

# قوائم التأهب للطوارئ

١٠ عناصر أساسية



من أجل

خطة الطوارئ  
الخاصة بك



إمدادات



الطوارئ

الإخلاء



الاستعداد  
هو الحل!



وبرنامج النجاة في حالة الطوارئ ما هو إلا حملة توعية لرفع إجراءات التأهب في المنزل والحي والعمل والمدرسة في حالة الطوارئ.

وكالة إدارة كاليفورنيا في حالة الطوارئ والممثلين من **Contra Costa** و **Imperial** و **Inyo** و **Kern** و **Los Angeles** و **Marin** و **Mono** و **Orange** و **Riverside** و **San Bernardino** و **San Diego** و **San Luis Obispo** و **Santa Barbara** و **Santa Cruz** و **Southern California** و **Ventura** و **Edison** ومركز الزلازل في جنوب كاليفورنيا وجمعية الصليب الأحمر الأمريكية ساعدوا على تطوير مواد الحملة والتنسيق مع الحملة.

قم بالاتصال بمكتب المقاطعة المحلي لخدمات الطوارئ لتعرف كيف يمكنك أن تكون جزءا من هذه الحملة الهامة للتوعية العامة أو قم بزيارة إلى [www.espfocus.org](http://www.espfocus.org).

تأهب لكل المخاطر  
مع ESP!



هل أنت على استعداد للبقاء على قيد الحياة في مواجهة زلزال كبير أو تسو نامي أو الحرائق أو الفيضانات أو عمل إرهابي أو أي كارثة أخرى؟

يقدم كتيب برنامج النجاة في حالة الطوارئ قائمة مرجعية يسهل إتباعها لاتخاذ الاستعدادات اللازمة. وعن طريق إتباع هذه الإرشادات البسيطة، يمكنك المساعدة في إعداد عائلتك أو الحي أو المدرسة أو العمل على أن تكون أكثر اكتفاء ذاتيا بعد وقوع الكارثة القادمة.

كما يقدم معلومات مجانية فيما يتعلق بالأعمال الشهرية الموصى بها في نشرات اهتمام **ESP** السنوية على موقع [www.espfocus.org](http://www.espfocus.org). كما تتوفر إصدارات أخرى من النسخة الخاصة.

لا تدع الهزة أو الكارثة المقبلة تفاجئك وأنت على غير استعداد. انضم لـ **ESP** واستعد لحالات الطوارئ.



تم إعداد هذه الوثيقة بموجب تصريح من مجلس إدارة FEMA برامج تصاريح الولايات المتحدة. وزارة الأمن القومي. الآراء وجهات النظر التي تم طرحها في هذه الوثيقة هي لأولئك الكاتبين ولا تمثل الموقف الرسمي وسياسات مجلس إدارة FEMA برامج تصاريح الولايات المتحدة. وزارة الأمن القومي. (تصريح UASI 2007)

تم النشر من قبل مكتب

مقاطعة لوس انجلوس لإدارة الطوارئ

[www.espfocus.org](http://www.espfocus.org)

## قائمة خطة الطوارئ

### ١٠ أعمال أساسية

١. اعرف ما هي التهديدات في منطقتك
٢. قمت بتحديد أماكن الاجتماع خارج منزلك
- خارج الحي الذي تسكن فيه
٣. قم باختيار قائمة الاتصال الخاصة بك خارج الولاية
٤. اعرف طرق الإخلاء الخاصة بك والمخارج والطرق البديلة للخروج من المنزل
٥. حدد موقع صمامات الإغلاق للمرافق المياه
- الغاز
- الكهرباء
٦. اعرف ما هي سياسات المدارس ومراكز داي كير ومراكز رعاية المسنين
- مساكن/إمدادات الطوارئ
- وسائل الانتقال
٧. حدد المناطق الآمنة بكل غرفة للحماية في حالة الضرورة
- تحت المنضدات والمكاتب الصلبة
- ضد الجدران الداخلية
٨. أدوية إضافية
٩. قم بعمل أقسام خاصة من أجل: الأطفال
- المسنين
- الحيوانات الأليفة
- الأشخاص ذوي الإعاقة
- الأشخاص الذين لا يتحدثون اللغة الانجليزية
١٠. جدول التدريبات السنوية للكوارث

## قائمة إمدادات الطوارئ

### ١٠ إمدادات أساسية

١. مجموعة إمدادات الطوارئ
١. الماء (مؤن ثلاثة أسابيع — بما في ذلك الحيوانات الأليفة)
٢. الطعام (مؤن ثلاثة أسابيع من الطعام المجفف والمعلبات يدوية الفتح — بما في ذلك الحيوانات الأليفة)
٣. مجموعة الإسعافات الأولية واليدوية
٤. المشاعل (وبطاريات إضافية)
٥. المذياع (وبطاريات إضافية)
٦. الأدوية (أكثر مما في التذكرة العلاجية والتذاكر العلاجية وقوائم التذاكر العلاجية)
٧. النقود والوثائق الهامة (الفواتير الصغيرة والعملات النقدية والسندات وأوراق التأمين والبطاقات الصحية وما إلى ذلك).
٨. الملابس والأحذية المتينة
٩. الأدوات (مفتاح براغي ومطفاة حريق وقفازات قوية وصفارة)
١٠. إمدادات الصحة العامة وال تنظيف



لمزيد من المعلومات التفصيلية انظر

[www.espfocus.org](http://www.espfocus.org)

## قائمة الإخلاء

### ١٠ مواد اساسية

١. مجموعة إمدادات الطوارئ
٢. قائمة الاتصال بالأشخاص خارج الدولة
٣. النقود والبطاقات الائتمانية
٤. وثائق هامة
- بطاقة الضمان الاجتماعي
- رخصة القيادة
- جواز السفر
- البطاقة والسجلات الطبية
- معلومات التأمين
٥. تغيير الملابس
- لكل أفراد الأسرة
٦. أدوات النظافة الشخصية
- معجون وفرشاة الأسنان
- الصابون وغسول الشعر
- غسول طبي
- مزبل العرق
- مناديل الحمام الورقية ووسائل التنظيف
٧. صور العائلة الفوتوغرافية
٨. أدوات الرضع
- حفاضات الطفل
- غذاء بديل عن اللبن
- طعام
- تغيير الملابس
٩. أدوات الاحتياجات الخاصة
- كراسي متحركة ومعلبات ومشايات
- أدوية
- سماعات ضعاف السمع (وبطاريات إضافية)
١٠. وأدوات العناية بالحيوانات الأليفة
- الهوية والتحصينات
- حامل أو قفص
- كممامة ومقود
- طعام وشراب