

خطة الطوارئ العائلية

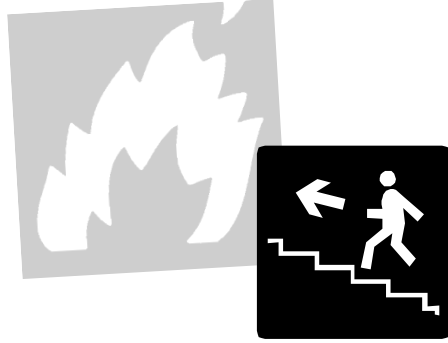


حدثت الحلات الطارئة في أي وقت، وغالباً دون سابق إنذار. وبعضها يجبر الأسر على إخلاء منازلها؛ بينما يستلزم بعضها الآخر إخلاء الجوار كاملاً. ويقضي بعضها الآخر لزوم الأسر لمنازلها لأيام، ولا تحدث الحلات الطارئة دائماً في المساء وأفراد الأسرة في المنزل. بل قد تحدث وأنت في العمل والأولاد في المدرسة. فإن اضطررت لإخلاء منزلك أو إذا ما انقطعت الخدمات الأساسية كالماء، أو الغاز، أو الكهرباء أو الهواتف. فهل تعلم أنت أو أسرتك ما ينبغي القيام به؟

وأفضل ما يجعل الأسر تستعد للتعامل مع الحلات الطارئة هو القيام مسبقاً بتجهيز خطط للطوارئ. ويحتاج كل شخص إلى خطة للعمل. والمدرسة والمنزل فمعرفة ما ينبغي القيام به يشكل حماية لكم على أحسن وجه ويعد مسؤولية هامة

ضع خطة للطوارئ

- ابحث في أنواع الحلات الطارئة الأرجح حدوثاً في منطقتكم. فكر في ما تقوم به في كل حالة.
- حدد أفضل سبل النجاة من منزلك، أو جد مخرجين من كل غرفة.
- تعرف على صافرات الإنذار في مجتمعك: ما هي الأصوات التي تطلقها وما عليك القيام به لدى سماعها.
- اختر مكاني لقاء:
 ١. خارج منزلك مباشرة إذا ما طرأ حادث ما. كحريق.
 ٢. خارج الجوار في حال عدم تمكنك من العودة إلى المنزل.
- يجب أن يعلم الجميع عناوين الشخص الذي تتصلون به في حالة الطوارئ وأرقامه الهاتفية.
- اطلب من قريب أو صديق لك خارج الولاية أن يكون "الشخص الذي تتصل به عائلتك".
- بعد أن تحدث كارثة كبرى، يصبح الاتصال بمسافات بعيدة أكثر سهولة غالباً، وعلى أفراد الأسرة الاتصال بهذا الشخص وإخباره بمكانهم.
- اسأل عن العناية بالحيوانات أثناء الكارثة وبعدها. إذ لا يسمح للحيوانات بالدخول إلى ملاجئ الطوارئ أو إلى بعض الفنادق. اتصل بجمعيات الرفق بالحيوان المحلية للحصول على المزيد من المعلومات، فكر في كيفية العناية بحيواناتك.
- ابحث في أي احتياجات خاصة لأفراد الأسرة فقد يحتاج المسنون والعاجزون مساعدة إضافية في المغادرة أو ربما يعوزون احتياجات خاصة ما إن يدخلوا الملجأ.
- ابحث في خطط الطوارئ في مكان عملك. ومدرسة أولادك أو مركز الرعاية اليومي والأماكن الأخرى حيث تقضي عائلتك الوقت، تأكد من اطلاع جميع أفراد الأسرة على الخطط المختلفة.



عند وقوع الكارثة

احتفظ بهدوئك وقل بالصبر

- تذكر أن ...
 - خصص حركة حيواناتك أو تؤمن حمايتها.
 - اتصل بالشخص الذي تتصل به الأسرة. لا تستخدم الهاتف ثانية ما لم تطراً حالة تهدد الحياة.
 - تحقق من جيرانك، سيما أولئك الذين يعيشون بمفردهم، أو المسنين أو العاجزين.
 - ابق بعيداً عن أسلاك الطاقة المتدلية.

- نفذ خطة الطوارئ.
- تحقق من الإصابات. قم بالإسعافات الأولية ولا تتصل بالرقم ٩١١ إلا في الحلات المهددة للحياة.
- اتبع نصيحة موظفي الطوارئ المحليين.
- استمع إلى الراديو أو التلفاز للحصول على آخر الأخبار والتعليمات.
- غادر المنزل. إن طلب القيام بذلك، ارتد ملابس واقية وأحذية متينة.

تحقق من وجود الأضرار في منزلك

- استخدم المصابيح التي تعمل بالبطارية. لا تشعل النشاب أو الشموع.
- لا تشعل الأزرار الكهربائية إلى أن تستبعد الضرر.
- أغلق أي مرافق متضررة أخرى.
- تحقق من الحريق. مخاطر الحريق والمخاطر المنزلية الأخرى. خرى رائحة الغاز. بدءاً من مسخن الماء، إذا شممت، أو سمعت، أو رأيت غازاً، أو شككت بتسرب غاز، أفضل صمام الغاز الرئيسي.
- افتح النوافذ وأخرج الجميع خارجاً بسرعة.
- نظف الأدوية، والمبيضات، والبنززين والسوائل القابل للاشتعال المسكوبة حالاً.

يريد الصليب الأحمر الأمريكي ومديرية الخدمات الصحية في مدينة و ضواحي لوس أنجلوس من الأفراد والأسر أن يستعدوا لجميع أنواع الطوارئ. إننا نؤمن أن الاستعداد للطوارئ ينقذ حياتكم ونحث الجميع على اتخاذ أكبر قدر ممكن من الخطوات الواردة في هذا الكتيب للمساعدة على ضمان سلامتكم.



للحصول على المزيد من المعلومات حول الاستعداد للطوارئ، زوروا موقع www.redcrossLA.org أو www.labt.org أو www.lapublichealth.org

This publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

خطة الطوارئ العائلية



ماذا تفعل لو حلت كارثة ما؟



Arabic



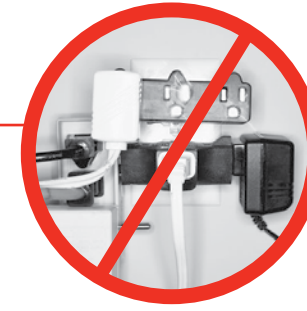
أكمل القائمة التالية

- ضع أرقام الطوارئ (الإطفاء، الشرطة، الإسعاف، الشخص الذي تتصل به الأسرة، إلخ) إلى جانب جميع أجهزة الهاتف.
- علّم أولادك كيف ومتى يطلبون الرقم ٩١١ للمساعدة في حالات الطوارئ.
- أطلع جميع أفراد الأسرة المسؤولين على كيفية إغلاق مفاتيح الماء، والغاز والكهرباء الرئيسية. ومتى يقومون بذلك، احتفظ بالأدوات الضرورية إلى جانب صمامات إقفال الغاز والماء، لا تغلق الغاز إلا إذا رأيت، أو شممت، أو سمعت غازا، وإذا أغلقت الغاز، ستحتاج إلى اختصاصي لفتحه من جديد.
- علم كل فرد من أفراد الأسرة كيفية استخدام جهاز إطفاء الحريق وأرهم أين تحتفظ به.
- ركب أجهزة إنذار ضد الدخان في كل مستوى من منزلك، سيما قرب غرف النوم.
- قم بالبحث عن الأخطار في منزلك.
- جهز مجموعة احتياجات الطوارئ.
- خذ دورة الصليب الأحمر الأمريكي للإسعافات الأولية و الانعاش القلبي و الرؤي.

جرب خطتك وحافظ عليها

جرب خطط الحريق وإخلاء المنزل مرتين في السنة على الأقل.

استبدل الماء والطعام في مجموعة تجهيزات الطوارئ كل ستة أشهر.



- تفحص الحارج الكهربائية، لا تحمل الحارج الكهربائية أكثر مما تحمل.
- ركب أجهزة إنذار ضد الدخان. نظف أجهزة الإنذار ضد الدخان وجربها مرة في الشهر. غير البطاريات مرة على الأقل كل سنة.
- احتفظ بصافرة في كل غرفة نوم لإيقاظ أفراد الأسرة في حالة نشوب حريق.
- اشتر جهاز إطفاء حريق نوع A-B-C.
- احصل على سلم قابل للطي في كل طابق علوي من منزلك.
- فكر في تركيب مرشحات منزلية.

املاً ما يلي، وانسخه ووزعه على جميع أفراد الأسرة

مكان اللقاء في حالة الطوارئ (خارج المنزل):

مكان اللقاء (بعيدا عن الجوار):

رقم الهاتف: _____

العنوان: _____

الشخص الذي تتصل به الأسرة:

رقم الهاتف (أثناء النهار): _____

رقم الهاتف (في المساء): _____



اختبر أجهزة الإنذار ضد الدخان مرة في الشهر وغير البطاريات مرة في السنة.

السلامة من الحريق

مستندات عائلية هامة

احتفظ بهذه السجلات في حاوية مضافة للماء، قابلة للنقل

- الوصايا، بوليصات التأمين، العقود، صكوك العقارات، الأسهم والسندات
- جوازات السفر، بطاقات التأمين الاجتماعي، شهادات التلقيح
- أرقام حسابات البنوك
- أرقام حساب بطاقة الاعتماد والشركات
- جرد بالأشياء الثمينة في المنزل، وأرقام الهواتف الهامة
- سجلات الأسرة (شهادات الميلاد، الزواج، الوفاة)



- حدد مخرجين للنجاة من كل غرفة.
- علم أفراد الأسرة البقاء قريبين من الأرض عند الهروب من الحريق.
- علم أفراد الأسرة عدم فتح الأبواب الساخنة أبداً، فعند حدوث حريق، تحسس أسفل الباب بظهر يدك، فإن كان ساخناً، لا تفتحه، استخدم الطريقة الأخرى للخروج من الغرفة.

في حالة حدوث حريق أو حالة طارئة أخرى، قد يقضي الأمر مغادرة منزلك، أو شقتك، أو منزلك المتنقل لحظة الإخطار بالحالة الطارئة، عليك أن تكون مستعداً للخروج بسرعة.

ضع خطة نجاة برسم مخطط لمكان إقامتك، أشرك إلى مواقع معدات الطوارئ (مجموعة تجهيزات الطوارئ)، أجهزة إطفاء الحريق، أجهزة الإنذار ضد الدخان، السلالم القابلة للطي، علب الإسعافات الأولية وأماكن إغلاق المرافق.

ومن ثم استخدم قلماً ملوناً لرسم خط متقطع يحدد مخططاً لسبيلين للخروج من كل غرفة، حدد مكاناً خارج منزلك ليجتمع فيه أفراد الأسرة.

تمرّن على مغادرة المنزل في حالات الطوارئ مرتين كل سنة على الأقل.

البحث عن المخاطر

في حال حدثت كارثة ما، يمكن أن تسبب المواد الاعتيادية في المنزل الضرر والأذى. فقد يشكل أي شيء يتحرك، أو يسقط أو ينكسر خطراً محتملاً.



- أصلح الأسلاك الكهربائية المعطلة وتوصيلات الغاز التي تقوم بالتسريب.
- ثبت الرفوف بشكل آمن.
- ضع المواد الكبيرة الثقيلة على رفوف منخفضة.
- ثبت بإحكام تديدات النور العلوية.
- أمن سخان الماء، شده بمسامير كبيرة.
- أصلح الصدوع في السقوف أو الأساسات.
- خزن منتجات مكافحة الأعشاب الضارة، ومبيدات الحشرات والمواد القابلة للاشتعال بعيداً عن منابع الحرارة.
- ضع قطع قماش التلميع الزيتية أو النفايات في أوعية معدنية مغطاة.
- نظف وأصلح المداخن وأبوابها، ووصلات الحارج ومخارج الغاز.

لا تعلق اللوحات والمرايا فوق الأسرة.

أرقام هواتف الطوارئ

في حالة الطوارئ التي تهدد الحياة، اطلب الرقم ٩١١ أو رقم خدمات الطوارئ الطبية المحلية

قسم الشرطة:

قسم الإطفاء:

المستشفى:

طبيب الأسرة:
الاسم:

رقم الهاتف: