

في حالة حدوث كارثة أو حالة طارئة أخرى، سواء كانت طبيعية أو من صنع الإنسان، قد لا تكون المصادر التي عادة ما نعتمد عليها، متاحة بسهولة لنا.

باعتبارك فردًا وفردًا بأسرة وفردًا بمجتمعك، من الضروري أن تتبع بضع خطوات أساسية لكي تكون على استعداد؛ قد تعتمد حياتك وحياة من تحب على تلك الخطوات.

## عليك اتباع 4 خطوات بسيطة لتصبح مستعدًا

### 1 ضع خطة للطوارئ

قد تقع حالات طارئة في أي مكان. ضع خطة للعمل بها في منزلك. ولكن عليك أيضًا معرفة الخطط المتبعة في مكان عملك أو أي مكان آخر قد تمضي فيه وقتًا أنت وأسرته. تأكد من تضمين بيانات الاتصال المحلية والمستخدمة خارج المدينة في حالة الطوارئ للأصدقاء وأفراد الأسرة.

### 2 اصنع حقيبة معدات للطوارئ

عادةً في حالة الطوارئ، قد لا تعمل خدمة الكهرباء أو التدفئة أو مكيف الهواء أو الهاتف. كن على استعداد للاعتماد على نفسك في هذا الوضع لمدة لا تقل عن 7-10 أيام أو ربما فترة أطول. احرص على معرفة أدوات وإمدادات الطوارئ التي يجب عليك التزود بها.

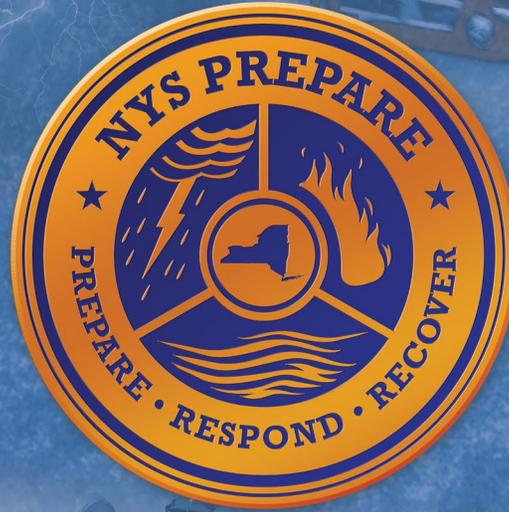
### 3 اعرف

قم بتسجيل الدخول على NY-ALERT عبر موقع [www.nyalert.gov](http://www.nyalert.gov) وذلك لتلقي إخطارات بالطوارئ. كذلك، تعرف على المصادر الأخرى التي يمكنها إمدادك بأحدث المعلومات أثناء حالات الطوارئ. احرص على متابعة الأخبار، وكن على دراية بما يجري حولك.

### 4 شارك

كن كريماً وشارك بجزء من وقتك. تعرف على أنواع البرامج التطوعية الموجودة في مجتمعك.

## ولاية نيويورك



## برنامج إعداد المواطن (CITIZEN PREPAREDNESS PROGRAM)

Kathy Hochul

نيلاولا مكها

## قائمة بلوازم الطوارئ لحقيبة مجموعة معدات الطوارئ

اصنع حقيبة معدات للطوارئ: يجب أن يحمل كل فرد من أفراد أسرتك حقيبة شخصية تحتوي على مجموعة معدات الطوارئ. يجب أن تكون حقيبة مجموعة معدات الطوارئ متينة وتحتوي على مواد غذائية وماء وأدوية ومواد استهلاكية أخرى تكفي لمدة ثلاثة أيام. يجب أن تحتوي حقيبة إمدادات الطوارئ الخاصة بك على الأغراض التالية:

- حقيبة ظهر تُستخدم عند الإخلاء
- شاش مقاس 4 بوصات x 4 بوصات
- شاش مقاس 5 بوصات x 9 بوصات يستخدم في حالة الرضوح
- ضمادة مرنة
- لفة من الشريط الطبي
- مناديل معقمة
- زجاجة من محلول الملح
- قفازات طبية
- لاصقات طبية متنوعة
- صفاة
- قفازات العمل
- نظارة واقية
- بطانية الطوارئ
- بطاريات إضافية
- قناع الوقاية من الغبار
- مناديل مُطَهَّرة
- فتاحة علب يدوية
- مصباح يدوي - يتضمن بطاريات
- زردية متعددة الأدوات
- راديو للطوارئ يعمل بتدوير الكرنك
- سترة عاكسة
- حقيبة نوم

لمزيد من المعلومات، زر  
[Prepare.NY.gov](http://Prepare.NY.gov)

## أغراض أساسية أخرى

### اعتبارات:

- احتياجات الرضع / الأطفال
- اعتبارات لذوي الإعاقة أو الاحتياجات الخاصة
- اعتبارات للحيوانات الأليفة، تتضمن الإخلاء والإيواء

### اعتبارات طبية:

- بطاقة المعلومات الصحية
- الأدوية، الوصفات الطبية
- الوثائق الطبية
- بطاريات لساعات الأذن الطبية
- تأكد من أن وسائل المساعدة في المشي وأنابيب الأكسجين وإمدادات الطوارئ الأخرى يسهل الوصول إليها

### وثائق مهمة:

- بطاقة الضمان الاجتماعي
- سجلات التطعيم
- معلومات حول الحساب المصرفي والنقدي
- معلومات حول صندوق حفظ الودائع
- معلومات حول حساب بطاقة الائتمان، متضمنة أرقام الهواتف المجانية (أرقام الـ 800)
- قائمة بالبضائع والأثاث المنزلي القيم

### نسخ طبق الأصل من:

- بوليصات التأمين
- الوصايا، سجلات الأسرة
- جوازات السفر
- الحجج
- شهادات الأسهم/السندات
- أرقام الهاتف وعناوين البريد الإلكتروني

## الجزء الثاني النظافة والصحة

- معجون أسنان وفرشاة أسنان
- منتجات نظافة وصحة المرأة
- مُطهر اليدين
- أكياس قمامة
- أكياس بلاستيكية قابلة لإعادة الإغلاق (حجم يسع ربع جالون)
- أدوية (تكفي لمدة 10 أيام)
- ورق تواليت
- مناشف
- صابون وشامبو ومزيل للعرق خاصين بالرحلات
- قطع ملابس أخرى للتغيير

## الجزء الثالث الأدوات

- مصباح مزود بصمام ثنائي باعث للضوء مع وجود بطاريات
- عصيان مضيئة
- شريط لاصق
- خرائط محلية
- عيدان ثقاب مقاومة للماء
- قلم حبر وقلم رصاص
- قلم غير قابل للمسح
- شاحن للهاتف المحمول
- حامل ووثائق

يرجاء إضافة العناصر المهمة لحقيبتك أسبوعياً والبدء في عمل حقيبة لكل فرد من أفراد أسرتك. احرص على تلبية الاحتياجات الفردية لكل فرد من أفراد الأسرة وتضمينها في حقائبهم الشخصية. احرص على إضافة أداة تسلية في حقيبتك مثل كوتشينة أو كتاب ورقي الغلاف. الأهم من ذلك هو أن تتأكد من تغيير أغراض المؤن الخاصة بك سنوياً.

## الجزء الأول المؤن

- مؤن من المواد الغذائية غير القابلة للتلف تكفي لمدة 7-10 أيام
- أقراص تنقية المياه
- كمية من المياه تكفي لمدة 7-10 أيام (جالون من الماء لكل فرد، يومياً)
- حاوية مياه قابلة للطهي
- أطعمة معلبة جاهزة للأكل
- حلوى
- أدوات تناول الطعام
- مأكولات منح الطاقة

لمزيد من  
المعلومات، زر  
[Prepare.NY.gov](http://Prepare.NY.gov)

