش می کنند. هدف آنها می تواند کاهش نیروی مقاومت و اراده ی دفاعی ما باشد.

بهترین حافظ در برابر اطلاعات جعلی و تبلیغات خصومت آمیز داشتن رویکردی انتقادی نسبت به منابع است:

- آیا این اطلاعات شامل داده ها ست یا شامل عقاید است؟
- هدف این اطلاعات چیست؟
- اطلاع رسان کیست؟
- آیا منبع قابل اعتماد است؟
- آیا این اطلاعات در جایی دیگر نیز وجود دارد؟
- آیا این اطلاعات کهنه است یا جدید و چرا این اطلاعات درست همین حالا داده می شود؟

- در جستجوی اطلاعات باشید - شما در صورتی که مطالعه زیاد کرده باشید می توانید در برابر تبلیغات و اطلاعات جعلی مقاومت کنید.
- شایعات را باور نکنید - از چندین منبع قابل اعتماد استفاده کنید تا ببینید که اطلاعات درست است یا نیست.
- شایعات را پخش نکنید - اگر اطلاعات قابل اعتماد به نظر نمی رسد، آن را پخش نکنید.





## دفاع ملی سوئد

مجموع عناصر دفاع ملی سوئد حافظ و مدافع کشور ما، آزادی ما و حق داشتن شیوه زندگی مورد انتخاب ماست. در صورتی که سوئد مورد تهدید قرار گیرد ما همگی وظایفی داریم.

## وظیفه دفاع همه جانبه

در سوئد وظیفه ی دفاع همه جانبه وجود دارد. این بدان معناست که همه کسانی که سنشان میان 16 تا 70 سال است ممکن است جهت انجام وظیفه دفاعی برای یاری رسانی به شیوه های گوناگون در شرایط وجود خطر جنگ و وقوع جنگ فراخوانده شوند. همه موظف به شرکت هستند و وجودشان مورد نیاز است.

سه نوع وظیفه دفاع همه جانبه وجود دارد:

- **نظام وظیفه**، وظیفه سربازی در نیروهای نظامی.
  - **وظیفه دفاع غیر نظامی**، در فعالیتهایی که دولت معین می کند.
  - **وظیفه خدمت عمومی**، که به این معنی است که فرد در واحدهایی که حتما باید در شرایط بحرانی و جنگی هم فعالیت داشته باشند، خدمت کند. این بدان معنی است که شما ممکن است به کار معمولی خود ادامه دهید، در یک سازمان فعالیت های داوطلبانه فعالیت کنید یا از سوی ادارات کار موظف شوید که کارهای بویژه مهم برای دفاع همه جانبه را انجام دهید.
- کسانی که در دفاع غیر نظامی انجام وظیفه می کنند ممکن است ماموریت جنگی برای آنها تعیین شده باشد. کسانی که به انجام ماموریت جنگی موظف شوند یک دستور ماموریت جنگی و یا پیغامی دیگر از کارفرمای خود در این مورد دریافت می کنند.

## دفاع همه جانبه

دفاع همه جانبه، (شامل تمام فعالیتهایی است که برای آماده کردن سوئد برای جنگ ضروری است. دفاع همه جانبه شامل دفاع نظامی و دفاع غیرنظامی (مدنی) است.

## دفاع نظامی

دفاع نظامی عبارت است از نیروی نظامی دفاع ملی که شامل دفاع محلی، نیز هست و نیز شامل برخی از ادارات است که وظیفه ی عمده آنها پشتیبانی از نیروهای دفاع نظامی است. نیروی نظامی دفاع ملی از سرزمین و مرزهای ما دفاع می کند.

## دفاع غیر نظامی

دفاع غیر نظامی شامل تمام نیروی مقاومت در شرایط بحرانی و جنگی است. دفاع غیر نظامی عبارت از اقداماتی است که ادارات دولتی، کمون ها، شوراهای و مدیریت مناطق استانی، شرکت های خصوصی و سازمان های فعالیت های داوطلبانه به عمل می آورند. هدف این فعالیت ها محافظت از مردم غیر نظامی است و برای نمونه فعالیت برای این است که خدمات درمانی و ترابری در شرایط بحرانی و جنگی خوب انجام گیرد. در صورت وجود خطر جنگ و وقوع جنگ دفاع غیرنظامی باید از دفاع نظامی نیز پشتیبانی کند.

در سوئد سال های متمادی آمادگی در برابر خطر جنگ و در برابر جنگ بسیار محدود بوده است. به جای آن، ادارات و کمون ها برای آمادگی در برابر بحران های دوران صلح، سیل و حملات سایبری اقدام کرده اند. اما به موازات تغییرات رخ داده در جهان پیرامونی، دولت سوئد تصمیم به تقویت دفاع همه جانبه گرفته است. از این رو، برنامه ریزی برای دفاع غیر نظامی از سر گرفته می شود. اما توسعه ی همه بخش ها مدتی طول خواهد کشید. همزمان باید گفت که آمادگی در برابر بحران های دوران صلح پایه مهمی برای نیروی مقاومت ما در زمان جنگ است.





# راهنمایی برای آمادگی خانوار

شرایط و نیازها، برای نمونه اگر شما در مناطق شهری یا غیر شهری و در خانه ویلایی یا آپارتمان زندگی بکنید، متفاوت خواهد بود. در اینجا راهنمایی های عمومی در مورد آمادگی خانوار دریافت می کنید. از آنچه که متناسب با وضعیت شما است استفاده بکنید. ترجیحا با دیگران گروه تشکیل بدهد و از همدیگر قرض کنید.

## غذا

داشتن غذای اضافی در خانه که انرژی کافی داشته باشد، حایز اهمیت است. از غذاهای قابل نگهداری که می توان آنها را به سرعت پخت، و نیازمند آب کم یا قابل خوردن بدون پخت و پز هستند، استفاده کنید.

- سیب زمینی، کلم، هویج، تخم مرغ
- نان با قابلیت نگهداری زیاد برای نمونه تریلا، نان خشک، بیسکویت، سوخاری
- پنیر نرم، خمیر آب پنیر، messmör، و دیگر مواد ساندویچی در تیوب
- نوشیدنی جو دو سر، نوشیدنی سویا، شیرخشک
- روغن غذاپزی، پنیر سفت
- پاستای فوری، برنج، دانه های گیاهی، پودر پوره
- سیب زمینی
- عدس پخته، لوبیا، سبزیجات، هوموس در قوطی
- گوجه فرنگی له شده، به عنوان مثال برای تهیه اسپاگتی.
- کنسرو سس گوشت کوبیده، ماکریل، ساردین، راویولی، کوفته ماهی سالمون، گوشت پخته، انواع سوپ
- کرم میوه، مربا و مارمالاد
- سوپ آماده بلوبری و نیپون (میوه گل سرخ)، آب میوه یا نوشیدنی دیگر با قابلیت نگهداری در هوای معمولی خانه
- قهوه، چایی، شکلات، تکه انرژی زا (energibar)
- عسل، انواع بادام، گردو، کره بادام، دانه های خوراکی.

## آب

دسترسی به آب تمیز اهمیت حیاتی دارد. برای هر شبانه روز و هر بزرگسال سه لیتر آب در نظر بگیرید. اگر در مورد کیفیت آب نا مطمئن باشید ممکن است نیازمند جوشاندن آن باشید.

اگر توالت کار نکنند می توانید در آن کیسه های محکم پلاستیکی قرار دهید. بهداشت مطلوب دست برای پرهیز از آلودگی ها اهمیت دارد.

- بطری
- سطل با سرپوش
- بطری های پت برای یخ زدن آب (تا سر پر نکنید چرا که ممکن است بطری بشکند)
- آب معدنی
- گالن (چلیک)، ترجیحا با شیر، برای آوردن آب .
- شما می توانید یکی دوتا چلیک تمیز پر از آب به عنوان ذخیره داشته باشید. آنها باید در جای تاریک و خنک نگهداری شوند.

## ارتباطات

اگر در فصل سرما برق قطع شود، خانه به زودی سرما زده خواهد شد. در یک اتاق جمع شوید، جلوی پنجره ها پتو آویزان کنید، کف اتاق را با فرش بپوشانید و زیر یک میز اتاقی برای حفظ سرما بسازید. به خطر آتش سوزی توجه داشته باشید. تمام شمع ها و دیگر وسایل گرم کننده را پیش از خواب خاموش کنید. برای جذب اکسیژن مرتبا به تهویه اقدام کنید.

- لباس پشمی
- لباس های بیرونی گرم و مقاوم
- کلاه، دستکش، شال گردن
- پتو
- زیرانداز
- کیسه خواب
- شمع
- شمع گرما (یا تی لایت)
- کبریت یا فندک
- منبع گرمای الترناتیو برای نمونه بخاری گاز مایع

## موضوعات دیگر

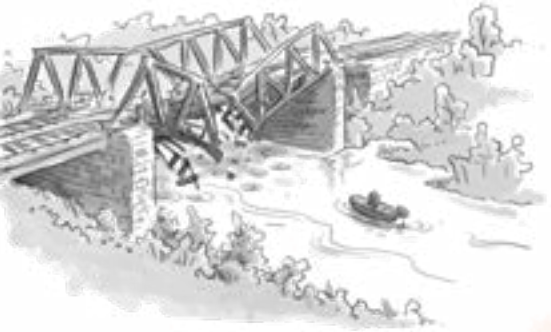
- اجاق الکلی و سوخت
- چراغ قوه و چراغ قوه پیشانی
- بطری
- اجاق الکلی و سوخت

## گرما

در صورت رویدادی جدی شما نیازمندید که بتوانید اطلاعات داده شده توسط ادارات، در درجه نخست از طریق کانال ۴رادیو سوئد، Sveriges radio P4، را دریافت کنید. همچنین نیازمندید که گزارش های رسانه ها را دنبال کنید، با خویشاوندان و دوستانتان تماس بگیرید و در موارد اضطراری با خدمات امداد و نجات، خدمات درمانی و پلیس تماس بگیرید .

- رادیویی که با بطری، سلول خورشیدی یا با شارژر کار می کند
- رادیو اتومبیل
- لیست کاغذی با شماره تلفن های مهم
- بطری/منبع نیروی اضافی از جمله برای تلفن موبایل
- شارژر تلفن موبایل برای استفاده در اتومبیل
- چراغ قوه و چراغ قوه پیشانی
- بطری
- پول نقد، اسکناس درشت
- داروخانه خانگی و داروهای اضافی
- دستمال کاغذی مرطوب
- الکل بهداشت دست
- پوشک و نوار بهداشتی
- رونوشت کاغذی برای نمونه بیمه نامه، اسناد بانکی، سند ثبت نام
- سوخت در داخل پاک.





## آمادگی بالاتر

برای تقویت امکانات دفاعی سوئد ممکن است دولت تصمیم به آمادگی بالاتر بگیرد. قوانین دوران صلح همچنان معتبر است اما در شرایط آمادگی بالاتر ممکن است قوانین دیگری نیز اجرا شود. برای نمونه، دولت می تواند دارایی های خصوصی را که برای دفاع همه جانبه اهمیتی خاص دارند، مصادره کند

در شرایط آمادگی بالاتر باید تمام جامعه به تمرکز قوا بپردازد تا در برابر مهاجمان ایستادگی شود و امکان تامین کارکردهای مهم فراهم آید. در شرایط آمادگی بالاتر ممکن است از شما خواسته شود که به اشکال گوناگون یاری رسانی کنید.

اطلاعات در زمینه آمادگی بالاتر را از طریق رادیو و تلویزیون به دست می آورید. کانال ۴ رادیو سوئد، Sveriges Radio P4، کانال ویژه آمادگی است.



## اگر به سوئد حمله شود نیروی مقاومت ضروری است

ما باید بتوانیم در برابر هرگونه حمله به کشورمان مقاومت کنیم. همین حالا هم حملاتی بر سیستم های مهم آی تی ما و کوشش هایی برای تاثیرگذاری بر ما بوسیله اطلاعات جعلی انجام می گیرد. همچنین ممکن است اختلافات در مناطق نزدیک به ما بر ما تاثیرگذار باشد. حملات ممکن است اینها باشد:

- حملات سایبری که بر سیستم های مهم آی تی ما وارد می شود.
- خراب کاری زیرساخت ها (برای نمونه جاده ها، پل ها، فرودگاه ها، راه آهن، سیستم انتقال نیرو و نیروگاه های هسته ای).
- سوء قصد تروریستی که متوجه افراد یا نهادهای مهم است.
- تلاش برای تاثیرگذاری بر تصمیم گیرندگان یا اهالی.
- قطع ترابری که به کمبود خواربار یا کالاهای دیگر می انجامد.
- حمله نظامی، برای مثال حمله هوایی، حمله موشکی و دیگر انواع اقدامات جنگی.

ما هرگز در برابر حمله به سوئد تسلیم نخواهیم شد. تمام اطلاعات مبنی بر خاتمه یافتن مقاومت ما اطلاعات جعلی است.



## پیام مهم برای مردم

سیگنال ۷ ثانیه - توقف ۱۴ ثانیه

## خطر بر طرف شد

سیگنال ممتد ۳۰ ثانیه

# سیستم اخطار

## پیام مهم برای مردم

سیستم اخطار و اطلاعات و ام آ، VMA (پیام مهم برای مردم)، در موارد بحرانی به کار می رود. برای نمونه در صورت پخش شدن مواد خطرناک، آتش سوزی در بر دارنده خطر انفجار، حریق جنگل و سایر فاجعه‌های طبیعی.

پیام مهم برای مردم در درجه نخست توسط کانال های رادیو ملی سوئد، تلویزیون ملی سوئد و تلویزیون ملی نوشتاری سوئد پخش می شود. و ام آ، VMA، ممکن است از طریق پیامک تلفنی در یک منطقه معین پخش شود.

## اخطار بیرون از خانه ها (اخطار بیرونی)

در مواردی نادر از اخطار بیرونی ("Hesa Fredrik") استفاده می شود. تاسیسات اخطار بیرونی در اکثر شهرها و نیز در پیرامون نیروگاه های هسته‌ای سوئد وجود دارد.

اگر شما این سیگنال صوتی را بشنوید: به داخل خانه بروید، پنجره ها، درها و دستگاه تهویه را ببندید و به کانال ۴ رادیو سوئد، Sveriges Radio P4، که وظیفه اطلاع رسانی اجتماعی را بر عهده دارد، گوش فرا دهید.

سیستم اخطار بیرونی دوشنبه غیر تعطیل نخست ماه های مارس، ژوئن، سپتامبر و دسامبر در ساعت ۱۵ آزمایش می شود.



## آزیر آمادگی

سیگنال ۳۰ ثانیه - توقف ۱۵ ثانیه

## آزیر حمله هوایی

سیگنال های کو تاه در طول یک دقیقه

## خطر برطرف شد

سیگنال ممتد ۳۰ ثانیه

# آزیر آمادگی و آزیر حمله هوایی

آزیر آمادگی روشی برای دولت است که بوسیله آن این پیام را می فرستد که خطر وقوع فوری جنگ وجود دارد یا کشور در جنگ است.

اگر این سیگنال را بشنوید باید بی درنگ به داخل خانه بروید و به کانال ۴ رادیو سوئد، (Sveriges Radio P۴)، گوش دهید. خودتان را برای ترک مسکنتان با برداشتن مهمترین اشیاء، لباسهای گرم، چیزی برای خوردن و نوشیدن و نیز مدارک شناسایی، آماده کنید. اگر برای شما خدمت در زمان جنگ تعیین شده باشد باید خود را به محلی که به شما اطلاع داده شده، برسانید.

آزیر حمله هوایی به این معنی است که شما باید بی درنگ پناه بجوئید، برای نمونه در پناهگاه یا در زیر زمین ساختمانی که در آنجا حضور دارید.

شیوه هایی تازه برای اخطار به مردم ممکن است به وجود آید.

خودتان را  
به روز کنید، با  
مراجعه به

[dinsakerhet.se](http://dinsakerhet.se)

## پناهگاه و دیگر مکان های پناه گیری

پناهگاه محلی برای حفاظت مردم در جنگ است. تمام پناهگاهها و ساختمان های دارای پناهگاه با تابلو مشخص شده اند. شما پناهگاه منحصر به خود ندارید بلکه می توانید از نزدیکترین پناهگاه در دسترس استفاده کنید.



در مورد نزدیکترین پناهگاه به محل زندگی خود و نیز به محل حضورتان در ساعات روز اطلاع یابی کنید در صورت شنیدن آزیر حمله هوایی باید بی درنگ خودتان را به یک پناهگاه یا در صورت ناچاری به مکان پناه گیری دیگر مانند زیرزمین، تونل یا ایستگاه مترو برسانید



## آموزش ببینید!

کمک های اولیه را یاد بگیرید. دانش شما می تواند جان کسی را نجات دهد. اگر شما نخستین کسی هستید که در محل یک سانحه یا رویداد جدی دیگری حضور می یابید، با شماره تلفن ۱۱۲ با اس او اس الارم (SOS Alarm) تماس بگیرید. حتی در صورتیکه پول در کارت اعتباری نداشته باشید و یا تلفن موبایلتان کارت SIM نداشته باشد امکان تلفن کردن به شماره ۱۱۲ وجود دارد. اس او اس الارم در مورد اینکه در محل سانحه چه کاری باید بکنید شما را راهنمایی می کند.

## مشارکت کنید!

بسیاری از سازمان های فعالیت های داوطلبانه و جمعیت های دینی و عقیدتی اقدامات بسیار مهمی برای امنیت مشترک و آمادگی ما به عمل می آورند. سازمان های دفاع داوطلبانه وظایفی خاص در دفاع همه جانبه بر عهده دارند و کلاس و دوره های آموزشی ترتیب می دهند. آنها در شرایط بحرانی و آمادگی بالاتر از جمله به امرپخش اطلاعات مهم برای مردم کمک می کنند. به شما نیاز است و فعالیت شما اهمیت دارد.



## یادداشت های مهم

شماره های تلفن مهم، نشانی ها را یادداشت کنید و همچنین نزدیکترین پناهنگاه یا مکان دیگر پناه گیری را یادداشت کنید.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

این بروشور به ما کمک می کند تا در موارد گوناگون، از سوانح جدی و هوای نامساعد شدید گرفته تا حملات سایبری و کشمکش های نظامی آمادگی بهتری داشته باشیم. خواهشمندیم در مورد مطالب بروشور با اطرافیان خود صحبت کنید.



## شماره تلفن ها

## و سایت ها

**۱۱۲**

در شرایط اضطراری که نیاز به کمک فوری آمبولانس، آتش نشانی یا پلیس وجود دارد.

**۱۱۳ ۱۳**

برای اطلاع رسانی در سوانح یا شرایط بحرانی.

**۱۱۴ ۱۴**

در تمام امور مربوط به پلیس که در باره یک جرم یا رویداد در حالت وقوع نباشد.

**۱۱۷۷**

راهنمایی خدمات درمانی.

**Dinsäkerhet.se**

اطلاعات عمیقتر در مورد مطالب این بروشور.

**Krisinformation.se**

مجموعه ای از اطلاعات از سوی ادارات گوناگون سوئد در موارد بحران.