



مشروع منع العنف في فيرمونت الوعي بالموقف



الوعي بالموقف يتضمن الانتباه والتيقظ لما يدور من حولك، والتعرف على التهديدات المحتملة، وفهم كيفية الاستجابة بشكل فعال. إنه يتعلق بالبقاء حاضراً وواعياً بما يحدث في محيطك من أجل الحفاظ على سلامتك وسلامة الآخرين.

نصائح

كن يقظاً

- ارفع رأسك وكن واعياً بما يدور حولك.
- تعرف على المخارج والأماكن الآمنة تحسباً لأي طارئ.

تواصل

- شارك الآخرين أي مخاوف تتعلق بسلوك غير معتاد أو مقلق.
- أبلغ السلطات المختصة عن أي نشاطات مشبوهة.

ثقّف نفسك

- تعرّف على المخاطر الأمنية الشائعة في منطقتك.
- كن على اطلاع على بروتوكولات السلامة وإجراءات الطوارئ.

مسؤولية مشتركة

- الحفاظ على سلامة بعضنا البعض هو جهد جماعي.
- لكل فرد دور في خلق بيئة آمنة.
- من خلال الوعي والمبادرة، يمكننا بناء مجتمع أكثر أماناً ودعمًا للجميع.

1. ابق حاضراً

تجنب المشتتات: قلّل من استخدام الهاتف والأشياء الأخرى التي تشتت الانتباه عندما تكون في الأماكن العامة.

كن يقظاً: انتبه إلى الأشخاص والأنشطة والبيئة المحيطة بك.

2. اعتمد على حدسك

غير آمن مقابل غير مريح: افهم الفرق بين الشعور بعدم الأمان والشعور بعدم الارتياح.

بادر بالتصرف: إذا شعرت بأن هناك شيئاً ما مريباً أو غير آمن، تعامل معه بجدية وتصرف وفقاً لذلك.

3. راقب محيطك

لاحظ الأنشطة غير المعتادة: انتبه إلى أي أنشطة أو أصوات أو حركات غير اعتيادية.

راقب السلوكيات المقلقة: كن يقظاً تجاه أي سلوك يبدو غير طبيعي أو قد يكون ضاراً.

4. عزز سلامة المجتمع

تجنّب الافتراضات: لا تعتبر الأشخاص تهديداً بمجرد أنهم مختلفون.

قدّر الاختلافات: اعترف بأن التنوع يُعزّز قوة المجتمع ويجعله أكثر قدرة على التكيف، كما يُضيف وجهات نظر قيمة في أوقات الأزمات.

الوعي بالموقف أمر بالغ الأهمية لسلامتك الشخصية ولسلامة المجتمع. من خلال البقاء حاضراً، والثقة بحدسك، والانفتاح على الاختلاف في الآراء، ومراقبة ما يدور حولك، فإنك تسهم في خلق بيئة أكثر أماناً. فالأمر لا يقتصر على حماية نفسك فقط، بل يشمل الحرص على سلامة الجميع من حولك.

لمعرفة المزيد: [UVM.EDU/VVPP](https://uvm.edu/vvpp)





مشروع منع العنف في فيرمونت التعرّف على السلوكيات المقلقة



نصائح

الملاحظة

- انتبه للتغيرات في السلوك والمزاج والتفاعل الاجتماعي.
- لاحظ علامات الانسحاب، العدوانية، أو السلوك التلاعب.

الاستماع

- استمع لما يقوله الآخرون وكيفية تعبيرهم عن أنفسهم.
- كن منفتحاً للكلام الغاضب أو العدائي أو العنيف.

مشاركة الملاحظات

- أبلغ عما تلاحظه بدافع صادق للمساعدة، دون إصدار أحكام.
- تواصل مع الجهات المختصة بشأن مخاوفك.

التعاطف والدعم

- من خلال إظهار التعاطف وتقديم الدعم، يمكننا منع الأذى والعمل نحو مجتمع يشعر فيه الجميع بالأمان والتقدير.

التركيز على التعاطف

- بناء مجتمع يركز على التعاطف يساهم في خلق بيئة أكثر أماناً ودعماً للجميع.

1. التغيرات السلوكية

- تغيرات مفاجئة أو شديدة في المزاج، أو الشخصية، أو التفاعل الاجتماعي.
- تحولات ملحوظة في الأداء في العمل أو المدرسة.
- اضطرابات في الروتين اليومي.

2. علامات الانسحاب أو العزلة

- الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية.
- تجنب الأصدقاء أو العائلة أو الأنشطة المعتادة.

3. العدوانية والعدائية

- إظهار العدوان اللفظي أو الجسدي.
- استخدام لغة عدائية أو عنيفة.

4. السلوك التلاعب

- عزل شخص ما عن نظامه الداعم الاجتماعي.
- محاولة السيطرة على جوانب مختلفة من حياة شخص آخر.

5. التهديد والترهيب

- إطلاق التهديدات أو القيام بتصرفات تزرع الخوف في نفوس الآخرين.
- أنماط متكررة من الترهيب أو الإكراه.

6. انتبه

- التدخل المبكر:** التعرف على السلوكيات المقلقة في وقت مبكر يُتيح التدخل والدعم في الوقت المناسب، مما قد يمنع وقوع مواقف مؤذية.
- بناء مجتمع أكثر أماناً:** من خلال إظهار الرعاية والتعاطف تجاه من يُظهرون سلوكيات مقلقة، يمكننا بناء مجتمع أقوى وأكثر دعماً للجميع.



تشير السلوكيات المقلقة إلى الأفعال أو السلوكيات التي تثير القلق بسبب احتمال أن تؤدي إلى مواقف مؤذية أو عنف. يُعد التعرف على هذا النوع من السلوك أمراً بالغ الأهمية لمنع العنف وضمان سلامة المجتمع. من خلال البقاء يقظين، وإظهار التعاطف، ومشاركة الملاحظات مع الآخرين، يمكننا أن نساهم في خلق بيئة داعمة وآمنة للجميع.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP



مشروع منع العنف في فيرمونت استخدام الفهم و التعاطف لمواجهة الكراهية



تشير حوادث الكراهية والتحيز إلى الأفعال أو السلوكيات التي تستهدف أفرادًا أو جماعات بناءً على العرق أو الإثنية أو الدين أو الجنس أو التوجه الجنسي أو الإعاقة أو غيرها من الخصائص. ويمكن أن تظهر هذه الحوادث بأشكال متعددة، منها الكلام المسيء، والمضايقات، والتمييز، والتخريب، والعنف.

نصائح

كن ملاحظًا

ابق متفاعلاً: انتبه لما يدور حولك وكن واعياً بالبيئة المحيطة بك.
دون التفاصيل: عند مشاهدة حادثة، حاول تذكر التفاصيل الأساسية مثل الأوصاف وطبيعة الحادثة.

الإبلاغ عن الحوادث

الإبلاغ في الوقت المناسب: قم بالإبلاغ عن الحوادث في أقرب وقت ممكن للجهات المختصة.
إتاحة المعلومات: شارك جميع المعلومات ذات الصلة للمساعدة بفعالية في معالجة الحادث.

دعم الضحايا

قدم الدعم: أظهر التعاطف وقدم الدعم للضحايا. دعم يعرفون أنهم ليسوا وحدهم.
الحق في الإبلاغ: ذكر الضحايا بحقهم في الإبلاغ عن الحادث وطلب المساعدة.
تواصل لاحقاً: ليس الجميع يشعر بالأمان للتدخل في اللحظة. تواصل مع الضحية لاحقاً للاطمئنان عليها.

التعليم والحوار

انخرط في المحادثات: شجع المناقشات المفتوحة حول تعزيز الاحترام والتفاهم في المجتمع.
ثقّف الآخرين: شارك المعلومات والموارد حول الكراهية والتحيز، وأهمية التعاطف والشمولية.

1. التعرف على الأثر

أشكال الكراهية: يمكن أن تُعبر الكراهية من خلال الكلام المسيء، والمضايقة، والتمييز، والإقصاء الاجتماعي، والعنف.

أنواع العنف: العنف الجسدي والنفسي كلاهما يُسببان أذى بالغاً.

الضحية ليست المسؤولة أبداً: من الضروري فهم أن الضحايا لا يتحملون أبداً مسؤولية العنف الذي يتعرضون له.

2. الفهم والتعاطف

دوافع الأفعال: محاولة فهم الدوافع الكامنة وراء الأفعال العنيفة أو المليئة بالكراهية يمكن أن تفتح المجال للحوار والتنقيف.

قوة التعاطف: التعاطف والفهم أدوات فعّالة في مواجهة الكراهية وتعزيز التغيير الإيجابي داخل المجتمع.

3. بادر بالتصرف

الإبلاغ عن الحوادث: أبلغ دائماً عن أي حادثة كراهية أو تحيز تشهدها. الإبلاغ ضروري لتعزيز السلامة والرفاه العام في المجتمع.

التركيز المجتمعي: من خلال التركيز على الرحمة والفهم، يمكننا بناء بيئة أكثر أماناً ودعماً للجميع.

الأفعال البغيضة تضر بالأفراد والمجتمع ككل. من خلال التعرف على التأثير وفهم الدوافع واتخاذ الإجراءات اللازمة وتعزيز التعاطف، يمكننا إنشاء مجتمع يحظى فيه التعاطف والسلامة بالأولوية.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP





مشروع منع العنف
في فيرمونت

العنف من الشريك الحميم
(Intimate Partner Violence, IPV)



يشير مصطلح العنف من الشريك الحميم (IPV) إلى أي سلوك يحدث ضمن علاقة حميمة ويتسبب في أذى جسدي أو نفسي أو جنسي لأحد الطرفين. يُعد هذا النوع من العنف قضية خطيرة يمكن أن تترك آثارًا طويلة الأمد على الصحة النفسية والجسدية للفرد.

نصائح

كن واعيًا

ثقّف نفسك: تعرّف على أشكال العنف المختلفة للعنف من الشريك الحميم وعلى العلامات الدالة عليه لتتمكن من التعرف على من قد يكون في علاقة مسيئة. **ابق متيقظًا:** انتبه إلى التغيرات في السلوك أو المظهر التي قد تشير إلى تعرّض شخص ما للعنف.

بادر بالتصرف

أبلغ عن الإساءة: إذا شاهدت عنفًا من شريك حميم أو اشتبهت بوجود إساءة، أبلغ الجهات المختصة، وأخبر الضحية بذلك إن أمكن. **قدّم الموارد:** شارك معلومات حول الملاهي المحلية، وخطوط المساعدة، ومجموعات الدعم. استمع لمن هم في علاقات مسيئة، فهم غالبًا ما يكونون معزولين.

عزّز الوعي

انشر الوعي: تحدّث عن العنف من الشريك الحميم في مجتمعك لرفع مستوى الوعي وتقليل الوصمة المرتبطة به. **شجّع المحادثات المفتوحة:** قم بتعزيز بيئة يشعر فيها الأفراد بالأمان عند مناقشة تجاربهم وطلب المساعدة.

1. تعرف على العلامات:

أشكال العنف من الشريك الحميم: يشمل العنف من الشريك الحميم العنف الجسدي، والإساءة العاطفية، والعنف الجنسي، والسلوكيات التي تهدف إلى السيطرة. **علامات التحذير:** ابحث عن علامات مثل الإصابات غير المبررة، والغياب المتكرر عن العمل أو الدراسة، وتغيرات في الشخصية، والعزلة عن الأصدقاء والعائلة.

2. فهم التأثيرات

الآثار الجسدية: يمكن أن يؤدي العنف من الشريك الحميم إلى إصابات، وآلام مزمنة، ومشاكل في الجهاز الهضمي، وغيرها من المشكلات الصحية. **الآثار النفسية:** يعاني ضحايا هذا النوع من العنف غالبًا من القلق، والاكتئاب، واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، ومشكلات نفسية أخرى. **الأثر الاجتماعي والاقتصادي:** يمكن أن يؤدي هذا العنف إلى العزلة الاجتماعية وفقدان العمل وعدم الاستقرار المالي، ويمكن أن يعني أن الضحايا بحاجة إلى المزيد من الدعم المجتمعي والموارد.



يُعد العنف من الشريك الحميم مشكلة خطيرة تؤثر على العديد من الأفراد والمجتمعات. من خلال التعرف على العلامات وفهم التأثير ودعم الضحايا واتخاذ الإجراءات اللازمة، يمكننا العمل على منع هذا النوع من العنف ودعم المتضررين منه.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP



مشروع منع العنف في فيرمونت التعرف على الأزمات



نصائح

التحرك الفوري

إذا كان لدى شخص ما خطة ووسيلة ونية لتنفيذ الانتحار أو القتل، يجب طلب المساعدة فوراً.

مشاركة الموارد

زود الآخرين بمعلومات حول خدمات الصحة النفسية المحلية، وخطوط الأزمات، ومجموعات الدعم المتاحة.

تهيئة بيئة داعمة

اعمل على تعزيز الفهم والتعاطف والدعم داخل مجتمعك فيما يتعلق بالصحة النفسية وتعاطي المخدرات

معلومات التواصل

الخط الوطني

للقاية من الانتحار:

9-8-8

خدمة الرسائل النصية في حالات الأزمات:

أرسل رسالة نصية إلى 741741 (الدعم متاح على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع)

خدمات الطوارئ: اتصل بالرقم 911

1. فهم الأزمات

دور المجتمع: لكل منا دور حيوي في تعزيز ودعم الصحة النفسية لجميع أفراد المجتمع.

الوعي: التعرف على علامات الأزمات النفسية أو إيذاء الذات هو الخطوة الأولى لتقديم المساعدة اللازمة.

2. التعرف على العلامات

التغيرات في المظهر: تغييرات ملحوظة في النظافة أو الملابس أو المظهر العام.

التحولات السلوكية: ردود فعل عاطفية غير معتادة أو مبالغ فيها، الانسحاب من التفاعل الاجتماعي، العدوانية، أو الاعتماد الزائد على الآخرين.

تراجع في الأداء: انخفاض مفاجئ في الأداء في العمل أو الدراسة، وعدم الوفاء بالالتزامات.

التاريخ العائلي: يمكن أن يكون الوعي بالتاريخ العائلي لإيذاء النفس أو مشاكل الصحة العقلية أمراً بالغ الأهمية.

مؤشرات عاطفية مقلقة: التعبير عن الشعور بأن الشخص عبء، أو الشعور بالخزي أو الإحراج الشديد، أو الحديث بلغة ناقدة للذات بشكل متزايد.

تعاطي المخدرات: يمكن أن تكون زيادة تعاطي المواد المخدرة أو الجديدة مؤشراً مهماً.

سلوكيات تمهيدية: القيام بأفعال مثل التبرع بالممتلكات، أو إنهاء الالتزامات، أو كتابة وصية، قد تشير إلى وجود أزمة وشيكة.

من خلال البقاء يقظين والتعرف على علامات الأزمات النفسية أو إيذاء النفس، يمكننا أن نُسهم في بناء مجتمع داعم وآمن للجميع.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP





مشروع منع العنف في فيرمونت السلوك التهديدي



نصائح

الإبلاغ المجهول

استخدم أدوات المجتمع للإبلاغ المجهول لربط الأفراد
بفريق متخصص لإدارة المخاوف وتقديم المساعدة.

التركيز على المجتمع

بناء مجتمع يركّز على التعاطف والتفهم يمكن أن يمنع
السلوك التهديدي ويساهم في خلق بيئة أكثر أماناً.

التواصل المفتوح

شجّع على التواصل المفتوح واطرح أسئلة مفتوحة لفهم
وجهة نظر الآخرين.

المساعدة المهنية

اربط الأشخاص بالمساعدة المهنية لمعالجة الأسباب
الجذرية لسلوكهم.

المتابعة

في بعض الأحيان يكون الأشخاص في عزلة شديدة
ويحتاجون فقط لتذكّر أن هناك من يهتم لأمرهم.

1. فهم الأهمية

دور المجتمع: يلعب كل منا دوراً حيوياً في الحفاظ على سلامة مجتمعنا.
الوعي: يعد التعرف على السلوك التهديدي أمراً بالغ الأهمية لمنع الضرر المحتمل.

2. تحديد السلوك التهديدي

التهديدات اللفظية: انتبه إلى اللغة التي تبدو مهددة أو مريية، سواء كانت منطوقة أو مكتوبة
(مثل رسائل البريد الإلكتروني والرسائل النصية ووسائل التواصل الاجتماعي). ويشمل ذلك
أيضاً التهديدات الصريحة، وأنماط التهديدات "المازحة"، والتهديدات المباشرة الضمنية
(مثل "ستندم على ذلك")

الترهيب الجسدي: حتى بدون اتصال جسدي، يمكن أن تشير التصرفات العدوانية مثل الاندفاع
نحو شخص أو الصراخ عليه إلى وجود تهديد.

3. الاستجابة للتهديدات

إعطاء الأولوية للسلامة: احرص دائماً على سلامتك الجسدية أولاً.

المراقبة والانتظار: قد يكون سلوك شخص ما جديداً ومثيراً للقلق، ولكن لا توجد معلومات
كافية للتدخل. راقب وجود نمط تصاعدي في السلوك الفوضوي أو المؤذي.

الإبلاغ عن المخاوف: بعد التأكد من سلامتك، أبلغ عن أي سلوك تهديدي إلى الجهات
المختصة للحصول على الدعم والتدخل اللازم.

التعاطف والتفهم: إذا كان الوضع آمناً، اقترب من الأفراد الذين يظهرون سلوكاً مثيراً للقلق
بأسلوب يتسم بالتعاطف والتفهم.

معلومات التواصل

السلطات المحلية: في حال وجود تهديدات فورية، يُرجى التواصل مع سلطات إنفاذ القانون المحلية.

موارد المجتمع: استخدم أدوات الإبلاغ المجهولة المتوفرة للإبلاغ عن المخاوف وربط الأفراد بالمساعدة اللازمة.

من خلال التعرّف على السلوك التهديدي والتعامل معه بتفهم وتعاطف، والالتزام بعلاقات قائمة على الرعاية وعدم ترك أحد بمفرده،
يمكننا بناء مجتمع أكثر أماناً ودعماً للجميع.

لمعرفة المزيد: [UVM.EDU/VVPP](https://uvm.edu/vvpp)





مشروع منع العنف في فيرمونت الطرود المشبوهة



سلامة المجتمع

الإبلاغ الفوري

يجب الإبلاغ فوراً عن أي اشتباه في أي طرد، مهما كان صغيراً.

التوعية والعمل

إن يقطنكم واستجاباتكم السريعة هما مفتاح الحفاظ على سلامة مجتمعنا.



1. أهمية اليقظة

دور المجتمع: يلعب كل منا دوراً حيوياً في الحفاظ على سلامة مجتمعنا. البقاء يقطاً: أفضل وسيلة لحماية الآخرين هي أن نبقي حاضرين وواعين لما حولنا.

2. التعرف على الطرود المشبوهة

مؤشرات الاشتباه: معلومات عنوان غير صحيحة، خط سيئ أو مشوّه، روائح غريبة، طوابع بريدية زائدة، أشكال غير منتظمة، أصوات غير معتادة، توقيت تسليم غير مألوف أو غير معروف من قام بالتوصيل.

3. الإجراءات الواجب اتخاذها

التحرك الفوري: إذا كان الطرد يجعلك تشعر بالقلق، اتخذ إجراءً فوراً. الاتصال بالسلطات: تواصل مع الجهات المختصة دون لمس أو تعديل الطرد.

4. فهم المخاطر

العواقب المحتملة: على الرغم من ندرتها، يمكن أن تتسبب الطرود المهددة للحياة في الوفاة والإصابة وتدمير الممتلكات. الجهات المستهدفة: فكّر فيما إذا كنت أنت أو مؤسستك هدفاً محتملاً لدوافع مثل الانتقام أو الخلافات التجارية أو الابتزاز أو الإرهاب.

من خلال التعرف على الطرود المشبوهة والاستجابة لها بالوعي والتصرف السريع، يمكننا خلق بيئة أكثر أماناً وسلامة للجميع.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP



مشروع منع العنف في فيرمونت تخطيط السلامة



تعالج خطة السلامة مواقف مختلفة مثل التعامل مع العلاقات الصعبة، أو التعامل مع أفكار إيذاء النفس، أو المخاوف بشأن السلامة الشخصية، أو التعامل مع الألم العاطفي. إلى جانب ذلك، يساعدك الاستعداد الشخصي والمشاركة المجتمعية على مواجهة تحديات الحياة ويؤهلك لمواجهة المواقف الصعبة التي تساهم في بناء مجتمع أقوى وأكثر أماناً بشكل عام.

نصائح

المراجعة بانتظام

قم بمراجعة وتحديث خطة السلامة الخاصة بك بانتظام للتأكد من أنها لا تزال ملائمة لاحتياجاتك الحالية.

طلب الدعم

تواصل مع الأصدقاء أو العائلة الموثوق بهم أو مع مختصين لمساعدتك في إنشاء وتحسين خطة السلامة الشخصية.

الاعتراف بالحاجة إلى المساعدة

البحث عن الدعم لنفسك يُظهر الشجاعة والالتزام بصحتك ورفاهيتك.

الدعم المجتمعي

من خلال إعطاء الأولوية لسلامتك ورفاهيتك العاطفية، فإنك تساهم في مجتمع أكثر أماناً ودعماً.

1. المحفزات والإشارات التحذيرية

قم بتحديد المحفزات الشخصية والإشارات التحذيرية التي قد تشير إلى أنك بحاجة إلى دعم إضافي.

2. استراتيجيات التأقلم

طوّر ودوّن مهارات التأقلم التي تساعدك على إدارة التوتر والتحديات العاطفية. إذا وجدت صعوبة في تحديدها، لا تتردد في طلب المساعدة.

3. الأماكن الآمنة والدعم الاجتماعي

أدرج أماكن آمنة أو بيئات اجتماعية إيجابية يمكنك اللجوء إليها عند الحاجة. قم بتدوين أسماء أشخاص موثوقين أو مختصين يمكن التواصل معهم في حالات الطوارئ.

4. أسباب الحياة

اعترف ودون أسبابك للاستمرار في الحياة كمصدر للتحفيز والتشجيع.

5. إعداد خطة للأزمات

من ستصل به في حال واجهت أزمة شخصية؟ ما هي الموارد أو جهات الدعم التي يمكنك الاعتماد عليها؟

إن بناء خطة السلامة والحفاظ عليها يعزز مرونتك ويضمن حصولك على الموارد والدعم اللازمين خلال الأوقات الصعبة.

لمعرفة المزيد: [UVM.EDU/VVPP](https://uvm.edu/vvpp)





مشروع منع العنف في فيرمونت الإبلاغ عن المخاوف



من مسؤوليتنا الجماعية الإبلاغ عن أي عمل عنف، أو تهديد بالعنف، أو القلق بشأن احتمال أن يؤدي شخص ما نفسه أو الآخرين. ويسمح التعرف على المخاوف والإبلاغ عنها مبكرًا بالتدخل في الوقت المناسب، مما قد يمنع إلحاق الضرر بالأفراد أو الآخرين.

نصائح

التعاطف والرحمة

قدّم بلاغك عن المخاوف بروح من التعاطف. فالشخص الذي تقلق بشأنه قد يمر بمشكلات أو صراعات خاصة، وفهم وضعه يساعد في تقديم الدعم المناسب له.

رعاية المجتمع

الإبلاغ عن المخاوف هو دليل على اهتمامك بسلامة ورفاهية الآخرين في مجتمعك.

الوعي والسلامة

من خلال الإبلاغ عن المخاوف، تُسهم في خلق بيئة أكثر أمانًا ودعمًا للجميع.

تعرف على المزيد على UVM.EDU/VVPP

1. أنواع المخاوف

قد لا تندرج المخاوف دائمًا ضمن فئات محددة. يمكن أن تشمل تهديدات بالعنف، أو سلوكيات غير معتادة أو مقلقة، أو أي موقف يبدو غير آمن أو مرشحًا للتصعيد.

2. التفاصيل التي يجب تضمينها

عند الإبلاغ، قدم أكبر قدر ممكن من المعلومات ذات الصلة لضمان تقديم المساعدة المناسبة. يشمل ذلك وصف السلوك، ولماذا يثير قلقك، وأي سياق ذي صلة.

3. كيفية الإبلاغ

الاتصال في حالات الطوارئ: استخدم خدمات الطوارئ مثل 9-1-1 في حال وجود تهديد فوري.

أجهزة iPhone: استخدم ميزة الطوارئ SOS.

أجهزة Android: استخدم ميزة الاتصال بالطوارئ.

الإبلاغ المجهول: توفر العديد من المؤسسات والمجتمعات أدوات للإبلاغ المجهول. يمكنك مشاركة مخاوفك من خلال هذه القنوات إذا كنت تفضل عدم الإفصاح عن هويتك.





مشروع منع العنف في فيرمونت الاستجابة للتهديدات النشطة اهرب، اختبئ، قاتل



التهديد النشط هو أي شخص يقوم بأفعال تشكل خطرًا مباشرًا على الحياة أو تسبب إصابات خطيرة، مثل مُطلق النار أو شخص يحمل سلاحًا. وغالبًا ما تكون هذه المواقف غير متوقعة وتستمر عادةً من 10 إلى 15 دقيقة فقط.

نصائح

التعرف على البيئة المحيطة

- عند دخولك إلى بيئة جديدة، لاحظ المخارج وأماكن الاختباء والأسلحة المحتملة.
- يساعدك فهم البيئة المحيطة بك في اتخاذ قرارات سريعة أثناء حالات الطوارئ.

عند وصول الشرطة

- حافظ على هدوئك واتبع تعليمات الشرطة.
- ضع أي أشياء في يديك جانباً وارفع يديك مع نشر الأصابع، وأبق يديك مرئية. تجنب الحركات المفاجئة.

التدريب

- ضع في اعتبارك حضور تدريب على الاستجابة للتهديدات النشطة.
- ابحث في جوجل "FBI Run Hide Fight" للحصول على معلومات وموارد إضافية.

1. خيارات الإجابة

- اهرب: غادر المكان بسرعة وأمان قدر الإمكان. إذا لم تستطع الخروج فوراً، ابحث عن مكان آمن للاختباء حتى تتمكن من التحرك لاحقاً.
- اختبئ: ابحث عن مكان آمن لتحتمي به من التهديد. أغلق الأبواب وضع حواجز إذا أمكن وابق بعيداً عن الأنظار. حافظ على الهدوء وتجنب إصدار أي صوت.
- قاتل: كملاذ أخير، إذا واجهت التهديد مباشرة، استخدم أي شيء متاح للدفاع عن نفسك. استخدم أدوات بديلة أو أي شيء في متناول اليد لحماية نفسك والآخرين.

2. الإجراءات الفورية

- المسح والتقييم والتصرف: قيم الوضع من حولك واتخذ القرار الأفضل بناءً على ما يحدث. راقب المكان، قيم خياراتك، وتصرف بطريقة تضمن سلامتك وسلامة من حولك.



بناء مجتمع أكثر أماناً من خلال التوعية والتأهب. من خلال الاطلاع والاستعداد، نساهم في توفير بيئة أكثر أماناً وسلامة للجميع.

لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP



مشروع منع العنف
في فيرمونت
أغلقه، اقفله، لا تتركه مفتوحاً



نصائح

الإبلاغ عن المشكلات

- قم بالإبلاغ فوراً عن أي أضواء معطلة، أبواب، أقفال، أو نوافذ تالفة.
- يساعد الإبلاغ الفوري على معالجة المخاوف الأمنية ويضمن بيئة أكثر أماناً للجميع.

بناء مجتمع أكثر أماناً

- ابق يقظاً وواعياً بما حولك.
- إغلاق الأبواب، قفلها، وعدم تركها مفتوحة يساهم في تعزيز الأمان المادي للبيئة المحيطة بك.



لمعرفة المزيد: UVM.EDU/VVPP

1. ممارسات الأمان

أغلقه: تأكد دائماً من إغلاق الأبواب عند مغادرة الغرفة أو المبنى. ذلك يمنع الدخول غير المصرح به ويحافظ على الأمن العام.

اقفله: استخدم الأقفال لتأمين الأبواب عندما يتطلب الأمر. هذا يحمي المناطق الحساسة ويحد من الوصول إلى الأماكن المخصصة.

لا تتركه مفتوحاً: لا تترك الأبواب التي يجب أن تكون مغلقة مفتوحة. تأكد من أن التدابير الأمنية في مكانها الصحيح وتعمل بشكل صحيح.

2. لماذا هذا مهم؟

تعزيز الأمان: تعمل الأبواب المقفلة والمداخل المغلقة كرادع للدخول غير المصرح به والتهديدات المحتملة.

السلامة: تساعد الأبواب المؤمنة بشكل صحيح في الحفاظ على بيئة آمنة من خلال منع الضيوف غير المدعوين من دخول المناطق غير العامة.

المسؤولية الجماعية: يلعب كل شخص دوراً في الحفاظ على الأمن. كن استباقياً في تأمين الأبواب والإبلاغ عن أي مشاكل مثل الأقفال المكسورة أو النوافذ التالفة.