



بعد الجھيز
أمرًا منطقيًا
كن مستعدًا
الآن.



Homeland
Security

www.ready.gov

لقد صُمم إطار العمل المتوافق مع الحس السليم هذا من أجل بدء عملية تعليم حول تأهب المواطنين. للحصول على أحدث المعلومات والتوصيات، تفضل بزيارة الموقع www.ready.gov على الإنترنت.

تم التوزيع بالشراكة مع:



وزارة الأمن الوطني الأمريكية،
Washington, DC 20528

المؤون الموصى بتضمينها في "الطقم الرئيسي":

ماء واحد جالون لكل شخص يوميًا،
للشرب وتعزيز الصحة العامة

طعام غير قابل
للفساد لمدة ثلاثة أيام

راديو يعمل ببطارية و
بطاريات إضافية

مصباح كهربائي و بطاريات إضافية

طاقم إسعافات أولية

صفارة لطلب المساعدة

كامامة مزودة بفلتر، أو قميص قطني، للمساعدة في
ترشيح الهواء

منشفة صغير رطبة من أجل تعزيز الصحة العامة

مفتاح ربط أو زردية لقفل المرافق

فتاحة علب يدوية للأطعمة
(إذا كان الطاقم يتضمن أطعمة مُعلّبة)

ألواح بلاستيكية وشريط لاصق
للاحتماء في المكان

حقيبة نفايات وأربطة بلاستيكية
بالنسبة لتحسين الصحة الشخصية

تحتاج كل أسرة إلى أدوية الوصفات الطبية، وغذاء
أو حفاض الأطفال والمستندات المهمة الخاصة بالأسرة

يعد التجهيز أمراً منطقيًا.

إنّ احتمالية نجاتك وأسرتك بعد نشوب حريق في المنزل يعتمد بشكل كبير على امتلاك مكشاف للدخان قيد التشغيل واستراتيجية للخروج، كما يعتمد أيضًا - على قسم حريق مدرب بشكل جيد. ينطبق نفس الشيء على النجاة من هجوم إرهابي أو حالة طوارئ أخرى. يجب علينا أن نضع الأدوات والخطط في مكانها بحيث تسعفنا عند الحاجة إليها، على الأقل لفترة من الوقت بصرف النظر عن مكان تواجدنا عند وقوع الكارثة. وعلى غرار امتلاك مكشاف للدخان قيد التشغيل، فإن التجهيز للأشياء غير المتوقعة يعد أمرًا منطقيًا.

كن مستعدًا الآن.

احصل على طاقم

مؤون الطوارئ.

كن مستعدًا لتجهيز واستخدام كل ما تمتلكه لجعله في حوزتك لمدة ثلاثة أيام على الأقل، أو ربما أطول. إذا كانت هناك أشياء كثيرة قد تجلب عليك المزيد من الارتياح، ففكر أولاً في الماء العذب، والغذاء، والهواء النقي.

راعي أن يكون معك طاقمين. في أحدهما ضع كل ما ستحتاج إليه للبقاء حيثما تكن واجعله بحوزتك على الدوام. والأخرى ينبغي أن تكون خفيفة الوزن، وصغير الحجم بحيث يمكنك اصطحابها معك إذا اضطررت للفرار.

ستحتاج لجالون من المياه لكل شخص يوميًا من أجل الشرب و تعزيز الصحة العامة. ضع في الطقمين طعام غير قابل للفساد لمدة ثلاثة أيام ويكون سهل التخزين والتحصير مثل قطع البروتين، أو الفاكهة المجففة، أو الأطعمة المعلبة. إذا كنت تعيش في مناخ ذي طقس بارد، فضع ملابس تدفئة وحقبة نوم لكل فرد من أفراد العائلة.

قد تطلق بعض الهجمات الإرهابية المحتملة "جزينات" مجهرية بالغة الصغر في الهواء. والعديد من تلك المواد يمكنها فقط إيداعك إذا ما تسربت إلى داخل جسدك، لذا عليك أن تفكر في إنشاء حاجز بينك وبين أي ملوث. من البراعة أن تعد شيئًا لكل فرد من أفراد عائلتك يغطي به فهمه وأنفه، مثل طبقة إلى طبقتين من قميص قطني، أو منديل، أو منشفة، أو الكمادات المزودة بفلتر، وهي متوفرة بالفعل في مخازن الأجهزة. من الضروري للغاية أن تكون الكمامة أو أي مادة أخرى ملائمة لوجهك على نحو محكم بحيث يمر الهواء الذي تتنفسه خلال الكمامة، وليس حولها. اصنع كل ما يمكنك فعله للحصول على الأنسب للأطفال.

ضع معك أيضًا شريط لاصق وحقبة نفايات ثقيلة الوزن أو ألواح بلاستيكية لاستخدامها لسد النوافذ والأبواب إذا احتجت لإنشاء حاجز بينك وبين أي ملوث خارجي محتمل.

قد أعددت خطة

لما ستقوم به في حالة وقوع حادث طارئ.

خطط مسبقًا ما الذي ستفعله عند التعرض لحادث طارئ. كن مستعدًا لتقييم الموقف. استخدم الحس السليم وكل ما في حوزتك للعناية بنفسك وبكل من تحب.

قم بتطوير خطة اتصالات بين الأسرة. قد لا يكون أفراد أسرتك سويًا عند تقع كارثة ما، لذا عليك أن تضع خطة عن كيفية اتصال أحدهما بالآخر، واستعرض ما ستقوم به في المواقف المختلفة. ضع خطة يتمكن بمقتضاها كل فرد من أفراد الأسرة الاتصال بنفس الصديق أو القريب، أو إرسال بريد إلكتروني له في حالة وقوع حالة طوارئ. إن إجراء مكالمات هاتفية بين منطقتين يفصلهما مسافة كبيرة ربما تكون أسهل من إجراء مكالمات بين داخل المدينة، لذا فإن تحديد رقم اتصال خارج المدينة ربما يكون في حالة أفضل من أجل استخدامه للاتصال بين أفراد الأسرة. تأكد من أنّ كل فرد على علم برقم الهاتف وأنّ لديه عملات أو بطاقة هاتفية مسيقة الدفع لإجراء مكالمات هاتفية برقم الطوارئ. قد تواجه مشكلة في إجراء الاتصال، أو ربما يكون نظام الهاتف معطلًا أيضًا، لكن عليك أن تتحلى بالصبر.

على حسب الظروف الملابس للهجوم وطبيعته، يكمن القرار الأول المهم في تحديد ما إذا كنت ستلازم مكانك أم ستفر. ينبغي عليك أن تفهم وتخطط لكلا الاحتمالين. استخدم الحس السليم والمعلومات التي تعلمتها في تحديد ما إذا كان هناك خطرًا قريبًا. شاهد التلفزيون واستمع للراديو لتكون على علم بالتعليمات الرسمية حين توفرها.

قم بإعداد خطة "إحتماء في المكان". هناك ظروف يشكل فيها ملازمة المكان وصنع حاجز بينك وبين الهواء المحتمل تلوثه بالخارج - عملية تعرف بالإحتماء في المكان - وإحكام غلق الغرفة مسألة بقاء على قيد الحياة. إذا رأيت كميات كبيرة من الحطام في الهواء، أو إذا أعلنت السلطات المحلية عن تلوث الهواء بشكل سيء، فقد يلزمك الإحتماء في المكان وإحكام غلق الغرفة. استخدم ألواح بلاستيكية مقطعة مسبقًا لسد النوافذ، والأبواب، وفتحات الهواء. ينبغي أن يكون كل لوح أكبر من المسافة التي تريد تغطيتها بعدة بوصات بحيث يمكنك تثبيتها بشرائط لاصق على وضع مستويّ مقابل الحائط. ضع علامة على كل لوح بالمكان الذي تناسبه.

استخدم كافة المعلومات المتاحة لتقييم الموقف. إذا رأيت كميات كبيرة من الحطام أو إذا أعلنت السلطات المحلية عن تلوث الهواء بشكل سيء، فقد يلزمك الإحتماء في المكان. اجلب أفراد أسرتك وحيواناتك الأليفة بجانبك، وأحكام سد الأبواب، وأغلق النوافذ، وفتحات الهواء، ومخمدات الموقد. قم على الفور بإيقاف تشغيل مكيف الهواء، وأنظمة التدفئة بالهواء المدفوع، والمراوح الطاردة، ومجففات الملابس. خذ مؤون الطوارئ وانتقل إلى الغرفة المخصصة لذلك. قم بسد النوافذ، والأبواب، والفتحات. ينبغي أن تترك أنّ سد الغرفة هو إجراء مؤقت لإنشاء حاجز بينك وبين الهواء الملوث. شاهد التلفزيون، أو استمع إلى الراديو أو تصفح الإنترنت للحصول على التعليمات.

ضع خطة للفرار. ضع خطة مسيقة حول كيفية تجميع أفراد أسرتك وتوقع المكان الذي ستذهب إليه. اختر وجهات متعددة في اتجاهات مختلفة بذلك تكون الخيارات المتوفرة في حالة الطوارئ. إذا كنت تمتلك سيارة، فاحتفظ بنصف خزان البنزين في كافة الأوقات. تعرف على المسارات البديلة إلى

جانب وسائل المواصلات الأخرى خارج منطقتك. إذا كنت لا تمتلك سيارة، فخطط كيف ستغادر إذا كنت يجب عليك أن تمتلك واحدة. اصطحب معك طاقم مؤون الطوارئ، إلا إذا كان لديك سببًا يجعلك تظن بأنهم ملوث، وأقل الباب خلفك. اصطحب حيواناتك الأليفة إذا أُخبرت بضرورة إخلاء مسكنك، ومع ذلك، إذا ذهب إلى ملجأ علم، فتذكر بأنه لن يسمح لهم بالدخول معك. إذا كنت تعتقد أنّ الهواء ربما يكون ملوثًا، فأغلق النوافذ والفتحات أثناء قيادة السيارة وقم بإيقاف تشغيل مكيف الهواء والمدفأة. استمع للراديو للحصول على تعليمات.

تعلم خطط الطوارئ في المدرسة والعمل. تخيّر الأماكن التي تقضي فيها أسرتك أوقاتها: المدرسة، والعمل، والأماكن الأخرى التي تتردد عليها أسرتك. تحدث مع مسؤولي المدارس التي يتعلم فيها أطفالك وصاحب العمل عن خطط الطوارئ. ابحث عن الطريقة التي سيتواصلون بها مع أسرهم أثناء حدوث حالة طوارئ. إذا كنت صاحب عمل، فتأكد من أن لديك خطة تأهب للطوارئ. راجعها ومارسها مع الموظفين. إنّ تعاون المجتمع مع بعضه البعض أثناء وقوع حالة طوارئ له انعكاسه الإيجابي أيضًا. تحدث مع جيرانك بشأن كيفية العمل سويًا.

كن على علم

بما قد يحدث.

إنّ بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها للاستعداد للأحداث غير المتوقعة، مثل تجميع طاقم المؤون وتطوير خطة الاتصال بين الأسرة، هي نفسها لكل من الطوارئ الطبيعية أو التي من صنع الإنسان. على الرغم من ذلك فهناك فوارق مهمة بين التهديدات الإرهابية المحتملة، مثل التهديدات البيولوجية، والكيميائية، والانفجارية، والنوية، والإشعاعية، التي تؤثر على قراراتك التي تتخذها الإجراءات التي تمارسها. عن طريق بدء عملية التعلم بشأن تلك التهديدات المحددة، تُعد نفسك للتفاعل مع حالة الطوارئ. تفضل بزيارة الموقع www.ready.gov للتعرف على المزيد حول التهديدات الإرهابية المحتملة وحالات الطوارئ الأخرى أو اتصل بـ 1-800-BE-READY (1-800-222-2239) للحصول على كتيب مجاني.

كن مستعدًا لمواثمة هذه المعلومات على ظروفك الشخصية وبذلك جهد لاتباع تعليمات التي تتلقاها من السلطات الموجودة في مسرح الأحداث. من خلال هذه جهيزات البسيطة، تكون مستعدًا لمواجهة الأحداث غير المتوقعة. كن مستعدًا الآن.

شارك

في تجهيز مجتمعك.

بعد إعداد نفسك وأسرتك لمواجهة حالات الطوارئ المحتملة، انتقل للخطوة التالية وشارك في تجهيز مجتمعك. التحق بهيئة المواطنين، التي يشترك فيها المواطنون بكثافة من أجل جعل مجتمعاتنا وأمتنا أكثر أمنًا، وأقوى، وأفضل تجهيزًا. أمانًا جميعًا دور الحفاظ على بلدنا آمن من حالات الطوارئ بكل أنواعها. تعمل هيئة المواطنين بجد لمساعدة المواطنين في أن يكونوا مستعدين، ومدربين، ومتوعين في مجتمعاتهم الخاصة. تفضل بزيارة الموقع www.citizencorps.gov للحصول على المزيد من المعلومات والمشاركة.