اگه حمله شد

نقشهٔ خانواده از همین امروز

قبل از اینکه اتفاقی بیفته، همه بدونن کجا برن، با کی تماس بگیرن و چی بردارن.

مهم‌ترین سه کار

۱ **شماره‌های مهم رو روی کاغذ بنویسید و به همه بدید.**

۲ **دو جای قرار بذارید: یکی نزدیک خونه، یکی بیرون محله.**

۳ **بدونید کدوم مرکز نظامی یا امنیتی نزدیک خونه‌تونه و ازش فاصله بگیرید.**

این راهنما و همهٔ راهنماهای دیگه، رایگان، اینجاست:

iranuncensored.com/fa/ready/plan

یا این کد رو با دوربین گوشی اسکن کنید.

آخرین به‌روزرسانی: ۱ نوامبر ۲۰۲۶

۱ وقتی اینترنت و تلفن قطعه



شماره‌ها رو روی کاغذ بنویسید گوشی ممکنه خاموش بشه، گم بشه یا شارژ نداشته باشه. شمارهٔ چند نفر از خانواده و یه همسایهٔ مطمئن رو روی یه کارت بنویسید و تو کیف هر نفر بذارید.



شماره‌های امدادی رو هم بنویسید آتش‌نشانی ۱۲۵، اورژانس ۱۱۵، هلال احمر ۱۱۲، امداد گاز ۱۹۴، پلیس ۱۱۰. هلال احمر می‌گه ۱۱۲ بدون سیم‌کارت هم وصل می‌شه. وقت شلوغی شبکه چند بار امتحان کنید.



یه آدم رابط بیرون از شهر داشته باشید وقتی خطوط شهر شلوغه، گاهی تماس با یه شهر دیگه راحت‌تر وصل می‌شه. همه به همون یه نفر خبر بدن کجان و حالشون چطوره.



پیامک کوتاه بفرستید، کمتر زنگ بزنید پیامک با شبکهٔ ضعیف هم بیشتر می‌رسه و خط رو برای تماس‌های اورژانسی آزاد می‌ذاره. از قبل یه جملهٔ ساده قرار بذارید، مثل «خوبیم، رفتیم جای قرار دوم».

۲ جای قرار و آدم‌ها



دو جای قرار تعیین کنید یکی نزدیک خونه، مثلاً جلوی یه مغازه یا پارک آشنا. یکی بیرون از محله، برای وقتی که نمی‌شه به محله برگشت. هیچ‌کدوم نزدیک مرکز نظامی نباشه.



یه خونهٔ امن بیرون از شهر هماهنگ کنید از همین حالا با یه فامیل یا دوست تو یه شهر یا روستای آروم‌تر صحبت کنید که اگه مجبور شدید شهر رو ترک کنید، بدونید کجا می‌رید.



معلوم کنید کی بچه‌ها رو برمی‌داره اگه حمله وقت مدرسه باشه، شاید خودتون نرسید. دو نفر رو مشخص کنید و به مدرسه معرفی کنید. بچه‌ها هم اسم و شمارهٔ این دو نفر رو حفظ باشن.



برای کسایی که کمک لازم دارن برنامه بریزید سالمندها، معلول‌ها، بیمارها و حیوان‌های خانگی. کی کمکشون می‌کنه؟ داروشون کجاست؟ بدون آسانسور چطور از پله پایین میان؟ اینا رو امروز معلوم کنید.

۳ مدارک، پول و دارو



از مدارک مهم کپی بگیرید شناسنامه، کارت ملی، پاسپورت، سند خونه و پروندهٔ پزشکی. یه کپی کاغذی تو کیسهٔ ضدآب، یه کپی رمزدار روی فلش که بدون اینترنت هم باز بشه.



یه مقدار پول نقد تو خونه نگه دارید وقت بحران کارت‌خوان و عابربانک ممکنه از کار بیفتن. اسکناس کوچک کنار بذارید، به اندازهٔ بنزین، غذا و دارو برای چند روز.



داروهای همیشگی رو جلوتر بخرید داروخانه‌ها ممکنه تعطیل بشن یا دارو کم بیاد. برای هر نفر یه برگه بنویسید: اسم داروها، بیماری‌ها، گروه خون و اسم دکتر.

۴ مراکز رژیم نزدیک خونه‌تون



بدونید چی دور و برتون هست رژیم خیلی از مراکزش رو وسط شهر و کنار خونه‌های مردم ساخته: پادگان‌های سپاه، پایگاه‌های بسیج، مراکز نظامی و موشکی، ساختمان‌های امنیتی، انبارهای سوخت و مهمات.



فاصله یعنی امنیت هر چی از این جاها دورتر باشید، امن‌ترید، چون موج انفجار، ترکش و شیشه تا فاصلهٔ زیادی می‌رسه. اگه دیوار به دیوار یکی‌شون هستید، برای روزهای خطر یه جای موقت پیدا کنید.



مسیرهای هر روز رو عوض کنید تو روزهای خطر طوری رفت‌وآمد کنید که از کنار این مراکز رد نشید. نه برای میانبر، نه برای دیدن.

هرگز از این مراکز عکس نگیرید و جاشون رو تو گوشی علامت نزنید؛ رژیم برای همین کارها آدم‌ها رو به جاسوسی متهم می‌کنه.

۵ امن‌ترین جای خونه و یه تمرین



از الان امن‌ترین نقطه رو پیدا کنید اتاق یا راهرویی که کمترین دیوار رو به بیرون و کمترین پنجره رو داره، یا راه‌پلهٔ داخلی. همه باید بدونن تو لحظهٔ خطر بدون فکر کجا برن.



اونجا رو خالی و آماده نگه دارید قفسهٔ سنگین، آینه و وسایل شیشه‌ای رو از اونجا بردارید. چراغ‌قوه، آب و یه جفت کفش همون‌جا بذارید که تو تاریکی پیداشون کنید.



یه بار با همه تمرین کنید یه شب امتحان کنید: کی بچه رو برمی‌داره، کی کیف رو میاره، کی به پدربزرگ کمک می‌کنه. تمرین ترس رو کم می‌کنه و ثانیه‌ها رو نجات می‌ده.

درست یا غلط؟

باور غلط **«آژیر خطر خبرمون می‌کنه.»**

درستش تو خرداد ۱۴۰۴ و دوباره تو اسفند ۱۴۰۴، حمله‌ها به تهران بدون آژیر و هشدار عمومی بود. اولین هشدار معمولاً خود صدای انفجاره، پس نقشه باید از قبل آماده باشه.

باور غلط **«حمله فقط به مراکز نظامی می‌خوره، پس ما امنیم.»**

درستش این مراکز کنار خونه‌های مردمه. موج انفجار، ترکش و شیشه به ساختمان‌های اطراف هم می‌رسه. فاصله تنها محافظ واقعیه.

باور غلط **«همه چی تو گوشیه، کاغذ لازم نیست.»**

درستش تو آبان ۹۸، ۱۴۰۱، خرداد ۱۴۰۴، دی ۱۴۰۴ و اسفند ۱۴۰۴ اینترنت قطع یا خیلی محدود شد. کاغذ نه شارژ می‌خواد نه اینترنت.

فهرست آماده‌شدن

- [ ] کارت شماره‌ها روی کاغذ، تو کیف هر نفر
- [ ] دو جای قرار، یکی نزدیک خونه و یکی بیرون محله
- [ ] یه خونهٔ امن بیرون از شهر، از قبل هماهنگ‌شده
- [ ] دو نفر مشخص برای برداشتن بچه‌ها از مدرسه
- [ ] کپی کاغذی و دیجیتال مدارک مهم
- [ ] پول نقد برای چند روز، با اسکناس کوچک
- [ ] داروی چند هفته و برگهٔ اسم داروهای هر نفر
- [ ] امن‌ترین نقطهٔ خونه انتخاب و خالی شده
- [ ] برنامه برای سالمندها، بیمارها و حیوان‌های خانگی
- [ ] یه بار تمرین با همهٔ خانواده

سه تمرین

جواب‌ها آخر فایله.

۱. ساعت ۱۰ صبحه. صدای چند انفجار از نزدیک میاد، گوشی‌ها آنتن ندارن و بچه‌تون مدرسه‌ست. چی کار می‌کنید؟

الف) با ماشین از هر مسیری که شد می‌رید سمت مدرسه

ب) طبق نقشه پیش می‌رید: کسی که قرار بود بچه رو برمی‌داره و همه میان جای قرار

ج) تو خونه می‌مونید تا آنتن برگرده، بعد تصمیم می‌گیرید

۲. تازه فهمیدید ساختمان سر کوچه‌تون یه پایگاه بسیجه. چی کار می‌کنید؟

الف) ازش عکس می‌گیرید و برای فامیل می‌فرستید که بدونن

ب) کاری نمی‌کنید، چون حمله‌ها دقیقه و به خونه‌ها نمی‌خوره

ج) برای روزهای خطر یه جای موقت دورتر پیدا می‌کنید و به خانواده می‌گید

۳. مادربزرگ‌تون با شما زندگی می‌کنه. طبقهٔ پنجمید و تو قطعی برق آسانسور کار نمی‌کنه. چی کار می‌کنید؟

الف) از الان معلوم می‌کنید کی کمکش می‌کنه، داروهاش رو تو کیفش می‌ذارید و یه بار پله رو با هم تمرین می‌کنید

ب) روز حادثه هر کی دستش آزاد بود کمکش می‌کنه

ج) قرار می‌ذارید همیشه بالا بمونه، چون پایین اومدن براش سخته

منبع‌ها

Ready.gov (FEMA), Make a Plan
https://www.ready.gov/plan

Ready.gov (FEMA), Build a Kit
https://www.ready.gov/kit

AP via iNFOnews, Fear stalks Tehran: no sirens, few shelters (18 June 2025)
https://infonews.ca/?p=7257222

Zoomit, Iran emergency numbers (125, 115, 112, 194)
https://www.zoomit.ir/howto/442075-emergency-numbers-iran/

Red Crescent relief head Morteza Salimi via Asriran/ISNA: 112 works without a SIM card (Sept 2018)
https://www.asriran.com/fa/amp/news/630349

AP, Residents of Tehran tell AP of rising fear and isolation as bombs strike without warning (13 March 2026)
https://www.b360nepal.com/detail/27944/residents-of-tehran-report-rising-fear-and-isolation-as-bombs-strike-without-warning-ap-report

Gama / Asriran: 112 is the Red Crescent relief line and connects without a SIM card
https://gama.ir/blog/14954/

جواب تمرین‌ها

۱. ب) طبق نقشه پیش می‌رید: کسی که قرار بود بچه رو برمی‌داره و همه میان جای قرار. نقشهٔ از قبل یعنی وسط ترس و قطعی تلفن لازم نیست تصمیم بگیرید. رانندگی بی‌برنامه تو خیابان‌های شلوغ و نزدیک محل انفجار خطرناکه و راه امدادگرها رو می‌بنده.

۲. ج) برای روزهای خطر یه جای موقت دورتر پیدا می‌کنید و به خانواده می‌گید. فاصله بهترین محافظه، چون موج انفجار و شیشه به خونه‌های اطراف هم می‌رسه. عکس گرفتن از این مراکز هم می‌تونه براتون اتهام جاسوسی درست کنه.

۳. الف) از الان معلوم می‌کنید کی کمکش می‌کنه، داروهاش رو تو کیفش می‌ذارید و یه بار پله رو با هم تمرین می‌کنید. وقت حمله کسی فرصت فکر کردن نداره و هر کس فکر می‌کنه یکی دیگه کمک می‌کنه. موندن همیشگی تو طبقهٔ بالا هم اگه ساختمان آسیب ببینه خطرناکه.

ایران بدون سانسور

راهنمای ایمنی برای روزهای سخت

همهٔ راهنماهای «آماده باشیم»

همه‌شون رایگان و به فارسی. هر کدوم که لازم دارید رو بخونید و برای خانواده و دوست‌هاتون بفرستید.

اگه حمله شد

- **نقشهٔ خانواده از همین امروز**
- کیف اضطراری و ذخیرهٔ خونه
- وقت حمله کجا پناه بگیرید
- بعد از یه انفجار نزدیک
- رفتن از شهر، کی و چطور
- دود، مواد شیمیایی و تأسیسات هسته‌ای

تو خیابان و قطعی‌ها

- امن موندن تو تجمع
- گوشی و حساب‌ها
- وقتی اینترنت قطع می‌شه
- بازداشت: شما و خانواده
- فیلم گرفتن امن
- خبر درست، شایعهٔ دروغ

کمک‌های اولیه و زندگی

- کمک‌های اولیه برای نجات جان
- آتش، گاز و برق تو خونه
- آب، غذا و بهداشت وقت قطعی
- آرامش ذهن، بچه‌ها و سالمندها
- همسایه‌ها و ساختمان، با هم

همهٔ راهنماها، رایگان و به فارسی:

iranuncensored.com/fa/ready

یا این کد رو با دوربین گوشی اسکن کنید.