

لعبة النزاع المسلح

❖ الهدف من اللعبة

- رفع وعي المشاركين حول كيفية التصرف أثناء النزاعات المسلحة.
- تمكينهم من التعرف على أهم الإجراءات العائلية واللوازم الضرورية.
- تعزيز مهارات العمل الجماعي والعرض أمام الآخرين.

❖ المواد المطلوبة

- ثلاث مجموعات من الصور (لكل مجموعة موضوع مختلف).
- أوراق وأقلام لتدوين الإجابات.

❖ عدد المشاركين

- ثلاث مجموعات.

❖ طريقة اللعب

- يقسم المدرب المشاركين إلى ثلاث مجموعات، ويعطي كل مجموعة، مجموعة صور مختلفة.
- خلال 10 دقائق، على كل مجموعة أن تناقش الصور وتستخلص منها الإجابات المطلوبة:
 - المجموعة الأولى: ما هي الاعتبارات العامة أثناء النزاعات المسلحة؟
 - المجموعة الثانية: ما الذي يجب أن تقوم به العائلة للتحضير؟
 - المجموعة الثالثة: ما الذي يجب أن يتضمنه حقيبة الطوارئ؟
- بعد الانتهاء من المناقشة، تختار كل مجموعة ممثلاً عنها ليعرض الإجابات أمام الجميع.
- يقوم المدرب بتصحيح الإجابات، وتوضيح أي نقاط ناقصة، والإشادة بالإجابات الصحيحة.
- في نهاية اللعبة، يتم تلخيص الرسائل الرئيسية مع جميع المشاركين للتأكيد على الدروس المستفادة.

❖ وقت اللعبة: 30 دقيقة

❖ الأجوبة

- المجموعة الأولى: ما هي الاعتبارات العامة أثناء النزاعات المسلحة؟
 - تجنب التواجد في الأماكن المظلمة أو الدخول إليها.
 - الابتعاد عن الضجيج أو التجمعات الصاخبة.
 - تجهيز معلبات وأطعمة تكفي للحالات الطارئة.
 - التواجد في مكان محمي (مثل غرفة داخلية بين حيطان) بعيداً عن النوافذ.

- الابتعاد عن النوافذ وعدم الوقوف قربها.
- عدم الوقوف على الشرفات والابتعاد عنها قدر الإمكان.

■ المجموعة الثانية: ما الذي يجب أن تقوم به العائلة للتحضير؟

- الاستماع إلى السلطات المحلية.
- تحضير حقيبة طوارئ.
- التحدث مع العائلة والبقاء معًا.
- حفظ أرقام الطوارئ.
- تجهيز الأوراق الثبوتية والمهمة.
- تطبيق تمارين التنفس عند الشعور بالخوف.

■ المجموعة الثالثة: ما الذي يجب أن يتضمنه حقيبة الطوارئ؟

- حقيبة إسعافات أولية (أدوية / أدوية أساسية وخاصة بالأفراد / معقم، كمادات، قفازات).
- راديو
- طعام معلب وجاف يكفي لعدة أيام / مياه للشرب.
- نسخ عن الأوراق الثبوتية (هوية، جواز سفر، دفتر عائلة...) / نقود / ثياب ومستلزمات شخصية/ مناشف.
- حليب خاص بالأطفال / حفاضات / مستلزمات خاصة بكبار السن أو ذوي الإعاقة
- مقص / حبل / مصباح يدوي
- أكياس نفايات / محارم / ولاعات / كبريت

❖ الرسائل الأساسية

ينبغي أثناء النزاعات المسلحة اتخاذ إجراءات لضمان السلامة الشخصية والعائلية.

- الاعتبار العامة: تجنّب الأماكن المظلمة أو المزدحمة، الابتعاد عن النوافذ والشرفات، والبقاء في مكان داخلي محمي مع تأمين مؤونة غذائية للطوارئ.
- تحضير العائلة: متابعة تعليمات السلطات المحلية، تجهيز حقيبة طوارئ، حفظ المستندات والأرقام المهمة، والبقاء متماسكين كعائلة مع ممارسة تمارين تهدئة عند الخوف.
- محتويات حقيبة الطوارئ: تضم إسعافات أولية وأدوية أساسية، طعامًا معلبًا ومياهًا، نسخًا من الأوراق الثبوتية، نقودًا، ثيابًا ومستلزمات شخصية، بالإضافة إلى مستلزمات الأطفال وكبار السن، أدوات مساعدة كالمقص والمصباح، ومحارم وأكياس نفايات.

أرقام الطوارئ:

- الصليب الأحمر اللبناني 140
- الدفاع المدني: 125
- فوج الإطفاء: 175
- قوى الأمن الداخلي: 112