

تخص خطة الاستعداد للكوارث هذه: 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: 1222-222 (800)

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

.KLSD AM 1360 ₂ KOGO AM 600

تتميّز مقاطعة سان دبيغو 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 فرق "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 دبيغو، 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 وأحباؤك وحيواناتك الأليفة وجيرانك آمنين أثناء حدوث الكوارث، وأن تظلوا متمتعين بالاكتفاء الذاتي بعد ذلك. سيساعدك هذا الدليل على الاستعداد على نحو أفضل لحالات الطوارئ أو الكوارث، والاستجابة لها والتعافي منها.

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.

SHERIFF

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



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.

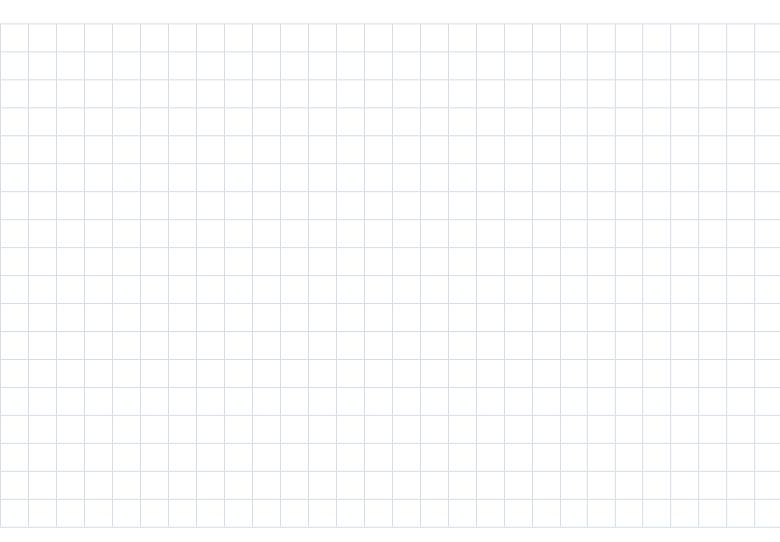
أثناء حالات الطوارئ، قد تواجه الخدمات الهاتفية المحلية ضغطًا شديدًا. قد تتمكن من الوصول إلى مسؤولي الاتصال المتواجدين خارج المنطقة بسهولة أكبر عبر الهاتف. أرسل رسالة نصية بدلًا من الاتصال حيثما أمكن.

	معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ
	الاسم:
_الهاتف النقال:	
المكان:	
المحال.	البريد الإلكتروني.
	معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ
	الاسم:
_الهاتف النقال:	هاتف المنزل: :
المكان:	البريد الإلكتروني:
	معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ
	معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ الاسم:
الهاتف النقال:	וצועה:
الهاتف النقال: المكان:	الاسم: هاتف المنزل: :
لهاتف النقال: المكان: المكان:	الاسم:هاتف المنزل: :
المكان:	الاسم: هاتف المنزل: :
المكان:	الاسم: هاتف المنزل: : البريد الإلكتروني:
المكان: المكان: المكان: المنطقة)	الاسم: هاتف المنزل: : البريد الإلكتروني: معلومات أشخاص الاتصال في حالات الطوارئ (خ

ضع خطة

□ حضّ خطة للإخلاء

ارسم مخططًا توضيحيًا لمنزك 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 ملمًا 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 مسبقًا. 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.



صة لما يلي في منزلك:	حدد الأماكن المخصد
	صمام الغاز *:
	صمام المياه:
	قاطع الدائرة الكهربائية
راج:	التحكم اليدوي لباب الك
ـ تشغيل المرافق:	الأدوات اللازمة لإيقاف
أو سمعت صوت صفير أو اشتبهت في وجود تسريب، فقم بقفل صمام الغاز الرئيسي على الفور باستخدام لنوافذ و غادر المنطقة على الفور. تجنب تشغيل المصابيح أو الأجهزة أو إشعال الشموع أو أعواد الثقاب. الغاز إلا إذا اشتبهت في وجود تسريب. لا يمكن استعادة الخدمة إلا عن طريق شركة الغاز.	مفتاح الربط، وافتح ال
شف الدخان وأول أكسيد الكربون في كل طابق من طوابق منزلك وتأكد من أنها تعمل بصورة صحيحة. دل البطاريات إذا لزم الأمر . استبدل الوحدات كل 10 سنوات. إذا كنت تعاني من الصمم، فركّب أجهزة كشف دخان بإشارات مرئية.	اختبرها شهريًا واستب
حيث يمكنك أنت وأفراد أسرتك الاجتماع إذا انفصلتم أثناء الكوارث: ويجب أن يكون أحد المكانين خارج صندوق بريد الجيران) والأخر خارج الحي (مثل حديقة عامة أو موقف سيارات معروف). يمكنك رسم ذلك مابقة لمخططك التوضيحي.	منزلك مباشرةً (مثل ،
ج منزلك:	• موقع الالتقاء خار
ج منز لك:	• موقع الالتقاء خار
ىنزلك.	 موقع الالتقاء خارج ه
	.1
	.2

الرئيسي في الشارع).

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

☐ تلقّى 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 والمواشى 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 النفكير 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 يعرض حياتك وحياة الآخرين للخطر.

الاحتماء 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 طُلب منك الاحتماء داخل المبنى، يجب القيام بما يلى:

- ◄ إحضار أسرتك وحيواناتك الأليفة إلى الداخل على الفور.
- ◄ إقفال الأبواب وإغلاق النوافذ وفتحات التهوية ومخمدات الموقد. إيقاف تشغيل مكيفات الهواء وأنظمة التدفئة المركزية ومراوح العادم ومراوح 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 تحضر هم ما لم تتلقَ 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 اللاسلكى

يعد نظام الإنذار اللاسلكي لحالات الطوارئ (WEA) أحد الأنظمة الفيدرالية التي تتيح للمسؤولين على الصعيدين المحلي والفيدرالي 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.

AlertSanDiego Get signed up. Get notified.

نظام AlertSanDiego

AlertSanDiego هو نظام الإخطارات الشامل لحالات الطوارئ الذي يستخدمه أوائل المستجيبين في مقاطعة سان دبيغو 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 الإلكتروني الخاصة ببروتوكول استخدام الصوت عبر الإنترنت (VOIP) غير مسجلة ويجب تسجيلها. يمكن أيضًا للمقيمين طلب الحصول على معلومات بلغة الإشارة الأمريكية (نظام Accessible فير مسجلة ويجب تسجيلها.

للتسجيل في نظام AlertSanDiego أو نظام Accessible AlertSanDiego، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني ReadySanDiego.org.

تعرّف 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 آمنًا. راجع بدقة كل خطر وقيم 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.

ٔھب	ه: تأ	الكارثة	وقوع	قبل
-		_		

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.	

الإخلاء، فمن المستحسر	لى مساعدة أثناء عملية	ي تعيش فيه يحتاج إل	، أو الحي الذم	أي فرد في منزلك	جيرانك. إذا كان	🗌 تعرّف على
				طة اخلاء	به مسبقًا لو ضع خ	أن تعمل مع

الأقل في السنة.	مرتين على	عملية الإخلاء	تدرّب على	
-----------------	-----------	---------------	-----------	--

إخلاء 100 قدم من المساحة المصممة لمنع انتشار الحريق حول منزلك. قم بإزالة الأشجار والشجيرات المينة والنفايات	🗌 قم ب
ير ذلك من الحطام المحيط بمنزلك والذي قد تنشب فيه النار، ويتسبب في صعوبة وصول أوائل المستجيبين إلى منزلك أثناء	وغي
ب الحريق أو حالة الطوارئ.	نشو

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 بإخلاء 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 رئتيك 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 واخرج 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.
 - ◄ علّم 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 Alsinore و San Jacinto 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 الأن 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 بتثبیت الأثاث كبیر الحجم والثلاجة والإلكترونیات على دعامات جداریة 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! ابق آمنًا

- ◄ انزل على يديك وركبتيك واحتم أسفل مكتب أو طاولة متينة وثابتة، ثم قم بتغطية رأسك وعنقك بذراعيك وتماسك إلى أن يتوقف الاهتزاز. في حالة عدم وجود طاولة، ثبت نفسك في حائط داخلي بعيدًا عن النوافذ واحم رأسك وعنقك 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 وغطِّ رأسك وعنقك بذراعيك أو باستخدام وسادة بالقرب من رأسك قدر الإمكان وانتظر إلى أن يتوقف الاهتزاز.
- ◄ إذا كنت جالسًا على كرسي متحرك، فأقفل العجل و غطِّ 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 بالمبانى والطرق والخدمات.
 - ◄ طمئن على جيرانك.





الفيضانات

تعد الفيضانات واحدة من أكثر الكوارث شيوعًا في الولايات المتحدة. وقد تؤدي الفيضانات إلى حدوث كوارث أخرى مثل انقطاع الطاقة والانهيارات الأرضية والفيضانات المفاجئة الخطيرة.

يحدث التدفق الحطامي عندما تتشبع التربة بالأمطار الغزيرة مما يؤدي إلى تكوّن الطين وانفصاله والتقاطه للحطام بينما يتدفق بسرعة للأسفل. تتعرض المناطق المحترقة بفعل حرائق الغابات أو "ندبات الحروق" بشكل خاص للفيضانات المفاجئة والتدفق الحطامي نظرًا 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 آمنًا

- ◄ 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 تمامًا.
 - ◄ ابتعد عن الجسور أعلى المياه سريعة الحركة.
- ◄ ابتعد عن خطوط الطاقة المنخفضة. تجنب ملامسة الأجهزة الكهربائية إذا كانت مبتلة أو إذا كنت واقفًا في المياه. وقم بفصل الطاقة الكهربائية لتفادي التعرض لصدمة كهربائية، إذا كان القيام بذلك آمنًا.
- ◄ ابتعد عن خطوط الطاقة المنخفضة. تجنب ملامسة الأجهزة الكهربائية إذا كانت مبتلة أو إذا كنت واقفًا في المياه. وقم بفصل الطاقة الكهربائية لتفادي التعرض لصدمة كهربائية، إذا كان القيام بذلك آمنًا.

قم بإعداد مجموعة مستلزمات الطوارئ

يجب أن يمتلك كل فرد داخل منزلك مجموعة مستازمات الطوارئ الأساسية التي يمكنك أخذها معك بسهولة في حالة الطوارئ أو الكوارث. يجب أن تحتوي مجموعة مستازمات 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 بمراعاة 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 أولًا بأول. راجع محتويات حقيبتك كل سنة (6) أشهر لاستبدال المواد التالفة أو منتهية الصلاحية.

🗌 ماء 🗕 جالون واحد لكل شخص في اليوم	مواد النظافة الشخصية
☐ أطعمة غير قابلة للتلف	□ مناديل أو مناشف مبللة
□ فتاحة علب يدوية	
☐ دليل وحقيبة أدوات الإسعافات الأولية	 ☐ أكياس قمامة بأحجام مختلفة
🗌 كشاف كهربائي (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطاريات)	□ يوق ومناديل المرحاض الورقية
🗌 راديو (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطاريات)	
□ بطاريات إضافية	 □ فرشاة أسنان ومعجون أسنان
☐ نقد (فئات نقدية صغيرة)، بطاقاتATM ، شيكات السفر	□ صابون ومنظف يد
🗌 نسخ من المستندات المهمة في حاوية مقاومة للماء أو حقيبة قابلة للغلق	□ شامبو
(علَّى سبيل المثال، بطاقة الضَّمان الاجتماعي ورخصة القيادة وجواز	□ مزیل روائح
السفر ومعلومات التأمين والسجلات الطبية و ّعقد الإيجار وشهادات الزواج والميلاد ونسخ بطاقات الانتمان وبطاقات ATM وفواتير المرافق)	مستلزمات الأطفال الرفيع
ر ير من المنطق التي يتم الحصول عليها بوصفة طبية (إمدادات تكفي لأسبوع على	
الأقل) مع تعليمات الجرّعات العرّعات العربي المعتبير المعت	المناديل مبللة وحفاضات
🗌 مجموعة إضافية من مفاتيح المنزل والسيارة	 □ الحليب الصناعي و/أو طعام الأطفال الرضع
🗌 شاحن محمول للهاتف النقال (يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطارية)	 □ غيارات من الملابس والبطانيات
🗌 فرشات النوم سهلة الحمل وبطانيات دافئة	لا تنسَ حيواناتك الأليفة و/أو حيوانات الخدمة.
🔲 ملابس إضافية (مناسبة للطقس الدافئ والبارد) لك ولكل فرد من أفراد	🔲 سجلات تحديد الهوية والتطعيم
	🗌 حامل أو قفص
☐ أحنية متينة ☐ مناب تا مناب	🔲 طعام وماء
☐ ورق/دفتر ملاحظات وقلم رصاص ☐ أراق من تراك ما المراد من تراك المراد من تراك المراد	□ رباط
☐ أطباق ورقية وأكواب بلاستيكية وأواني ☐ الطباق ورقية وأكواب بلاستيكية وأواني	🔲 لعبة مفضلة
 □ قناع للوقاية من الغبار وأغطية بالستيكية وشريط الصق (المساعدة في تنقية الهواء الملوث) 	🗌 صحف وصندوق قمامة ورمال وغير ذلك.
صي المهواء المسوب □ مفك ربط أو زردية (لإيقاف تشغيل المرافق)	🗌 صور لحيواناتك الأليفة و/أو حيوانات الخدمة التي لديك
 □ السارية وروي (بيات عديق عربي) □ طفاية حريق 	اعتبارات أخرى
 	☐ الكرسى المتحرك والعكازات والدعامات و/أو المشاية
 	 □ أحرسي الطعام المساعدة
 □ صافرة (للإشارة طلبًا للمساعدة) 	
□ خرائط محلية	☐ أي عناصر إضافية تشعر أنها ضرورية (مثل الصور والمنقولات
□ صور	الموروثة والمجو هرات وما إلى ذلك)

مسر د المصطلحات

احتياجات وظيفية واحتياجات خاصة بإمكانية الوصول: الأشخاص إغلاق الطريق الرخو: يتم إغلاق الطريق (الطرق) أمام 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 إغلاق الطرق لغير السكان: إغلاق الطرق غير المشدد أمام الرؤية والمصابين بالصمم أو ضعف السمع والمصابين بمحدودية الحركة)، والبالغون الأكبر سنًا 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 ليلًا عن 75 درجة فهرنهايت. ابحث عن مواقع Cool Zone في المقاطعة ونصائح السلامة من الحرارة على الموقع الإلكتروني CoolZones.org.

رصد الفيضائات: يحتمل حدوث فيضانات في المنطقة تحقق من تحديثات التوقعات واستعد للانتقال إلى مكان أكثر ارتفاعًا. تحذير من فيضان: يُتوقع حدوث فيضان ويلزم اتخاذ الإجراءات اللازمة للبقاء آمنًا. انتقل إلى مكان أكثر ارتفاعًا على الفور، وتوخَّ المزيد من الحذر في حالة القيادة وتحقق من تحديثات

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

التو قعات.

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 والتعافى 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 و الوجبات و تُدار عادةً بو اسطة 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 تُقَدَّم فيه خدمات للأشخاص الذين يتم إجلاؤهم.

رصد أمواج التسونامي: عند حدوث زلزال بعيد، يحتمل حدوث أمواج تسونامي. ابق 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 بعيدًا عن المياه، وبعيدًا 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. تحرّك بعيدًا عن المياه وانتقل إلى مستوى أرض أكثر ارتفاعًا على الفور. اتبع لافتات الإجلاء الخاصة بالتسونامي والتعليمات الصادرة عن المسؤولين المحليين.

موارد أخرى وتذكيرات سريعة

- ▶ 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 بزيارة الموقع الإلكتروني ReadySanDiego.org/SDEmergencyApp.
- ▲ أتناء حالة الطوارئ، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني SD Emergency 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 1360 AM 1360.
 - ► للحصول على معلومات عن التعافي، تفضل بزيارة 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 (الإنجليزية) أو
 Twitter.com/ListoSanDiego (الإسبانية).
 - ▲ زورونا على صفحة الفيسبوك: Facebook.com/ReadySanDiego.



تعتبر المعلومات الواردة في هذه الخطة دقيقة وذات قيمة عملية في الاستعداد للكوارث، إلا أنه لا يمكن تو ضمانة بأن التوجيهات المقدمة ستوفر الحماية. إن مقاطعة سان دييغو ومكتب خدمات الطوارئ التابعة لمقاطعة سان دييغو ومجلس الكوارث الموحد وكافة مسؤولي وموظفي ووكلاء المؤسسة لا يتحملون أي مسؤولية قانونية عن دقة واكتمال وفائدة أي من المعلومات أو المنتجات أو العمليات التي جاء ذكر ها 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 ذكر ها في هذه الوثيقة.

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 أمانًا لمعالجة المياه. في قدر كبير أو غلاية، يُترك الماء حتى يغلي لمدة دقيقة كاملة. دع الماء يبرد قبل الشرب.







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



