

المركز المرجعي العالمي  
للإسعافات الأولية



# مذكرة توجيهية

# يوم إنعاش القلب العالمي 2025

حول ١٦ أكتوبر/تشرين الأول

بمقدور يدين إنقاذ حياة

#WorldRestartAHeart



## فهرس المحتويات:

- 1 ..... لماذا نخصص يومًا عالميًا لإنعاش القلب؟
- 1 ..... ما هي أهداف وألويات اليوم العالمي لإنعاش القلب؟
- 2 ..... الإنعاش القلبي الرئوي – هل يمكن ليدئف فقط أن تنقذ حياة؟
- 3 ..... ما هي الموارد المتاحة للجمعيات الوطنية؟
- 4 ..... نصائح واقتراحات للأنشطة:
- 6 ..... كيف تستعد لليوم العالمي لإنعاش القلب؟
- 7 ..... ما العلاقة مع مجالس الإنعاش؟



(الصليب الأحمر الفيتنامي)



(الهلال الأحمر القطري)



(الهلال الأحمر التركي)



(الصليب الأحمر المولدوفي)

## لماذا نخصص يومًا عالميًا لإنعاش القلب؟

بدأت مبادرة "اليوم الأوروبي للإنعاش" عام 2013 بمبادرة من مجلس الإنعاش الأوروبي، وبدعم من البرلمان الأوروبي. وفي عام 2018، قامت لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش بتوسيع هذه المبادرة من خلال إطلاق اليوم العالمي لإنعاش القلب، والذي يهدف إلى تعزيز الوعي بأهمية تعلّم إنعاش القلب والرئتين. تقام هذه الفعالية في 16 أكتوبر من كل سنة، وهي تسعى لإظهار أن تعلّم إنعاش القلب والرئتين متاح للجميع، ويمكنه أن ينقذ الأرواح.

تُعدّ السكتة القلبية من أبرز تحديات الصحة العامة العالمية، حيث تُشكل ما بين 15% و20% من الوفيات حول العالم. في أوروبا والولايات المتحدة وحدهما، يتخطى عدد الوفيات الناتجة عن السكتة القلبية 700,000 سنويًا، رغم تدخل فرق الطوارئ<sup>1</sup>. وفي أكثر من نصف هذه الحالات، يكون هناك شخص حاضر وقت حدوث السكتة. مما يؤكد على أهمية تدريب المواطنين على تقنيات إنعاش القلب والرئتين، لما له من أثر كبير في مضاعفة فرص النجاة مرتين أو حتى أربع مرات. وتشير التقديرات إلى إمكانية إنقاذ ما يصل إلى 200,000 شخص سنويًا بفضل تدخلات إنعاش القلب والرئتين التي يُجريها شخص على الفور<sup>2</sup>.

منذ 163 عامًا، يُعدّ الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر أكبر شبكة عالمية للمسعفين والمدرّبين على الإسعافات الأولية. تقوم جمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر الوطنية كل عام بتدريب ملايين الأشخاص حول العالم على الإسعافات الأولية، حيث يُشكل إنعاش القلب والرئتين أحد الركائز الأساسية لهذه التدريبات. كما يلتزم الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، من خلال المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية، بتقديم تدريبات عالية الجودة تستند إلى أدلة ثبوتية وممارسات علمية.

ويُعدّ التعاون مع لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش عنصرًا أساسيًا في نجاح هذا الحدث العالمي. وبالإضافة إلى ذلك، يقدم مجلس الإنعاش الأوروبي دعمًا فاعلاً ليوم إنعاش القلب العالمي، من خلال إتاحة الدورات التدريبية للجميع، وتنظيم الفعاليات، ونشر التوصيات، وتنسيق الشبكة الأوروبية.

تهدف هذه المذكرة الإرشادية إلى تقديم اليوم العالمي لإنعاش القلب 2025، وعرض الأدوات التي قام بها المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية بتطويرها لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر الوطنية، بالتعاون مع لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش، إلى جانب تقديم إرشادات عملية بخصوص تنظيم هذه الفعالية. والجمعيات الوطنية مُطالبَة أيضًا بالتواصل مع مجالس الإنعاش الوطنية أو الإقليمية ومع شركاء آخرين فاعلين في هذا المجال.

## ما هي أهداف وأولويات اليوم العالمي لإنعاش القلب؟

من المهم إدراك أن كل دقيقة تمرّ دون تقديم المساعدة، تقلل من فرص نجاة المصاب بالسكتة القلبية بنسبة 10%. إن غير أن تقديم الإسعافات الأولية من قبل شخص متواجد في موقع الحادث يمكن أن يحسّن فرص النجاة بشكل كبير. إن الهدف الرئيسي من هذا اليوم هو رفع معدلات القيام بالإنعاش القلبي الرئوي من قبل غير المحترفين، والتي تتفاوت حاليًا ما بين 5% و80% بحسب الدولة. ولو تمكنت جميع الدول من الوصول إلى معدلات أعلى، لكان بالإمكان إنقاذ مئات الآلاف من الأرواح سنويًا.

<sup>1</sup> [https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH\\_RESUS\\_201805.pdf](https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH_RESUS_201805.pdf)

<sup>2</sup> <https://ilcor.org/wrah>

فيما يلي أبرز أهداف اليوم العالمي لإنعاش القلب:

### ← تيسير تعلم إنعاش القلب والرئتين لشرائح واسعة من الجمهور

▪ إدراج تعليم إنعاش القلب والرئتين منذ سن مبكرة والاستمرار به مدى الحياة. هذا النهج المستمر يساهم في إكتساب تدريجي للمهارات، ويُعزز جاهزية التدخل في مختلف المواقف.

### ▪ الجمع بين التدريب العملي والتعليم الرقمي:

• **التدريب الحضوري:** مثل تدليك القلب، واستخدام مزيل الرجفان الخارجي الآلي باستعمال دمي تدريب إن أمكن.

• **التعليم الإلكتروني:** عبر وحدات تفاعلية، وفيديوهات تعليمية، وموارد رقمية أخرى تساعد على التعلّم الذاتي عن بُعد.

إن التعلّم المستمر لا يعزز فقط الثقة بالنفس، وإنما يمنح أيضًا القدرة على التصرف بهدوء، دون الخوف من ارتكاب أخطاء.

### ← التشجيع على إكتساب مهارات إنعاش القلب والرئتين والإسعافات الأولية

▪ تهدف الدورات القصيرة التي تُنظم خلال اليوم العالمي لإنعاش القلب إلى تشجيع المشاركين على متابعة تدريبهم، من خلال الالتحاق بدورات كاملة ي تقدمها الجمعيات الوطنية. وقد تكون هذه التجربة الأولى مدخلًا لتحفيزهم على تعميق معرفتهم، أو حتى ليصبحوا مدربين.

### ← الدعوة إلى اعتماد تدريب مستمر مدى الحياة

▪ استهداف المجتمعات، وخاصة المدارس: يُعدّ برنامج "الأطفال ينقذون الأرواح" من المحاور الأساسية في هذا اليوم العالمي لإنعاش القلب، والذي يشجع على تعليم إنعاش القلب والرئتين منذ الصغر. وقد أوصت منظمة الصحة العالمية بهذا البرنامج منذ عام 2015، وأثبتت فعاليته، إذ يُمكن للأطفال المتدربين أن ينقلوا ما تعلموه لمن حولهم، وهذا أمر بالغ الأهمية نظرًا لأن أكثر من 60% من حالات السكتة القلبية تحدث في المنزل.

▪ رفع وعي الجمهور بأهمية الوقاية من السكتة القلبية: إن نشر المعلومات، والتوعية، والتثقيف على تقنيات إنقاذ الحياة تمثل عناصر أساسية لإحداث تأثير عالمي.

## الإنعاش القلبي الرئوي – هل يمكن ليدَيْن فقط أن تنقذا حياة؟

شهد اليوم العالمي لإنعاش القلب تطورًا ملحوظًا منذ انطلاقه. فبعد أن كان يومًا رمزيًا، يُحتفى به بشكل محدود في عدد من الدول، أصبح اليوم مبادرة عالمية مستمرة على مدار السنة، يشارك فيها الملايين من الناس في كل القارات.

## ← رسالة بسيطة وعالمية

بعد عامين من إطلاقه، يبقى شعار "يَدان يمكنهما إنقاذ حياة" في صميم حملتنا. إنه يعكس الفكرة الأساسية بأنه يمكننا جميعًا أن نصبح حلقة أساسية في سلسلة النجاة، باستخدام حركات بسيطة ومتاحة.

## ← حملات محلية تعكس تنوع العالم

إن الجمعيات الوطنية للصليب الأحمر والهلال الأحمر مطالبة بتكييف هذه الرسالة العالمية بما يتناسب مع السياق المحلي، لتعزيز تأثير هذا اليوم في نسخته لعام 2025، من خلال:

- ◆ تطوير شعار محلي يُعبّر عن ثقافة المجتمع ولغته؛
- ◆ مراعاة الاحتياجات والتحديات الخاصة بكل مجتمع.

يُتيح هذا النهج لكل منطقة أن تتبني الحملة بشكل فعال، وتساهم في ذات الوقت في الجهد العالمي لتحسين معدلات النجاة في حالات د+حذوث السكتة القلبية خارج المستشفيات.

تدريب المواطنين على التدخل في حالات السكتة القلبية يعني تمكينهم من اتخاذ إجراء فوري، دون خوف وبثقة. ولذلك، ندعو هذا العام مجددًا المدربين، والمتطوعين، والمؤسسات، والشركاء، إلى جعل اليوم العالمي لإنعاش القلب لعام 2025 لحظة التزام جماعي ونقل المعرفة المنقذة للحياة.

**لأن يَدَيْن فقط يمكن أن تنقذا حياة، انضموا إلى حملة اليوم العالمي لإنعاش القلب لعام 2025. تعلّموا، تحرّكوا، وشاركوا.**

## ما هي الموارد المتاحة للجمعيات الوطنية؟

قام المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية بإعداد حزمة أدوات خاصة بمناسبة اليوم العالمي لإنعاش القلب لعام 2025. تتوفر هذه الحزمة عبر منصتنا، مع التركيز على إنعاش القلب والرئتين. ويمكن للجمعيات الوطنية استخدامها في تنظيم فعالياتها الحضرية الخاصة بهذا اليوم، أو في حملتها الرقمية.

**وتتضمن الحزمة الأدوات الخاصة باليوم العالمي لإنعاش القلب لعام 2025 ما يلي:**

- ← مذكرة إرشادية حول يوم إنعاش القلب لعام 2025
- ← اللافتة الرسمية للفعالية لعام 2025
- ← فيديو بعنوان: "إنعاش القلب: لنكسر المفاهيم الخاطئة، وننقذ الأرواح"
- ← لعبة الإوزة: "السباق نحو التصرفات الصحيحة"
- ← لعبة العجلة: "عجلة إنعاش القلب والرئتين"
- ← ورقة نشاط للأطفال الصغار: "أبطال في الميدان: حدد الأدوات اللازمة للإنعاش الناجح"
- ← رسم بياني بعنوان: "فهم إنعاش القلب والرئتين من خلال الأرقام"
- ← التطبيق العالمي للإسعافات الأولية IFRC First Aid

**الشعار: "يَدان يمكن أن تنقذا حياة"**

بالإضافة إلى ذلك، يدعوكم المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية للعثور على الأدوات التي تم تطويرها في النسخ السابقة من هذا الحدث عبر [موقعنا الإلكتروني](#). وهي متوفرة باللغات الفرنسية، والإنجليزية، والعربية، والإسبانية. لا تترددوا في إلقاء نظرة واستخدامها.

إن مبادرة اليوم العالمي لإنعاش القلب، بإشراف لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش، مفتوحة لجميع مجالس الإنعاش الوطنية، التي يمكنها تكييف أنشطتها وفقاً للسياق المحلي. وتقدم لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش الدعم عبر مجموعات إعلامية، ووثائق نموذجية للمدارس، وأمثلة على أفضل الممارسات، [يمكن الاطلاع عليها هنا](#).

## نصائح واقتراحات للأنشطة:

### ← تمثيل أدوار في إنعاش القلب والرئتين والإبلاغ

نقترح تنظيم نشاط تمثيل أدوار مبني على تقنيات إنقاذ الحياة، وبشكل خاص إنعاش القلب والرئتين. يهدف هذا النشاط إلى خلق فرصة تعليمية ممتعة، تشجع على تبادل المعرفة، وتعزز وعي المشاركين بردود الفعل الصحيحة في حالة الطوارئ القلبية.

يعتمد هذا النشاط على قصتين مصورتين أنتجهما المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية:

#### ← [الأولى حول إنعاش القلب والرئتين](#)

#### ← [والثانية حول إبلاغ خدمات الطوارئ](#)

المبدأ بسيط: يختار كل مشارك شخصية من إحدى القصتين، ثم يقوم بأداء الدور، مع تكييف الحوارات والمواقف حسب الحاجة. هذا التمرين يُساعد الأفراد على تخيل أنفسهم في موقع المسعف أو المسعفة، وفهم أهمية إجراءات إنعاش القلب والرئتين.

كلتا القصتين متوفرتان باللغات الإنجليزية، والفرنسية، والإسبانية، والعربية.

لا تتردد من طباعة عدة نسخ منها ليأخذها المشاركون معهم لقراءتها، ومراجعتها، ومواصلة تعلّم تقنيات إنقاذ الحياة حتى بعد انتهاء النشاط.

للقيام بهذا النشاط، كل ما عليك فعله هو:

← توفير عدة نسخ مطبوعة من القصتين

← تخصيص مساحة كافية للمشاركين للحركة والتفاعل

← وجود مشرف يُوجه اللعبة ويُشجع على المشاركة

هذا النشاط مناسب لجميع الأعمار، ولا يتطلب أي معرفة مسبقة بالإسعافات الأولية.

### ← مسابقة "ارسم لي بطلاً"

نقوم بتنظيم مسابقة رسم للأطفال تحت عنوان إنعاش القلب والرئتين. الهدف هو تعزيز وعيهم بتقنيات إنقاذ الحياة، مع إتاحة المجال لتنمية إبداعاتهم. نطلب من الأطفال رسم بطل أو بطلة وهم يؤدون عملية إنقاذ حياة (قد يكون هذا الشخص أحد الوالدين، زميلاً في المدرسة، مسعفاً حقيقياً، أو شخصية من خيالهم).

المستلزمات:

- ← أقلام تلوين أو ألوان خشبية/شمعية
- ← أوراق للرسم

ويمكن أيضًا تحويل هذه المسابقة إلى نشاط تلوين تعليمي ممتع حول خطوات إنعاش القلب والرئتين، مما يُساعد الأطفال على حفظ الترتيب الصحيح لإجراءات إنعاش القلب والرئتين، ويعزز ثقتهم وكيفية مواجهة المواقف الطارئة. [نشاط التلوين متاح عبر هذا الرابط.](#)

**لا تترددوا في إرسال صور رسومات الأطفال وتلوينهم!** وسيتم عرض مجموعة مختارة منها عبر قنواتنا الإعلامية تقديرًا لمشاركتهم.

### ← دورات قصيرة في الإسعافات الأولية

تُعدّ الدورات التدريبية القصيرة في الإسعافات الأولية من أبرز الأنشطة المقترحة في اليوم العالمي للإنعاش القلبي. ونشجّع مدربي الإسعافات الأولية على تدريب أكبر عدد ممكن من الأفراد، بصفة دورية، عن طريق دورات قصيرة باستخدام أساليب تعليمية متنوعة (التمرّن على دمي التدريب، المحاكاة، السيناريوهات الواقعية، دراسات الحالة، تمثيل الأدوار، استخدام فلتر "[Snapchat CPR Filter](#)" على تطبيق سناب شات). وفي حال كانت القوانين المحلية والموارد تتيح بذلك، يمكن أيضًا إدماج تعليم استخدام جهاز إزالة الرجفان المبكر (AED). كما ننصح بتوزيع منشورات تحتوي على معلومات عن تقنيات إنعاش القلب والرئتين في نهاية كل دورة، بهدف تشجيع المشاركين على تحديث معلوماتهم في إطار التعلم المستمر، ودعوتهم للإلتحاق بدورات شاملة بالإسعافات الأولية.. يمكن العثور على منشورات السنوات السابقة في [صفحة الخدمات على موقعنا الإلكتروني](#). ولمزيد من التفاصيل حول تنظيم الدورات القصيرة، يُرجى الرجوع إلى [توجيهات الاتحاد الدولي للصليب الأحمر والهلال الأحمر على الموقع الإلكتروني للمركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية](#).

### ← نصائح عملية لتنظيم هذه الأنشطة

الموقع العام: يجب تلبية الشروط التالية عند اختيار مكان الفعالية:

- ◆ الخدمات: توفر المياه والكهرباء، مع إنترنت/ واي فاي إن أمكن.
- ◆ الوضوح: يجب أن يكون الموقع في منطقة سهلة الوصول (بما في ذلك الأشخاص ذوي الحركة المحدودة)، جاذبة للجموع (ساحات السوق، الشوارع المخصصة للمشاة أو للمحلات التجارية، المواقع السياحية، إلخ..).
- ◆ الطقس: إذا كان النشاط في مكان مفتوح، تأكد من وجود مظلات في حالة سقوط الأمطار أو ارتفاع درجات الحرارة.
- ◆ مواقف السيارات: توفير مساحة مخصّصة لوقوف السيارات إن أمكن.
- ◆ السلامة: التنسيق مع البلدية أو الجهات المحلية لضمان تطبيق إجراءات السلامة، وللحصول على التصاريح المطلوبة.

يبقى المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية في خدمتك لتقديم أي نصائح إضافية أو في حال كنت تود مشاركة أدواتك المتعلقة باليوم العالمي لإنعاش القلب. ونحن نرحب دائمًا بأي تعليقات، أو ملاحظات أو مقترحات تُساهم في تحسين آدائنا.

## كيف تستعد لليوم العالمي لإنعاش القلب؟

### ← تجهيز الفريق

- ◆ تعيين منسق محلي يتولى مسؤولية التنسيق العام للفعالية والمتابعة.
- ◆ إشراك فريق من المتطوعين والموظفين، بدءًا من مرحلة التخطيط والتحضير، وصولًا إلى يوم الفعالية، مع التركيز على أولئك المؤهلين لتقديم الدورات القصيرة في الإسعافات الأولية.
- ◆ تحديد نقاط اتصال لكل مجال: التواصل، اختيار المتطوعين وإدارتهم، التدريب، إعداد الأدوات التعليمية، الخدمات اللوجستية، إلخ.

### ← التنظيم المسبق

البدء بالتحضيرات قبل موعد الفعالية بعدة أسابيع، من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

- ◆ ما الأنشطة التي ترغب في تنظيمها؟
- ◆ أين ستقام هذه الأنشطة؟
- ◆ ما الأدوات أو الوسائل التي سيتم استخدامها؟
- ◆ هل هذه الأنشطة، وأماكنها، وأدواتها متاحة للجميع؟ وإن لم تكن كذلك، فكيف يمكن تكييفها؟

### ← تعزيز التنوع والإدماج

- ◆ تشجيع الأفكار الجديدة: اطلب مقترحات من أشخاص من خلفيات متنوعة، وادمج أفكارهم في تصميم الأنشطة والمواد.
- ◆ الوعي بالاختلافات الثقافية والاجتماعية: قد يشعر بعض الأفراد بعدم الراحة أو يواجهون صعوبات في تطبيق الإسعافات الأولية بسبب اختلافات ثقافية. ويمكن اعتبار ذلك فرصة لتكييف التدريب ليكون أكثر شمولية، وسهل الوصول، وفي ذات الوقت فرصة لإثراء التجربة الجماعية.
- ◆ اختيار مواقع يسهل الوصول إليها لجميع الفئات.
- ◆ تنظيم الأنشطة بشكل ثنائي لتعزيز التعلم المتبادل ودعم المشاركة.

إن تعبئة عدد كبير من المتطوعين والتنسيق الجيد بين أعضاء الفريق هما مفاتيح نجاح فعاليات اليوم العالمي لإنعاش القلب.

### ← متى يُنظَّم الحدث؟

- ◆ رغم أن التاريخ الرسمي هو 16 أكتوبر، يمكن تنظيم الفعالية في موعد قريب منه أو بعده، مثل عطلة نهاية الأسبوع أو في وقت يناسب الفئات المستهدفة.
- ◆ يُنصح باختيار موقع يتماشى مع العادات المحلية، مثل:
  - مدرسة، خلال يوم غير دراسي
  - مركز تجاري في عطلة نهاية الأسبوع
  - أو أثناء مهرجان محلي، إذا كان ذلك مناسبًا

### ← ضمان وضوح وسهولة وصول رسالتك

- ◆ استخدم لغة بسيطة يفهما الجميع. تجنّب المصطلحات أو الاختصارات التقنية أو غير المألوفة.
- ◆ إذا أمكن، صمّم الأنشطة بما يتناسب مع احتياجات المشاركين، ليتمكن الجميع من المشاركة بفعالية.
- ◆ استغلّ هذه الفعالية كفرصة لدعوة المشاركين إلى الانضمام في العمل التطوعي ضمن جمعيتك الوطنية.

### ← التغطية الإعلامية

يعتمد نجاح اليوم العالمي لإنعاش القلب بشكل كبير على عدد الأشخاص الذين تم تدريبهم على إنعاش القلب والرئتين - تعلم تقنية الضغط على الصدر على أدنى تقدير - وحجم التغطية الإعلامية، خاصة عبر وسائل التواصل الاجتماعي. تسمح هذه المؤشرات بتقييم الأثر العام للفعالية، وتحديد أفضل الممارسات التي يمكن تكرارها و تكيفها في النسخ المستقبلية. لذا من الضروري أن تحظى الفعالية بتغطية واسعة (الإعلام، وسائل التواصل الاجتماعي، إلخ.) بهدف زيادة عدد الأشخاص الواعين و المدربين على إنعاش القلب والرئتين. ويُنصح باستخدام الوسم المخصص للفعالية **#WorldRestartAHeart** على جميع المنصات الرقمية.

كذلك، من المهم أن يقوم المدربين ومنسقي التدريب بجمع بيانات دقيقة حول أثر الفعالية، وعدد الأشخاص الذين تم توعيتهم، سواء كانوا من المشاركين المباشرين أو ممن تم الوصول إليهم عبر وسائل التواصل الاجتماعي. ومن المستحسن إحصاء عدد المتطوعين الذين شاركوا في الإشراف، وتحديد أدوات المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية التي تم استخدامها يوم الفعالية. ستكون هذه المعلومات ضرورية لملء نموذج التقييم الذي سيرسله المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية بعد انتهاء الفعالية. ويُعدّ ملء هذا النموذج أداة أساسية لنا لتوثيق الأثر العالمي لهذا اليوم، ولتسليط الضوء على أفضل الممارسات والخبرات التي نفذتها الجمعيات الوطنية للصليب الأحمر والهلال الأحمر.

تأكد من توفر الرسائل الإعلامية التي تُنشر بعد الحدث للجميع، ولا تتردد من إرسال صور الفعالية إلى المشاركين.

تُشجّع الجمعيات الوطنية أيضًا على التواصل مع وسائل الإعلام المحلية والوطنية (الصحف، القنوات التلفزيونية، المواقع الإلكترونية، الإذاعات) من أجل تغطية الحدث وتسليط الضوء على الشراكة بين مجتمع البحث العلمي (بالشراكة مع لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش) والمنظمة الإنسانية الأكبر في العالم؛ ألا وهي الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر.

تُدار الحملات الإعلامية العالمية بشكل رئيسي من قبل لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش، ويتم الترويج لها في أوروبا من خلال مجلس الإنعاش الأوروبي. كما يُشار إلى الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر والجمعيات الوطنية والاتحاد الدولي كشركاء رسميين في صفحات الحدث الرسمية.

### ما العلاقة مع مجالس الإنعاش؟

يمكن العثور على قائمة مجالس الإنعاش الإقليمية من خلال [موقع لجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش](#). ويُنصح بأن تتواصل الجمعيات الوطنية مع هذه المجالس، أو مع مجلس الإنعاش الوطني الخاص بها، لتنظيم فعاليات مشتركة وزيادة أثر أنشطتها. كما يمكن لمجالس الإنعاش أن تبادر بالتواصل مع فروع الصليب الأحمر و الهلال الأحمر، بهدف إشراكها في فعاليتها الرسمية. وفي البلدان التي لا توجد فيها مجالس إنعاش وطنية، يبقى بإمكان الجمعيات الوطنية للصليب الأحمر أو الهلال الأحمر تنظيم هذا الحدث والترويج للفكرة.

يُمكنك العثور على شبكات World Restart A Heart للتواصل الاجتماعي التابعة للجنة الاتصال الدولية بشأن الإنعاش عبر الروابط التالية:

- إنستغرام: @worldrestartaheart
- فيسبوك: World Restart a Heart
- تويتر: @World\_RAH
- لينكد إن: World Restart a Heart



للتذكير، يقوم المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية بجمع البيانات المتعلقة باليوم العالمي لإنعاش القلب من خلال استبيان مشابه لذلك المستخدم في اليوم العالمي للإسعافات الأولية، والذي يُرسل إلى الجمعيات الوطنية.

يبقى المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية في خدمتك لتقديم أي نصائح إضافية أو في حال كنت تود مشاركة أدواتك المتعلقة باليوم العالمي لإنعاش القلب. ونحن نرحب دائماً بأي تعليقات، أو ملاحظات أو مقترحات تُسهم في تحسين آدائنا.

إذا كانت لديك أي أسئلة أو تعليقات، فلا تتردد في التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني التالي: [first.aid@ifrc.org](mailto:first.aid@ifrc.org)

---

المركز المرجعي العالمي للإسعافات الأولية  
الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر  
الصليب الأحمر الفرنسي  
العنوان: 21 شارع دو لا فان – 92120 مونتروج، فرنسا  
الهاتف: +33(0)1 44 43 14 46  
البريد الإلكتروني: [first.aid@ifrc.org](mailto:first.aid@ifrc.org)



<http://www.globalfirstaidcentre.org>