

الأزمات الاقتصادية ونقص السلع وتعطل الخدمات المصرفية

قد تؤدي صدمة اقتصادية أو انقطاع في الإمدادات أو تعطل في أنظمة الدفع إلى خلو رفوف المتاجر وتوقف البطاقات وأجهزة الصراف الآلي عن العمل لأيام. تساعد هذه الصفحة عائلتك على تكوين احتياطي معقول من المستلزمات والنقود ووسائل الدفع، والحفاظ على الهدوء حتى تتعافى الأوضاع.

قائمة التحقق

- ☐ نقود من فئات صغيرة تكفي للضروريات لنحو أسبوع
- ☐ بطاقات من أكثر من بنك وأكثر من شبكة دفع
- ☐ قائمة ورقية بالأرقام السرية للبطاقات محفوظة في مكان آمن
- ☐ طعام طويل الصلاحية تتناوله العائلة يكفي أسبوعاً
- ☐ أدوية موصوفة طويلة الأمد تكفي شهراً
- ☐ مياه شرب مخزنة
- ☐ راديو يعمل بالبطاريات أو بالتعبئة اليدوية
- ☐ نسخ من وثائق التأمين والمستندات المالية

قبل

- كون مخزوننا من الطعام والأدوية والوقود يكفي أسرتك نحو أسبوع.
- أضف صنفاً أو صنفين طويلي الصلاحية إلى كل عملية تسوق معتادة، بدلا من شراء كل شيء دفعة واحدة.
- اختر أطعمة تتناولها عائلتك أصلاً ولا تحتاج إلى طهي أو تحتاج إلى القليل منه.
- احتفظ ببعض النقود في المنزل من فئات صغيرة تحسباً لتوقف البطاقات وأجهزة الصراف الآلي.
- افتح حسابات في أكثر من بنك، واحمل بطاقات من شبكات دفع مختلفة.
- إذا كنت تتناول أدوية موصوفة لفترة طويلة، فاحرص على الاحتفاظ بكمية تكفي شهراً في المنزل.

أثناء

- ادفع ثمن الضروريات نقداً إذا تعطل الدفع بالبطاقة أو عبر الهاتف.
- احفظ الأرقام السرية لبطاقتك، فقد يتوقف الدفع اللائقسي عن العمل.
- انتقل إلى بنك أو بطاقة أو تطبيق دفع آخر إذا تعطل ما تستخدمه عادة.
- اطبخ من المواد الأساسية الرخيصة مثل البطاطس والملفوف والبصل والجزر لتوفير ميزانيتك.
- شارك المستلزمات مع جيرانك، واشتروا معاً بكميات كبيرة متى أمكن.
- احصل على المستجدات من القنوات الرسمية، واحذر من الشائعات.
- اطمئن على الجيران الذين قد يحتاجون إلى مساعدة إضافية، مثل كبار السن أو المرضى.

بعد

- أعد تعبئة مخزونك تدريجياً، واستخدم الأقدم من الطعام والأدوية أولاً.
- جدد احتياطيك النقدي عندما تعود الخدمات المصرفية إلى طبيعتها.
- استخدم النقود من حين لآخر حتى تبقى معتاداً على التعامل بها.
- راجع تغطيتك التأمينية والمخاطر التي تشملها.

في الإمارات

في الإمارات، دون أرقام الطوارئ الوطنية في قائمتك الورقية: 999 للشرطة، و998 للإسعاف، و997 للدفاع المدني، و991 لانقطاع الكهرباء.

ملاحظات

Sources: Swedish Civil Defence and Resilience Agency (MCF), Payments and cash in times of crisis (<https://www.mcf.se/en/advice-for-individuals/home-preparedness--prepping-for-at-least-a-week/payments-and-cash-in-times-of-crisis/>); Swedish Civil Defence and Resilience Agency (MCF), Access to food during a crisis (<https://www.mcf.se/en/advice-for-individuals/home-preparedness--prepping-for-at-least-a-week/food/access-to-food-during-a-crisis/>); Swedish Civil Defence and Resilience Agency (MCF), One month's supply of medicines at home.