

تجهيز المستلزمات الضرورية. إعداد خطة الإخلاء. الإحاطة بآخر المستجدات.

يُعد التأهب للكوارث وغيرها من حالات الطوارئ المحتملة أمرًا مهمًا، فقد تحدث كوارث طبيعية وبشرية فجأة في أي وقت وفي أي مكان. وثمة ثلاث طرق من شأنها أن تُحدث فرقًا عند التصدي للكوارث، وهي: تجهيز المستلزمات الضرورية. إعداد خطة الإخلاء. الإحاطة بآخر المستجدات.

قائمة الصليب الأحمر الأمريكي المرجعية للوقوف على مدى التأهب للكوارث

- معرفة أنواع حالات الطوارئ أو الكوارث التي من المرجح أن يواجهها المجتمع المحلي.
- تلقي فرد من الأسرة على الأقل تدريبًا على الإنعاش القلبي الرئوي/استخدام جهاز مزيل الرجفان الخارجي الآلي.
- إعداد خطة لحماية الأسرة عند مواجهة الكوارث والتدريب عليها.
- المساهمة في مساعدة المجتمع المحلي في التأهب لمواجهة الكوارث.
- تجهيز المستلزمات اللازمة للتأهب لحالات الطوارئ.

إعداد الخطة الإخلاء



- الاجتماع بالعائلة أو بأفراد الأسرة.

• يناقش أفراد العائلة فيما بينهم كيفية التأهب لحالات الطوارئ، التي من المرجح أن تقع في المكان الذي يعيشون ويتعلمون ويعملون ويلهون فيه، والاستجابة لها.

- يتم تحديد مسؤوليات كل فرد من أفراد الأسرة ووضع خطة للعمل الجماعي.

• يتم وضع خطة لكيفية الاستجابة لحالات الطوارئ في حالة غياب أحد أفراد الأسرة نظرًا لالتحاقه بالجيش أو سفره في رحلات عمل طويلة بصفة دائمة.

• إذا كان أحد أفراد الأسرة من ذوي الاحتياجات الخاصة أو الوظيفية، بما فيها الإعاقة، يتم في هذه الحالة وضع خطة إخلاء شاملة مسبقة بمساعدة الأسرة ومقدمي الرعاية والقائمين على رعايته، حسب الاقتضاء. وتتم تعبئة تقييم شخصي للقدرات الوظيفية والاحتياجات المحتملة في أثناء حالات الطوارئ أو الكوارث وبعدها، ويتم إنشاء شبكة دعم شخصية لتقديم المساعدة والدعم.

الخطوات التي ينبغي اتخاذها في حالة انفصال أفراد الأسرة بعضهم عن بعض خلال إحدى حالات الطوارئ

- يتم اختيار مكانين ليتجمع أفراد الأسرة فيهما—

1. المكان الأول للتجمع يقع بجوار المنزل مباشرة في حالة وقوع إحدى حالات الطوارئ المفاجئة، على سبيل المثال اندلاع حريق.

2. المكان الثاني للتجمع يقع خارج الحي في حالة تعذر العودة إلى المنزل أو المطالبة بإخلاء المنطقة.

تتم مراعاة أي عقبات قد يواجهها أفراد الأسرة الذين يستخدمون الأجهزة المساعدة على الحركة في أثناء تنقلهم.

تجهيز المستلزمات الضرورية



يتم تجهيز المستلزمات الضرورية الموضحة أدناه على الأقل.

يتم الاحتفاظ بالمستلزمات اللازمة في حقيبة سهلة الحمل مخصصة للتأهب لحالات الطوارئ حتى يتسنى استخدامها في المنزل أو حملها عند الإخلاء.

- المياه: جالون واحد للفرد في اليوم (كمية من المياه تكفي لمدة ثلاثة أيام في حالة الإخلاء ولمدة أسبوعين في حالة البقاء في المنزل) • المواد الغذائية: مواد غذائية غير قابلة للتلف وسهلة التحضير (كمية تكفي لمدة ثلاثة أيام في حالة الإخلاء ولمدة أسبوعين في حالة البقاء في المنزل) • مصباح يدوي • مذباح يعمل بالبطاريات أو يتم شحنه باستخدام ذراع تدوير يدوية (وثبت عليه محطة "NOAA" لتوقعات الطقس، إن أمكن) • بطاريات إضافية حقيبة إسعافات أولية • أدوية (صرفية تكفي لمدة 7 أيام) • ومستلزمات طبية أدوات متعددة الأغراض • مستلزمات المواد الصحية والنظافة الشخصية نسخ من الوثائق الشخصية (قائمة الأدوية والمعلومات الطبية ذات الصلة ووثيقة إثبات العنوان وسند ملكية المنزل أو عقد إيجاره وجوازات السفر وشهادات الميلاد وبوالص التأمين) • صور رقمية حديثة لأفراد الأسرة يتم تحديثها كل ستة أشهر، لا سيما للأطفال • هاتف محمول وشواحن • معلومات عن الأسرة وجهات الاتصال في حالات الطوارئ • مبالغ مالية نقدية إضافية • بطانية مخصصة لحالات الطوارئ • خريطة (خرائط) للمنطقة

تتم مراعاة احتياجات جميع أفراد الأسرة وإضافة المستلزمات اللازمة إلى الحقيبة. فيما يلي بيان بعض المستلزمات الإضافية المقترحة للمساعدة في تلبية الاحتياجات الإضافية:

- المستلزمات الطبية (أجهزة تقوية السمع وبطاريات إضافية ونظارات وعدسات لاصقة وحقق وعكاز) • مستلزمات الأطفال (رضعات وحليب أطفال وأغذية الأطفال وحفاضات) • ألعاب وأنشطة للأطفال • مستلزمات الحيوانات الأليفة (طوق ورباط وبطاقة تعريفية وطعام الحيوانات الأليفة وحامل ووعاء) • أجهزة إرسال واستقبال لاسلكية نسخ إضافية من مفاتيح السيارة والمنزل • فتّاحة يدوية

يتم الاحتفاظ بالمستلزمات الإضافية التالية في المنزل أو في حقيبة الطوارئ بناءً على أنواع الكوارث الشائعة في المنطقة:

- صافرة • كامات من النوع "N95" أو كامات جراحية • أعواد ثقاب • عدة المطر • مناشف • قفازات العمل • معدات/مستلزمات تأمين المنزل • ملابس إضافية وقبعة وأحذية متينة • أغطية بلاستيكية • شريط لاصق • مقص • مبيض • سائل منزلي • مستلزمات الترفيه • بطانيات أو أكياس النوم • كريم واقي من الشمس • طارد للحشرات

- يتم اختيار شخص من خارج المنطقة للاتصال به في حالات الطوارئ، لأنه قد يكون من الأسهل إرسال رسالة نصية أو الاتصال من موقع خارج المنطقة إذا كان هناك ضغط كبير على خطوط الهاتف المحلية أو إذا كانت خارج الخدمة. ويلتزم جميع أفراد الأسرة بحفظ معلومات الاتصال الخاصة بهذا الشخص وتدوينها أو تسجيلها في هواتفهم المحمولة.
- يتم اختيار طرق الاتصال البديلة (البريد الإلكتروني، والرسائل النصية، والمكالمات الهاتفية، والبريد من خلال طرف خارجي، وما إلى ذلك).

الخطوات التي ينبغي اتخاذها في خطة الإخلاء

- يتم تحديد المكان الذي سيتم التوجه إليه وطريق الوصول إليه، سواء كان فندقاً أو نزلاً أو مكاناً آمناً يقيم فيه الأصدقاء أو الأقارب أو أماكن الإيواء، حسب الاقتضاء.

يرجى تنزيل [تطبيق الصليب الأحمر لحالات الطوارئ](#) أو زيارة الموقع الإلكتروني redcross.org والبحث عن تطبيق حالات الطوارئ.



يقدم هذا التطبيق نصائح من خبراء حول كيفية التأهب للكوارث والاستجابة لها ويحتوي على خريطة بأماكن الإيواء المتاحة التابعة للصليب الأحمر.

- يتم اختيار مكان بديل على الأقل ليتم التوجه إليه في حالة تعذر الوصول إلى المكان الذي وقع عليه الاختيار.

- يتم التدريب على عملية إخلاء المنزل مرتين في السنة. وقيادة السيارة على طريق الإخلاء المخطط له ويتم اختيار طرق بديلة في الخريطة لسلكها في حالة تعذر المرور من الطرق الأخرى. ويتم التأكد من معرفة جميع أفراد الأسرة لطريق الإخلاء والطرق البديلة ومكان التجمع الأساسي والبديل.

- يتم وضع خطة مسبقة للحيوانات الأليفة، حيث يتم الاحتفاظ بقائمة لأرقام النزل/الفنادق وأماكن الإيواء التي تستقبل الحيوانات الأليفة على طول طرق الإخلاء.

بطاقات جهات الاتصال في حالات الطوارئ لجميع أفراد الأسرة

Emergency Contact Card	People to Call or Text in an Emergency
Name: _____	_____
Phone: _____	_____
Home Address: _____	_____

يمكنكم الحصول على بطاقتكم عبر الإنترنت من خلال الضغط [هنا](#) أو زيارة الموقع الإلكتروني redcross.org والبحث عن بطاقة جهات الاتصال في حالات الطوارئ.

- يتم إصدار بطاقة لكل فرد من أفراد الأسرة.
- تشمل البطاقة بيانات الاتصال الخاصة بكل فرد من أفراد الأسرة، على سبيل المثال محل العمل والمدرسة وأرقام الهواتف المحمولة.
- يتعين التأكد من أن جهات الاتصال الخاصة بالأقارب تشمل أسماء مألوفة (الجد، الخالة (العمة)، وما إلى ذلك) بالإضافة إلى الأسماء الفعلية عند إصدار بطاقات للأطفال.
- يمكن طي البطاقة ووضعها في الجيب أو المحفظة أو حقيبة اليد.
- يتم حمل البطاقة بحوزة مالكها ليتم الرجوع إليها عند وقوع الكوارث أو حالات الطوارئ الأخرى.

الإحاطة بأخر المستجدات



معرفة أنواع الكوارث أو حالات الطوارئ التي قد تواجهها المنطقة.

تتباين الكوارث وحالات الطوارئ، فمنها ما قد يؤثر في أسرة بعينها وأفرادها، على سبيل المثال حرائق المنازل أو حالات الطوارئ الطبية، ومنها ما قد يؤثر في المجتمع المحلي ككل، على سبيل المثال الزلازل أو الفيضانات.

إبلاغ الأسر عن سلامة أفرادها

يمكنكم إبلاغ أسركم من خلال [موقع منظمة الصليب الأحمر الأمريكي المخصص للإبلاغ عن سلامة الأفراد وأمنهم](#) أو من خلال زيارة الموقع الإلكتروني redcross.org والبحث عن قائمة الأفراد الناجين والأمينين. وينبغي إدراج هذا الموقع في خطة جهات الاتصال في حالات الطوارئ التي يتم إعدادها. ويمكن هذا الموقع الأشخاص الموجودين في المنطقة المتضررة من الكارثة من تسجيل أنفسهم في "قائمة الأشخاص الناجين والأمينين" حتى يتسنى لأسرهم وأصدقائهم اللقنين بشأنهم الذين يعرفون أرقام هواتفهم أو عناوينهم البحث عن الرسائل التي ينشرونها بعد التسجيل في الموقع. وإذا تعذر عليكم الاتصال بالإنترنت، يمكنكم الاتصال بالرقم **1-800-RED CROSS** لتسجيل أنفسكم وتسجيل أسركم.