

مقاطعة سان دييغو

خطة الاستعداد للكوارث الشخصية

مكتب خدمات الطوارئ



تخص خطة الاستعداد للكوارث هذه:

الاسم: _____

العنوان: _____

هاتف المنزل: _____

الهاتف/الهواتف النقالة: _____

البريد الإلكتروني: _____

الحالة/الحالات الطبية: _____

المعدات الطبية: _____

الدواء/الأدوية: _____

الحساسيات: _____

نوع الدم: _____

قسم الإطفاء المحلي: _____

مركز إنفاذ القانون المحلي: _____

طبيب الرعاية الأولية: _____

شركة الكهرباء: _____

هيئة المياه: _____

مكافحة السموم: (800) 222-1222

محطات الإذاعة الرئيسية لنظام التنبيه في حالات الطوارئ بمقاطعة سان دييغو:

KLSB AM 1360 و KOGO AM 600.

تتميز مقاطعة سان دييغو بمناظر طبيعية متنوعة وشواطئ خلابة وطقس رائع. ولكن الكوارث الطبيعية مثل حرائق الغابات والزلازل والفيضانات وأمواج التسونامي وغيرها ليست غريبة على منطقتنا. كما تمثل الكوارث الناجمة عن الأنشطة البشرية مثل انسكاب المواد الخطرة والاضطرابات المدنية والأعمال الإرهابية تهديدًا كبيرًا لمنطقتنا. والأمر في الحقيقة لا يتعلق بما إذا كانت ستحدث كارثة أم لا ولكن، متى ستحدث.

وعلى الرغم من أنه لا يمكننا التنبؤ بتوقيت حدوث الكوارث، إلا أن هناك خطوات يمكننا اتخاذها اليوم للاستعداد لمواجهة الكوارث. اكتشف المخاطر التي قد تواجهها في منزلك أو مدرستك أو عملك. تفضل بزيارة ReadySanDiego.org وانقر فوق "Know Your Hazards" (تعرف على المخاطر التي قد تواجهك). أدخل عنوانك للتعرف على المخاطر التي قد تواجهها.

باعتبارك شخص يعيش أو يعمل في مقاطعة سان دييغو، فإنك تلعب دورًا كبيرًا في الاستعداد لحالات الطوارئ وبناء القدرة على الصمود داخل منزلك ومجتمعك. ونحن نأمل أن يزودك هذا الدليل بالأدوات التي ستحتاجها للبقاء أنت وأحبائك وحيواناتك الأليفة وجيرانك آمنين أثناء حدوث الكوارث، وأن تظلوا متمتعين بالاكتماء الذاتي بعد ذلك. سيساعدك هذا الدليل على الاستعداد على نحو أفضل لحالات الطوارئ أو الكوارث، والاستجابة لها والتعافي منها.

تدرب على هذه الخطة بنفسك أو مع أحبائك مرتين في السنة على الأقل. سيساعدك القيام بذلك على الاستجابة بسرعة أثناء حدوث حالة طوارئ في المستقبل.

هل تعلم أن مجموع أوائل المستجيبين من رجال المطافئ المحليين ورجال إنفاذ القانون والمسعفين الطبيين في مقاطعة سان دييغو يمثلون أقل من 1% فقط من إجمالي تعداد سكاننا؟ لهذا السبب، من الضروري أن يتجهز كل منا بخطة استعداد للكوارث - بحيث يتسنى لأوائل المستجيبين لدينا التركيز على مسائل السلامة الهامة أثناء الاستجابة للكوارث.



ReadySanDiego.org
Prepare. Plan. Stay Informed.



معلومات الاتصال في حالات الطوارئ

حدد أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ، بما في ذلك شخص يعيش خارج المنطقة والذي يمكنك الاتصال به خلال وقوع الكارثة وبعدها. احفظ أرقام الهواتف هذه وانسخها وخذها معك.

أثناء حالات الطوارئ، قد تواجه الخدمات الهاتفية المحلية ضغطاً شديداً. قد تتمكن من الوصول إلى مسؤولي الاتصال المتواجدين خارج المنطقة بسهولة أكبر عبر الهاتف. أرسل رسالة نصية بدلاً من الاتصال حيثما أمكن.

معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ

الاسم: _____

هاتف المنزل: : _____ الهاتف النقال: _____

البريد الإلكتروني: _____ المكان: _____

معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ

الاسم: _____

هاتف المنزل: : _____ الهاتف النقال: _____

البريد الإلكتروني: _____ المكان: _____

معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ

الاسم: _____

هاتف المنزل: : _____ الهاتف النقال: _____

البريد الإلكتروني: _____ المكان: _____

معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ (خارج المنطقة)

الاسم: _____

هاتف المنزل: : _____ الهاتف النقال: _____

البريد الإلكتروني: _____ المكان: _____

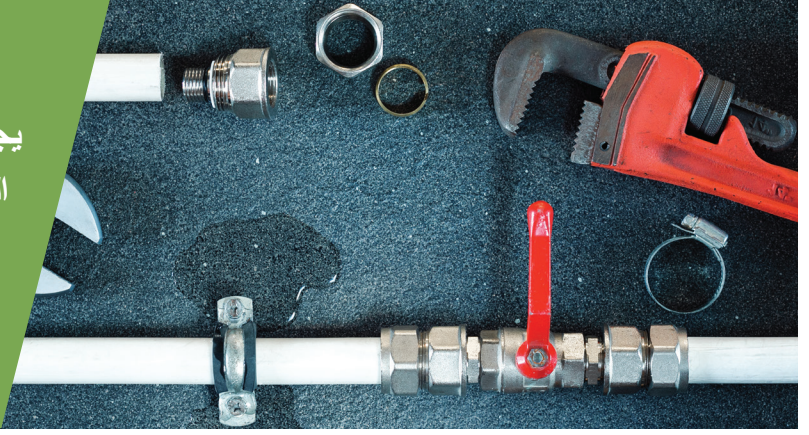
ضع خطة

□ حضر خطة للإخلاء

ارسم مخططاً توضيحياً لمنزلك أدناه. قم بالإشارة بوضوح إلى موقع جميع المخارج الرئيسية، بما في ذلك الأبواب والنوافذ في كل غرفة. حدد مواقع مفاتيح إغلاق المرافق في منزلك وطفاية الحريق ومجموعة (مجموعات) مستلزمات الطوارئ وحقيبة الإسعافات الأولية. اجعل كل فرد في منزلك يدرس هذه الخطة ويصبح ملماً بها.

- ▶ ضع خطة مفصلة خطوة بخطوة للخروج من المنزل في حالات الطوارئ مثل حريق المنزل. ضع خطة مفصلة خطوة بخطوة للخروج من المنزل في حالات الطوارئ مثل حريق المنزل.
- ▶ تأكد من قدرة كل فرد على فتح جميع الأقفال والأبواب والنوافذ. إذا كان لديك قضبان أمان على النوافذ، فتأكد من سهولة فتحها خلال حالات الطوارئ.
- ▶ إذا كنت تعيش في منزل أو مبنى سكني متعدد الطوابق، فحدد طريقة آمنة للوصول إلى الطابق الأرضي مسبقاً. ضع ترتيبات خاصة للأطفال الصغار أو أي أشخاص في منزلك يعانون من إعاقة أو صعوبة في الحركة أو أي احتياجات وظيفية أخرى أو احتياجات خاصة بإمكانية الوصول.

يجب أن يعلم كل شخص موقع
المرافق لديك ومتى وكيف يمكن
إيقاف تشغيلها.



► حدد الأماكن المخصصة لما يلي في منزلك:

- صمام الغاز*: _____
- صمام المياه: _____
- قاطع الدائرة الكهربائية: _____
- التحكم اليدوي لباب الكراج: _____
- الأدوات اللازمة لإيقاف تشغيل المرافق: _____

*إذا شممت رائحة غاز أو سمعت صوت صغير أو اشتبهت في وجود تسريب، فقم بقلب صمام الغاز الرئيسي على الفور باستخدام مفتاح الربط، وافتح النوافذ وغادر المنطقة على الفور. **تجنب تشغيل المصابيح أو الأجهزة أو إشعال الشموع أو أعواد الثقاب. تجنب إغلاق مصدر الغاز إلا إذا اشتبهت في وجود تسريب. لا يمكن استعادة الخدمة إلا عن طريق شركة الغاز.**

قم بتركيب أجهزة كشف الدخان وأول أكسيد الكربون في كل طابق من طوابق منزلك وتأكد من أنها تعمل بصورة صحيحة. اختبرها شهرياً واستبدل البطاريات إذا لزم الأمر. استبدل الوحدات كل 10 سنوات. إذا كنت تعاني من الصمم، فركب أجهزة إنذار هزازة وأجهزة كشف دخان بإشارات مرئية.

حدد مكانين للالتقاء حيث يمكنك أنت وأفراد أسرتك الاجتماع إذا انفصلتم أثناء الكوارث: ويجب أن يكون أحد المكانين خارج منزلك مباشرةً (مثل صندوق بريد الجيران) والآخر خارج الحي (مثل حديقة عامة أو موقف سيارات معروف). يمكنك رسم ذلك أيضاً في الصفحة السابقة لمخططك التوضيحي.

• موقع الالتقاء خارج منزلك:

• موقع الالتقاء خارج منزلك:

موقع الالتقاء خارج منزلك.

_____ 1.

_____ 2.

نصيحة مفيدة: تأكد من إيقاف سيارتك بحيث تتجه إلى طريق الإخلاء (أي مواجهة للشارع في ممر السيارة أو مواجهة لطريق المخرج الرئيسي في الشارع).

□ إذا كان لديك أطفال في سن الدراسة أو إذا كنت طالبًا في الكلية، فتعرّف خطة الطوارئ الخاصة بالمدرسة. تعرّف على سياسة الطوارئ الخاصة بالمدرسة وحدد الشخص الذي سيرافق أطفالك أثناء الكوارث إذا لم تتمكن أنت من ذلك، وحدد طريقة قيامه بذلك. تأكد من معرفة المدرسة بمعلومات الاتصال الحالية الخاصة بك والأشخاص الذين خولتهم لمرافقة طفلك. قم بإرفاق نسخة من خطة الطوارئ الخاصة بالمدرسة في هذا الكتيب.

□ تلقى تدريبًا. تعرف على مهارات إنقاذ الأرواح مثل الإسعافات الأولية والإنعاش القلبي الرئوي (CPR)).

عمليات الإخلاء: ما تحتاج إلى معرفته

هناك مرحلتان من عمليات الإخلاء الصادرة عن جهات إنفاذ القانون أثناء حالات الطوارئ: **تحذيرات الإخلاء وأوامر الإخلاء**. إذا شعرت بعدم الأمان، فقم بالإخلاء مبكرًا. فأنت لا تحتاج إلى انتظار تحذير أو أمر إخلاء من أجل المغادرة!

إذا تلقيت تحذيرًا بالإخلاء، فاستعد أنت وجميع أفراد أسرتك بما في ذلك الحيوانات الأليفة و/أو حيوانات الخدمة لإخلاء المكان. إن تحذير الإخلاء غير مُلزم، ولكن يجب التعامل معه على محمل الجد إذ أنه قد يتحول سريعًا إلى أمر إخلاء. إذا كانت لديك احتياجات طبية أو كنت تعاني من محدودية الحركة، يجب عليك الاستعداد للمغادرة عند إصدار تحذير الإخلاء. كذلك ينبغي أن يبدأ الأشخاص الذين لديهم حيوانات كبيرة مثل الخيول والمواشي في إخلاء المكان.

إذا تلقيت أمرًا بالإخلاء، فغادر منزلك أو شركتك على الفور. إن أمر الإخلاء إلزامي - وهو ينقلك بعيدًا عن الخطر ويجب التعامل معه على محمل الجد.

إن عدم الامتثال لأمر الإخلاء قد يعرّض حياتك وحياة الآخرين للخطر. بمجرد أن تغادر المنطقة، لن تتمكن من العودة إلى أن يُرفع أمر الإخلاء بواسطة جهة إنفاذ القانون.

سواء كنت في المنزل أو في العمل أو في مكان عام، من المهم التفكير في طريقة المغادرة على نحو سريع وآمن في حالات الطوارئ. حدد مكان السلالم ومخارج الطوارئ. انتبه إلى علامات الإخلاء المعروضة في المباني وخدمات النقل والأماكن العامة المزدحمة. إذا احتاج أي فرد في منزلك أو جارك إلى المساعدة لإخلاء المكان، يمكنك العمل معه مسبقًا لوضع خطة إخلاء.



إن عدم الامتثال لأمر الإخلاء قد يعرّض حياتك وحياة الآخرين للخطر.

الاحتواء داخل المبنى

في بعض المواقف التي تتضمن انبعاث مواد كيميائية، والحوادث التي تتضمن البنزين أو الزيت أو المواد الخطرة الأخرى التي يحتمل أن تؤدي إلى أبخرة أو أدخنة سامة، قد يطلب مسؤولو الطوارئ منك البقاء في الداخل. إذا طلب منك الاحتواء داخل المبنى، يجب القيام بما يلي:

- ▶ إحضار أسرتك وحيواناتك الأليفة إلى الداخل على الفور.
- ▶ إقفال الأبواب وإغلاق النوافذ وفتحات التهوية ومخارج الموقد. إيقاف تشغيل مكيفات الهواء وأنظمة التدفئة المركزية ومرآح العادم ومرآح السقف ومجففات الملابس.
- ▶ إذا تلقيت تعليمات بإغلاق الغرفة، فاستخدم الشريط اللاصق والبلاستيك لإغلاق المداخل وفتحات التهوية والمخارج والنوافذ. ويجب تغطية المساحة أسفل الباب باستخدام منشفة مبللة.
- ▶ إذا كان أطفالك في المدرسة، فلا تحضرهم ما لم تتلق تعليمات بذلك.

الإنذار والتحذير

تستخدم وكالات مكافحة الحريق وجهات إنفاذ القانون ومديرو الطوارئ مجموعة متنوعة من الأدوات لتزويدك بمعلومات هامة ومنقذة للحياة أثناء وقوع الكوارث.

إنذار الطوارئ اللاسلكي

يعد نظام الإنذار اللاسلكي لحالات الطوارئ (WEA) أحد الأنظمة الفيدرالية التي تتيح للمسؤولين على الصعيدين المحلي والفيديري وعلى صعيد الولاية إرسال إخطارات تشبه الرسائل النصية بحالات الطوارئ إلى الهواتف النقالة. سيتلقى معظم الأشخاص داخل منطقة الإخطار الرسالة سواء كانوا سكانًا أو زوارًا. وتتضمن الأمثلة الشائعة لرسائل WEA إنذارات طوارئ اختطاف الأطفال (AMBER) أو إنذارات سوء الأحوال الجوية. لا يتعين عليك تسجيل هاتفك أو اتخاذ أي إجراء لتلقي الإنذارات عبر هذا النظام.



Get signed up. Get notified.

نظام AlertSanDiego

AlertSanDiego هو نظام الإخطارات الشامل لحالات الطوارئ الذي يستخدمه أوائل المستجيبين في مقاطعة سان دييغو لإرسال تعليمات الإخلاء ومعلومات الكوارث الأخرى عبر المكالمات والرسائل النصية والبريد الإلكتروني.

إن أرقام هواتف الخطوط الأرضية المسجلة وغير المسجلة متوفرة بالفعل في قاعدة بيانات نظام AlertSanDiego، ولكن أرقام الهواتف النقالة وعناوين البريد الإلكتروني وأرقام الهواتف الإلكترونية الخاصة بروتوكول استخدام الصوت عبر الإنترنت (VoIP) غير مسجلة ويجب تسجيلها. يمكن أيضًا للمقيمين طلب الحصول على معلومات بلغة الإشارة الأمريكية (نظام Accessible AlertSanDiego).

للتسجيل في نظام AlertSanDiego أو نظام Accessible AlertSanDiego، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني

ReadySanDiego.org

تعرف على المخاطر التي قد تواجهك

فيما يلي بعض المخاطر الرئيسية التي نواجهها في منطقتنا والإجراءات التي يمكنك القيام بها قبل وأثناء وبعد وقوعها للتحضير والبقاء آمناً. راجع بدقة كل خطر وقمّ الخطورة.

لمعرفة المزيد عن المخاطر التي قد تواجهها في مقاطعة سان دييغو وكيفية الاستعداد لها، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني ReadySanDiego.org وانقر فوق "Know Your Hazards" (تعرف على المخاطر التي قد تواجهها).



من خلال التحضير
والتخطيط، يمكنك الحد من
تأثيرات الحريق في منزلك
ومجتمعك.

الحريق

يُعد الحريق أحد التهديدات المستمرة في مقاطعة سان دييغو، لا سيّما للمنازل الموجودة بالقرب من الوديان أو المناطق الريفية. إذ إن جفاف الغصون وارتفاع درجات الحرارة في الصيف والخريف إلى جانب رياح سانتا آنا الموسمية العاتية يخلق البيئة المثلى لنشوب حرائق الغابات الهائلة. ومن خلال التحضير والتخطيط، يمكنك الحد من تأثيرات الحريق في منزلك ومجتمعك.

قبل وقوع الكارثة: تأهب

- اعرف طريقين على الأقل للخروج من كل غرفة في منزلك وكذلك للخروج من الحي.
- اعرف طريقين على الأقل للخروج من كل غرفة في منزلك وكذلك للخروج من الحي.
- تعرّف على جيرانك. إذا كان أي فرد في منزلك أو الحي الذي تعيش فيه يحتاج إلى مساعدة أثناء عملية الإخلاء، فمن المستحسن أن تعمل معه مسبقاً لوضع خطة إخلاء.
- تدرب على عملية الإخلاء مرتين على الأقل في السنة.
- قم بإخلاء 100 قدم من المساحة المصممة لمنع انتشار الحريق حول منزلك. قم بإزالة الأشجار والشجيرات الميتة والنفايات وغير ذلك من الحطام المحيط بمنزلك والذي قد تنشب فيه النار، ويتسبب في صعوبة وصول أوائل المستجيبين إلى منزلك أثناء نشوب الحريق أو حالة الطوارئ.

لمزيد من المعلومات حول كيفية الاستعداد لمواجهة حرائق الغابات الهائلة، تفضل بزيارة دليل **Ready, Set, Go!** (جاهز، استعد، انطلق) وتنزيله. الدليل متوفر على: ReadySanDiego.org.

أثناء نشوب حريق الغابات: اتخذ الإجراء اللازم! ابقَ آمنًا

لا يتعين عليك انتظار تحذير أو أمر رسمي بالإخلاء من مسؤولي السلامة العامة من أجل المغادرة. إذا شعرت بعدم الأمان، فقم بالإخلاء مبكرًا.

- ▶ غادر على الفور إذا تم توجيهك بالإخلاء المكان من قبل مسؤولي الطوارئ المحليين. أحضر مجموعة مستلزمات الطوارئ وتأكد من أن رقم المبنى الخاص بك يظهر من أمام الشارع.
- ▶ أغلق جميع الأبواب والنوافذ عند إخلاء المكان.
- ▶ إذا كنت محاصرًا، فاتصل بالرقم 911. اترك الأنوار مضاءة لمساعدة أوائل المستجيبين على رؤية منزلك.
- ▶ استمع إلى الراديو وتابع التلفاز والهاتف للحصول على معلومات وإنذارات رسمية.
- ▶ استخدم قناع N95 معتمد لحماية رنتيك من جسيمات الدخان الضارة في الهواء.

أثناء حريق المنزل: غادر على الفور

- ▶ لا تنتظر، اخرج من المكان بأسرع وقت ممكن. ابقَ منخفضًا لتجنب الحرارة واستنشاق الدخان و اخرج من المبنى على الفور. إذا كان المخرج الرئيسي مسدودًا، فاستخدم مسار خروج بديل.
- ▶ اتصل بالرقم 911 فور الخروج بأمان إلى مكان الالتقاء الخاص بك.
- ▶ لا تعاود الدخول إلى أي مبنى محترق مطلقًا. إذا كان هناك شخص ما زال محاصرًا بالداخل، فأخبر أوائل المستجيبين.
- ▶ إذا كنت محاصرًا، فأغلق الأبواب، واتصل بالرقم 911، وحاول سد فتحات التهوية والشقوق المحيطة بالأبواب باستخدام منشفة أو شريط لإبقاء الدخان في الخارج. قم بطلب المساعدة من خلال التلويح عبر النافذة باستخدام قطعة قماش أو كشاف.
- ▶ إذا أمسكت النار بملابسك، فتوقف واستلق وتدحرج.
- ▶ علم الأطفال عدم الاختباء من رجال الإطفاء.

الزلازل

تعتبر مقاطعة سان دييغو موطنًا للعديد من الصدوع النشطة الكبيرة. صدع Rose Canyon (الذي يمتد على طول الساحل عبر وسط المدينة و Old Town ومدينة La Jolla)، وصدع San Jacinto و Elsinore اللذان يمتدان عبر مناطق المقاطعة الشمالية والشرقية.

يعيش معظمنا على بعد يقل عن 15 ميلًا من إحدى الصدوع. وقد تؤدي هذه الصدوع إلى حدوث زلازل مدمرة قد تتسبب في تعطيل الطرق ووسائل النقل والخدمات مثل المياه والغاز والاتصالات الهاتفية لأسابيع أو أشهر. تختفي بعض الصدوع المعروفة بالصدوع غير الظاهرة أسفل الرواسب غير المضطربة ولا يمكن اكتشافها إلا بعد حدوث زلزال.

قبل وقوع الكارثة: تأهب

تحدث الزلازل دون سابق إنذار. خذ وقتًا لمعاينة منزلك الآن من أجل تحديد المخاطر المحتملة وتقليل المخاطر التي قد تعرّض حياتك وحياة أحبائك للخطر أثناء حدوث الزلازل.

- انقل الأجسام الثقيلة وعناصر الديكور الكبيرة إلى الأرض والأرفف السفلية.
- قم بتثبيت الأثاث كبير الحجم والتلاجة والإلكترونيات على دعائم جدارية باستخدام أشرطة مرنة.
- قم بتركيب مزاليج وأجهزة قفل أخرى على الدواليب وأبواب الخزائن.
- تأكد من مرونة أنابيب الغاز التي تتصل بالفرن وكافة الأجهزة الرئيسية.

أثناء حدوث الزلزال: اتخذ الإجراء اللازم! ابقَ آمنًا

- ▶ انزل على يديك وركبتيك واحتم أسفل مكتب أو طاولة متينة وثابتة، ثم قم بتغطية رأسك و عنقك بذراعيك وتماسك إلى أن يتوقف الاهتزاز. في حالة عدم وجود طاولة، ثبت نفسك في حائط داخلي بعيدًا عن النوافذ واحم رأسك و عنقك بذراعيك.
- ▶ إذا كنت في الخارج، فحاول الذهاب إلى منطقة بعيدة عن المباني والجدران والزجاج والأشجار وخطوط الطاقة واللافتات والسيارات أو أي مخاطر أخرى محتملة. قم بالاستلقاء والتغطية والتماسك لحماية نفسك من الحطام.
- ▶ إذا كنت في الخارج، فحاول الذهاب إلى منطقة بعيدة عن المباني والجدران والزجاج والأشجار وخطوط الطاقة واللافتات والسيارات أو أي مخاطر أخرى محتملة. قم بالاستلقاء والتغطية والتماسك لحماية نفسك من الحطام.
- ▶ إذا كنت على السرير، فابق هناك مع جعل وجهك لأسفل لحماية أعضاء جسمك الحيوية. تماسك وغط رأسك و عنقك بذراعيك أو باستخدام وسادة بالقرب من رأسك قدر الإمكان وانتظر إلى أن يتوقف الاهتزاز.
- ▶ إذا كنت جالسًا على كرسي متحرك، فأقل العجل وغط رأسك و عنقك بذراعيك أو باستخدام كتاب أو وسادة وتماسك وانتظر إلى أن يتوقف الاهتزاز.
- ▶ إذا كنت على الشاطئ، فانتظر إلى أن يتوقف الاهتزاز وتحرك بعيدًا عن المياه بهدوء وإلى مستوى أرض أكثر ارتفاعًا بأسرع ما يمكن. قد تؤدي الزلازل إلى حدوث أمواج تسونامي محلية يمكن أن تصل في دقائق معدودة. كن على دراية مسبقة بطرق الإخلاء في حال التعرض لتسونامي واتبع لافتات الإخلاء في حالات التسونامي. اذهب سيرًا على الأقدام لتجنب الحركة المرورية. لا تذهب إلى المعالم السياحية وابتعد عن الساحل.
- ▶ استعد لتوابع الهزة الأرضية. قد تحدث هذه التوابع بعد دقائق إلى أشهر من وقوع الزلزال الأول وقد تتسبب في إلحاق أضرار جسيمة بالمباني والطرق والخدمات.
- ▶ طمن على جيرانك.



احتم أسفل مكتب أو طاولة متينة وثابتة وقم بتغطية رأسك و عنقك بذراعيك، وتماسك إلى أن يتوقف الاهتزاز.

احتم أسفل مكتب أو طاولة متينة وثابتة
وقم بتغطية رأسك و عنقك بذراعيك،
وتماسك إلى أن يتوقف الاهتزاز.



الفيضانات

تعد الفيضانات واحدة من أكثر الكوارث شيوعاً في الولايات المتحدة. وقد تؤدي الفيضانات إلى حدوث كوارث أخرى مثل انقطاع الطاقة والانهيارات الأرضية والفيضانات المفاجئة الخطيرة. يحدث التدفق الحطامي عندما تنتشعب التربة بالأمطار الغزيرة مما يؤدي إلى تكوّن الطين وانفصاليه والتقاطه للحطام بينما يتدفق بسرعة للأسفل. تتعرض المناطق المحترقة بفعل حرائق الغابات أو "ندبات الحروق" بشكل خاص للفيضانات المفاجئة والتدفق الحطامي نظراً للافتقار إلى الحياة النباتية وعدم قدرة التربة المحترقة على امتصاص مياه الأمطار بصورة ملائمة.

قبل وقوع الكارثة: تأهب

- ▶ تعرّف على مخاطر الفيضانات التي قد تواجهك. إذا كنت في منطقة معرضة لمخاطر الفيضانات أو في سهل فيضي، يجب الوضع في الاعتبار شراء أو تجديد تأمين يغطي أضرار الفيضان.
- ▶ راقب التلفاز والراديو والهاتف النقال لمتابعة التحذيرات أو الإنذارات بخطر الفيضان خلال الأحوال الجوية السيئة.
- ▶ قم بإيقاف تشغيل المياه والكهرباء وفصل الأجهزة إذا طُلب منك ذلك.

أثناء وقوع الفيضان: ابقَ آمناً

- ▶ قم بإخلاء المكان على الفور إذا طلب منك مسؤولو السلامة العامة القيام بذلك.
- ▶ تجنب المشي أو السباحة أو القيادة في مياه الفيضانات.
- ▶ تجنب القيادة في محيط الحواجز تماماً.
- ▶ ابتعد عن الجسور أعلى المياه سريعة الحركة.
- ▶ ابتعد عن خطوط الطاقة المنخفضة. تجنب ملامسة الأجهزة الكهربائية إذا كانت مبتلة أو إذا كنت واقفاً في المياه. وقم بفصل الطاقة الكهربائية لتفادي التعرض لصدمة كهربائية، إذا كان القيام بذلك آمناً.
- ▶ ابتعد عن خطوط الطاقة المنخفضة. تجنب ملامسة الأجهزة الكهربائية إذا كانت مبتلة أو إذا كنت واقفاً في المياه. وقم بفصل الطاقة الكهربائية لتفادي التعرض لصدمة كهربائية، إذا كان القيام بذلك آمناً.

قم بإعداد مجموعة مستلزمات الطوارئ

يجب أن يمتلك كل فرد داخل منزلك مجموعة مستلزمات الطوارئ الأساسية التي يمكنك أخذها معك بسهولة في حالة الطوارئ أو الكوارث. يجب أن تحتوي مجموعة مستلزمات الطوارئ على ما يكفي من الأدوات اللازمة لمساعدتك أنت وأفراد أسرتك وحيواناتك الأليفة و/أو حيوانات الخدمة لمدة 3-5 أيام على الأقل بعد وقوع الكارثة. ويجب أن تكون الأدوات في حاوية متينة مثل صندوق بلاستيكي أو حقيبة ظهر أو حقيبة سفر صغيرة مزودة بعجلات.

الخبر السار هو أنه قد يكون لديك بالفعل بعض من هذه الأدوات في منزلك. عند إعداد مجموعتك، فكر في المكان الذي تعيش فيه وقم بمراجعة أي احتياجات خاصة قد تكون لديك. يجب عليك أيضًا إعداد ثلاث (3) مجموعات منفصلة على الأقل: واحدة لحفظها في منزلك وأخرى في مكان العمل والثالثة في سيارتك.

تحقق من المواد أولاً بأول. راجع محتويات حقيبتك كل ستة (6) أشهر لاستبدال المواد التالفة أو منتهية الصلاحية.

مواد النظافة الشخصية

- مناديل أو مناشف مبللة
- مناديل أو مناشف ورقية
- أكياس قمامة بأحجام مختلفة
- ورق ومناديل المراض الورقية
- مستلزمات النظافة النسائية
- فرشاة أسنان ومعجون أسنان
- صابون ومنظف يد
- شامبو
- مزبل روائح

مستلزمات الأطفال الرضعي

- مناديل مبللة وحفاضات
- الحليب الصناعي و/أو طعام الأطفال الرضع
- غيارات من الملابس والبطانيات

لا تنسَ حيواناتك الأليفة و/أو حيوانات الخدمة.

- سجلات تحديد الهوية والتطعيم
- حامل أو قفص
- طعام وماء
- رباط
- لعبة مفضلة
- صحف وصندوق قمامة ورمال وغير ذلك.
- صور لحيواناتك الأليفة و/أو حيوانات الخدمة التي لديك

اعتبارات أخرى

- الكرسي المتحرك والعكازات والدعامات و/أو المشاية
- أدوات الطعام المساعدة
- معلومات خاصة عن مورد الأجهزة ودليل (أدلة) المستخدم
- أي عناصر إضافية تشعر أنها ضرورية (مثل الصور والمنقولات الموروثة والمجوهرات وما إلى ذلك)

- ماء – جالون واحد لكل شخص في اليوم

- أطعمة غير قابلة للتلف

- فتاحة علب يدوية

- دليل وحقيبة أدوات الإسعافات الأولية

- كشاف كهربائي (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطاريات)

- راديو (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطاريات)

- بطاريات إضافية

- نقد (فئات نقدية صغيرة)، بطاقات ATM، شيكات السفر

- نسخ من المستندات المهمة في حاوية مقاومة للماء أو حقيبة قابلة للغلق (على سبيل المثال، بطاقة الضمان الاجتماعي و رخصة القيادة وجواز السفر ومعلومات التأمين والسجلات الطبية وعقد الإيجار وشهادات الزواج والميلاد ونسخ بطاقات الائتمان و بطاقات ATM وفواتير المرافق)

- الأدوية التي يتم الحصول عليها بوصفة طبية (إمدادات تكفي لأسبوع على الأقل) مع تعليمات الجرعات

- مجموعة إضافية من مفاتيح المنزل والسيارة

- شاحن محمول للهاتف النقال (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطارية)

- فرشاة النوم سهلة الحمل و بطانيات دافئة

- ملابس إضافية (مناسبة للطقس الدافئ والبارد) لك ولكل فرد من أفراد أسرتك

- أحذية متينة

- ورق/ دفتر ملاحظات وقلم رصاص

- أطباق ورقية وأكواب بلاستيكية وأواني

- قناع للوقاية من الغبار وأغطية بلاستيكية وشريط لاصق (للمساعدة في تنقية الهواء الملوث)

- مفك ربط أو زردية (لإيقاف تشغيل المرافق)

- طفاية حريق

- أعواد ثقاب في حاوية مقاومة للمياه

- كتب وألعاب وألغاز ومجموعة من البطاقات أو المواد الترفيهية الأخرى

- صافرة (للإشارة طلبًا للمساعدة)

- خرائط محلية

- صور

مسرد المصطلحات

احتياجات وظيفية واحتياجات خاصة بإمكانية الوصول: الأشخاص الذين قد تكون لديهم احتياجات إضافية قبل وأثناء وبعد حالات الطوارئ في المجالات الوظيفية بما في ذلك: المحافظة على الاستقلالية والاتصالات والانتقالات والإشراف والرعاية الطبية. قد يتضمن الأفراد الذين يحتاجون إلى مساعدة إضافية الأشخاص ذوي الإعاقات (مثل المكفوفين أو المصابين بضعف الرؤية والمصابين بالصمم أو ضعف السمع والمصابين بمحدودية الحركة)، والبالغون الأكبر سناً والأطفال والأشخاص ذوي الكفاءة المحدودة في اللغة الإنجليزية (أو غير المتحدثين بالإنجليزية) والأشخاص الذين لا يستطيعون الحصول على خدمة الانتقال أو النزلاء في مؤسسات الرعاية.

رصد الحرارة المفرطة: يصدر هذا عن دائرة الأرصاد الجوية الوطنية (National Weather Service) عند تزايد خطر الموجات الحارة مع عدم التأكد من توقيتها.

تحذير الحرارة المفرطة: يصدر هذا عن دائرة الأرصاد الجوية الوطنية (National Weather Service) عند توقع حدوث حالات ارتفاع بالغة الخطورة في الحرارة في منطقة معينة. وعادةً ما يصدر تحذير عندما يُتوقع أن تصل درجة الحرارة القصوى على مؤشر درجة الحرارة إلى 105 درجات فهرنهايت أو أكثر لمدة يومين على الأقل، وألا تنخفض درجات حرارة الجو ليلاً عن 75 درجة فهرنهايت. ابحث عن مواقع Cool Zone في المقاطعة ونصائح السلامة من الحرارة على الموقع الإلكتروني CoolZones.org.

رصد الفيضانات: يحدث حدوث فيضانات في المنطقة. تحقق من تحديثات التوقعات واستعد للانتقال إلى مكان أكثر ارتفاعاً.

تحذير من فيضان: يُتوقع حدوث فيضان ويلزم اتخاذ الإجراءات اللازمة للبقاء آمناً. انتقل إلى مكان أكثر ارتفاعاً على الفور، وتوخَّ المزيد من الحذر في حالة القيادة وتحقق من تحديثات التوقعات.

إغلاق الطريق الوعر: يتم إغلاق الطريق (الطرق) أمام جميع الحركات المرورية باستثناء رجال المطافئ ورجال إنفاذ القانون.

إغلاق الطريق الرخو: يتم إغلاق الطريق (الطرق) أمام جميع الحركات المرورية باستثناء رجال المطافئ ورجال إنفاذ القانون وموارد الحوادث الحرجة (مثل شركات المرافق وفرق تقييم الأضرار ودائرة النقل في كاليفورنيا (Caltrans)) ودائرة الأشغال العامة بالمقاطعة وما إلى ذلك) الجميع باستثناء السكان والوكالات الحكومية المحلية التي تقدم مساعدات فيما يخص الاستجابة للكوارث والتعافي منها.

الملجأ: مكان قصير الأجل لإيواء الأشخاص الذين تم إجلاؤهم إذا تطلبت الكارثة أو الحادث واسع النطاق إجلاء الأشخاص من منازلهم لمدة ليلة أو ليلتين. تقدم الملاجئ الخدمات والوجبات وتُدار عادةً بواسطة الصليب الأحمر الأمريكي (American Red Cross).

نقطة الإجلاء المؤقتة: موقع تحدده جهة إنفاذ القانون أو قسم الإطفاء كمكان مؤقت يتم إجلاء الأشخاص إليه عند حدوث كارثة أو حادث واسع النطاق. وهو لا يتضمن مبيت ليلي ولا تُقدَّم فيه خدمات للأشخاص الذين يتم إجلاؤهم.

رصد أمواج التسونامي: عند حدوث زلزال بعيد، يحتمل حدوث أمواج تسونامي. ابقَ على اتصال للحصول على المزيد من المعلومات واستعد لاتخاذ الإجراءات اللازمة عند الضرورة.

خدمة استشارية بخصوص التسونامي: يُتوقع حدوث أمواج تسونامي مع احتمالية حدوث تيارات شديدة وأمواج عاتية بالشاطئ أو بالقرب من الشاطئ. ابقَ بعيداً عن المياه، وبعيداً عن الشواطئ والممرات المائية. اتبع التعليمات الصادرة عن الجهات الرسمية المحلية.

تحذير التسونامي: يُتوقع حدوث تسونامي أو هناك تسونامي يحدث بالفعل مما قد يتسبب في حدوث فيضانات واسعة النطاق. من المحتمل حدوث فيضانات ساحلية خطيرة وتيارات عارمة. يوصى بالإجلاء. تحرك بعيداً عن المياه وانتقل إلى مستوى أرض أكثر ارتفاعاً على الفور. اتبع لافتات الإجلاء الخاصة بالتسونامي والتعليمات الصادرة عن المسؤولين المحليين.

موارد أخرى وتذكيرات سريعة

نصائح لسلامة المياه:

في حالة الطوارئ، يمكنك معالجة المياه من خلال خلط 16 قطرة من المبيض السائل المنزلي العادي لكل جالون من الماء.

تجنب استخدام المبيضات المعطرة أو ذات الألوان الآمنة أو المبيضات ذات مواد التنظيف الإضافية.

يعد الغلي الطريقة الأكثر أماناً لمعالجة المياه. في قدر كبير أو غلاية، يُترك الماء حتى يغلي لمدة دقيقة كاملة. دع الماء يبرد قبل الشرب.

▶ الموقع الإلكتروني للاستعداد الخاص بالمقاطعة: ReadySanDiego.org.

▶ سجّل رقم هاتفك النقال ورقم هاتف VoIP وبريدك الإلكتروني على الموقع الإلكتروني ReadySanDiego.org/AlertSanDiego.

▶ قم بتنزيل تطبيق SD Emergency المجاني والمتاح باللغتين الإنجليزية والإسبانية للأجهزة النقالة التي تعمل بنظام التشغيل iOS و Android. تفضل زيارة الموقع الإلكتروني ReadySanDiego.org/SDEmergencyApp.

▶ أثناء حالة الطوارئ، تفضل زيارة الموقع الإلكتروني

SDCountyEmergency.com أو تطبيق SD Emergency للحصول على تحديثات الطوارئ ومواقع الملاجئ ومناطق الإجلاء وحدود المخاطر والمعلومات الرسمية المتوفرة من وسائل التواصل الاجتماعي والمزيد.

▶ محطات الإذاعة الأساسية لنظام التنبيه في حالات الطوارئ لمقاطعة سان دييغو هي KOGO AM 600 و KLSD AM 1360.

▶ للحصول على معلومات عن التعافي، تفضل زيارة الموقع الإلكتروني SDCountyRecovery.com.

▶ للاستفسارات غير المتعلقة بالطوارئ والحصول على معلومات محدثة عن الكوارث، اتصل بالرقم 211.

▶ إذا كنت تمر بحالة طوارئ مهددة للحياة، فاتصل بالرقم 911.

▶ انضم لفريق الاستجابة للطوارئ المجتمعية (CERT): ReadySanDiego.org/get_involved.

▶ تابعونا على تويتر: [Twitter.com/ReadySanDiego](https://twitter.com/ReadySanDiego) (الإنجليزية) أو [Twitter.com/ListoSanDiego](https://twitter.com/ListoSanDiego) (الإسبانية).

▶ زورونا على صفحة الفيسبوك: [Facebook.com/ReadySanDiego](https://facebook.com/ReadySanDiego).



ReadySanDiego.org

Prepare. Plan. Stay Informed.

تعتبر المعلومات الواردة في هذه الخطة دقيقة وذات قيمة عملية في الاستعداد للكوارث، إلا أنه لا يمكن تو ضمانه بأن التوجيهات المقدمة ستوفر الحماية. إن مقاطعة سان دييغو ومكتب خدمات الطوارئ التابع لمقاطعة سان دييغو ومؤسسة خدمات الطوارئ التابعة لمقاطعة سان دييغو ومجلس الكوارث الموحد وكافة مسؤولي وموظفي وكلاء المؤسسة لا يتحملون أي مسؤولية قانونية عن دقة واكتمال وفائدة أي من المعلومات أو المنتجات أو العمليات التي جاء ذكرها في هذه الوثيقة، أو عن أي إصابات أو أضرار تنشأ عن أي كارثة أو واقعة تحدث بسبب استخدام أو تطبيق المعلومات أو المنتجات أو العمليات الواردة أو التي تم ذكرها في هذه الوثيقة.



مكتب خدمات الطوارئ في مقاطعة سان دييغو
County of San Diego Office of Emergency Services
Overland Ave., Suite 100, San Diego, CA 92123-1294 5580
الهاتف: (858) 565-3490 | الفاكس: (858) 565-3499



أعدت هذه الوثيقة بموجب منحة من إدارة برامج المنح التابعة للوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) بوزارة الأمن الوطني الأمريكية. إن وجهات النظر أو الآراء الواردة في هذه الوثيقة تخص المؤلفين ولا تمثل بالضرورة الموقف الرسمي أو سياسات إدارة برامج المنح التابعة لوكالة FEMA أو وزارة الأمن الوطني الأمريكية.