

## نصائح أمنية للمسافرين والسياح



عند السفر إلى أي منطقة أو أي بلد في العالم فأنت المسؤول الأول عن ضمان سلامتك الشخصية وسلامة أموالك وأغراضك، دائماً يجب عليك أخذ احتياطات الأمن والسلامة اللازمة مع الانتباه والحذر لجميع المخاطر المحدقة بك. يهدف هذه الموضوع بمعهد تطوير الذات والتنمية البشرية لتزويدك بنصائح هامة لسلامتك الشخصية وسلامة أموالك وأغراضك، وذلك باتّباع قواعد وإجراءات الأمن والسلامة الأساسية حتى تتمكن من الاستمتاع بالسفر في جوّ مريح بعيداً عن المتاعب. وإليك قائمة هذه النصائح الأمنية الهامة للأشخاص المسافرين والسياح:

### 1- نصائح هامة عند التجول الحرّ

لا توجد منطقة أو مدينة في العالم خالية من اللصوص تماماً خاصة في المراكز الحضرية. جرائم السرقة مثل: النشل وسرقة محفظة النقود أو خطف أغراض ثمينة تحدث في المواقع السياحية يومياً، وعلى متن عربات النقل والمطارات الكبرى ومحطات القطار. إذا كان ذلك ممكناً، تجنّب حمل الجوال أو محفظة النقود في اليد. كن حذراً عن التحدّث في الجوال في كثير من الأحيان تكون هذه هي الفرصة الثمينة للنشالين لنشل الجوال، وكذلك حقائب اليد وغيرها من الأغراض الثمينة كلابها تسيل لعاب النشالين واللصوص. كاحتياط ركّز على لبس لباس خفيف الذي يوجي أن لا تحمل أموال كثيرة وأغراض ثمينة، يجب عدم وضع الإكسسوارات الثمينة كالساعات اليدوية الثمينة والمجوهرات... إلخ. تجنّب أن تظهر عليك علامات الثراء كحمل مبالغ كبيرة من المال. ولا تأخذ معك من المال إلا ما تحتاجه لتلك اللحظة. الجُناة واللصوص غالباً ما يعملون في أزواج أو مجموعات: في حين يكون أحد أفراد المجموعة مختصاً في إلهاء الضحية يقوم الآخر بالسرقة. كن حذراً خصوصاً عندما يستوقفك أحد الغرباء أو يتودّد إليك سواء أثناء التجوّل أو عندما تتوقّف للاستراحة في أي مكان. تجنّب جميع المظاهرات والتجمعات الكبيرة لأنّها قد تؤدّي فجأة إلى العنف.

### 2- نصائح للحذر من الاعتداءات

يمكن أن تحدث حوادث عنف في أي مكان وتشمل في بعض الأحيان استخدام الأسلحة البيضاء أو أسلحة نارية. هذه الحوادث عادة ما تكون نتيجة للجماعات الإجرامية أو المتطرفة. يجب تجنّب التجوّل منفرداً في الأماكن الخالية من الناس. كن حذراً عندما تأخذ شبكات الطّرق والسكك الحديدية ، فالجرائم يستهدفون الأجانب تحديداً في محطات البنزين وعلى طول الطّرق السريعة والقطارات والمنتزهات والحدائق العمومية والشواطئ. إلخ. وتنتج اعتداءات وسرقة السيّارات والأغراض. لا تغفل عن سيّارتك أثناء التوقّف في المحطات مع إبقاء النوافذ مغلقة مع سحب المفتاح من السيّارة.

### 3- نصائح عند استعمال سيّارة خاصّة

كن حذراً خصوصاً عندما تتوقّف عند إشارة المرور بسبب اللصوص. يجب إبقاء النوافذ والأبواب مغلقة، والاحتفاظ بحقائب اليد والأشياء الثمينة داخل السيّارة يجب وضعها في أماكن بعيدة عن الرؤية المباشرة تحت الزجاج، ويجب قفل الأبواب الخاصّة بك في جميع الأوقات. لا تترك سيّارتك في الأماكن غير المراقبة كالحدائق العامّة. ضع سيّارتك في مواقف السيارات الآمنة، وخاصّة أثناء الليل. عند سيطرة السيّارة كن منتبهاً لطروف الطريق، ولا تتوقّف في الطّرق كاستجابة لإشارة الغرباء، وتجنّب القيادة أثناء أو مباشرة أي عاصفة شديدة. يجب أن تكون حريصاً على الانتباه للطريق وتجنّب السياقة أثناء الضباب أو عند ضعف الرؤية، خاصّة في فصل الشتاء. مع مشاهدة الأخبار المحلية وتتبع النصائح والتحذيرات الصادرة عن السلطات المحلية.

### 4- نصائح عند استعمال وسائل النقل العام

استخدم خدمات سيّارات الأجرة المعتمدة فقط التي يتم تركيبها مع عداد التاكسي والنيون على السطح، وتأكد من تشغيل العداد عندما ينطلق التاكسي من محطة لاصطحابك قبل الوصول إلى وجهتك. في القطارات والحافلات العمومية، لا تستهلك ما يعرض عليك من المواد الغذائية كالمشروبات لاحتمال احتوائها على مخدرات ومنومات تفقدك الوعي، وهي حيلة من حيل المجرمين، قد تجعل نفسك عرضة للسرقة أو الاعتداء. يزيد عدد الوثائق وجوازات السفر المفقودة أو المسروقة خلال السفر والسياحة. لذا يجب الحذر.. كإجراء احترازي، خذ معك عند التجول صورة أو نسخ من جواز السفر الخاص بك بدلاً من الأصلي. وتأكد من أن تحتفظ بممتلكاتك الشخصية وجوازات السفر ووثائق السفر الأخرى في أماكن آمنة في جميع الأوقات.

### 5- نصائح هامّة عند تناول الطعام

تجنّب شرب المياه المكشوفة، وكن حذراً عند تناول الأسماك والمحار في المطاعم لسهولة فسادها، وتأكد من طهي جميع أنواع اللحوم جيّداً، وتجنّب تناول أي طعام تم إعداده قبل ساعات طويلة. لا تناول الطعام أو المشروبات في الأماكن العشوائية غير المتوفّرة على شروط الصحّة والنظافة. حذر من الوجبات الخفيفة والمشروبات أو العلكة أو السجائر التي يقدمها لك الغرباء، يمكن أن تحتوي على المخدرات تفقدك الوعي الأمر الذي يمكن أن يضعك في دائرة الخطر كضحية لسرقة أو لاعتداء الجنسي. وقد وقعت فعلاً هذه الأنواع من الحوادث في المدن الصغيرة بالعديد من الدول التي يرتادها السيّاح. تجنّب تناول الأغذية المعلّبة المعروضة للبيع تحت أشعة الشمس، وكن حذراً عند اختيار المطاعم بحيث تستجيب لكلّ شروط النظافة والصحّة.

### 6- نصائح هامّة عند استعمال الصرّاف الآلي

الجرائم الاحتيالية الإلكترونية أصبحت شائعة بشكل متزايد خصوصاً عند استعمال أجهزة الصرّاف الآلي، تأكد من عدم وجود أجهزة غريبة مثبتة مصممة لالتقاط المعلومات المصرفية المسجّلة على الشريط المغناطيسي للبطاقة الخاصّة بك. وقد يتم حفظ PIN بواسطة كاميرا صغيرة ثابتة فوق لوحة المفاتيح. المعلومات المصرفية للصحبة، ثمّ يتم بيعها أو تداولها على الإنترنت. لمنع هذا النوع من الاحتيال، استعمل أجهزة الصرّاف الموجودة في المناطق المضاءة جيّداً أو داخل البنك أو الأعمال التجارية، وغطّي لوحة المفاتيح بيد واحدة بينما تدخل PIN الخاص بك، وتجنّب قراءة البطاقات بظهور غير عادي،

وراقب أي معاملات غير مُصرَّح بها على كشف حسابك.

## 7- نصائح للحذر من حوادث السير

الكثير من المدن والشوارع غالباً ما تكون ضيّقة، وتعيش الازدحام. كن حذراً من سائقي الدراجات النارية وغيرها من المركبات التي تسير بشكل خطير. في كثير من الحالات، تكون شرائط رسمت على الممرات على الطريق خاصّة بالراجلين رغم ذلك كن حذراً عند المرور عليها. بالإضافة إلى ذلك عند إشارات المرور غالباً ما يتم تجاهلها. بالإضافة إلى السرعة الزائدة التي تكون السبب في الحوادث العديدة على الطُّرق السريعة والطُّرق الريفية. فكن حذراً أثناء السير في كلِّ الأماكن التي ترتادها السيَّارات.