

دليل الاستجابة  
**Fairfax County**  
 لحالات الطوارئ  
 المجتمعية

2019  
 عربي



# الكوارث تحدث

## لا تحدث كثيرًا ولا تحدث في كل مكان، لكنها بالتأكيد تحدث أحيانًا وتحدث في مكان ما.

في بعض الحالات يمكن التنبؤ بها، لكن في حالات أخرى يكون الأمر مستحيلًا. فالزوابع  
تعصف والأعاصير تضرب اليابسة والفيضانات تفيض والنيران تشتعل والمرافق تتعطل  
والإرهابيون يشنون هجمات إرهابية.

ولكن بالتخطيط والاستعداد، يمكنك إحداث فرق. فيمكنك الحد من تأثيرات الكارثة فيك  
وفي عائلتك ومجتمعك. حيث يمكنك إنقاذ الأرواح والمنازل وموارد كسب الرزق.

يُعد مكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County موردًا للمجتمع. تتمثل مهمتنا في جعلنا  
جميعًا أكثر استعدادًا لمواجهة جميع الأخطار وأكثر قدرة على الصمود أمامها. ففي أوقات  
الأزمات، يتعين على الحكومة التركيز على أولئك الذين يواجهون خطرًا فادحًا. وكلما كان  
الجميع مستعدين بشكل أفضل، كانت النتائج أفضل لنا جميعًا.

بانتهانك من القراءة إلى هذا الحد، تكون قد اتخذت بالفعل الخطوة الأولى في الاستعداد  
لغير المتوقع. والآن حان الوقت لوضع خطة وإعداد حقيبة المستلزمات والمساعدة على  
إعداد أسرتك ومجتمعك.



تفضل بزيارة [www.fairfaxcounty.gov/emergency/readyfairfax](http://www.fairfaxcounty.gov/emergency/readyfairfax) للحصول على مزيد من الموارد  
والمعلومات المفيدة.





# جدول المحتويات

|     |  |
|-----|--|
| 9   | مقدمة: ما أهمية وضع خطة؟   |
| 11  | أنت ومكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County                        |
| 13  | الأخطار في Fairfax County  |
| 14  | "المراحل الأربع" لإدارة الطوارئ                                  |
| 17  | الاستعداد (قبل حالة الطوارئ)                                     |
| 27  | الاستجابة (أثناء حالة الطوارئ)                                   |
| 31  | التعافي (بعد حالة الطوارئ)                                       |
| 35  | التخفيف (قبل حالة الطوارئ وبعدها)                                |
| 37  | ملحقات الأخطار   |
| 55  | الملاحق  |
| 56  | أ. برامج/فرص التطوع  |
| 58  | ب. وضع خطة استعداد لعائلتك (نموذج)                               |
| 66  | ج. وضع خطة استعداد لمؤسستك التجارية (نموذج)                      |
| 78  | د. 5 خطوات لاستعداد الحي (كيفية القيام بذلك)                     |
| 96  | هـ. 5 خطوات لاستعداد المجتمع:<br>خطة مواجهة الكوارث للحي (نموذج) |
| 116 | و. 5 خطوات لاستعداد الحي: الاستبيان الخاص بالحي                  |
| 122 | ز. القائمة المرجعية لتحقيق مستلزمات الطوارئ                      |

ساعدنا على تحسين هذا المستند عن طريق إجراء الاستبيان عبر الإنترنت على الرابط التالي وتنزيل نسخة رقمية منه:

[www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/cerg](http://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/cerg)

## معلومات الاتصال المهمة

| جهات الاتصال في حالات الطوارئ |                 |  |
|-------------------------------|-----------------|--|
| الوكالة                       | رقم الهاتف      | موقع الويب   |
| الطوارئ (الشرطة أو الإطفاء)   | +1-911          |  |
| رسالة إلى +1-911              | +1-911          |  |
| الشرطة - الطوارئ خارج المنطقة | +1-703-691-2233 | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/police">www.fairfaxcounty.gov/police</a> |
| مركز مكافحة السموم            | +1-800-222-1222 | <a href="http://www.aapcc.org/">www.aapcc.org/</a>                             |

| جهات الاتصال في الحالات غير الطارئة |                                       |  |
|-------------------------------------|---------------------------------------|--|
| الوكالة                             | رقم الهاتف                            | موقع الويب   |
| الشرطة - الحالات غير الطارئة        | +1-703-691-2131                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/police">www.fairfaxcounty.gov/police</a>                           |
| الشرطة - حلالو الجرائم              | +1-703-691-8888                       | <a href="http://www.fairfaxcrimesolvers.org/">www.fairfaxcrimesolvers.org/</a>                           |
| إدارة الإطفاء والإنقاذ              | +1-703-246-2126                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/fire-ems/">www.fairfaxcounty.gov/fire-ems/</a>                     |
| الهاتف النصي/جهاز الاتصالات للسم    | +1-703-877-3715<br>أو +1-571-350-1939 |  |
| مكتب إدارة الطوارئ                  | +1-571-350-1000                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement">www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement</a> |
| الأشغال العامة والخدمات البيئية     | +1-703-324-5033                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/dpwes">www.fairfaxcounty.gov/dpwes</a>                             |
| إدارة الصحة                         | +1-703-246-2411                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/health">www.fairfaxcounty.gov/health</a>                           |
| ملجأ الحيوانات                      | +1-703-830-1100                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/animalshelter/">www.fairfaxcounty.gov/animalshelter/</a>           |
| Fairfax Alerts                      |                                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/alerts">www.fairfaxcounty.gov/alerts</a>                           |
| مدونة الطوارئ                       |                                       | <a href="http://www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog">www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog</a>           |
| قسم شرطة Herndon                    | +1-703-435-6846                       |  |
| قسم شرطة Vienna                     | +1-703-255-6366                       |  |
| شرطة مدينة Fairfax                  | +1-703-385-7924                       |  |

| موارد المرافق                          |                 |  |
|--|-----------------|--|
| الوكالة                                | رقم الهاتف      | موقع الويب   |
| Fairfax Water                          | +1-703-698-5613 | <a href="http://www.fairfaxwater.org">www.fairfaxwater.org</a>       |
| Dominion Energy                        | +1-866-366-4357 | <a href="http://www.dom.com">www.dom.com</a>                         |
| Northern Virginia Electric Cooperative | +1-703-335-0500 | <a href="http://www.novec.com">www.novec.com</a>                     |
| Washington Gas                         | +1-800-752-7520 | <a href="http://www.washgas.com">www.washgas.com</a>                 |
| Columbia Gas of Virginia               | +1-800-544-5606 | <a href="http://www.columbiagasva.com">www.columbiagasva.com</a>     |
| Comcast                                | +1-800-934-6489 | <a href="http://www.comcast.com">www.comcast.com</a>                 |
| Cox Communications                     | +1-703-480-2830 | <a href="http://www.cox.com">www.cox.com</a>                         |
| Verizon                                | +1-800-837-4966 | <a href="http://www.verizonwireless.com">www.verizonwireless.com</a> |
| AT&T                                   | +1-800-288-2020 | <a href="http://www.att.com">www.att.com</a>                         |

في حالات الطوارئ أو ما يتعلق  
بسلامة الأشخاص،  
**اطلب 911**



| الموارد الإقليمية       |            |  |
|-------------------------|------------|--|
| المورد                  | رقم الهاتف | موقع الويب   |
| Capital Alerts          |            | <a href="http://www.Capitalert.gov">www.Capitalert.gov</a>   |
| ReadyNOVA               |            | <a href="http://www.ReadyNOVA.org">www.ReadyNOVA.org</a>     |
| إدارة النقل في Virginia | 511        | <a href="http://www.511virginia.org">www.511virginia.org</a> |
| 211                     | 211        | <a href="http://www.211virginia.org">www.211virginia.org</a> |
| Virginia Relay          | 711        | <a href="http://varelay.org">varelay.org</a>                 |

| الموارد الوطنية                          |  |  |
|--|--|--|
| المورد                                   |  | موقع الويب   |
| American Red Cross                       |  | <a href="http://www.RedCross.org">www.RedCross.org</a>                       |
| الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) |  | <a href="http://www.FEMA.gov">www.FEMA.gov</a>                               |
| مراكز مكافحة الأمراض واتقائها            |  | <a href="http://www.cdc.gov">www.cdc.gov</a>                                 |
| Ready                                    |  | <a href="http://www.Ready.gov">www.Ready.gov</a>                             |
| Citizen Corps                            |  | <a href="http://www.ready.gov/citizen-corps">www.ready.gov/citizen-corps</a> |
| الأرصاد الجوية الوطنية                   |  | <a href="http://www.weather.gov">www.weather.gov</a>                         |
| المركز الوطني للأعاصير                   |  | <a href="http://www.nhc.noaa.gov">www.nhc.noaa.gov</a>                       |

| موارد الاسترداد   |  |  |
|---|--|--|
| المورد  | نوع المورد   | موقع الويب   |
| أهلية برنامج المساعدة في حالات الكوارث، بما في ذلك الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) | المساعدة في حالات الكوارث  | <a href="http://www.disasterassistance.gov/">www.disasterassistance.gov/</a> |
| وكالة حماية البيئة  | التنظيف بعد الفيضانات/<br>الوقاية من العفن                                     | <a href="http://www.epa.gov">www.epa.gov</a>                                 |
| إدارة السلامة والصحة المهنية  | التنظيف بعد الأخطار  | <a href="http://www.osha.gov">www.osha.gov</a>                               |
| وزارة العمل   | مساعدات البطالة التي نشأت عن الكوارث   | <a href="http://www.dol.gov">www.dol.gov</a>                                 |
| دائرة الإيرادات الداخلية  | المساعدة في حالات الكوارث والإغاثة في حالات الطوارئ للأفراد والمؤسسات التجارية | <a href="http://www.irs.gov">www.irs.gov</a>                                 |
| إدارة المشاريع الصغيرة  | المساعدة بتقديم القروض في حالات الكوارث  | <a href="http://www.sba.gov">www.sba.gov</a>                                 |
| إدارة خدمات المواد المسببة للإدمان والصحة العقلية   | الصحة العقلية  | <a href="http://www.samhsa.gov/">www.samhsa.gov/</a>                         |

بدلاً من الاعتقاد أنه  
"لا يمكن أن يحدث هذا الأمر لي"،  
استخدم هذا الدليل للمساعدة على الاستعداد  
لحالات الطوارئ، حتى تعرف ما يجب القيام به  
عند حدوث الكوارث.





مقدمة:

# ما أهمية وضع خطة؟

تحدث الكوارث، ويمكن أن تؤثر فيك وفي عائلتك ومجتمعك. يتزايد عدد الكوارث التي تحدث في الولايات المتحدة كل عام، وذلك وفق الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA). تواجه Fairfax County العديد من الأخطار. يصعب التنبؤ ببعضها؛ كحدوث بعض الكوارث من دون أي تحذير على الإطلاق. ففي السنوات العديدة الماضية، واجه مجتمعنا عواصف هائلة وأعاصير وانقطاعات في التيار الكهربائي. وبدلاً من الاعتقاد أنه "لا يمكن أن يحدث هذا الأمر لي"، استخدم هذا الدليل للمساعدة على الاستعداد لحالات الطوارئ، حتى تعرف ما يجب القيام به عند حدوث الكوارث.

يشير نهج جميع الأخطار إلى التخطيط القابل للتطبيق على نطاق واسع بهدف الحد من الخطر الذي يهدد حياة الأفراد والممتلكات في مواجهة أي كارثة.

**القدرة على الصمود** هي قدرة الأفراد والمجتمعات والحكومات والكيانات والمؤسسات التجارية والأنظمة الاجتماعية على البقاء على قيد الحياة والتكيف والنمو – مهما كان نوع التحديات أو الكوارث التي يواجهونها.

## توفر خطة عمليات حالات

**الطوارئ** في المقاطعة أساس برنامج المقاطعة لإدارة حالات الطوارئ، بما في ذلك كل البرامج والإجراءات التي تهدف إلى إنقاذ الأرواح وتقليل الأضرار أثناء حدوث الكوارث وبعدها. يُعدّل دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ هذا خطة عمليات حالات الطوارئ ليستخدمها سكان المقاطعة. لمزيد من المعلومات، راجع الصفحة 12.

في حالة الطوارئ، المستجيبين الأوائل

لـ Fairfax County سوف يفعلون كل ما في وسعهم للرد على كل من هم في حاجه. في حالة الكارثة الكبيره ، الأولويه تكون للناس الأكثر حاجه و في اشد الظروف العصبيه. وهذا يعني اننا جميعا بحاجه إلى ان نكون مستعدين لان نكون "المستجيب الأول" الخاص بنا خلال الأيام الثلاثة إلى الخمسة الأولى بعد وقوع كارثة كبرى.

لهذا السبب من المهم جداً أن يكون لديك خطة طوارئ مكتوبة تدرّبت عليها في المنزل ولديك المستلزمات الضرورية في حالة احتياجك إلى مكان احتماء داخل منزلك أو إخلائه ومعرفة كيفية الحصول على معلومات عن حالة الطوارئ ومعرفة كيف تدعم مجتمعك من خلال مساعدة جيرانك.

عندما تستعد لمواجهة كارثة، يجب أن تتخذ ما يسميه المتخصصون في إدارة الطوارئ نهجاً شاملاً "الجميع الأخطار". وهذا يعني إجراء الاستعدادات العامة التي ستساعدك أنت وعائلتك وجيرانك – بغض النظر عن طبيعة حالة الطوارئ.



## يتولى مكتب إدارة

**الطوارئ** تنسيق خدمات تخفيف الكوارث والاستعداد لحالات الطوارئ والاستجابة لها والتعافي منها لصالح سكان Fairfax County. ويعمل مكتب إدارة الطوارئ أيضًا على دعم السكان في بناء قدرتهم على الصمود بمساعدتهم على الاستعداد لحالات الطوارئ.

لمزيد من المعلومات، راجع الصفحة 12.

سيقدم لك دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ هذا الأدوات التي ستحتاج إليها لمساعدتك في أن تصبح أكثر استعدادًا. فسيساعدك على إعداد:

عندما تكون مستعدًا، يساعدك ذلك كما يساعد مجتمعتك. فالعائلات والمؤسسات التجارية المستعدة ينتج عنها مجتمعات قادرة على الصمود. يمكن للسكان الذين يتمتعون بالقدرة على الصمود والاكتفاء الذاتي المحافظة على سلامتهم وأمانهم في حين تهتم أولى الجهات المستجيبة بالأشخاص الذين هم في أمس الحاجة إليها.

**جميعنا في المركب ذاته.**

- ◀ خطة طوارئ للعائلة.
- ◀ خطة استعداد للمؤسسة التجارية.
- ◀ خطة استعداد للحي.
- ◀ حقيبة مستلزمات الطوارئ.
- ◀ يتضمن الدليل أيضًا:
- ◀ معلومات جهة الاتصال في حالات الطوارئ موارد الاسترداد.
- ◀ الإجراءات المحددة التي يمكن ان تتخذها قبل واثاء وبعد المخاطر المحتمله في Fairfax County.
- ◀ قائمة بطرق المشاركة في مجتمعتك من خلال الجهود التطوعية.
- ◀ معلومات عن الصلات بينك وبين المتخصصين في إدارة الطوارئ في المقاطعة.

وفق أبحاث الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، يتوقع

**34%** من الأمريكيين

أن تساعدهم الحكومة خلال ثلاثة أيام من حدوث الكارثة.

وفق أبحاث الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، يتوقع

**73%**

أنهم سيعتمدون على عائلاتهم.

# أنت ومكتب إدارة الطوارئ FAIRFAX COUNTY في



باستخدام الموارد الموضحة في دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ، سيصبح سكان Fairfax County أكثر قدرة على الصمود والانتعاش الذاتي أثناء حالات الطوارئ.

تقدم المقاطعة، دعمًا لسكانها، خدمات أولى الجهات المستجيبة وموارد الاسترداد المؤثرة التي لا تقتصر على المطافئ وقوات الإنقاذ والشرطة، بل تشمل كذلك وزارة الصحة والخدمات العائلية والعديد من الوزارات الأخرى. يمكن طلب أصول فيدرالية أو على مستوى الولاية كذلك لدعم حالة الطوارئ في المقاطعة. يُسَقِّم مكتب إدارة الطوارئ في **Fairfax County (OEM) كل هذه الموارد.**

ينسق OEM كل خدمات تخفيف الأخطار والاستجابة والتعافي من الكوارث لسكان Fairfax County.

يعمل OEM Fairfax County أيضًا على دعم بناء قدرة السكان على الصمود من خلال الاستعداد لحالات الطوارئ قبل حدوثها. وهذا يشمل:

- Ready Fairfax (انظر أدناه)
- إرسال رسائل "Fairfax Alert" لإبقاء السكان على اطلاع على حالات الطوارئ
- التخطيط لحالات الطوارئ للوكالات الحكومية والسكان لعمليات حالات الطوارئ الشاملة، بما في ذلك الأشخاص ذوو الاحتياجات
- المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية واستمرارية العمليات
- إدارة برنامج Citizen Corps بالمقاطعة
- إجراء برامج تدريب وتمارين للوكالات الحكومية في Fairfax County وبالشراكة مع الحكومات والمؤسسات التجارية المحلية المجاورة.

## READY FAIRFAX

مثل أدوات الطالب للتخطيط لحالات الطوارئ (STEP) وعطلة نهاية الأسبوع للتوعية بالاستعداد (PAW) والبرامج الموسمية ووسائل التواصل الاجتماعي.

Ready Fairfax عبارة عن برنامج استعداد لمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County مُعد لتوعية أفراد المجتمع وتمكينهم من الاستعداد لحالات الطوارئ، بما فيها الكوارث الطبيعية أو التي يسببها الإنسان والاستجابة لها عند حدوثها والتعافي منها. يهدف البرنامج إلى تعزيز الاستعداد عن طريق المشاركة العامة. يتحقق هذا بالاستعانة ببرامج إرشادية

لمستلزمات الطوارئ؛ (4) وشارك في مجتمعك باتخاذ إجراءات الاستعداد لحالات الطوارئ.

يطلب منك برنامج Ready Fairfax أنت وجيرانك اتخاذ أربعة إجراءات: (1) ابقَ على اطلاع على الأنواع المختلفة لحالات الطوارئ محتملة الحدوث وكيفية الاستجابة لها كما ينبغي؛ (2) وضع خطة طوارئ؛ (3) وجَهِّز حقيبة

يمكن أيضًا الاطلاع على خطط حالات الطوارئ في المقاطعة على موقع ويب OEM: <https://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/emergency-plans>

## خطط طوارئ OEM

### خطة تخفيف الأخطار

تحدد خطة تخفيف الأخطار في شمال Virginia (المصدق عليها من قبل مجلس المشرفين في Fairfax County) الأخطار وتضع إستراتيجيات التخفيف وتحدد المشاريع التي من شأنها أن تساعد في الاستعداد للكوارث الطبيعية والحد من تأثيراتها. تساعد هذه الخطة المقاطعة على فهم الأخطار التي تهددها بشكل أعمق والإستراتيجيات التي يمكن أن تتبعها للحد من تأثير هذه الأخطار.

### استمرارية خطط العمليات

تساعد استمرارية خطة العمليات على ضمان تمكُّن قادة المجتمع والمؤسسات التجارية المحلية والوكالات الحكومية من مواصلة الوظائف الأساسية والعمليات والأنشطة الداعمة دون انقطاع يُذكر وخاصة أثناء حدوث تعطيل أو تهديد بحدوث تعطيل. يضمن التخطيط للاستمرارية أن تتمكن كل منظمات المقاطعة من أداء مهامها الأساسية في ظل كل التهديدات والظروف. (لا يكون الوصول إلى خطط الاستمرارية متاحًا للعمامة بطبيعة الحال). يستخدم مخطوط الأعمال والمجتمع مبادئ متماثلة في وضع خططهم الخاصة للقيام بتخطيط مستند إلى المخاطر من أجل الإتيان بخطط متكاملة ومتناسقة ومتزامنة.

يتعاون Fairfax County OEM مع شركائه لإعداد العديد من الخطط المهمة وذلك في إطار إعداد المجتمع للاستجابة لكل أنواع الأخطار. يمكن للسكان الوصول إلى خططنا الأساسية لحالات الطوارئ لتعزيز الفهم العام بعمليات المقاطعة قبل حدوث الكارثة وأثناءها وبعدها.

### خطة عمليات حالات الطوارئ (EOP)

توفر خطة عمليات حالات الطوارئ في Fairfax County أساس برنامج المقاطعة لإدارة حالات الطوارئ، بما في ذلك كل البرامج والإجراءات التي تهدف إلى إنقاذ الأرواح وتقليل الأضرار أثناء حدوث الكوارث وبعدها. تؤسس الخطة إطار العمل الذي يتم من خلاله إدارة حالات الطوارئ العظمى أيا كان نوع الخطر أو الكارثة. تحدد الخطة الأدوار والمسؤوليات لعمليات حالات الطوارئ فضلاً عن إرساء "مفهوم العمليات" في المقاطعة. ويتم مراجعتها سنويًا وتحديثها كل أربع سنوات على الأقل.

### خطة التعافي قبل الكوارث (PDRP)

تؤسس خطة التعافي قبل الكوارث في Fairfax County إطار عمل واحدًا شاملاً لإدارة التعافي من الكوارث العظمى التي تؤثر في المقاطعة. إن خطة التعافي قبل الكوارث (PDRP) مصممة لتوجيه إجراءات التعافي التي ينتج عنها مجتمع قادر على الصمود وآمن يسهل الوصول إليه فعليًا ومستدام وقوي اقتصاديًا.

يُعدّل دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ هذا خطة عمليات حالات الطوارئ ليستخدمها سكان المقاطعة.

# الأخطار في FAIRFAX COUNTY

تتمثل الخطوة الأولى لكي تصبح قادرًا على الصمود أمام الكوارث في معرفة الأخطار التي يجب الاستعداد لها، بغض النظر عما إذا كنت مقيمًا في المقاطعة أم مخططًا في مكتب إدارة الطوارئ أو الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA). تواجه المناطق المختلفة أنواعًا مختلفة من الكوارث. فيما يلي الأخطار الأكثر احتمالاً في Fairfax County، مصنفة حسب الخصائص المشتركة؛ لكنها ليست مرتبة وفق درجة خطورتها.

كل من هذه الأخطار لها خصائص مختلفة للمخاطر – فيمكن أن تتفاوت احتمالية حدوثها بين القليل والكثير؛ ويمكن أن تتفاوت شدة تأثيراتها عند الحدوث في الأرواح أو الممتلكات بين القليل والكثير؛ كما يمكن أن تكون محلية أو إقليمية أكثر؛ ويمكن أيضًا أن يتفاوت توقعها أو التنبؤ بها بين السهولة والصعوبة؛ ويمكن أن تحدث منفردة أو تثير بعضها لتكوّن مجموعة من "التداعيات".

يعني نهج الاستعداد الشامل "الجميع الأخطار" في Fairfax County اتخاذ الإجراءات التي تعمل على تحسين وضعك أثناء أي من هذه الأخطار أو بعدها، وخاصة: امتلاك خطة جيدة وتوافر المستلزمات (جاهزة لأخذها معك) ومعرفة كيفية الحصول على المعلومات.

## الأخطار الطبيعية:

- ◀ العواصف الرعدية
- ◀ الأعاصير أو العواصف الاستوائية
- ◀ الفيضانات
- ◀ العواصف الثلجية أو البرد القارس
- ◀ درجة الحرارة الشديدة
- ◀ الزوايع
- ◀ الزلازل
- ◀ جائحة الإنفلونزا

## الأخطار التي يسببها الإنسان

(بما في ذلك الحوادث والأفعال المتعمدة):

- ◀ الهجوم الإلكتروني
- ◀ الاضطرابات المدنية
- ◀ أعمال العنف/الإرهاب
- ◀ إطلاق المواد الخطرة
- ◀ الإطلاق الكيميائي أو البيولوجي أو الإشعاعي أو النووي
- ◀ انهيار السدود

## حالات الطوارئ "اليومية":

- ◀ حرائق المباني
- ◀ انقطاع التيار الكهربائي
- ◀ حالات الطوارئ الطبية

**المخاطر** عبارة عن مفهوم مستخدم في كل من إدارة حالات الطوارئ ومجال التأمين. فهو يصف إمكانية (احتمالية) حدوث خطر والأرواح والممتلكات التي تعترض مساره (التعرض) والاحتمالات التدميرية للخطر (التأثير).

للمزيد من المعلومات التفصيلية عن الأخطار في Fairfax County، راجع خطة تخفيف الأخطار في شمال Virginia ([www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/emergency-plans](http://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/emergency-plans))

للحصول على إرشادات موجزة حول ما يمكنك القيام به قبل هذه الأخطار وأثناءها وبعدها، انتقل إلى ملحقات الأخطار في هذا الدليل، بدءًا من الصفحة 38.



## المراحل الأربع

# إدارة الطوارئ



يُقَسَّم المتخصصون في إدارة الطوارئ مسؤولياتهم إلى أربع مراحل، وتُشكّل هذه المراحل دورة. تتطبق هذه الدورة المكونة من أربع مراحل عليك أيضًا. تبدأ بأنشطة **الاستعداد** التي تجعل المجتمع مستعدًا قبل حالة الطوارئ (بما في ذلك، التخطيط والتدريب والتمرين). وبعد ذلك تأتي إجراءات **الاستجابة** التي تساعد في حماية الأرواح والممتلكات أثناء حدوث الكارثة. وجهود **التعافي** وهي الطرق التي نعيد بها البناء بعد الحادثة. وتقلل مشاريع **التخفيف** الأخطار المستقبلية الناجمة عن الكوارث – حيث يمكن تنفيذ هذه المشاريع قبل حدوث الكارثة أو بعدها، ولكن يكمن الهدف منها في تحسين الظروف قبل الحدث التالي.

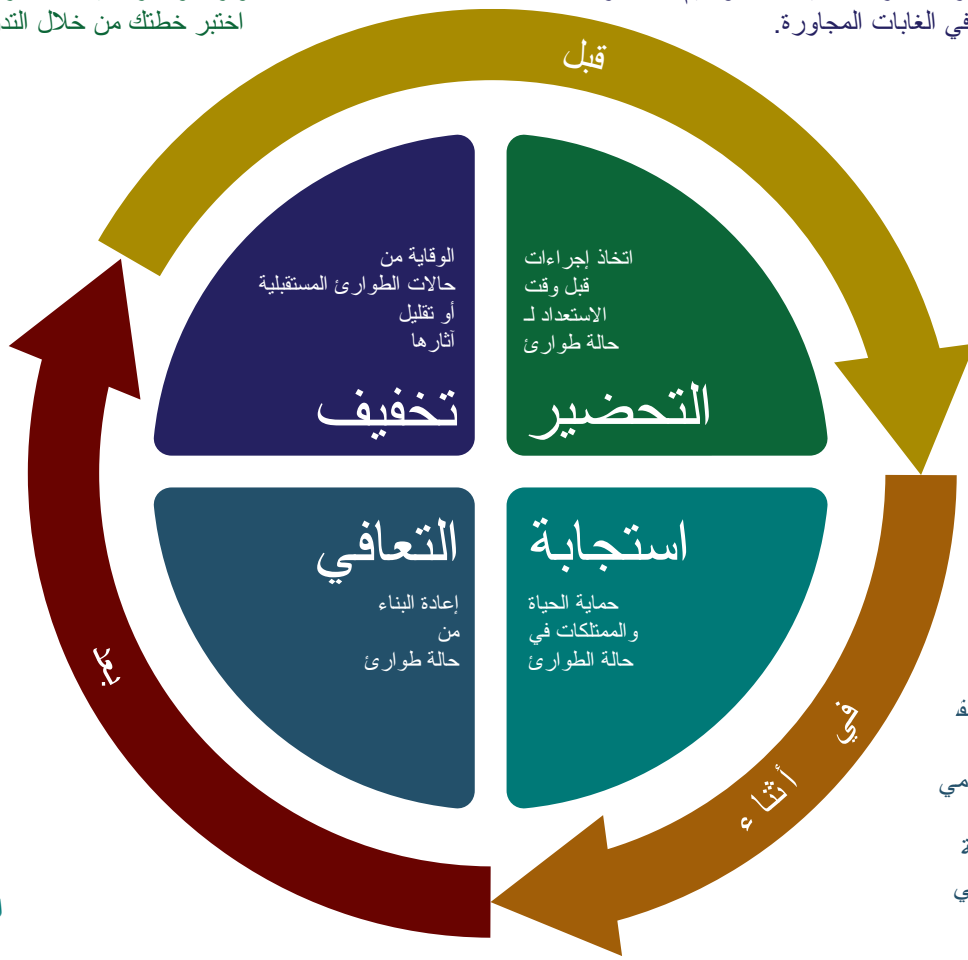
# "المراحل الأربع" لإدارة الطوارئ

الماهية: إجراءات تُتخذ بصورة استباقية للتخطيط والاستعداد للأخطار المحتملة. ماذا ستفعل؟ أين ستذهب؟ كيف ستتواصل؟

الكيفية: اكتب خطة طوارئ وجهز حقيبة المستلزمات وابق على اطلاع. اختبر خطتك من خلال التدريبات العائلية المرحية.

الماهية: أي نشاط يمكن أن يحد من تأثير الكوارث المحتملة.

الكيفية: التأمين على منزلك هو أحد أنشطة التخفيف. ومن هذه الأنشطة أيضاً رفع المنازل المعرضة للفيضانات وتقليم الأشجار أو حفر "حاجز نيران" في الغابات المجاورة.



الماهية: الإجراءات المتبعة للحفاظ على الأرواح والممتلكات في حالة الطوارئ. خططك ومساعدة مجتمعك والبقاء على اطلاع.

الكيفية: تشمل الأمثلة الاحتماء من الزوايح أو تنظيف صنادير إطفاء الحرائق من الثلوج أو إغلاق صمامات الغاز أثناء الزلزال.

الماهية: العودة إلى "الوضع الطبيعي مجد" أو الانتقال إلى حالة أدّ أمناً بعد حالة الطوارئ وتقييم الأضرار التي لحقت بك ومساعدة مجتمعك. الكيفية: التواصل مع مقدمي خدمات التأمين والتقدم بطلب المساعدات المالية للإصلاحات والتطوع في جهود إعادة الإعمار.







# الاستعداد

## (قبل حالة الطوارئ)

الاستعداد هو ما يمكننا القيام به جميعاً الآن لضمان أننا مستعدون للتعامل مع حالة الطوارئ.

خمس أيام. قد يمنحك أيضاً مستواك في الاستعداد القدرة على مساعدة الآخرين أثناء حدوث الكارثة. فمن خلال استعدادك، ستتمكن أولى الجهات المستجيبة من الاعتناء بأولئك الذين يواجهون أوضاعاً تُشكّل خطراً مباشراً على الحياة. إن الاستعداد ومعرفة ما يجب القيام به سيقبل من الخوف والقلق وقد يساعدانك على تجنب الخطر تماماً. إليك بعض النصائح حول كيفية الاستعداد الأمثل.

يتضمن الاستعداد الخطوات التي تتخذها قبل حدوث الكارثة، للتأكد من بقائك سالمًا وأمنًا أنت وعائلتك أثناء حدوث الكارثة وبعدها. إن وضع خطط الطوارئ والتعرّف على الموارد المتاحة أثناء حدوث الكارثة وبعدها والتدرّب على ما ستفعله في حالات الطوارئ هي عناصر أساسية في الاستعداد. أثناء حدوث الكارثة، قد لا تتمكن أولى الجهات المستجيبة المحلية من الوصول إليك على الفور. ولذا، يجب أن تكون مستعدًا لتحقيق الاكتفاء الذاتي لمدة لا تقل عن ثلاثة إلى

## الخطوة 1: وضع خطة طوارئ – والبدء بها الآن

### خطط الطوارئ للعائلة

سيساعدك الالتزام بالتخطيط الآن على الاستجابة لحالات الطوارئ في المستقبل. ضع خطة للعائلة. قبل حدوث أي حالة طارئة – عندما تكون "الأيام هادئة" – يجب عليك:

- الدعوة لاجتماع عائلي.
- مناقشة أكثر الأخطار المقلقة.
- تحديد الإجراءات الأساسية لكل كارثة محتملة.

- معرفة كيف ستحددون ما إذا كنتم ستحتضنون داخل مكان إقامتكم أم ستخلونهم، وأين ستجتمعون إذا لزم الأمر.
- مناقشة كيفية التواصل عند الانفصال.
- تحديد جهة اتصال خارج المنطقة في حالة عدم إمكانية استخدام خطوط الاتصال المحلية.
- اقرأ المزيد للحصول على مزيد من الإرشادات حول كل مسألة من هذه المسائل، بالإضافة إلى "اعتبارات التخطيط" الأخرى.

### التخطيط عندما تكون الأيام هادئة

"الأيام الهادئة" هو مصطلح يستخدمه المتخصصون في إدارة الطوارئ لوصف اليوم الخالي من الكوارث – دون حرائق، دون فيضانات، دون هجمات سيبرانية. أو بكلمات أخرى: الوقت الحاضر. فمن الأفضل دائمًا التخطيط عندما تكون الأيام هادئة، حيث يكون لديك الوقت والموارد والمعلومات. لكن التخطيط في الرمق الأخير أثناء الكارثة يُعد أمرًا صعبًا ومرهقًا وأقل فاعلية.

## افتراضات التخطيط

يتحدث متخصصو إدارة الطوارئ عن افتراضات التخطيط الظروف التي لا يمكننا التحكم بها أثناء حالة الطوارئ. عند إعداد خطة الطوارئ للعائلة، ينبغي افتراض ما يلي:

▶ انقطاع الكهرباء

▶ انقطاع المياه

▶ تعطل التبريد أو التدفئة

▶ صعوبة استخدام وسائل التواصل أو

تعطل صلاحيتها، ومن بينها: الهاتف

(إلا إذا كان لديك هاتف أرضي بكابلات

النحاس) والإنترنت وشبكة Wi-Fi

▶ صعوبة الحصول على الأموال أو

استحالة ذلك باستخدام بطاقات الائتمان

أو مكينات الصرف الآلي

▶ صعوبة الوصول إلى متاجر التجزئة،

ومن بينها الصيدليات أو استحالة ذلك

▶ انقطاع خدمات البريد أو توصيل

الطرود

▶ انقطاع خدمات جمع القمامة أو إعادة

تدويرها

▶ عدم إمكانية الحصول على مساعدة

خارجية

▶ افتراضك الأساسي: استعد للاكتفاء

الذاتي لمدة تتراوح بين ثلاثة أيام

وخمسة أو أكثر

أكانوا في المنزل أم في العمل أم في المدرسة، وكذلك كيفية التواصل مع بعضهم.

وأخيراً، حدّث المعلومات دائماً. يجب عليك تحديثها مرتين في السنة: عندما تُحدّث ساعتك على "التوقيت الشتوي" أو "التوقيت الصيفي".

عندما تنتهي من خطتك، احتفظ بنسخة مطبوعة في مكان آمن يسهل الوصول إليه ومعروف للجميع. احتفظ أيضاً بنسخة في حقيبة مستلزمات الطوارئ (داخل مكان الاحتماء وحقيبة التنقل والسيارة).

احرص على معرفة كل فرد من أفراد الأسرة بالخطة، حتى يعرفوا جميعاً ما يجب القيام به في حالة الطوارئ – سواءً

## القائمة المرجعية للتخطيط: الأساسيات

يجب أن تتناول كل خطة طوارئ للعائلة المعلومات الأساسية التالية:

▶ احتفظ بقائمة من الأرقام والمعلومات المهمة مثل مقدمي الخدمات الطبية وشركات التأمين ومقدمي خدمات المرافق وما إلى ذلك. واستخدم معلومات الاتصال المهمة الواردة في هذا المستند كإدراج.

▶ عليك معرفة مرافق منزلك، وتثّق مكان إغلاق المياه والغاز والكهرباء وكيفية إغلاقها بأمان؛ واعرف أي منها يمكنك إعادة تشغيله بنفسك (الكهرباء: نعم؛ المياه: إذا كنت تعرف كيف؛ الغاز: أبداً).

▶ حدّد شخصاً بوصفه جهة اتصال في حالة الطوارئ يعيش خارج مدينة Washington الكبرى وضواحيها. وهذا أمر مهم حتى يتمكن كل شخص يعيش معك من إبلاغه عن مكانه لمساءلته.

▶ ضع خطة للاتصالات في حالات الطوارئ. كجزء من خطة الطوارئ التي وضعتها، ناقش كيف ستتواصل عائلتك مع بعضها في حالات الطوارئ.

▶ املاً بطاقة اتصال لكل شخص يعيش معك. ضمّن مواقع لمكان الاجتماع المحلي في حالات الطوارئ ومكان الاجتماع خارج الحي الذي تقيم فيه. ضمّن أيضاً اسم جهة الاتصال في حالة الطوارئ ورقمه (أرقامه). للاطلاع على نموذج لبطاقة اتصال، تفصل بزيارة [www.ready.gov](http://www.ready.gov) أو الاتصال بمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County.

▶ في حالة الطوارئ، فكّر في إرسال رسائل نصية بدلاً من الاتصال. فقد تصل الرسالة النصية على عكس المكالمات الهاتفية.

▶ ابحث في الأصوات عبر الإنترنت مثل "الاستجابة للأزمات" على Facebook أو استخدم ميزة "التحقق من السلامة" للتواصل مع الأصدقاء والأحباء أثناء الأزمات.

▶ استخدم الإذارات والإشعارات في حالات الطوارئ. وحدّد كيف ستتلقى الإذارات والإشعارات في حالات الطوارئ.

سجّل مقدّمًا في أنظمة مثل Fairfax Alerts ([www.fairfaxcounty.gov/alerts](http://www.fairfaxcounty.gov/alerts)).

▶ حدّد أفضل طريقة للهروب من كل غرفة في منزلك.

احرص على معرفة كل شخص بكيفية الهروب في حالة حدوث حالة طوارئ.

▶ حدّد موقعاً للاحتماء داخل المنزل. يجب أن يكون هذا المكان غرفة داخلية بها القليل من النوافذ.

▶ اختر مكانين للاجتماع في حال اضطررت لمغادرة المنزل أو في حال عدم تمكّنك من العودة إليه:

« يجب أن يكون أحد المواقع خارج منزلك مباشرة (ربما في الجهة المقابلة من الشارع)، في حال حدوث حالة طارئة قصيرة الأجل.

« يجب أن يكون الموقع الثاني بعيداً عن الحي الذي تقيم فيه (ربما في منزل أحد الأصدقاء)، في حال لم تتمكن من العودة إلى المنزل أو كان عليك مغادرة الحي الذي تقيم فيه.

▶ أعد قائمة بالمستلزمات والأوراق المهمة. أعد قائمة

بالأشياء التي ستضمّننها في حقيبة التنقل. فكّر في أخذ

نسخ من المستندات المهمة (المستندات المالية ومستندات

التأمين وجوازات السفر وشهادات الميلاد ووثائق الزواج

والوصفات الطبية والمعلومات الطبية ورخص القيادة

وبطاقات الائتمان وما إلى ذلك). راجع "الخطوة 3: تجميع

حقيبة مستلزمات الطوارئ"، الصفحة 21.

## اعتبارات لذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول والاحتياجات الوظيفية والمسنين

إذا كنت تعاني أنت أو أحد أقاربك من إعاقة أو احتياجات متعلقة بإمكانية الوصول واحتياجات وظيفية، فجهّز خطتك لملاءمة هذه الاحتياجات. ومع أن احتياجات كل شخص وقدراته فريدة من نوعها، يستطيع كل شخص اتخاذ خطوات للاستعداد.

في Fairfax Alerts، يوجد سجل لذوي الاحتياجات الوظيفية. تستخدم Fairfax County السجل للتخطيط للطوارئ وإدارة الموارد والاتصالات. وأثناء الأزمات أو الطوارئ، تستخدم Fairfax County هذا النظام لتوصيل تنبيهات الطوارئ المهمة وإشعاراتها وتحديثاتها.

### قبل حالة الطوارئ

◀ سجّل في Fairfax Alerts وسجّل ذوي الاحتياجات الوظيفية.

◀ تعرف على كيفية الوصول إلى مدونة الطوارئ التابعة لـ Fairfax County للحصول على المعلومات أثناء الطوارئ.

◀ تابع عبر Facebook وTwitter حسابات @FairfaxCounty وFairfaxCountyReady@.

◀ دوّن معلومات مقدّم الرعاية ومعلومات جهة الاتصال في حالة الطوارئ.

◀ أنشئ شبكة دعم. فريق يمكن أن يساعدك على تحديد الموارد التي تحتاج إليها والحصول عليها. فريق يجب أن يستعد للاطمئنان على الأشخاص ليرى ما إذا كانوا بحاجة إلى المساعدة أم لا أثناء حالات الطوارئ. إذا كنت تستعين بمرافق للرعاية الشخصية، فتأكد مما إذا كانت الوكالة تبنى خطة للطوارئ. وهل تقدم خدماتها في مكان آخر إذا احتجت إلى الإخلاء؟

◀ حدد أين ستذهب في حالة الطوارئ.

◀ خطّط للحصول على أي مساعدة للوصول إلى ملجأ.

### أثناء حالة الطوارئ

◀ إذا كنت آمناً في مكانك، فابق حيث أنت!

◀ اتصل بأقاربك أو مقدم الرعاية لإعلامهم بمكانك. اختصر في المكالمات للحفاظ على عمر البطارية. استخدم الرسائل النصية والبريد الإلكتروني ووسائل التواصل الاجتماعي إن أمكن.

◀ شاهد التلفاز واستمع إلى الراديو أو تفعّل القنوات الرسمية على شبكات التواصل الاجتماعي لمتابعة الأخبار حال توافرها.

◀ إذا كنت بحاجة إلى الإخلاء، فخذ حقيبة التنقل والحيوانات الأليفة وأي مستلزمات أخرى معك.

### بعد حالة الطوارئ

◀ تفعّل المنطقة للتأكد من أمانها.

◀ تلقّ الإسعافات الأولية البدنية و/أو الإسعافات الأولية الخاصة بالصحة النفسية، عند الضرورة.

◀ تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

◀ إذا استخدمت عناصر من حقيبة التنقل، فتأكد من استبدالها.

◀ قيّم خطتك وعدّلها حسب الحاجة.



### اعتبارات للحيوانات الأليفة لا تنس حيواناتك

الأليفة عند وضع خطة الطوارئ.

ابحث عن فندق أو ملجأ يسمح بوجود الحيوانات الأليفة

أو منزل أحد الأصدقاء. ستوفر Fairfax County

ملجأ للحيوانات الأليفة إذا تطلب الموقف ذلك. أحضر

قفصاً لأي شيء بخلاف القطط أو الكلاب! لا تترك

الحيوانات الأليفة في المنزل إذا قمت بإخلائه. إذا لم تتمكن من العودة إلى منزلك، فحدد سابقاً منزل صديق أو جار محل ثقة يمكنه استرداد حيوانك الأليف أو رعايته. ولا تنس - سيحتاج هذا الشخص إلى المفتاح وإلى معرفة أين تحتفظ بمستلزمات حيواناتك الأليفة.

تأكد من ارتداء حيواناتك الأليفة أطواقاً تتضمن بيانات تعريف حديثة. يمكنك أيضاً الاستعلام من طبيبك البيطري عن زرع شرائح إلكترونية دقيقة في حيواناتك الأليفة لضمان عودتها إليك. يوفر ملجأ حيوانات Fairfax County بيانات التعريف هذه عدة مرات في السنة. اتصل بالرقم 1-703-830-1100 أو تفضل بزيارة [www.fairfaxcounty.gov/animalshelter](http://www.fairfaxcounty.gov/animalshelter) لمزيد من المعلومات.

### اعتبارات الرضع والأطفال الصغار تذكر الاحتياجات

الخاصة بكل فرد في المنزل أثناء وضع خطة الطوارئ لعائلتك.

قم بتضمين خطط الطوارئ الخاصة بمدارس أطفالك ومواقعها

ومعلومات الاتصال الخاصة بها في خطتك. اعرف من سيتكاف

بنقل من وأين سيتقابل الجميع.

حاول أن تجعل التخطيط للطوارئ أمراً ممتعاً للأطفال الصغار.

اجمع أفراد أسرته معاً في اجتماع عائلي سريع، قد يكون دعوة

على بيتزا أو قبل مشاهدة فيلم مفضل. تحدث عما ستفعله عند

الطوارئ وناقش خطة عائلتك. ومن خلال استخدام التمثيل

والتظاهر - مناقشة الافتراضات في صورة قصص - يصبح

التخطيط للطوارئ أقل رعباً إلى حد ما.

## طرق أخرى للاستعداد

إلى جانب وضع خطة، توجد أشياء أخرى يمكنك القيام بها أنت وأفراد عائلتك للاستعداد بصورة أفضل:

- ◀ أضف جهة اتصال "حالة طوارئ" في كل هاتف خلوي في منزلك.
- ◀ علم أبناءك متى يطلبون رقم الطوارئ 911+ وكيفية ذلك. لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة [www.fairfaxcounty.gov/911/text-to-911](http://www.fairfaxcounty.gov/911/text-to-911).
- ◀ احضر دورات تدريبية في كيفية القيام بإنعاش القلب والرئتين أو الإسعافات الأولية أو وقف النزيف لتعلم مهارات إنقاذ الأرواح.



## خطة استمرارية الأعمال

ستساعدك الأدوات التي في هذا الدليل على وضع خطة وضمان سلامة عملائك وموظفيك والعثور على الثغرات الموجودة في نماذجك الحالية.

هل تملك مؤسسة تجارية أو تديرها؟ خصّص وقتاً لوضع خطة لاستمرارية الأعمال نهئى شركتك للتعافي من الكوارث. تحدد خطط استمرارية الأعمال التأثيرات التي ستعرقل مؤسستك على الأرجح، وأنشطتك التجارية المهمة واللازمة لاستمرارية أعمالك وتعافيك سريعاً، وإستراتيجيات الاستمرارية اللازمة للحفاظ على استمرار هذه الأنشطة المهمة.

كما أن وضع خطط لاستمرارية الأعمال يُعد كذلك من الممارسات المميزة البعيدة عن إدارة الكوارث. أثناء وضع الخطة، ستحدد نقاط الإخفاق المنفردة وتتخلص منها عن طريق توفير بدائل وتحديد موظفين للتدرّب على تخصصات عدة.



# 40%

من المؤسسات التجارية التي تُغلق أثناء الكوارث لا تعاود ممارسة نشاطها مرة أخرى أبداً. تترك العديد من العائلات المتأثرة بالكوارث مجتمعاتها المتضررة بلا عودة.

## وضع خطة لاستمرارية الأعمال:

استخدم نموذج خطة الاستمرارية في الملحق ج.

## الخطوة 2: التدرّب على خطتك

لا تصبح الخطة مفيدة إلا إذا كنت تعرفها. خصص وقتاً لاختبار خطة العائلة والتدرّب عليها، بما في ذلك تكرار التدريبات بصورة منتظمة. تدرّب على إخلاء منزلك والاحتماء في مكان ما.

## الخطوة 3: تجميع حقيبة مستلزمات الطوارئ

تُعد حقيبة مستلزمات الطوارئ بمختلف أنواعها من الموارد الأساسية في حالات الطوارئ. وتشتمل على حقيبة المستلزمات الخاصة بمكان الاحتماء في المنزل وحقيبة مستلزمات الإخلاء (المشهورة باسم "تجهيزات التنقل" أو "حقيبة التنقل" أو "حقيبة الحمل والتحرك" أو "حقيبة النجاة") وحقيبة المستلزمات التي تحتفظ بها في السيارة (السيارات).

تشمل حقيبة مستلزمات الطوارئ الإمدادات الأساسية ويتم إعدادها حسب حاجة كل شخص. ستحتاج إلى المزيد من المستلزمات إذا كان منزلك يحتوي على أطفال أو مسنين أو أشخاص من ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية أو حيوانات أليفة. يجب أن تحفظ المستلزمات في حاوية مقاومة للمياه أو حقيبة متينة سهلة الحمل وأن تخزينها في أماكن حيث تكون مفيدة ويمكن الوصول إليها عند الحاجة:

توضح الدراسات أن الأشخاص الذين فكروا في خطط للطوارئ وتدرّبوا عليها تكون لديهم فرص أكثر للبقاء على قيد الحياة ويمكنهم التعافي من الكوارث على نحو أسرع من غيرهم.

إذا كان لديك أطفال صغار، فابتكر لعبة للتدريبات التي أعدتها. ضمّن الكلمات "توقّف" و"انبطح وتدرّج" (للحرائق) و"انبطح واحتّم" وتشبث بشيء" (للزلازل). أعط الجوائز لأول شخص يصل إلى الغرفة الآمنة التي حدّتها في المنزل أو لأول شخص يصل إلى مكان الاجتماع الخارجي ولأفراد العائلة الذين يستجيبون في الوقت المناسب. فمن شأن ممارسة اللعبة تقليل خوف الأطفال.

وضع خطة طوارئ للعائلة: استخدم نموذج خطة طوارئ في الملحق ب.

- حقيبة مستلزمات الاحتماء بالمكان في حالات الطوارئ: في موضع آمن في منزلك وفي العمل
- حقيبة التنقل الخاصة بالإخلاء: مكان ما يكون مناسباً إذا اضطررت إلى الإخلاء، مثل المرآب أو بالقرب من الباب الأمامي
- حقيبة المستلزمات الخاصة بالسيارة: واحدة في كل سيارة

تذكر أن محتويات حقائب المستلزمات يمكن أن يتعدد استخدامها وقت الكارثة - فإذا احتضمت في منزلك، فستتمكن من الوصول إلى جميع حقائب المستلزمات التي لديك. وإذا كنت مضطراً إلى إخلاء المنزل، فلن يكون أمامك سوى حقيبة المستلزمات الخاصة بالسيارة أو حقيبة تنقل تلتقطها. وإذا حدثت الكارثة وأنت بالخارج، فقد تكون حقيبة المستلزمات الخاصة بالسيارة هي كل ما لديك.

توصي Fairfax County كل أسرة بالإبقاء على ما يكفي لمدة ثلاثة إلى خمسة أيام من الطعام والشراب والمستلزمات ضمن حقيبة مستلزمات الاحتماء بالمكان لكل فرد في الأسرة.



## ما الذي يجب أن تتضمنه حقيبة المستلزمات؟

المياه:

- استعدادًا للاحتماء، جهِّز 3.8 لترات (جالوناً واحداً) من المياه لكل شخص في اليوم، للشرب والنظافة. ما يعني أن الأسرة المكونة من أربعة أفراد ستحتاج إلى 45.2 لترًا (اثني عشر جالوناً) للاحتماء لمدة ثلاثة أيام. استخدم المياه المعبأة تجاريًا. تذكر أن المياه المعبأة لها تاريخ انتهاء صلاحية! ضع في حسابك استخدام المياه المعبأة للطوارئ، والتي لها عمر تخزين أطول.

- وفيما يتعلق بالمياه التي في حقيبة التنقل، فاحتفظ بمستلزمات تمكّنك من تنقية المياه، مثل ألواح تنقية المياه أو مضخات التنقية أو المبيضات المنزلية.

- ضع في حسابك استخدام أكياس المياه في حقيبة التنقل.

- ▶ الطعام والطهي: سيكون من المستحيل تجميد الطعام حال انقطاع التيار الكهربائي، وإذا كان لديك موقد كهربائي، فسيكون الطهي مقصورًا على الشوي في الفناء أو على موقد التخييم (إذا كنت تنوي استخدام أي منهما، فاحتفظ بمخزون من الوقود في موقع آمن). احتفظ بكمية جاهزة من الأطعمة التي لا تتطلب الطهي أو التجميد. احرص على وجود فاتحة علب يدوية (أو أداة متعددة الاستخدامات) في المتناول! تتضمن بعض الأمثلة:

- اللحوم المعلبة

- الفواكه والحبوب والخضراوات والحساء المعلبة

- الألواح: الطاقة أو البروتين أو الفاكهة أو الجرانولا

- الحبوب المجففة

- زبدة الفول السوداني

- الرقائق

- طعام الأطفال والحليب الصناعي، إذا لزم الأمر

- تذكر تجنب الأطعمة التي تحتوي على كميات كبيرة من الأملاح والصوديوم لأنها ستصيبك بالعطش. لا تنس الحصول على بعض الأطعمة الممتعة لتحقق بروح معنوية عالية. وتذكر أنه حتى الأطعمة غير القابلة للتلف يكون لها عادة تاريخ انتهاء صلاحية. خزن بعض الأطعمة خفيفة الوزن عالية الطاقة في حقيبة التنقل.

- ▶ أدوات المطبخ غير القابلة لإعادة الاستخدام: تشمل الأواني والأكواب والأطباق والفوط.



المبيّض عبارة عن مطهر قوي. يمكن

تخفيفه بالمياه بنسبة 1:9 للتنظيف أو بمقدار

16 نقطة/جالون للشرب. راجع

[https://www.cdc.gov/](https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html)

[healthywater/emergency/](https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html)

[drinking/making-water-safe.html](https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html)

للحصول على مزيد من المعلومات.

- ▶ الأكياس البلاستيكية: الأكياس البلاستيكية ذات سخاب الغلق مفيدة في تخزين قطع البسكويت والحبوب والرقائق وما إلى ذلك. (فأنت لا تريد جذب الحشرات والآفات)، كما أن أكياس القمامة مفيدة لجميع الأشياء - ومن بينها القمامة.

- ▶ الملابس المناسبة للطقس: حضّر غيارًا لكل شخص، مع تضمين جوارب إضافية وملابس داخلية وتأكد من تضمين عباءات الوقاية من المطر.

- ▶ البطانيات أو حقائب النوم: واحدة لكل فرد في الأسرة - بطانيات mylar الخاصة بـ "رواد الفضاء" صغيرة الحجم وغير مكلفة.

- ▶ أغراض من أجل الأطفال: جهّز لهم بعض الوجبات الخفيفة التي يفضلونها وغير القابلة للتلف، إلى جانب بعض الكتب والألعاب والبطانيات أو "المتعلقات المحببة" ويمكن أخذ أجهزة الموسيقى (وبطاريات).

- ▶ الأغراض الشخصية الأساسية: جهّز الصابون والمناشف ومعجون الأسنان ومستلزمات النظافة للرجال والنساء والشامبو ومنتجات النظافة وورق المراحيض.

- ▶ الأدوات الأساسية: تشمل أعواد الثقاب المقاومة للمياه وبعض أحزمة الربط وبكرة شريط لاصق وأداة متعددة الاستخدامات أو سكين جيب - حيث لا يمكنك أبدًا معرفة متى ستحتاج إليها، وخصوصًا إذا اضطررت إلى الإخلاء.

- ▶ شواحن الهواتف الخلوية: يمكن العثور على شواحن الطوارئ/التخييم عبر الإنترنت أو في متاجر الأجهزة أو المتاجر الخارجية.

- ▶ شبكة راديو الطقس التابعة للإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA): يتوافر راديو الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي الآن كتطبيق، ولكن لا غنى عن راديو الطقس الذي يعمل بذرّاع التدوير.

- ▶ الكشافات: تأكد من تضمين البطاريات (واستبدالها بانتظام) أو اشترِ بعض المصابيح التي تعمل بذرّاع التدوير.

- ▶ حقيبة الإسعافات الأولية: يمكن شراء حقيبة المستلزمات الأساسية كاملة أو تجميعها من البداية من أي صيدلية. تأكد من تضمين الأدوية شائعة الاستخدام من دون وصفة طبية إلى جانب مستلزمات تنظيف الجروح والمعالجات. انتبه إلى أن الأدوية تنتهي صلاحيتها.

- ▶ أدوات العمل: تتضمن الأدوات الخاصة بالتنظيف أو لمجرد التجول في أعقاب الكارثة عادة قفازات الأعمال الثقيلة وأقنعة الغبار N95 وسدادات الأذن ونظارات الأمان/النظارات الواقية والأحذية ذات الإطارات القاسية/المقاومة للمياه.

هل أنت شخص من ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية أم مسن؟ أم أنت شخص مسؤول عن المساعدة في إعداد مثل هؤلاء الأشخاص أو الأطفال أو الحيوانات الأليفة؟ أعدّ حقيبة مستلزمات الطوارئ التي تتناسب احتياجاتك الخاصة وخطط لوجود بدائل لأي شيء ضروري، مثل المعدات الطبية.

بالنسبة إلى الحيوانات الأليفة:

- ▶ أطعمة الحيوانات الأليفة والوجبات والمياه لمدة ثلاثة أيام على الأقل
- ▶ رمل وصندوق للفضلات وصحف ومناشف ورقية وأكياس القمامة البلاستيكية
- ▶ أدوات تنظيف/مناديل صحية مبللة
- ▶ مبييض منزلي
- ▶ لعب ومقاود والجمرة وأقفصة حمل
- ▶ الأدوية أو السجلات الطبية
- ▶ صندوق إذا كان مناسباً لقطتك أو كلبك؛ والقفص ضروري لأي نوع آخر من الحيوانات الأليفة

بالنسبة إلى الأطفال:

- ▶ حفاضات وحليب صناعي للرضع والأطفال الصغار
- ▶ وجبات خفيفة مفضلة
- ▶ لعب وكتب و"متعلقات محببة"، وغيرها من الأشياء لتوفير التسلية والراحة – إذا كنت تعتقد أن حالات الطوارئ والانتقال مرهقة للبالغين، فتخيل كونك طفلاً

بالنسبة إلى الأشخاص من ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية:

- ▶ قائمة بأنواع وأرقام طرازات أي أجهزة طبية لازمة
- ▶ توثيق كل المعلومات الصحية ذات الصلة، بما في ذلك معلومات الاتصال بالطبيب
- ▶ أي تكنولوجيا مساعدة قد تحتاج إليها، بالإضافة إلى تعليمات الاستخدام
- ▶ بطاريات إضافية للكراسي المتحركة
- ▶ أكسجين
- ▶ قسطنطرات
- ▶ أدوية، بما في ذلك الترتيبات اللازمة لأي شيء يحتاج إلى التبريد
- ▶ أطعمة لتقديمها إلى حيوانات الخدمة المدربة

أثناء تجميع حقيبة مستلزماتك، فكر في كيفية توزيع مستلزماتك، وهل ستحتاج إلى مضاعفة كمية أي شيء (مثل مستلزمات الإسعافات الأولية). ما الذي تحتاج إليه للاحتواء بمنزلك؟ ما الذي تحتاج إليه للإخلاء والذهاب إلى ملجأ أو وجهة غير معلومة؟ ما الذي يجب أن يكون معك باستمرار في سيارتك؟ تذكر أنك إذا بقيت في المنزل، فستتمكن من الوصول إلى كل شيء في حقيبة التنقل.

كما يمكن أن يكون تجميع حقيبة المستلزمات أمراً ممتعاً ومشجعاً. يمكنك زيارة الصيدليات ومتاجر مستلزمات التخيم ومتاجر البقالة للحصول على الأغراض التي تلتزمك. يمكنك تحويل عملية شراء المستلزمات إلى لعبة بحث عن الكنز للأطفال.

المستندات المهمة: قائمة جرد للعناصر المنزلية ومعلومات التأمين ومستندات إثبات الهوية والمعلومات المالية.

النقد: افترض أنك لن تتمكن من الوصول إلى الأموال عبر بطاقات الائتمان أو ماكينات السحب الآلي - كم ستحتاج من الأموال في متناولك لفترة تمتد من ثلاثة إلى سبعة أيام؟

أغراض أخرى متنوعة: لا تنس إضافة مجموعة احتياطية من النظارات والوصفات الطبية وأدوات المساعدة على السمع والأدوية التي تصرف بأمر الطبيب إلى حقيبة مستلزماتك.

**تذكّر** أنه ليس عليك إعداد مجموعة مستلزمات الطوارئ كلها في نفس الوقت. ابدأ بشيء صغير واصل في كل مرة.

## هذه القائمة مجرد بداية

تتوافر قوائم حقائب مستلزمات الإسعافات الأولية وقوائم حقائب مستلزمات الطوارئ – بما في ذلك قوائم متخصصة للسيارات والمسنين والأطفال والحيوانات الأليفة والأشخاص من ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية – من مصادر عديدة. راجع الملحقين ب و ز وموقع [ReadyNOVA.org](http://ReadyNOVA.org) وموقع [ready.gov](http://ready.gov) الخاص بالوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) للمبتدئين.

## صيانة حقيبة (حقائب) مستلزمات الطوارئ:

- ◀ اختبر البطاريات في الكشافات وأجهزة الراديو كل ثلاثة أشهر.
- ◀ راجع تواريخ انتهاء الصلاحية على الأدوية مرتين في السنة.
- ◀ أعد تقدير احتياجاتك من الأدوات كل فصل واستبدل العناصر الموسمية مثل الملابس والأحذية (أو حضر حقيبة مستلزماتك بما يناسب استخدامها في المواسم الأربعة)؛ تأكد أن حقيبة مستلزمات الطوارئ تناسب عمر أطفالك مع تقدمهم في السن.

بعد تجميع حقيبة المستلزمات، لا تنس إجراء الصيانة لها لتكون جاهزة عند الحاجة.

- ◀ راجع تواريخ الانتهاء على الطعام والشراب مرتين في السنة: عندما تُحدِّث ساعتك على "التوقيت الشتوي" و"التوقيت الصيفي" (عندما تستبدل بطاريات أجهزة إنذار الحريق).

## الخطوة 4: البقاء على اطلاع بالمستجدات أثناء حالة الطوارئ

- من المرجح أن تغطي المحطات التلفزيونية أو اللاسلكية المحلية الأخرى الكوارث العظمى.
- ◀ زيارة موقع الويب الخاص بالمقاطعة على الرابط [www.fairfaxcounty.gov](http://www.fairfaxcounty.gov).
- وحتى في غير أيام الطوارئ، يمكنك البقاء على اتصال والحصول على معلومات.
- ◀ التسجيل للاشتراك في الرسائل الإخبارية لاستعدادات حالات الطوارئ على الرابط [www.fairfaxcounty.gov/alerts](http://www.fairfaxcounty.gov/alerts).
- ◀ متابعة حسابات Fairfax County OEM على مواقع التواصل الاجتماعي:

Ready Fairfax@ 

ReadyFairfax@ 

- ◀ التسجيل في سجل الاحتياجات الوظيفية التابع لـ Fairfax County: قد يحتاج الأشخاص الذين يعانون من إعاقات جسدية وحسية وعقلية وإدراكية و/أو ذهنية، فضلاً عن النساء اللاتي في مراحل الحمل المتأخرة، وكبار السن، والأشخاص ذوي الأوزان الكبيرة الذين يحتاجون إلى معدات خاصة، إلى المساعدة أثناء حالات الطوارئ. وسجل الاحتياجات الوظيفية عبارة عن قائمة اختيارية بأسماء وعناوين الأشخاص الذين قد يحتاجون إلى مساعدة إضافية في حالات الطوارئ. تستخدم المقاطعة هذه القائمة أثناء الأزمات لتوصيل تنبيهات الطوارئ المستهدفة وإشعاراتها وتحديثاتها.

عند وقوع حالة طوارئ، يلزمك الوصول إلى معلومات حول آخر التهديدات في منطقتك والإرشادات المتعلقة بما ينبغي اتخاذه من إجراءات. توجد طرق متعددة للحصول على المعلومات أثناء حالات الطوارئ في Fairfax County.


وتبقى الوسيلة الأفضل هي التسجيل في **Fairfax Alerts**، وهي خدمة مجانية اختيارية توفر لك إشعارات في حالات الطوارئ عبر البريد الإلكتروني أو الرسائل النصية أو مكالمات "الطوارئ العكسية على الرقم 911". سجل على الرابط


[www.fairfaxcounty.gov/alerts](http://www.fairfaxcounty.gov/alerts)


كما يمكنك:

- ◀ متابعة مدونة الاستعدادات الحكومية لحالات الطوارئ والاستجابة لها والتعافي منها التابعة لـ Fairfax County على الرابط [www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog](http://www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog)

◀ متابعة حسابات المقاطعة على مواقع التواصل الاجتماعي:

FairfaxCounty@ 

FairfaxCounty@ 

FairfaxCounty@ 

◀ مشاهدة التلفاز أو الاستماع إلى الراديو:

- يمكن الوصول إلى الراديو الحكومي التابع لـ Fairfax County عن طريق الاتصال بالرقم 1-571-350-2160 أو بزيارة الرابط

<https://www.fairfaxcounty.gov/publicaffairs/radio>

- انتقل إلى القناة 16 عبر التلفاز الكابلي التابع لـ Fairfax County.

التسجيل في  
Fairfax  
Alerts



وهي خدمة مجانية اختيارية، توفر لك إشعارات في حالات الطوارئ عبر البريد الإلكتروني أو الرسائل النصية أو مكالمات "الطوارئ العكسية على الرقم 911+1". يُرجى التسجيل عبر

[www.fairfaxcounty.gov/alerts](http://www.fairfaxcounty.gov/alerts)





## الخطوة 5: المشاركة

جميعنا في المركب ذاته.

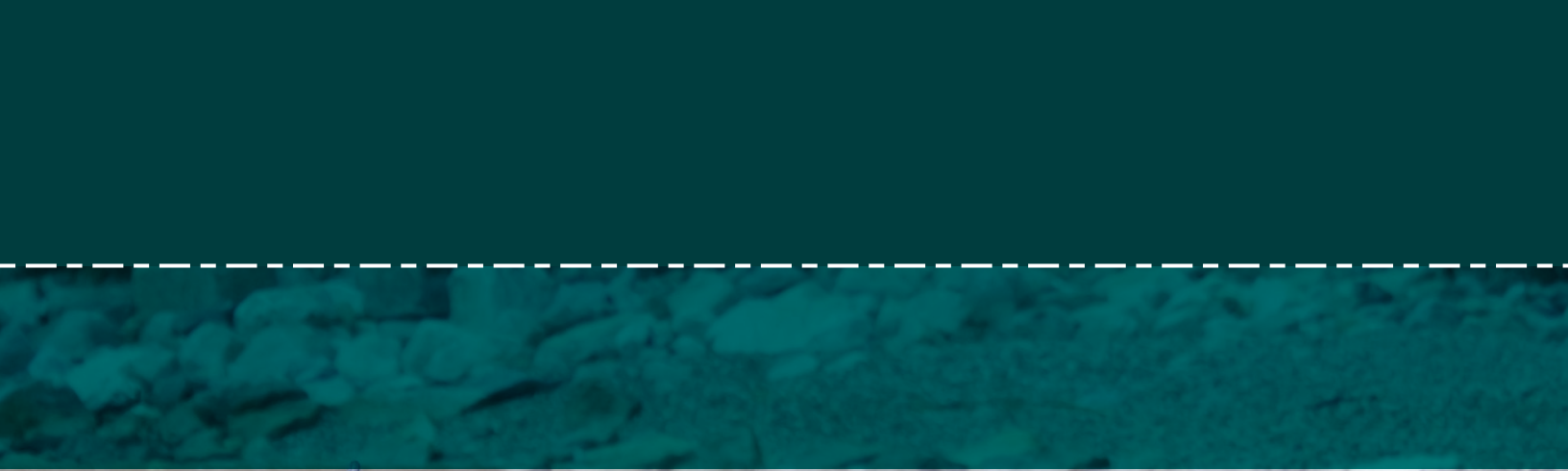
يساعد بناء ثقافة الاستعداد على جعل مجتمع Fairfax County أكثر قدرة على الصمود. وتتمثل أفضل طريقة لتمكين الأفراد من تقديم المساعدة إلى من يحتاجون إليها في إعداد مواطنين مُدرَّبين وواعين ومسهمين.

وتوجد طرق متعددة للمشاركة وإحداث فارق إيجابي. للتطوع، يُرجى التواصل مع أي من المنظمات المحلية الواردة أدناه.

- Fairfax County OEM Volunteer Corps ◀
- Fairfax County Citizen Corps Council ◀
- Community Emergency Response Team (CERT) •
- Fire Corps •
- Volunteers in Police Service (VIPS) •
- Medical Reserve Corps (MRC) •
- Neighborhood Watch ◀
- Faith Communities in Action (FCIA) ◀
- Volunteer Fairfax ◀
- Fairfax County/Volunteer Fairfax ◀
- Community Resiliency Groups
- American Red Cross ◀



لمعرفة معلومات اتصال المؤسسات ومزيد من طرق المشاركة، انتقل إلى ص 7 والملحق أ من هذا الدليل.





# الاستجابة

## (أثناء حالة الطوارئ)

### الاستجابة عبارة عن الإجراءات المتخذة لإنقاذ الأرواح وحماية الممتلكات من حدوث أضرار بها أثناء الطوارئ - وهي تنفيذ خطط الاستعداد.

عند وقوع كارثة قد تحتاج إلى اتخاذ إجراءات معينة لتبقى آمناً. وتشمل هذه الإجراءات الاحتماء بالمكان أو تنفيذ عملية الإغلاق التام أو الإخلاء أو الانتقال إلى ملجأ لحالات الطوارئ، فيما يلي توضيح لهذه المصطلحات وبعض إجراءات "الكيفية" الأساسية.

## الاحتماء بالمكان

### الكيفية

- ▶ اتبع التعليمات الواردة من السلطات حال توافرها لتحديد هل يلزمك الاحتماء في المكان أم الإخلاء.
- ▶ اتصل بخدمة 911-1+ وبلغ عن حالة الطوارئ إذا اقتضى الأمر.
- ▶ اتبع خطة الطوارئ التي وضعتها.
- ▶ في حالة التسرب البيئي أو التهديد البيئي:
  - ضع شريطاً لاصقاً على حواف الأبواب والنوافذ والفتحات وضع مناشف مبللة أسفل الأبواب لمنع الأبخرة والغازات من التسلسل إلى المنزل.
  - أطفئ أجهزة التدفئة بمبادلة الهواء ومكيفات الهواء ومراوح سحب العوادم.
  - لا تفصل الكهرباء.
  - استخدم Fairfax Alerts وغيرها من المصادر للحصول على المعلومات أثناء الحدث.

يكون البقاء داخل المبنى أكثر أمناً في العديد من حالات الطوارئ. ويُشار إلى هذا الإجراء بالاحتماء بالمكان. اختر غرفة داخلية صغيرة من دون نوافذ أو بنوافذ قليلة واحتم بها. إذا لم تكن في خطر محقق، فابق في مكانك حتى تتمكن من الحصول على مزيد من المعلومات من Fairfax Alerts أو موقع ويب Fairfax County أو الإعلام المحلي.

### سبب احتمالية حاجتك إلى الاحتماء في المكان

- ▶ أحداث العنف/الإرهاب
- ▶ الاضطرابات المدنية
- ▶ انطلاق الملوثات الكيميائية أو البيولوجية أو الإشعاعية في البيئة بصورة عارضة أو متعمدة
- ▶ أنواع الظروف الجوية القاسية المتعددة



## الإغلاق التام

### سبب احتمالية حاجتك إلى الإغلاق التام

- أحداث العنف/الإرهاب
- الإضطرابات المدنية

يعني الإغلاق التام تأمين الأفراد أو حمايتهم من تهديد أو عنف محقق — مثل مطلق نيران حية أو مهاجم آخر. توجد إجراءات للإغلاق التام الخارجي، والذي يستهدف منع التهديد بالعنف من الدخول إلى المبنى، والإغلاق التام الداخلي الذي يُطبَّق عندما يكون التهديد بالعنف داخل المبنى. من المتوقع أن يستمر الإغلاق التام لبضع ساعات فقط.

### الكيفية

لا تفرغ — حافظ على هدوئك.

أغلق كل الأبواب والنوافذ فوراً. إذا لم تتمكن من إغلاق الباب، فقم بسده بسرعة بأشياء ثقيلة.

لا تفتح الأبواب أو النوافذ أبداً ما لم يأمرك بذلك مسؤول سلامة عامة موثوق. احرص دائماً على طلب مستندات إثبات الهوية.

### الإخلاء

ثمة مجموعة متنوعة من حالات الطوارئ قد تتطلب الإخلاء، سواءً أكان إخلاء المبنى أم المنطقة. في بعض الحالات قد تحتاج وقتاً للاستعداد، بينما قد تضطرك مواقف أخرى إلى التحرك على الفور. يساعد التخطيط مقدماً على تنفيذ عمليات الإخلاء بسرعة وأمان، مهما كانت الظروف.

### الكيفية: إخلاء المبنى

لا تفرغ — حافظ على هدوئك.

لا تركض.

في حالة الحريق، لا تفتح الأبواب الساخنة. قبل فتح أي باب المسه بالقرب من أعلاه لمعرفة ما إذا كان ساخناً أم لا.

لا تستخدم المصاعد.

لا تكسر النوافذ عند وقوع الحريق — فالأكسجين يساعد على استمرار الحرائق.

لمزيد من المعلومات والإرشادات حول **الاستجابة لمطلق النيران الحية**، راجع ملحق المخاطر المتعلقة بأعمال العنف/إرهاب ص 48، بما فيه من روابط إلى المبادئ اركض/اختبئ/قاتل عبر موقع DHS (وزارة الأمن الداخلي) ومواقع ALICE على الويب.

### سبب احتمالية حاجتك إلى إخلاء المبنى

- تسرب كيميائي داخلي أو تسرب للغاز
- دخان مرئي أو سحابة بخارية أو حريق (داخل المبنى)
- تهديد بتفجير
- بريد مريب
- فيضانات في المنطقة

- أطفئ كل الأنوار وأغلق الستائر.
- وجه كل من معك في الغرفة بالانبطاح بعيداً عن النوافذ والأبواب.
- اكتف صوت التلفاز والهواتف الخلوية والأجهزة الإلكترونية الأخرى.
- قم بإخلاء الطرقات والحمامات وأي منطقة أو غرفة لا يمكن تأمينها بالكامل.
- ساعد ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية على القيام بذلك، إذا ضمنت السلامة.
- ابق داخل المبنى محافظاً على الإغلاق التام حتى تتلقى إشعار "كل شيء على ما يرام" من الموظف المعتمد.
- اتبع كل التعليمات من موظفي إنفاذ القانون.

- لا تساعد أول المستجيبين ما لم يُطلب منك ذلك.
- لا تقف متفرجاً — ابتعد عن مكان المشكلة واذهب إلى منطقتك الآمنة. ابقَ هناك حتى تتلقى تعليمات بالرجوع أو الانتقال إلى موضع آخر.

## الكيفية: إخلاء المنطقة

- ◀ حدد هل يجب عليك الاحتواء بالمكان أو إخلائه؛ ارضخ إلى تعليمات السلطات.
- ◀ اتبع خطة الطوارئ التي وضعتها.
- ◀ احمِل حقيبة التنقل وأي أطعمة ونقود ومستلزمات إضافية قد تحتاج إليها.
- ◀ لا تنس مفاتيحك وحيواناتك الأليفة.
- ◀ أغلق إمداد الغاز. تعرف على مواقع المرافق وكيفية غلقها.
- ◀ حدد وجهتك واتصل بجهة اتصال من خارج المنطقة (وآخرين) لتخبرهم إلى أين ستتجه.
- ◀ ابحث عن الطريق الذي ستسلكه، حيث قد تكون بعض الطرق مغلقة تبعاً للحدث – راجع موارد معلومات Fairfax County وموارد شبكة الإنترنت.
- ◀ زد سيارتك بالوقود. قد تتسبب عمليات الإخلاء أحياناً في نقص الغاز في المنطقة.

## تجهيز ملجأ لحالات الطوارئ

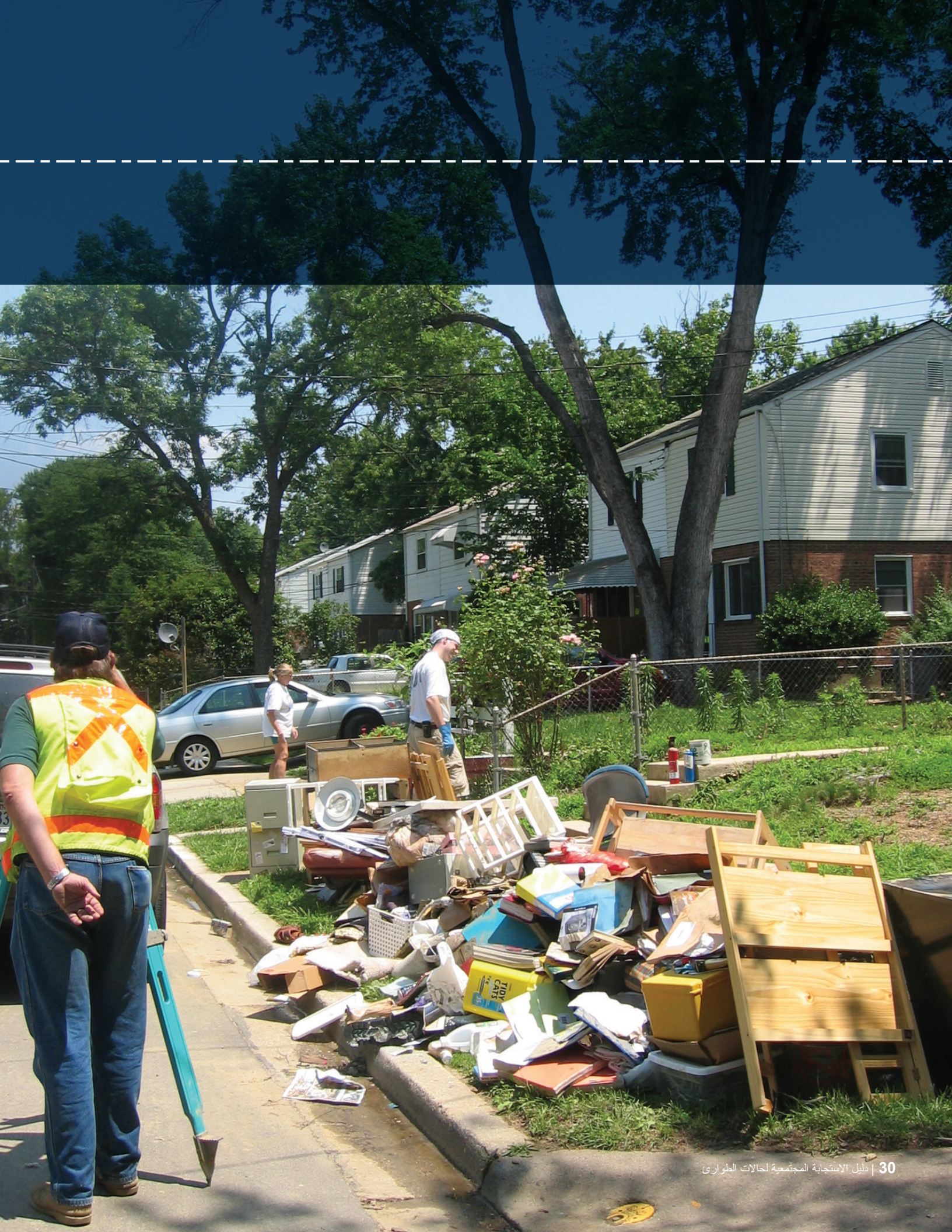
- ثمة حالات سفتح فيها Fairfax County ملاجئ لحالات الطوارئ. فيما يلي بعض الاعتبارات التي يجب مراعاتها إذا اضطررت إلى الانتقال إلى أحد الملاجئ:
- ◀ أحضر حقيبة تنقل الطوارئ، بما فيها ما يكفي لثلاثة أيام من أي مستلزمات متخصصة، مثل:
- الأغراض الخاصة لأي من كبار السن أو الأطفال أو الأشخاص ذوي الاحتياجات المتعلقة بإمكانية الوصول أو الاحتياجات الوظيفية، بما في ذلك أي تكنولوجيا مساعدة.
- الطعام الخاص المناسب لأي من أنواع الحساسية أو القيود الطبية.
- الأدوية والمستحضرات الطبية والمستلزمات والأجهزة الضرورية للحفاظ على الصحة.
- ◀ إذا كان لديك حيوان أليف (حيوانات أليفة):
- تأكد من أن الملاجئ مفتوحة للحيوانات الأليفة.
- أحضر حيوانك الأليف (حيواناتك الأليفة) معك!
- أحضر مستلزمات الحيوانات الأليفة.

## مساعدة مجتمعك

- ◀ بادر بالتعرف على جيرانك في المربع السكني أو المبنى الذي تسكنه. فهذا ما يقتضيه حُسن الجوار – كما أن الكوارث السابقة قد أثبتت أن الأحياء المستعدة تقل فيها خسائر الأرواح وفداحة الإصابات والصدمات والأضرار في الممتلكات. جميعنا في المركب ذاته.
- ◀ إن الاستعداد لحالات الطوارئ مسؤولية مشتركة تتطلب مشاركة المجتمع بأكمله. أثناء حدوث الكارثة أو بعدها، إذا كنت تعرف أحدًا في المربع السكني أو المبنى الذي تسكنه يعاني من مشاكل صحية أو مسناً أو لديه أطفال صغار أو قد يحتاج إلى المساعدة بأي صورة، فاطمن عليه أو اطلب منه مغادرة الحدث مع عائلتك. فقد ينقذ نبلك حياة شخص ما.

## سبب احتمالية حاجتك إلى إخلاء المنطقة

- ◀ فيضانات واسعة النطاق (أو التنبؤ بها)
- ◀ التنبؤ بظروف جوية قاسية لا يقوى منزلك على تحملها
- ◀ إطلاق المواد الخطرة
- ◀ أوامر الإخلاء الأخرى الطوعية أو الإلزامية من المقاطعة





# التعافي

## (بعد حالة الطوارئ)

### التعافي هو العودة إلى الوضع الطبيعي – أو حالة أفضل وأكثر أماناً وقدرة على الصمود – بعد الكارثة.

يجب أن تكون الكيانات الصامدة والشبكات الاجتماعية – العائلة والجيران ومنظمات المجتمع ودور العبادة – مستعدة للمساعدة.

وكل منا يلعب دوراً مهماً في إعادة إعمار مجتمعه أو إصلاحه. ويمكن أن يساعدك استيعاب تحديات التعافي الآن على التغلب على أعقاب الكارثة.

أثناء التنظيف، ضع السلامة فوق كل اعتبار.

قد يستغرق التعافي من كارثة ما يتراوح بين أيام وسنوات تبعاً لمدى الأضرار في منزلك ومجتمعك. كما يمكن أن تُسفر الكوارث الكبرى عن بطالة وزيادة الحاجة إلى الخدمات الاجتماعية مع خفض عوائد الضرائب التي تحصلها الحكومة المحلية. ومن ثم يعتمد نجاح إجراءات التعافي على السكان المستعدين والمؤسسات ذات القدرة على الصمود والممتلكات المؤمن عليها بصورة وافية. فعندما تنضب موارد الأفراد

### التنظيف بعد الكارثة

- ▶ أثناء التنظيف، ضع السلامة فوق كل اعتبار. قد تتضمن الأخطار الأسلاك الكهربائية المكهربة وتسريب الغاز والحياة البرية والمياه الملوثة والعفن والسموم والمسامير والبراغي المكشوفة والزجاج المكسور أو المعادن الملتوية أو أي شكل آخر من أشكال الحطام.
- ▶ تأكد من فصل جميع المرافق قبل الشروع في أي عملية تنظيف خطيرة.
- ▶ تأكد من سلامة المبنى قبل دخوله. إذا اشتبهت في حدوث أضرار في المبنى، فتواصل مع مفتش مبانٍ أو مقاول.
- ▶ استخدم معدات السلامة المناسبة:
  - قفازات الأعمال الثقيلة
  - أحذية مقاومة للمياه
  - سدادات أذن
  - أقنعة الغبار N95
- ▶ استعن بفرق لتحريك الأجسام الثقيلة أو الضخمة.
- ▶ تحقق من وجود علامات تلوث المياه أو نمو العفن، بما في ذلك تغيير لون الجدران والأسقف أو الرائحة النفاذة.



## الإبلاغ عن الأضرار

قد تشارك Fairfax County بيانات الكوارث الإجمالية مع دول الكومنولث في ولاية Virginia والحكومة الفيدرالية. إن إرسالك هذه المعلومات إلى Fairfax County تطوعي، لكنه قد يساعدنا على تأمين تمويل المساعدة الفيدرالية خلال الكوارث لمصلحة سكان المقاطعة.

قاعدة بيانات أضرار الكوارث في Fairfax County عبارة عن أداة عبر الإنترنت تسمح لك بالإبلاغ عن الأضرار التي لحقت مكان السكن بسبب الكوارث: [www.fairfaxcounty.gov/disasterreport](http://www.fairfaxcounty.gov/disasterreport)

## تحرير دعاوى التأمين في أقرب وقت ممكن

- ◀ حرر دعاوى التأمين قبل البدء في أي إصلاحات.
- ◀ اتخذ الخطوات التي تُجنبك المزيد من الأضرار في ممتلكاتك عندما يكون ذلك ممكناً (تغطية سقف متضرر بغطاء مقاوم للماء على سبيل المثال).
- ◀ احتفظ بإيصالات الدفع لأي مصاريف تكبدتها بسبب الكارثة، مثل مصاريف الإقامة أو المصاريف الطبية أو مصاريف مستلزمات التنظيف والإصلاح وما إلى ذلك.

- ◀ إذا كنت مشتركاً في خدمة تأمين، فمن الأهمية بمكان أن تتبادر بالاتصال وتحرير دعاوى تأمين في أقرب وقت ممكن.
- ◀ تواصل مع شركة التأمين التي تتعامل معها وحرر دعوى قبل التقدم بطلب للحصول على أي مساعدة حكومية فردية.
- ◀ التقط صوراً فوتوغرافية أو مقطع فيديو لكل الأضرار المتكبدة وأنشئ قوائم بالعناصر المتضررة، بما في ذلك أرقام الطرازات والقيمة المقدرة لكل منها وصور لها. (امتلاكك صوراً لهذه العناصر "قبل حالة الطوارئ" سيساعدك على توثيق حقيقة أن الكارثة هي ما تسبب فيما تَدعيه من أضرار).



في حالة الإعلان عن كارثة فيدرالية أو على مستوى الولاية، قد يتم توفير مساعدات متعلقة بالكوارث أو مساعدات مالية مباشرة للأفراد والمنازل والمؤسسات التجارية.



## الإغاثة والمساعدات المالية في حالات الكوارث

لمساعدات الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) صور عدة قد تكون متاحة لك ولعائلتك، بما في ذلك:

- ◀ الإسكان المؤقت
- ◀ إصلاح الممتلكات أو استبدالها أو تكاليف إعادة البناء
- ◀ مساعدات البطالة الناتجة عن الكوارث
- ◀ الاحتياجات الناتجة عن الكوارث التي لم تُلب بعد تسويات التأمين

كما يمكن أن تُحيلك الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) إلى إدارة المشاريع الصغيرة في الولايات المتحدة (SBA) أو إلى وزارة الزراعة في الولايات المتحدة (USDA)، التي توفر قروضًا منخفضة الفائدة لملاك المنازل والمستأجرين وأصحاب المشاريع عن الأصول المتضررة والمدمرة في كارثة مُعلنة. يشمل هذا تكاليف إصلاح العفارات والممتلكات الشخصية والآلات والمعدات ومخزون البضائع وأصول الأعمال واستبدالها. لن تضاعف إدارة المشاريع الصغيرة (SBA) ووزارة الزراعة في الولايات المتحدة (USDA) الفوائد من تأمينك أو من الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA).

يحق للمحافظ أن يطالب بإعلان رئاسي للكارثة إذا كانت الأضرار التي حدثت في المقاطعة تلي المعايير الفيدرالية. لا تقتضي كل الكوارث بالضرورة أن يطالب المحافظ بهذا وموافقة الرئيس على الإعلان لا تحدث تلقائيًا. لم ترق كثير من الكوارث في Virginia إلى مستوى الإعلان عنها فيدراليًا.

في حالة الإعلان عن كارثة فيدرالية أو على مستوى الولاية، قد يتم توفير مساعدات متعلقة بالكوارث أو مساعدات مالية مباشرة للأفراد والمنازل والمؤسسات التجارية. تهدف المساعدات إلى التخفيف من عبء المصاريف الضرورية.

بعد أن تحل بيتك أو بمشروعك التجاري الصغير كارثة، تواصل مع الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) لتتقدم بطلب الحصول على مساعدات مالية، حتى وإن كنت قد تقدمت بدعوى لشركة التأمين التي تتعامل معها. يمكن أن تُمددك الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ بالمال (FEMA) من أجل السكن فضلاً عن المصاريف الشخصية الأخرى، بما في ذلك الطعام والملابس والدواء.

### التسجيل للحصول على مساعدة فيدرالية متعلقة بالكوارث

- ◀ عبر الإنترنت أو من خلال الهاتف الذكي عبر [DisasterAssistance.gov](http://DisasterAssistance.gov) أو [fema.gov](http://fema.gov)
- ◀ 800-621-FEMA (3362)
- ◀ الهاتف النصي +1-800-427-5593 (في حالات الإعاقة الكلامية أو فقدان السمع)
- ◀ +1-800-621-3362 (+1-711) أو خدمة ترحيل الفيديو
- ◀ تقصّل بزيارة مراكز التعافي من الكوارث في منطقتك

## التقدم بطلب إلى الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)

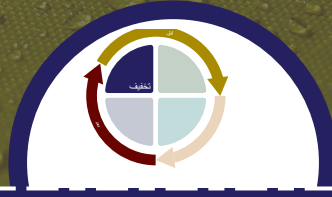
عندما تتقدم بطلب إلى الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، يجب أن يتوافر لديك قلم جاف وورقة لكتابة المعلومات المهمة. سنتلقى رقمًا مؤقتًا من تسعة أرقام للتسجيل. سيكون هذا الرقم أحد معرفاتك الفريدة. اكتب الرقم واحتفظ به في مكان آمن.

عندما تتواصل مع الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، ستحتاج إلى:

- ◀ رقم التأمين الاجتماعي الخاص بك.
- ◀ العنوان البريدي الحالي.
- ◀ عنوان المنزل المتضرر.
- ◀ أرقام الهواتف.
- ◀ نوع تغطية التأمين.
- ◀ إجمالي الدخل السنوي للأسرة.
- ◀ رقم التوجيه ورقم الحساب من البنك الذي تتعامل معه إذا رغبت في تحويل أموال المساعدات في حالات الكوارث مباشرة إلى حسابك البنكي.







# التخفيف

(قبل حالة الطوارئ وبعدها)

## التخفيف هو ما يمكننا القيام به الآن لمنع تأثيرات الكوارث المستقبلية أو الحد منها.

لكن يكون الغرض منه دائماً الحد من المخاطر الناجمة عن الأخطار المستقبلية.

التخفيف هو أي إجراء مستدام يُتَّبع للقضاء على الخطر المستقبلي الذي يهدد الأشخاص والممتلكات من الكوارث أو الحد منه. ويوفر التخفيف الوقت والمال عن طريق تقليل الأضرار الواقعة فعلياً. يمكن القيام بالتخفيف في أي وقت،

\$4

يتم توفيرها  
1 \$ أنفق

### أعمال التخفيف.

توضح دراسة أجراها المعهد الوطني لعلوم البناء أن الاستثمارات في مجال تخفيف الأخطار (من خلال تجاوز متطلبات قوانين البناء المحلية) توفر 4 دولارات أمريكية مقابل كل دولار أمريكي واحد يتم إنفاقه.

### ما أنشطة التخفيف التي يتعين عليك القيام بها؟

◀ استخدم المواد المقاومة للفيضان في الطوابق السفلية من منزلك، بما في ذلك استبدال السجاجيد ببلاط أو استخدام العزل المقاوم للفيضان والألواح الجدارية الخرسانية.

يتطلب التخفيف البحث في المخاطر التي تواجهها المنطقة وممتلكاتك الخاصة وتحديد مواطن الضعف واتخاذ خطوات لمعالجتها. إليك بعض الأمثلة:

◀ لا تُخزّن أي شيء ذي قيمة (مادية أو عاطفية) في الطوابق السفلية من عقار معرض للفيضان.

### الفيضانات

◀ هل تسكن على سهل معرض للفيضانات؟ فكّر في رفع أقل أرضيات منزلك ارتفاعاً إلى مستوى "ارتفاع قاعدة الفيضان" أو أعلى منه. يمكن أن يقلل هذا من أقساط التأمين ضد الفيضانات ومن الخسائر الناجمة عن الفيضانات المستقبلية.

### الحرائق

◀ اختبر أجهزة الكشف عن الدخان شهرياً وغيّر بطارياتها مرتين شهرياً.  
◀ أحسب تنسيق منزلك؛ استخدم الشجيرات المقاومة للحرائق للحد من انتشار الحريق حول منزلك.

◀ فكّر في تركيب صمام ردّاد في شبكة المجاري لمنع ارتجاع مياه المجاري إلى منزلك.

◀ سدّ جدران البدروم بطبقات من مركّبات مقاومة للمياه.

### ارتفاع قاعدة الفيضان (أو

BFE) يشير إلى حدوث "فيضان المائة عام" أو، بصورة أدق، إلى "فيضان سنوي مُحتمل بنسبة 1%". وهذا هو الارتفاع الذي يُحتمل بنسبة 1% أن يحدث عنده فيضان كل عام، وذلك وفق خرائط الفيضانات الصادرة عن الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA). إن الارتفاع الذي يفوق "ارتفاع قاعدة الفيضان" - المعروف باسم "ارتفاع ظهر السفينة عن خط المياه" - يقلل بدرجة أكبر من مخاطر الفيضان. لمعرفة احتمالية التعرض لمخاطر الفيضان بالنسبة إلى أي عنوان في الولايات المتحدة، راجع

<https://msc.fema.gov/portal/search>

## القدرة على استيعاب الصدمات المالية

- ◀ اصنع نسخًا من السجلات المهمة ومستندات إثبات الهوية وإثبات محل الإقامة لعائلتك.
- ◀ احتفظ بنسخ من معلومات التأمين والمعلومات المالية (الحسابات المالية).
- ◀ أنشئ قائمة جرد للممتلكات الشخصية بالصور الفوتوغرافية أو الفيديو وقيم العناصر.
- ◀ إذا كنت تعيش في منزل متقل أو مُصنَّع، فضع ما يلي في اعتبارك:
- ◀ التأكّد من أن منزلك مثبت بإحكام.
- ◀ الإخلاء المبكر عند اقتراب هبوب عاصفة استوائية أو إعصار أو زوبعة.

## الأمراض المعدية

- ◀ احصل على جميع اللقاحات الموصى بها، بما في ذلك جرعة الإنفلونزا السنوية. ضع نسخة من سجلات اللقاحات التي حصلت عليها في حقيبة مستلزمات الطوارئ.
- ◀ استخدم المنديل أو أعلى الكم في التغطية عند السعال أو العطس.
- ◀ اغسل يديك باستمرار بالمياه والصابون.
- ◀ تجنب الاتصال بالأشخاص المرضى عن قرب.
- ◀ ابقَ في المنزل حالَ مرضك.

## الرياح العاتية

- ◀ قوِّ أبواب المرآب والأبواب مزدوجة المدخل لتلافي انهيارها تحت ضغط الرياح.
- ◀ ركب مغاليق الأعاصير لحماية النوافذ والأبواب الزجاجية.
- ◀ تأكد من إحكام إغلاق السقف والنوافذ/الأبواب وأبواب المرآب.
- ◀ أمّن الأغراض خارج المنزل خاصة إذا تم التنبؤ برياح عاتية.
- ◀ ثبّت أي خزانات وقود خارجية.
- ◀ قلم الأشجار.

## استمرارية عمل المرافق

- ◀ اشترِ مصادر كهربائية بديلة: اقنن مولدًا ووقودًا لتشغيل احتياجاتك الأساسية.
- ◀ إذا كانت لديك احتياجات طبية تستلزم مصدرًا للطاقة الكهربائية، فتأكد من التخطيط مقدمًا في حالة انقطاع التيار الكهربائي.
- ◀ احتفظ بهاتف موصل بالجدار وله سماعة سلكية (غير بعيدة) واحتفظ بخدمة هاتف "الخط الأرضي" الموصل بأسلاك نحاسية أو اشترِ ما يكفي من البطاريات الاحتياطية إن كانت لديك خدمة هاتف نقل الصوت عبر بروتوكول الإنترنت (VoIP).

## التأمين

- ◀ أمّن على منزلك أو شقتك (سواءً أكانت ملكك أم كنت مستأجرًا): بما في ذلك التأمين ضد الحرائق والفيضانات أو التأمين على المستأجرين.
- ◀ احتفظ بقائمة جرد لما في منزلك من عناصر. التقط صورًا فوتوغرافية أو مقطع فيديو لكل غرفة ولكل ممتلكاتك القيّمة.
- ◀ اصنع نسخًا من الصور واحفظها على محرك أقراص USB؛ احتفظ بالصور الأصلية في مكان آمن.



# ملحقات الأخطار

## ما الذي يجب القيام به؟

الدليل الإرشادي لكيفية التعامل مع كل خطر من أكثر الأخطار شيوعاً في

**FAIRFAX COUNTY**

### الأخطار الطبيعية:

- ◀ العواصف الرعدية
- ◀ الأعاصير أو العواصف الاستوائية
- ◀ الفيضانات
- ◀ العواصف الثلجية أو البرد القارس
- ◀ درجة الحرارة الشديدة
- ◀ الزوابع
- ◀ الزلزال
- ◀ جائحة الإنفلونزا

إن Fairfax County معرضة لمجموعة كبيرة من الأخطار (الطبيعية والتي يسببها الإنسان واليومية). تهدد هذه الأخطار سلامة السكان. ويمكن أن تتسبب في حدوث أضرار في الممتلكات أو تدميرها وتعطيل الاقتصاد. وإذا لم يكن بمقدورنا القضاء على الأخطار، فبإمكاننا الحد من تأثيراتها المحتملة.

يمكن أن تقع الأخطار منفردة، أو في شكل مجموعة من التداخيات، وهو الأمر الأكثر شيوعاً. على سبيل المثال، قد يؤثر الإعصار فيضانياً بالإضافة إلى التسبب في انقطاع التيار الكهربائي وحالات طيبة طارئة. أو قد ينجم عن عاصفة رعدية برق يُشعل الحرائق في المباني.

### الأخطار التي يسببها الإنسان (بما في ذلك الحوادث والأفعال المتعمدة):

- ◀ الهجوم الإلكتروني
- ◀ الاضطرابات المدنية
- ◀ أعمال العنف/الإرهاب
- ◀ المواد الخطرة
- ◀ كيميائية أو بيولوجية أو إشعاعية أو نووية
- ◀ انهيار السدود

استُخدمت خطة تخفيف الأخطار في شمال Virginia ومصادر أخرى لتحديد الأخطار المفصلة أدناه. فالأخطار المحددة هنا هي التي تُشكّل الخطر الأعظم على المقاطعة (أي أنها صاحبة أكبر احتمالية في التسبب في أكثر التأثيرات فداحة في أرواح الأشخاص والممتلكات المعرضة لها). تستند التحليلات إلى مراجعات مفصلة لتاريخ الأخطار السابقة، بالإضافة إلى أدوات التنبؤ وأدوات النمذجة الاحتمالية.

تُصنّف ملحقات الأخطار حسب الخصائص المشتركة ولا تتطوي على أي ترتيب لدرجة الخطورة:

### حالات الطوارئ "اليومية":

- ◀ حرائق المباني
- ◀ انقطاع التيار الكهربائي/التعتيم
- ◀ حالات الطوارئ الطبية

# العواصف الرعدية

## ما المقصود بها

العواصف الرعدية هي أحداث جوية محلية هائلة. تحدث العواصف الرعدية بشكل أكثر شيوعاً في الصيف، ولكن يمكن أن تحدث في أي موسم. تنتج جميع العواصف الرعدية برقاً، كما أن لديها القدرة على إنتاج زوايا ورياح شديدة وبرق هائل مدمرة وفيضانات مفاجئة - وتكون هذه الفيضانات مسؤولة عن عدد وفيات أكبر من العدد الناجم عن أي خطر آخر مرتبط بالعواصف الرعدية.

يثير البرق قلقاً بشكل خاص بسبب عدم إمكانية التنبؤ به - ويحدث البرق غالباً وراء ما يُرى أنه العاصفة، ويحدث في بعض الأحيان على بُعد 16.1 كيلومتراً (10 أميال) من سقوط الأمطار.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع تدوير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- قم بإعداد منزلك عن طريق تنظيف البالوعات والمصارف.
- أزل أي أشجار أو أطراف ميتة أو متعفنة معرضة للسقوط.
- حافظ على أي أغراض موجودة في الخارج، قد تطير بعيداً أو تصبح كأنها "قذائف" وتتسبب في إلحاق ضرر، أمانة أو أحضرها إلى الداخل.
- أفضل قوالب أي معدات إلكترونية.
- اعلم ما إذا كان مكان إقامتك/عملك يقع في منطقة سهول فيضية محددة.
- تقدم بطلب للحصول على تأمين ضد الفيضانات (لاحظ أن خرائط الفيضانات الصادرة عن الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) لا تعكس جميع المخاطر الناجمة عن الفيضانات سريعة الحركة المفاجئة أو الفيضانات "الصفائحية" - وهي الأنواع التي تحدث غالباً بفعل الأمطار الغزيرة).
- مع اقتراب التهديد، حدد المكان الذي ستذهب إليه - هل سيكون في الداخل، أم ستكون السيارة المغلقة هي أفضل خيار لديك؟
- تعلّم الإسعافات الأولية.
- راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعميم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### المصطلحات الأساسية

- **ترقب عاصفة رعدية** يشير إلى احتمالية حدوث عاصفة رعدية في منطقتك.
- **تحذير من عاصفة رعدية** يشير إلى أنه ثمة عاصفة رعدية تحدث حالياً أو من المرجح حدوثها قريباً.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- بمجرد رؤية البرق أو سماع الرعد، تحرك فوراً إلى الداخل أو نحو سيارة مغلقة.
- ابقَ بالداخل لحين مرور 30 دقيقة بعد آخر دوي للبرق.
- إذا كنت تقود سيارتك في أجواء تقل فيها الرؤية، فحاول الخروج من الطريق وإيقاف السيارة بأمان. ابقَ داخل السيارة وأغلق جميع النوافذ.
- إذا لم يكن بإمكانك البقاء بالداخل أو الوصول إلى مبنى آمن، فتجنب الأماكن المرتفعة والأشجار الطويلة أو المعزولة والأعمدة والسواري والأجسام المعدنية الكبيرة (بما في ذلك الأسوار ومدججات الملاعب الرياضية).
- إذا كنت في عرض البحر، فاتجه إلى الشاطئ على الفور.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- استمر في النشاط الذي كنت تقوم به أو واصل الطريق الذي كنت تسير فيه عندما يصبح الوضع آمناً.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

لمزيد من المعلومات عن السلامة من صواعق البرق، راجع

<https://www.weather.gov/safety/lightning>

# الأعاصير / العواصف الاستوائية

## ما المقصود بها

الأعاصير والعواصف الاستوائية هي نظم جوية عنيفة ذات دوران سطحي محدد بدقة. تشمل التهديدات الناجمة عن الأعاصير الرياح العاتية وسقوط الأمطار الغزيرة والمد العاصفي والفيضانات الساحلية والداخلية والتيارات الساجية والزوايع. قد تمتد العواصف الشديدة لمئات الأميال، مع رياح تتجاوز 241.4 كيلومترًا في الساعة (150 ميلاً في الساعة)، وتدفع فيضانات المد العاصفي لمسافة 3.7 أمتار (12 قدمًا) أو أكثر. وحتى العواصف التي لا تحمل رياحًا بقوة الأعاصير قد تتسبب في حدوث فيضانات مدمرة بسبب المطر فقط (على سبيل المثال، Irene و Sandy و Harvey).

تدور العواصف الاستوائية في اتجاه عكس عقارب الساعة حول منطقة عين الإعصار. تنشئ السحب العاصفة الدوارة ما يُعرف بـ "جدار العين"، الذي يحتوي على أكثر الرياح تدميرًا في العاصفة. يحمل النصف الشرقي من الإعصار الأطلنطي عادة المخاطر الأعظم من حيث الرياح والمد.

تحتوي الأعاصير على رياح تبلغ سرعتها 119.1 كيلومترًا في الساعة (74 ميلاً في الساعة) أو أكثر، وعواصف استوائية تتراوح بين 61.2-117.5 كيلومترًا في الساعة (38-73 ميلاً في الساعة)، ومنخفضات استوائية أقل من 61.2 كيلومترًا في الساعة (38 ميلاً في الساعة). يبدأ موسم الإعصار الأطلنطي من 1 يونيو حتى 30 نوفمبر، ويصل إلى ذروته في الفترة بين منتصف أغسطس وأواخر أكتوبر.

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **ترقب إعصار/عاصفة استوائية** يشير إلى الظروف المحتمل وقوعها خلال 36 ساعة قادمة.
- ◀ **تحذير من إعصار/عاصفة استوائية** يشير إلى الظروف المتوقع حدوثها خلال 24 ساعة.
- ◀ **الترقيات والتحذيرات قصيرة الأجل** هي تحذيرات توفر معلومات تفصيلية حول تهديدات محددة مرتبطة بالأعاصير، مثل الفيضانات المفاجئة والزوايع.
- ◀ **مقياس Saffir-Simpson لرياح الأعاصير** يصنف الرياح المستمرة القصوى المصاحبة للأعاصير على مقياس من 1 إلى 5 (ترتبط فئات الأعاصير إجمالاً بالتهديدات الأخرى ذات الصلة مثل المطر والمد العاصفي).
- ◀ **الرياح المستمرة** تشير إلى متوسط الرياح لمدة دقيقة واحدة، وتقاس على بُعد 10.1 أمتار (33 قدمًا) فوق السطح.
- ◀ **المد العاصفي** يشير هذا المصطلح إلى ارتفاع غير طبيعي في مستوى المياه ينجم عن عاصفة، وهو يفوق كل مستويات المد والجزر المتوقعة.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع تدوير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- قرر مبكرًا ما إذا كنت ستخلي المكان وإلى أين ستذهب إذا تقيت أمرًا بالمغادرة أو قررت ذلك.
- إذا أخلت المكان، فأحضر حقيبة التنقل الخاصة بك، سواء ذهبت إلى ملجأ لحالات الطوارئ أو مأوى آخر للاحتماء.
- قم بإعداد منزلك (إغلاق المرافق وتأمين الممتلكات وما إلى ذلك).
- احرص على أن يكون لديك تأمين على ممتلكاتك وأنشئ قائمة جرد بالممتلكات الشخصية.
- حافظ على أي أغراض موجودة في الخارج، قد تطير بعيدًا أو تصبح كأنها "قذائف" وتتسبب في إلحاق ضرر، أمانة أو أحضرها إلى الداخل.
- فكر في الربط وغيره من سبل التقوية الهيكلية إذا كانت ممتلكاتك معرضة للخطر.
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعميم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى الراديو والتلفزيون للحصول على معلومات رسمية حديثة.
- اعثر على غرفة آمنة داخل منزلك (غرفة داخلية أو خزانة أو حمام).
- لا تخرج حتى يؤكد المركز الوطني للأعاصير التابع للأرصاد الجوية الوطنية أن العاصفة قد غادرت المنطقة.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون المحليون أن الوضع آمن.
- تجنب السير أو القيادة عبر مياه الفيضانات.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

# الفيضان

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **ترقب الفيضان** يشير إلى احتمالية حدوث فيضان أو فيضان مفاجئ في منطقتك.
- ◀ **تحذير من فيضان** يشير إلى أنه ثمة فيضان يحدث حالياً أو من المرجح حدوثه قريباً. إذا نصحك المسؤولون بالإخلاء، فقم بذلك على الفور.
- ◀ **ترقب فيضان مفاجئ** يشير إلى احتمالية حدوث فيضان مفاجئ. استعد للانتقال إلى مكان مرتفع. قد يحدث الفيضان المفاجئ دون أي تحذير.
- ◀ **تحذير من فيضان مفاجئ** يشير إلى أنه ثمة فيضان مفاجئ يحدث حالياً. ابحث عن مكان مرتفع على الفور ولا تنتظر تلقي تعليمات.
- ◀ **فيضان المائة عام** (أو "قاعدة الفيضان") يشير إلى فيضان يُحتمل أن تتم معادلته أو تجاوزه بنسبة 1 في المئة في أي سنة معينة، وذلك وفق خرائط الفيضانات الصادرة عن الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA). كذلك يمكن أن يشار إلى قاعدة الفيضان على أنها عاصفة المائة عام، وغالباً ما تسمى المنطقة المغمورة أثناء قاعدة الفيضان بسهل فيضان المائة عام، والتي ترتبط عموماً بـ "المنطقة المعرضة لخطر فيضان محدد" حيث يتطلب الحصول على تأمين فيدرالي ضد الفيضانات من أجل الحصول على قرض عقاري. تجدر ملاحظة أن "فيضان المائة عام" يشير إلى الاحتمالية السنوية لحدوث هذه الفيضانات، وليس إلى الفاصل الزمني المتوقع بينها.
- ◀ **فيضان الخمسمائة عام** يشير إلى فيضان يُحتمل أن تتم معادلته أو تجاوزه بنسبة 0.2 في المئة في أي سنة معينة، وذلك وفق خرائط الفيضانات الصادرة عن الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA). تسمى المنطقة المغمورة أثناء فيضان الخمسمائة عام بسهل فيضان الخمسمائة عام. تجدر ملاحظة أن "فيضان الخمسمائة عام" يشير إلى الاحتمالية السنوية لحدوث هذه الفيضانات، وليس إلى الفاصل الزمني المتوقع بينها.

## بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون المحليون أن الوضع آمن.
- تجنب السير أو القيادة عبر مياه الفيضانات.
- لا تشرب من مياه الفيضان.
- لا تشرب من منزل غمرته مياه الفيضان أو تغتسل به حتى يتم اختبارها والتأكد من أنها آمنة للاستخدام.
- تخلص من المياه الراكدة التي قد يتكاثر فيها البعوض.
- لا تأكل أي طعام لمستّه مياه الفيضان. "إذا ساورك شك بخصوصه، فتخلص منه".
- تخلص من جميع العناصر المسامية التي تبليت لمدة تزيد عن 48 ساعة، ولا يمكن تنظيفها وتجفيفها جيداً. حيث يمكن أن تظل هذه العناصر مصدراً لنمو العفن ولذا يتعين إخراجها من المنزل.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

## ما المقصود بها

الفيضان هو أحد أكثر الأخطار شيوعاً في Fairfax County. يمكن أن يُشكل الفيضان مصدر إزعاج أو يصبح كارثة، وذلك حسب عمقه وسرعته المتجهة. كن مستعداً لمواجهة الفيضان بغض النظر عن المكان الذي تعيش فيه، ولكن على وجه الخصوص، إذا كنت تعيش في منطقة منخفضة السطح أو بالقرب من مسطح مائي أو مجرى مائي من أحد السدود أو في مناطق أخرى يُعرّف أنها تعرّضت للفيضان خلال عواصف سابقة.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع تدوير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- قرر مبكراً ما إذا كنت ستخلي المكان وإلى أين ستذهب إذا تلقيت أمراً بالمغادرة أو اخترت ذلك.
- قم بإعداد منزلك عن طريق تنظيف البالوعات والمصارف.
- افصل الأجهزة الكهربائية.
- اعلم ما إذا كان مكان إقامتك/عملك يقع في منطقة سهول فيضية.
- تقدم بطلب للحصول على تأمين ضد الفيضانات. ضع ذلك في الحسبان حتى وإن لم تكن في منطقة السهول الفيضية المعرضة لفيضان المائة عام (حددت الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) "المنطقة الخاصة المعرضة لأخطار الفيضان") - إذ إن العديد من الفيضانات الأخيرة قد تجاوزت إشارات فيضان المائة عام وحتى فيضان الخمسمائة عام!
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية.
- إذا وجدت ارتفاعاً في مستوى المياه، فانقل على الفور إلى مكان مرتفع.
- لا تلمس المعدات الكهربائية إذا كنت مبتلاً أو تقف في المياه.
- ابتعد دائماً عن مياه الفيضان.
- لا نُد السيارة عبر الطرق المغمورة بمياه الفيضان، حتى إذا كانت سيارتك ذات ارتفاع عالٍ وحتى إذا بدت المياه ضحلة - "غير مسارك، حتى لا تغرق".
- ابتعد عن الأسلاك الكهربائية الملقاة على الأرض لتجنب خطر الصدمة أو الصعق بالكهرباء.

لمعرفة ما إذا كان العقار الخاص بك يقع في منطقة فيضانات أم لا، تفصل بزيارة  
[msc.fema.gov/portal/search](https://msc.fema.gov/portal/search)



# طقس الشتاء/ البرد القارس

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **تنبيه من طقس الشتاء** يشير إلى ظروف طقس الشتاء المتوقعة والتي قد تكون خطيرة.
- ◀ **ترقب عاصفة ثلجية** يشير إلى ثمة احتمالية لتساقط ثلج أو مطر ثلجي أو تكوين جليد — فكن مستعداً. (خلال مدة تتراوح بين 36 إلى 48 ساعة قادمة)
- ◀ **تحذير من عاصفة ثلجية** يشير إلى أنه من المتوقع تساقط ثلج أو مطر ثلجي أو تكون جليد — فاتخذ الإجراءات اللازمة! (خلال 24 ساعة)
- ◀ **تحذير من التجمد/الصقيع** يشير إلى أنه من المتوقع أن تكون درجات الحرارة دون الصفر.
- ◀ **تحذير من عاصفة ثلجية** يشير إلى أنه قد تصل الرياح المستمرة أو الرياح العادية إلى 56.3 كيلومترًا (35 ميلاً) في الساعة أو أكثر، فضلاً عن كميات كبيرة من الثلوج المتساقطة أو الانجرافات الثلجية وانعدام الرؤية تقريباً.

## ما المقصود به

يشتمل طقس الشتاء على الجليد والثلوج الكثيفة وظروف البرد القارس. وبإمكانها أن تتسبب في انقطاع التيار الكهربائي وفقد الحرارة وخدمات الاتصالات - لعدة أيام أحياناً. يتمثل التهديد الأعظم الناجم عن طقس الشتاء غالباً في التأثيرات الثانوية مثل حوادث المرور على الطرق الجليدية. يُشكل انخفاض درجة حرارة الجسم وقضمة الصقيع، اللذان قد ينتجان من التعرض الطويل للبرد، مخاطر أيضاً. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يمثل التنظيف بعد أحداث طقس الشتاء (جرف الثلوج) عملاً شاقاً، ومن ثم قد يشكل خطراً على كبار السن والأخرين الذين يعانون من صعوبات جسدية.

## ما يجب القيام به

- راقب علامات قضمة الصقيع، بما في ذلك فقدان الإحساس وابيضاض أو شحوب الأطراف مثل أصابع اليدين أو أصابع القدمين أو شحمة الأذن أو طرف الأنف.
- إذا كنت تقود سيارتك وتوقفت عن العمل، فتتح إلى جانب الطريق وشغل الأضواء التحذيرية وابق في سيارتك واستخدم هاتفك للاتصال لطلب المساعدة.

## بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- تأكد من أنه تم جرف المناطق المرصوفة في ملكيتك والطرق المجاورة المخصصة للعامة (بما في ذلك الأرصفة). يشكل عدم جرف الثلوج خطراً على جيرانك، وقد تتحول هذه الثلوج في نهاية الأمر إلى جليد.
- "اهتم" بصنوبر إطفاء الحرائق القريب من منزلك أو عملك ونظفه من الثلوج.
- راقب علامات انخفاض درجة حرارة الجسم أو قضمة الصقيع بالنسبة لك والأخرين.
- توخ الحذر عند جرف الثلوج. قد يتسبب فرط الإجهاد في حدوث الإصابات وقد يؤدي حتى إلى التعرض إلى أزمات قلبية. إذا كنت تخطط لجرف الثلوج، فمارس تمارين الإطالة قبل الخروج وخذ فترات استراحة ولا ترهق نفسك.
- إذا كان لديك جيران أكبر سناً أو لديهم احتياجات متعلقة بإمكانية الوصول أو احتياجات وظيفية، فقم بجرف الثلوج من أجلهم، وإذا شعرت بالقلق إزاء قدرتك على القيام بذلك، فاتصل بجيرانك للحصول على المساعدة.

## قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع تدوير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- احرص على صيانة الفرن الخاص بك بانتظام.
- قم بتجهيز منزلك عن طريق تلميح ممرات المشاة وممرات السيارات والمداخل.
- احتفظ بمعدات تدفئة في حالات الطوارئ.
- اشتر وثيقة تأمين على المنزل.
- ضع خطة لإزالة الثلوج: احتفظ بمجارف في متناول اليد أو فكر في الذهاب مع بعض الجيران لإزالة الثلوج باستخدام ناقل ثلوج مشترك.
- أغلق صنابير المياه الخارجية وجفف الأنابيب.
- تعلم كيفية تشغيل الصمام الرئيسي لإيقاف المياه (في حال انفجار أنبوب).
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعميم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

## أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- احرص على البقاء في مكان مغلق أثناء العاصفة إن أمكن.
- ارتد ملابس مناسبة للطقس البارد. ارتد طبقات من الملابس الفضفاضة والمريحة وخفيفة الوزن والدافئة، بدلاً من طبقة واحدة من الملابس الثقيلة.
- لا تعد السيارة إلا عند الضرورة - خاصة إذا لم تكن لديك خبرة في ظروف الشتاء أو كنت تمتلك سيارة تعمل بنظام الدفع الخلفي.
- راقب علامات انخفاض درجة حرارة الجسم، بما في ذلك:
  - قشعريرة لا يمكن السيطرة عليها
  - فقدان الذاكرة
  - التوهان
  - عدم الاتساق
  - التلعثم في الكلام
  - الخمول
  - الإجهاد الواضح

إذا تم اكتشاف أي علامات، احصل على المساعدة الطبية بأسرع ما يمكن.

# الحرارة الشديدة

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **الموجة الحارة** تشير إلى فترة طويلة من الحرارة المفرطة، وغالبًا ما تكون مترامنة مع ارتفاع نسبة الرطوبة.
- ◀ **مؤشر الحرارة** يوضح درجة الحرارة، مع مقدار الرطوبة النسبية والتعرض لأشعة الشمس، بالإضافة إلى درجة حرارة الهواء المطلقة. يمكن أن يؤدي التعرض لأشعة الشمس الكاملة إلى زيادة مؤشر الحرارة بنسبة 15 درجة.
- ◀ **التشنجات الحرارية** تشير إلى الآلام والتقلصات العضلية الناجمة عن بذل مجهود شاق.
- ◀ **الإجهاد الحراري** يحدث عادةً عندما يمارس الأشخاص تمرينًا شاقًا أو يعملون في مكان حار ورطب، ويفقد الجسم سوائله من خلال التعرق الشديد. تجب معالجة الإجهاد الحراري بتناول السوائل أو تبريد البشرة، وإلا سيحول إلى ضربة حرارة.
- ◀ **ضربة الحرارة** (أو "ضربة الشمس") تشير إلى حالة تهدد الحياة، حيث يتوقف نظام التحكم في درجة الحرارة، الذي ينتج العرق لتبريد الجسم، عن العمل لدى الشخص المصاب. يفقد ضحايا ضربة الحرارة تماسكهم ووعيهم تمامًا، ويحتاجون إلى رعاية طبية فورية.

## ما المقصود بها

قد تكون الحرارة الشديدة - خاصةً عندما تكون مترامنة مع ارتفاع نسبة الرطوبة - مميتة، ما يؤدي إلى تباطؤ عملية التبريد ومن ثمَّ يتطلب من الجسم بذل جهد أكبر لخفض درجة حرارته الداخلية. قد يؤدي التعرض المفرط للحرارة و/أو فرط الإجهاد (المبالغة في ممارسة التمارين أو بذل الجهد) إلى الإصابة بأحد الأمراض الناجمة عن الحرارة، وهي التشنجات الحرارية والإجهاد الحراري وفي نهاية المطاف الإصابة بضربة حرارة. تشكل الأمراض الناجمة عن الحرارة خطرًا كبيرًا ولا سيما على الأطفال وكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة أو الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- إذا كان يجب عليك أن تمارس التمارين الرياضية، ففكر في ممارسة الأنشطة الداخلية. إذا كان يجب عليك أن تمارس التمارين الرياضية في الخارج، فقم بذلك خلال فترات النهار الأقل حرارة واشرب سوائل إضافية واستعن بأصدقائك واحتفظ بهاتف بالقرب منك وقلل مستوى الجهد المبذول.
- إذا شعرت بالدوار أو ارتفاع درجة حرارتك أو أنك لست على ما يرام، فاتخذ ما يلزم من الإجراءات على الفور!
  - توقف عن القيام بأي عمل شاق.
  - انتقل إلى مكان بارد.
  - اشرب شيئًا إن استطعت.
  - اعمل على تبريد بشرتك عن طريق أخذ حمام بارد أو وضع أي شيء بارد على جسدك.
- اتصل بشخص ما للحصول على المساعدة أو اتصل برقم الطوارئ 911 قم بذلك قبل أن تهدد حالتك مهارات التفكير النقدي لديك!
- اطمئن على الجيران الأكبر سنًا وأي جيران ليس لديهم مكيف هواء.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- استشر طبيبًا مهنيًا إذا لم تتحسن حالتك الناجمة عن الحرارة.
- استمر في شرب السوائل.

- سجل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع توير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- إذا كنت تمتلك مكيف هواء فاحرص على صيانته بانتظام.
- اشرب الكثير من السوائل. عليك معرفة متطلبات جسدك ومعرفة حالته الطبيعية.
- ارتد ملابس فضفاضة تغطي أكبر قدر ممكن من البشرة. تعكس الملابس خفيفة الوزن ذات الألوان الفاتحة الحرارة وأشعة الشمس وتساعد في الحفاظ على درجات حرارة الجسم الطبيعية.
- إعادة جدولة الأنشطة الخارجية، إن أمكن.
- لا يترك الأطفال أو الحيوانات الأليفة بمفردها في السيارات المغلقة.
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعقيم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- احرص على البقاء في مكان مغلق قدر الإمكان وتجنب التعرض للحرارة والشمس.
- اشرب الكثير من المياه أو المشروبات الرياضية الإلكترونية.
- تجنب القيام بالأعمال الشاقة خلال فترات النهار الأكثر حرارة.
- استعن بأصدقائك عند العمل في درجة حرارة شديدة واحتفظ بهاتف بالقرب منك وخذ فترات استراحة على نحو متكرر.

# الزوابع

## ما المقصود بها

الزوابع هي أعنف العواصف الطبيعية. وهي تتميز بعمود من الهواء سريع الدوران، حيث تتراوح سرعته بين 104.6 كيلومترات (65 ميلاً) في الساعة و321.9 كيلومتراً (200 ميل) في الساعة. ستتسبب الزوابع الضعيفة في إلحاق ضرر سطحي بالمباني المتأثرة بشكل مباشر، في حين يمكن أن تدمر الزوابع القوية جداً كل شيء على امتداد المئات من الياردات في جميع الأنحاء. قد تكون الزوابع مصحوبة بعواصف رعدية وعواصف استوائية وأعاصير. ويمكن أن تظهر فجأة، دون أي تحذير على الإطلاق، وقد تكون غير مرئية حتى يتجمع الغبار والحطام أو تظهر سحابة قمعية. يرجى ملاحظة أنه لا توجد صفارات إنذار خاصة بالزوابع في Fairfax County.

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **ترقب زوبعة** يشير إلى الظروف الجوية الحالية التي قد ينتج عنها وقوع زوبعة.
- ◀ **تحذير من زوبعة** يشير إلى رؤية زوبعة أو الإشارة إليها بواسطة رادار طقس.
- ◀ **مقياس فوجيتا المحسن** يقيس قوة الزوبعة من خلال سرعة الرياح (EF0 إلى EF5).

## ما يجب القيام به:

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية.
- انتقل على الفور إلى أدنى مستوى من المبنى، إلى غرفة أو رواق داخلي.
- ابتعد عن النوافذ والمداخل.
- لا تبقَ في مقطورة أو منزل متنقل. انتقل على الفور إلى مبنى ذي أساس قوي.
- إذا كنت في سيارة، أو لم يكن متوفراً مكان للاحتباء، فاستلق في وضعية مستقيمة داخل حفرة أو مكان آخر منخفض. لا تحتم أسفل جسر أو معبر.
- خطط للبقاء في مكان الاحتباء حتى زوال الخطر.
- راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعتيم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون المحليون أن الوضع آمن.
- ابتعد عن المباني والبنية التحتية المتضررة.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو طقس يعمل ببطارية أو ذراع تدوير من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA).
- تدرب على الاحتباء داخل مكان إقامتك أو مؤسستك التجارية.
- إذا كان ثمة ترقب لحدوث زوبعة، فاستمع باهتمام إلى راديو الطقس أو الراديو التجاري أو شاهد التلفزيون أو ادخل إلى موقع إخباري على شبكة الويب للحصول على معلومات حديثة.
- خلال ترقب زوبعة (وليس التحذير منها)، حافظ على أي أغراض موجودة في الخارج، قد تطير بعيداً أو تصبح كأنها "قذائف" وتتسبب في إلحاق ضرر، أمانة أو أحضرها إلى الداخل.
- راقب علامات حدوث زوبعة، وهي سماء مظلمة أو مائلة إلى اللون الأخضر وسقوط البرد وغيوم كبيرة وداكنة ومنخفضة وهدير صاخب.
- تعلم الإسعافات الأولية.

# الزلازل

## ما المقصود به

الزلازل هو اهتزاز سطح الأرض، ما قد يتسبب في إلحاق ضرر بالمباني والبنية التحتية. بعد وقوع زلزال، يشكل الحريق خطرًا كبيرًا بسبب تسرب الغاز وحدث عطل في ضغط المياه.

يحدد مقياس ريختر قوة الزلزال، حيث يقيس سعة الموجة على أساس لوغاريتمي - الأمر الذي يعني أن كل عدد صحيح يرتبط بزيادة مقدارها 10 أضعاف في سعة الموجة الزلزالية أو زيادة مقدارها 30 ضعفًا في إجمالي الطاقة الناتجة عن الزلزال. يمكن الشعور بالزلازل التي تسجل أقل من 5 درجات على مقياس ريختر، ولكنها نادرًا ما تتسبب في إلحاق ضرر، بينما تتسبب الزلازل التي تسجل 9 درجات وما فوقها في دمار إقليمي كامل.

على سبيل المثال، سجّل زلزال Virginia عام 2011 5.9 درجات على مقياس ريختر، بينما سجّل زلزال Northridge في California عام 1995 6.7 درجات، كما سجّل زلزال مكسيكو سيتي عام 2017 8.2 درجات، وسجّل زلزال فوكوشيما في اليابان عام 2011 9.1 درجات.

ولاية Virginia هي واحدة من بين 45 ولاية أو إقليمًا في الولايات المتحدة معرضة لخطر الزلازل.

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **الهزة الارتدادية** تشير إلى زلزال يتبع الزلزال الرئيس ويشابهه أو يقل عنه في الشدة.
- ◀ **مركز الزلزال** يشير إلى المكان الموجود على سطح الأرض مباشرةً فوق النقطة الواقعة على الصدع الذي بدأ فيه التصدع المسبب للزلزال.
- ◀ **الصدع** يشير إلى الكسر الذي تتعرض له طبقات القشرة الأرضية أثناء الزلزال، ما يؤدي إلى إزاحتها.
- ◀ **قوة الزلزال** تشير إلى مقدار الطاقة المنبعثة أثناء الزلزال.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- ◻ سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التدوير.
- ◻ حدد الأماكن الآمنة في كل غرفة أسفل طاولات متينة أو مقابل جدار داخلي.
- ◻ أجر تدريبات مع أفراد عائلتك للاستعداد عند حدوث زلزال.

- ◻ افهم كيف سيقوم منزلك أو المبنى الذي توجد فيه واعمل على تقوية أساسه في حال وجود أماكن مثيرة للقلق.
- ◻ تعلّم الإسعافات الأولية.

- ◻ راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعميم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- ◻ انبطح واحتم وتشبث بشيء. ضم يديك إلى ركبتيك، إن استطعت، لحماية رأسك ورقبتك.
- ◻ ابتعد عن النوافذ إذا كنت في مكان مغلق.
- ◻ احرص على البقاء في مكان مغلق حتى يتوقف الاهتزاز أو إذا كنت متأكدًا من أنه مكان آمن.

- ◻ إذا كنت في الخارج، فابحث عن مكان خالٍ بعيدًا عن المباني العالية وانبطح على الأرض حتى يتوقف الاهتزاز.
- ◻ إذا كنت في السيارة، فتوجه إلى مكان خالٍ وأوقف السيارة.
- ◻ استمع إلى المعلومات الرسمية.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- ◻ توقع حدوث هزات ارتدادية (زلازل أصغر) لساعات أو أيام بعد الزلزال الأولي.
- ◻ تجنب المناطق المتضررة.
- ◻ تحقق من المرافق لديك (خاصةً الغاز) وأخلِ المكان واتصل برقم الطوارئ 911 إذا شممت رائحة غاز.
- ◻ ابحث عن تشققات في الأساس أو الألواح الجصية؛ لأن هذا قد يكون علامة على حدوث أضرار هيكلية. إذا وجدت أضرارًا، فافحص الهيكل قبل العودة للسكن في المكان.
- ◻ تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

# جائحة الإنفلونزا والأمراض المعدية

## ما المقصود بها

الجائحة هي تفشي مرض مُعدٍ على مستوى العالم (في حين يتقشّى "الوباء" إقليمياً بطبيعته أو يقتصر على مجتمعات سكانية معينة). تحدث جائحة الإنفلونزا عندما تظهر سلالة من فيروس الإنفلونزا:

- تتسبب في انتشار مرض خطير.
- لا توجد مناعة كافية لدى البشر لمقاومتها.
- قدرة على الانتشار بسهولة وبسرعة بين الأشخاص، وخاصةً من خلال اللعب أو السعال أو العطس.
- الأمراض المعدية هي واحدة من الأسباب الرئيسية للوفاة في جميع أنحاء العالم. وبسبب السفر الجوي والتجارة الدولية، يتم نقل عوامل الأمراض المعدية عبر الحدود كل يوم عن طريق البشر والحيوانات والحشرات والمنتجات الغذائية.

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **الإنفلونزا** تشير إلى مرض تنفسي يسببه فيروس الإنفلونزا الذي يصيب ملايين الأشخاص كل عام. تتمتع السلالات المختلفة بخصائص متنوعة إلى حد كبير فيما يتعلق بمدى شدة المرض وإمكانية انتشاره وتأثيره في السكان. كذلك يتسم فيروس الإنفلونزا بالقدرة على التحور والانتقال إلى فصائل متعددة ومنها بسرعة.
- ◀ **التدخلات غير الدوائية (NPIs)** هي إجراءات، بخلاف تلقي اللقاحات وتناول الأدوية، يمكن أن يتخذها الأفراد والمجتمعات للمساعدة على إبطاء انتشار أمراض الجهاز التنفسي، مثل جائحة الإنفلونزا. يرد أدناه مجموعة من التدخلات غير الدوائية في قائمة " ما يجب القيام به: قبل حالة الطوارئ."

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التنوير.
- احصل على لقاح الإنفلونزا السنوي لجميع الأشخاص من عمر ستة شهور وما فوق ذلك، ما لم ينصح الطبيب بعدم تناوله.
- اغسل يديك أو طهرهما باستمرار.
- اتخذ خطوات معقولة وبديوية لمنع انتشار الجراثيم بما في ذلك تغطية الوجه عند السعال والعطس والابتعاد عن الآخرين قدر الإمكان عند الإصابة بالمرض.
- اغسل الأدوات المنزلية وطهرها باستمرار.
- مارس العادات الصحية الحميدة، بما في ذلك اتباع نظام غذائي متوازن وممارسة الرياضة يوميًا والحصول على قدر كافٍ من الراحة.
- تحقق بشكل دوري من العقاقير الطبية المعتمدة لضمان توافرها باستمرار في منزلك.
- احتفظ بأي عقاقير لا تتطلب وصفة طبية وغيرها من المستلزمات الصحية في متناول اليد، بما في ذلك مسكنات الألم وعقاقير علاج المعدة وأدوية السعال والبرد والسوائل الإلكترونية وليبتية والفيتامينات.
- انسخ السجلات الصحية التي حصلت عليها من الأطباء والمستشفيات والصيدليات وغيرها من المصادر واحتفظ بنسخ إلكترونية منها وخذنها لديك للرجوع إليها.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية.
- إذا كنت مريضاً، فابتعد عن الآخرين لحمايتهم من الإصابة بالمرض أيضاً.
- تجنب الاتصال بالأشخاص المرضى عن قرب.
- احرص على تغطية فمك وأنفك باستخدام منديل عند السعال أو العطس.
- اغسل يديك أو طهرهما باستمرار.
- تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك.
- إذا كنت تعاني من الحمى، فلا تذهب إلى المدرسة أو العمل إلا بعد 24 ساعة من زوالها.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- نظف الأسطح مثل أسطح خزانات المطابخ ومقابض الأبواب والتجهيزات الثابتة والهواتف وأجهزة التحكم عن بُعد والملاءات.
- تستطيع منتجات التنظيف المنزلية الشائعة أن تقتل فيروس الإنفلونزا، بما في ذلك المنتجات التي تحتوي على:
  - الكلور
  - بيروكسيد الهيدروجين
  - المنظفات (الصابون)
  - المُطهِّرات المعتمدة على اليود
  - الكحوليات

# الهجوم الإلكتروني

## المصطلحات الأساسية

- ▶ **الهجوم الإلكتروني** قد يقوم به الأفراد أو مجموعات الربط الشبكي أو الجماعات الإرهابية أو الدول، وقد يسبب مشكلات بالغة (وخطيرة) للحكومات والمؤسسات التجارية والمرافق والجمهور العام.
  - ▶ **الاختراق** يشير إلى هجوم مباشر ضد أحد الأنظمة "عبر الشبكة"، حيث يتمكن فيه المهاجم (سواء كان شخصاً أم "روبوت" آلي) من الوصول مباشرة إلى بيانات أو عمليات مؤمنة/مقيدة. يتم غالباً فتح المسارات التي تسمح بمثل عمليات الاختراق هذه عبر "التصيد الاحتيالي" أو تنزيل الرسائل الخادعة.
  - ▶ **إنترنت الأشياء (IoT)** يشمل الأجهزة المدعومة بخدمات الويب بما في ذلك الثلاجات وأنظمة الصوت والساعات ومنظمات الحرارة وأنظمة الأمان وماكينات تحضير القهوة وما إلى ذلك.
  - ▶ **التصيد الاحتيالي** يتضمن نشر رسائل البريد الإلكتروني أو الرسائل النصية على نطاق واسع أملاً في أن يقر بعض المتلقين فوق أي مكان في الرسالة (على سبيل المثال مرفق أو رابط أو زر "تمكين وحدات ماكرو") مما يُنشئ الفيروس أو البرامج الضارة. تسمى حملة التصيد الاحتيالي التي تستهدف - على سبيل المثال - حكومة أو مرفق معين باسم التصيد الاحتيالي الموجه.
  - ▶ **الهندسة الاجتماعية** تتضمن استغلال مواطن الضعف لدى المستخدم، بدلاً من نظامه، للتحايل على إجراءات الأمان الخاصة بتكنولوجيا المعلومات. تشمل الأمثلة التصيد الاحتيالي والرسائل الخادعة عبر البريد الإلكتروني وغيرها من الانتهاكات. وغالباً ما يكون المستخدمون هم أكثر العناصر التي يسهل التعدي عليها في بنية أمان تكنولوجيا المعلومات.
- ▶ **أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)**
    - أفضل الجهاز المصاب عن شبكتك.
    - إذا كنت في مكان العمل، فأبلغ موظفي تكنولوجيا المعلومات لديك عن أي هجمات مشتبهاً فيها أو مؤكدة على أجهزتك، وقدم لقطة شاشة.
    - إذا تسبب الحادث في فقدان معلومات مالية أو شخصية أو طبية، فاملأ تقريراً وقدمه للشرطة.
  - ▶ **بعد حالة الطوارئ (التعافي)**
    - أعلم أي شخص قد يتأثر سلبياً، بما في ذلك الحسابات الائتمانية والحسابات البنكية والعملاء ورب العمل والعائلة والأصدقاء. غير حساباتك وجميع كلمات المرور الخاصة بك.
    - أجر الفحوصات الملائمة وشغل الأدوات المساعدة المناسبة لإزالة أي إصابات.
    - راقب التقرير الائتماني والبيانات البنكية والاستثمارات وبيانات بطاقة الائتمان.
    - تأكد من أن جهازك غير مصاب، وامسح محرك الأقراص الثابتة وأعد تثبيت جميع البرامج إذا ساورتك أي شكوك.

## ما المقصود به

- على عكس التهديدات الجسدية التي تتطلب اتخاذ إجراء فوري، غالباً ما يكون من الصعب تحديد التهديدات والهجمات السيبرانية أو فهمها. يشمل الأمن الإلكتروني منع الحوادث السيبرانية واكتشافها والاستجابة لها. تعتمد كل المؤسسات الحديثة تقريباً - بما في ذلك الحكومات والمستشفيات والشركات والبنوك والمرافق - على أنظمة الكمبيوتر من أجل إدارة عملياتها وبياناتها، ومن ثم فهي عرضة للهجمات السيبرانية. قد يشمل ما يسمى بـ "الأجزاء المعرضة للهجوم" والتي قد تكون عرضة لعناصر سيئة أجهزة الكمبيوتر والأجهزة اللوحية والهواتف والعديد من الأجهزة والأدوات الأخرى المدعومة بخدمات الويب فيما يسمى بـ "إنترنت الأشياء". تتضمن مخاطر الهجمات السيبرانية قيام المتسللون بمسح أنظمة كاملة أو الاحتفاظ ببيانات أو أنظمة تشغيل للحصول على فدية أو سرقة معلومات سرية أو شخصية أو اختراق أنظمة وتبديل الملفات أو استخدام جهاز كمبيوتر أو جهاز آخر للوصول إلى قوائم جهات الاتصال ومهاجمة الآخرين أو نقل البرامج الضارة إلى أجهزتهم.

## ما يجب القيام به

- ▶ **قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)**
  - احرص على تشغيل جدار الحماية وتحديثه باستمرار.
  - قم بتثبيت برنامج حماية من الفيروسات/برنامج حماية من برامج التجسس أو تحديثهما.
  - استخدم كلمات مرور قوية وفريدة وغيرها بانتظام.
  - ابحث عن جميع تحديثات نظام التشغيل والبرامج الثابتة والبرامج وبرنامج الحماية من الفيروسات وثبتها على الفور.
  - انتبه إلى ما تقوم بتنزيله. لا تنقر مطلقاً فوق مرفق أو رابط أو ماكرو في بريد إلكتروني أو نص غير مطلوب.
  - قم بإيقاف تشغيل جهاز الكمبيوتر الخاص بك عندما لا تكون تستخدمه.
  - تحقق دائماً من مصدر رسائل البريد الإلكتروني، وإذا ساورتك شكوك بشأنها، فاحذفها.
  - انتبه إلى رسائل البريد الإلكتروني التي تتلقاها من جهات اتصال معروفة ولكن يبدو أنها "مريبة" - الأخطاء الإملائية والصياغة الغريبة للجمل أو الاستخدام الغريب للكلمات والعبارات العامة وعناوين URL لرابط غريب - حيث ستقوم العديد من حملات الاختراق بتقليد رسائل البريد الإلكتروني المعروفة.
  - النقط لقطة شاشة للمحتوى المريب قبل حذفه، وذلك لأغراض التحليلات.
  - انسخ جميع بياناتك احتياطياً على محرك أقراص ثابتة خارجي أو على Cloud بانتظام، وقم بتمكين ميزة "Time Machine" (آلة الزمن) إذا كنت تستخدم جهاز Mac.

# الاضطرابات المدنية

## ما المقصود بها

قد تنتج الاضطرابات المدنية عن مواقف عديدة منها إجراءات العمال (الإضراب) أو المظاهرات السياسية والمظاهرات المضادة أو الاحتفالات بالذكرى السنوية للأحداث المثيرة للجدل. ويمكن أن تصل خطورة حالة الاضطرابات المدنية إلى أن يصبح الوضع فوضوياً وغير مستقر على نحو متزايد.

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **مكان الاحتماء** يشير إلى اختيار غرفة داخلية صغيرة لا تحتوي على نوافذ أو تحتوي على بعض النوافذ للاختباء فيها.
- ◀ **حظر التجول** يشير إلى أمر من مسؤولي السلامة العامة يطلب من الأشخاص البقاء في منازلهم خلال ساعات محددة عادةً ما تكون أثناء الليل.

## ما يجب القيام به

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- ابتعد عن المنطقة.
- أغلق النوافذ والأبواب وابتعد عنها.
- ابقَ على اطلاع بالوضع الحالي.
- كن على علم بطرق الخروج في حالات الطوارئ إذا كان يجب عليك إخلاء المكان.

### أثناء حالة الطوارئ (عند وصول الشرطة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية.
- امتثل لأي توجيهات خاصة بإنفاذ القانون.
- ابتعد عن المنطقة.
- إذا شهدت تغييراً في الحدث، فاتصل برقم الطوارئ 911 لتقديم المعلومات.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- تَقَدَّر المنطقة للتأكد من أمانها.
- تَلَقَّ الإسعافات الأولية البدنية و/أو الإسعافات الأولية الخاصة بالصحة النفسية، عند الضرورة.
- افحص الممتلكات الشخصية بحثاً عن وجود أضرار، وإذا وجدت أي أضرار، فقم بإبلاغ الشرطة.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التنوير.
- إذا كنت تعلم بحدوث وقفة احتجاجية أو مظاهرة وتشتبه (أو أن المسؤولين يحذرون الجمهور) في احتمالية أن تنقلب إلى عنف، يتعين عليك التخطيط للسير في طرق بديلة للذهاب إلى العمل أو المدرسة أو أي وجهة أخرى. وتجنب منطقة وقوع الحدث قدر الإمكان.
- احصل على أكبر قدر ممكن من المعلومات عن الوضع الحالي.
- كن على دراية بما يدور حولك.
- تأكد من أن وثائق التأمين الخاصة بك حديثة.
- تعلّم الإسعافات الأولية.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

# أعمال العنف / الإرهاب

## المصطلحات الأساسية

- ▶ **النظام الاستشاري الوطني حول الإرهاب (NTAS)** هو نظام التحذير من التهديدات التابع لوزارة الأمن الداخلي الأمريكية، والذي يوفر معلومات في الوقت المناسب حول التهديدات الإرهابية المؤكدة.
- ▶ **مكان الاحتماء** يشير إلى اختيار غرفة داخلية صغيرة لا تحتوي على نوافذ أو تحتوي على بعض النوافذ للاختباء فيها.
- ▶ **إغلاق تام** يشير إلى تأمين مبنى أو مكان مادي ضد الدخلاء.

## الاستجابات الفعالة للعنف:

### "Run, Hide, Fight"

("اركض، اختبئ، واجه")

[www.dhs.gov/options-consideration-active-shooter-preparedness-video](http://www.dhs.gov/options-consideration-active-shooter-preparedness-video)

- ▶ **Run (اركض):** إذا وُجد مسار للهروب يسهل الوصول إليه، فحاول ترك المكان.
- ▶ **Hide (اختبئ):** إذا لم تتمكن من ترك المكان، فاعثر على مكان للاختباء فيه.
- ▶ **Fight (واجه):** إذا لم تستطع الاركض أو الاختباء، فحاول أن تعطل المهاجم أو تعرقه.

### "ALICE"

[www.alicetraining.com](http://www.alicetraining.com)

- ▶ **Alert (كن متيقظًا):** كن واعيًا وتغلب على إنكار الذات واستعد للتصرف.
- ▶ **Lockdown (أحكم التأمين):** إذا لم تتمكن من ترك المكان، فأغلق نقاط الدخول إلى الغرفة التي تختبئ فيها.
- ▶ **Inform (بادر بالإبلاغ):** أبلغ عن المعلومات إذا كان ذلك ممكنًا ومن الأمن القيام به.
- ▶ **Counter (قم بمناوشات):** قم بإثارة ضوضاء وتحرك وابتعد وشتت الانتباه (قد يختلف هذا عن "المواجهة").
- ▶ **Evacuate (غادر المكان):** عندما تشعر بالأمان، اخرج من منطقة الخطر.

## ما المقصود بها

يشير الإرهاب إلى استخدام القوة أو العنف ضد الأشخاص أو الممتلكات بهدف التخويف أو الإكراه أو طلب دفع فدية. قد يستخدم المهاجم الإرهابي الأدوات الاعتيادية مثل الأسلحة النارية والسكاكين وبعض المركبات أو الأسلحة المخصصة لأغراض محددة مثل العيوات الناسفة المرتجلة أو أسلحة الدمار الشامل مثل المواد الكيميائية السامة أو أجهزة إطلاق الإشعاع.

إن المهاجم الناشط هو فرد يشترك بفاعلية في قتل الأشخاص أو محاولة قتلهم، غالبًا في منطقة محصورة ومأهولة بالسكان، ومن خلال استخدام الأسلحة النارية عادةً. قد يمتلك الفرد دوافع إرهابية أو قد لا يمتلكها، كذلك قد يكون لديه شركاء أو يكون بمفرده.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- ▶ سجّل في **Fairfax Alerts** واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التنوير.
- ▶ كن على دراية بما يدور حولك - إذا شاهدت شيئًا، فقم بالإبلاغ عنه. اتصل برقم الطوارئ 911.
- ▶ لاحظ سلوك الأفراد - إذا كان أي شيء خارجًا عن المألوف، فقم بالإبلاغ عنه.
- ▶ حدد أقرب مخزجين في أي منشأة تزورها.
- ▶ كن على دراية بمبدأ "اركض، اختبئ، واجه" أو "ALICE".
- ▶ تعلم الإسعافات الأولية أو تعرّف على برنامج "أوقف النزيف" على موقع [BleedingControl.org](http://BleedingControl.org).
- ▶ راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- ▶ حدد بسرعة أكثر طريقة مناسبة لحماية حياتك.
- ▶ أثناء وضع يتضمن هجومًا/إطلاق رصاص نشطًا:
- استخدم المبدأين "اركض، اختبئ، واجه" و"ALICE" أو أحدهما.
- اضبط هاتفك المحمول على الوضع الصامت وحافظ على هدوئك.
- اترك متعلقاتك الشخصية.
- ابتعد عن مستوى رؤية المهاجم.
- ▶ استمع إلى المعلومات الرسمية.



# المواد الخطرة (HazMat)

## ما المقصود بها

قد تتسبب بعض الحوادث المرتبطة بالصناعة أو النقل (بما في ذلك الحرائق والانفجارات والانسكابات) في إطلاق كميات خطيرة من مواد خطرة مثل المواد الكيميائية الصناعية أو الوقود المتطاير أو النفايات السامة أو الغاز المضغوط أو غيرها من السموم أو المتفجرات. في بعض الحالات، قد يتم إطلاق مادة غير مرئية أو ليس لها رائحة مميزة.

يتطلب إطلاق المواد الخطرة أحياناً جهود تطهير ممتدة، وقد تتسبب في عدم قدرة السكان على البقاء في منازلهم لفترات زمنية طويلة.

## المصطلحات الأساسية

- ▶ **لجنة التخطيط لحالات الطوارئ المحلية (LEPC)** هي مجموعة مسؤولة عن التعرف على المواد الخطرة الصناعية وتوعية المجتمع بالخطر المحتمل. لمزيد من المعلومات حول المواد الخطرة في منطقتك، يمكنك أن تسأل لجنة التخطيط لحالات الطوارئ المحلية التابعة لمنطقتك عن التخزين والاستخدام. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة [lepcfairfax.org](http://lepcfairfax.org).
- ▶ **المنشأة الثابتة** تشير إلى أي مجمع صناعي أو مستودع أو موقع تصنيع أو حتى مبنى مكاتب يحتوي على مواد خطرة أو يتداولها.
- ▶ **مكان الاحتماء** يشير إلى اختيار غرفة داخلية صغيرة لا تحتوي على نوافذ أو تحتوي على بعض النوافذ للاختباء فيها.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التنوير.
- حدد مكاناً للاحتباء داخل منزلك وكن على علم بخطة الإخلاء الخاصة بك.
- اتصل بلجنة التخطيط للطوارئ المحلية (LEPC) لمعرفة المواد الخطرة التي يتم نقلها أو استخدامها أو تخزينها في منطقتك.
- اعرّف رقم مركز مراقبة السموم.
- تعلّم الإسعافات الأولية.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية، وإذا طلب منك إخلاء المكان، فقم بذلك.
- إذا طلب منك البقاء بالداخل:
- فاصطحب أفراد العائلة والحيوانات الأليفة إلى مكان الاحتماء المُحدد سابقاً داخل المنزل.
- أغلق جميع النوافذ وفتحات التهوية، وأحكام إغلاق النوافذ والأبواب باستخدام شريط لاصق أو فوط مبلّلة، وقم بإيقاف تشغيل جميع المراوح وأنظمة تدفئة الهواء أو تبريده.
- إذا كنت بالخارج وقت وقوع الحادث، فحاول أن تبقى ضد اتجاه التيار وعكس اتجاه الرياح وتصدد إلى مكان مرتفع.
- إذا كنت في السيارة، فتوقف وابتعد عن مكان للاحتباء في مبنى ثابت.
- ابتعد عن موقع الحادث.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- غادر مكان الاحتماء أو عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون أن الوضع آمن.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

# المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية (CBRN)

## ما المقصود بها

إن الهجمات المتعمدة، التي تُستخدم فيها مواد كيميائية وبيولوجية وإشعاعية ونووية بوصفها أسلحة أو غير أسلحة، يمكنها أن تتسبب في إلحاق ضرر كبير وتشكل تهديدًا خطيرًا. يمكن تقديم هذه المواد كأسلحة من خلال استخدام القنابل التقليدية والمواد المتفجرة المرتجلة والأسلحة المتفجرة المعززة وحتى أجهزة التشتت غير المتفجرة (بما في ذلك قذائف الشظايا والمغلفات). وعادة ما تُصنف المواد الكيميائية التي لا تُستخدم كأسلحة تحت فئة "المواد الخطرة" (HazMat).

يتطلب إطلاق المواد الكيميائية والبيولوجية والإشعاعية والنووية (CBRN) أحيانًا جهود تطهير ممتدة وتحقيقات متعلقة بإنفاذ القانون أو أحدهما، ومن ثم قد تتسبب في عدم قدرة السكان على البقاء في منازلهم لفترات زمنية طويلة.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التدوير.
- حدد مكانًا للاحتماء داخل منزلك.
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استمع إلى المعلومات الرسمية، وإذا طلب منك إخلاء المكان، فقم بذلك.
- إذا طلب منك البقاء بالداخل:

- فاصطحب أفراد العائلة والحيوانات الأليفة إلى مكان الاحتماء المُحدد سابقًا داخل المنزل.
- أغلق جميع النوافذ وفتحات التهوية، وأحكام إغلاق النوافذ والأبواب باستخدام شريط لاصق أو فوط مبتلة، وقم بإيقاف تشغيل جميع المراوح وأنظمة تدفئة الهواء أو تبريده.
- إذا كنت بالخارج وقت وقوع الحادث، فحاول أن تبقى ضد اتجاه التيار وعكس اتجاه الرياح وتصدع إلى مكان مرتفع.

## المصطلحات الأساسية

- حدث CBRN عرضي يشير إلى حادث يتضمن مادة كيميائية أو بيولوجية أو إشعاعية أو نووية، نتج عن خطأ بشري أو أسباب طبيعية أو تكنولوجية، مثل حالات الانسكاب أو حالات الإطلاق العرضية أو حالات التسرب. يُصنف عادةً الإطلاق العرضي للمواد الكيميائية التي لا تُستخدم كأسلحة تحت فئة حادث ناجم عن "مواد خطرة" (HazMat).
- حدث CBRN متعمد هو عمل إجرامي يتضمن أعمال عنف خطيرة ضد الأشخاص أو الممتلكات أو التخلص غير القانوني من المواد الكيميائية أو البيولوجية أو الإشعاعية أو النووية.

- إذا كنت في السيارة، فتوقف وابتعد عن مكان للاحتماء في مبنى ثابت.
- ابتعد عن موقع الحادث.
- قد يرشدك المسؤولون المحليون إلى مواقع تلقي العلاج الطبي أو الحصول على الخدمات. اتبع جميع التعليمات التي يقدمها المسؤولون المحليون عبر وسائل الإعلام.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- غادر مكان الاحتماء أو عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون أن الوضع آمن.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

# انهيار السدود

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **ترقب الفيضان** يشير إلى احتمالية حدوث فيضان أو فيضان مفاجئ في منطقتك.
- ◀ **ترقب فيضان مفاجئ** يشير إلى احتمالية حدوث فيضان مفاجئ. استعد للانتقال إلى مكان مرتفع. قد يحدث الفيضان المفاجئ دون أي تحذير.
- ◀ **تحذير من فيضان** يشير إلى أنه ثمة فيضان يحدث حالياً أو من المرجح حدوثه قريباً. إذا نصحك المسؤولون بالإخلاء، فقم بذلك على الفور.
- ◀ **تحذير من فيضان مفاجئ** يشير إلى أنه ثمة فيضان مفاجئ يحدث حالياً. ابحث عن مكان مرتفع على الفور ولا تنتظر تلقي تعليمات.
- ◀ **منطقة مستبعدة (منطقة X)** هي منطقة، على خريطة الفيضانات الصادرة عن الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، محمية من خلال سد أو حاجز فيض، وإلا ستكون المنطقة في نطاق "المنطقة المعرضة لخطر فيضان محدد" أو "سهول فيضانات المائة عام". ولا تحتاج الممتلكات التي تقع في المناطق المستبعدة إلى الحصول على تأمين ضد الفيضانات للحصول على قرض عقاري، ولكن يتعين على الملاك دراسة الأمر بغض النظر عن ذلك.
- ◀ **خطة العمل في حالات الطوارئ (EAP)** هي وثيقة رسمية تحدد حالات الطوارئ المحتمل حدوثها في موقع أحد السدود وتوضح الإجراءات الواجب اتباعها لتقليل الخسائر في الأرواح والأضرار في الممتلكات.

□ ابتعد عن الأسلاك الكهربائية الملقاة على الأرض لتجنب خطر الصدمة أو الصعق بالكهرباء.

□ لا تلمس المعدات الكهربائية إذا كنت مبتلاً أو تقف في المياه.

## بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- عد إلى المنزل عندما يقول المسؤولون المحليون أن الوضع آمن.
- تجنب السير أو القيادة عبر مياه الفيضانات.
- لا تأكل أي طعام لمسته مياه الفيضان. إذا ساورك شك بخصوص طعام ما، فتخلص منه.
- تخلص من جميع العناصر المسامية التي تبليت لمدة تزيد عن 48 ساعة، ولا يمكن تنظيفها وتجفيفها جيداً. حيث يمكن أن تظل هذه العناصر مصدراً لنمو العفن ولذا يتعين إخراجها من المنزل.
- تواصل مع العائلة والأصدقاء من خلال الرسائل النصية أو باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

## ما المقصود بها

يمكن أن يحدث انهيار السدود أو اختلال حواجز الفيض دون أي تحذير على الإطلاق، وأحياناً في غضون ساعات أو أقل بعد ظهور العلامات الأولى للمخاوف المتعلقة بهيكل السد. يمكن أن ينهار السد لسبب واحد من الأسباب الآتية أو مجموعة منها:

- التحميل الزائد الناجم عن الفيضانات التي تفوق قدرة السد
- الانهيار الهيكلي للمواد المستخدمة في الإنشاء
- تحرك البنية الأساسية وانهيارها أو أحدهما
- ترسيب الخرسانة أو الردم وتشققهما
- إدخال الأنابيب والتآكل الداخلي للتربة في السدود الترابية
- عدم توفير الصيانة والحماية الملائمة للسد
- أعمال التخريب المتعمدة

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

□ سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التدوير.

□ قرر مبكراً ما إذا كنت ستغادر أم لا، وإلى أين ستذهب إذا تلقيت أمراً بذلك.

□ أفضل الأجهزة الكهربائية.

□ اعلم ما إذا كان مكان إقامتك أو عملك يقعون في منطقة سهول فيضانية أو في "منطقة مستبعدة" محمية بسد أو حاجز فيض، وإلا سيكون في نطاق المنطقة المعرضة لخطر فيضان محدد.

□ تقدم بطلب للحصول على تأمين ضد الفيضان، حتى إذا كنت في "منطقة مستبعدة" أو حتى إذا لم تكن هناك ضرورة للقيام بذلك.

□ تعلّم الإسعافات الأولية.

□ راجع قسمي "انقطاع التيار الكهربائي/التعميم" و"حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

□ إذا وجدت ارتفاعاً في مستوى المياه، فانتقل على الفور إلى مكان مرتفع.

□ ابتعد دائماً عن مياه الفيضان.

□ لا تقود السيارة عبر الطرق المغمورة بمياه الفيضان - "غير مسارك، حتى لا تغرق".

# حرائق المباني

## المصطلحات الأساسية

- ◀ **الاختناق** يحدث عند حرمان الشخص من الأكسجين ما قد يؤدي إلى فقدان الوعي أو الوفاة. وهو السبب الرئيس للوفاة في حرائق المنازل.
- ◀ **حرق من الدرجة الأولى** يشير إلى حرق سطحي ينتج عنه احمرار.
- ◀ **حرق من الدرجة الثانية** يشير إلى حرق عميق جزئيًا ينتج عنه احمرار وتقرحات.
- ◀ **حرق من الدرجة الثالثة** يشير إلى حرق عميق كليًا يقتل النهايات العصبية ويحرق النسيج العضلي تمامًا. إذا كان هناك حرق من الدرجة الثالثة، فسيكون هناك كذلك حروق من الدرجة الأولى والثانية حول مكان الحرق الأساسي. يمكن أن تكون الحروق من الدرجة الثالثة التي تمتد لمنطقة كبيرة من جسم الإنسان مميتة.

## ما المقصود بها

كل عام، يتوفى أكثر من 4000 مواطن أمريكي ويصاب 25000 مواطن أمريكي في الحرائق. يمكن أن يبدأ الحريق بسرعة - ففي أقل من 30 ثانية يمكن أن يتحول لهب صغير إلى حريق كبير. كما أنه ينتشر بسرعة، سواءً عموديًا أو عبر المساحات المغلقة. يمكن أن تشتعل النيران في أحد المساكن في خلال خمس دقائق. بالإضافة إلى ذلك، حتى في المناطق الخالية من النيران، قد يكون الدخان والحرارة مُميتين بسبب الحروق (الخارجية أو في الحلق والرئتين) أو الاختناق أو الغثيان أو الذعر.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- ركب أجهزة إنذار الحريق وغير البطاريات كل ستة أشهر.
- ضع طفايات حريق في كل طوابق منزلك، في مواقع معروفة ويسهل الحصول على الطفايات منها، وتعرف على كيفية استخدامها، وتأكد من أن طفاية الحريق الموجودة في مطبخك مصممة للحرائق الناجمة عن الشحوم.
- تحقق كل ستة أشهر من أن طفايات الحريق مضغوطة بشكل كافٍ.
- ضع خطة لإخلاء المنزل ونفذها، بحيث تتضمن طريقتين للخروج من كل غرفة في حال تمت إعاقة الطريق الرئيس من خلال الحريق أو الدخان.
- تأكد أن صندوق قاطع الدائرة الكهربائية وتوصيلات الأسلاك لديك مطابقة للمعايير.
- ركب منافذ قاطع الدائرة في حالة تعطل وصلة الأرضي (GFCI) في جميع الحمامات والمطابخ وغيرها من المناطق التي قد تتلامس فيها المياه مع الأجهزة الكهربائية.
- اشترِ بوليصة تأمين ملائمة لملاك المنزل أو المستأجرين.
- افحص أسلاك التمديد للكشف عن الأسلاك المتهاكلة أو المكشوفة أو المقابس المُفكَّكة.
- قم "بتأمين" المنافذ الكهربائية حتى لا يصل إليها الأطفال.
- نظف المدخنة بانتظام.
- لا تُخزّن قطع القماش المستخدمة وهي مبللة بالمواد الكيميائية الخاصة بالطلاء أو التنظيف.
- لا تحتفظ بخزانات الوقود الاحتياطي (البروبان أو البنزين) داخل المنزل، بما في ذلك في المرآب المرفق.
- لا تُدخّن على السرير.
- كن حذرًا عند استخدام مصادر التدفئة البديلة (على سبيل المثال، أجهزة التدفئة الصغيرة). لا تترك مصادر التدفئة هذه من دون مراقبة.
- لا تستخدم أبدًا جهازًا مخصصًا للطهي أو للاستعمال الخارجي (على سبيل المثال، موقد المخيم أو المقلاة العميقة) كمصدر للتدفئة داخل المنزل.

- لا تترك شمعة مشتعلة دون مراقبة. فكر في استخدام شموع دون لهب تعمل بالبطارية.
- تعلم الإسعافات الأولية.
- راجع قسم "حالات الطوارئ الطبية" أدناه.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- استخدم طفاية حريق لإطفاء الحرائق الصغيرة. لا تستخدم المياه مطلقًا لإطفاء حريق كهربائي أو حريق مصدره الشحوم.
- إذا كانت ملابسك مشتعلة، "توقف، وانبطح، وتدحرج" حتى تنطفئ النار.
- إذا كنت تهرب عبر باب مغلق، استخدم ظهر يدك لتشعر بالحرارة.
- ازحف منخفضًا تحت الدخان إلى المخرج الخاص بك.
- أغلق الأبواب وراءك كي تمنع انتشار الحريق.
- لا تجمع الأشياء الثمينة ولا تستخدم الهاتف أثناء الخروج من مبنى يحترق. لا تفكر سوى في الخروج.
- بعد خروجك بأمان، اتصل برقم الطوارئ 911.
- بمجرد وصول قسم الحرائق إلى موقع الحادث، اذهب إلى الوحدة الأولى وأخبرهم أن جميع أفراد العائلة قد خرجوا أو تلقوا الرعاية بما في ذلك الحيوانات الأليفة.
- لا تبق في مبنى يحترق لكي تتفقد حيوانًا أليفًا لا يريد المغادرة.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- احصل على الرعاية الطبية حسب الحاجة.
- لا تعاود الدخول إلى مبنى يحترق لأي سبب من الأسباب حتى تصرح السلطات بأن الوضع آمن للقيام بذلك.
- اتصل بوكيل التأمين الخاص بك.
- اتصل بخدمات الإغاثة في حالات الكوارث المحلية التابعة لمنطقتك إذا كنت بحاجة إلى سكن أو طعام أو مكان للإقامة.
- في كثير من الحالات، قد يشكل منزلك أو المبنى الذي تقيم فيه خطرًا وقد لا تتمكن من العودة إليه لفترة طويلة من الزمن.

# انقطاع التيار الكهربائي / التعقيم

## المصطلحات الأساسية

## ما المقصود بها

- ◀ **انقطاع التيار الكهربائي** يشير إلى حالة انقطاع التيار الكهربائي في منطقة معينة أو قسم من شبكة كهربائية. يمكن أن يصيب منزلاً واحداً (في منزل أو مبنى) أو مربعاً سكنياً أو دائرة كهربائية أو نظاماً، وذلك استناداً إلى مدى الضرر والسبب الأساسي لانقطاع التيار الكهربائي.
- ◀ **انخفاض مستوى الطاقة الكهربائية** يتضح من خلال انخفاض الجهد الكهربائي في النظام. ويتسم بأن تكون الأضواء خافتة.
- ◀ **التعقيم** يشير إلى الانقطاع الكلي للتيار الكهربائي في منطقة معينة.

- قد يكون انقطاع التيار الكهربائي أمراً مُحبطاً ومزعجاً عندما يستمر لفترة قصيرة، ولكنه قد يكون خطيراً إذا استمر لأيام أو أكثر - لا سيما في حالة الطقس شديد البرودة أو الحرارة أو بالنسبة إلى الأفراد ذوي الاحتياجات الطبية المتخصصة. وقد يكون انقطاع التيار الكهربائي مُكلفاً أيضاً، إذ تصبح جميع الأطعمة المبردة أو المجمدة في المنزل عرضةً لأن تقسد.
- قد يحدث انقطاع التيار الكهربائي من تلقاء نفسه، ولكنه غالباً ما يكون أثراً ثانوياً للزوابع أو الأعاصير أو العواصف الرعدية أو العواصف الثلجية أو الحرارة الشديدة (الناجمة عن وجود تحميل زائد على النظام) أو حتى الأعمال المتعمدة مثل تججير أو هجوم سبيرياني. كانت بعض حالات انقطاع التيار الكهربائي واسعة النطاق، والتي حدثت مؤخراً، نتيجة لمواطن خلل في برامج إدارة الشبكة، مع عدم وجود ضرر مادي في المكونات.
- اعتماداً على الخطر الرئيس، قد يبطل الضرر غير المرتبط بانقطاع التيار الكهربائي إعادة التيار بصفة أساسية بسبب الأشجار المتساقطة أو مياه الفيضان التي تعوق الوصول.

## ما يجب القيام به

- تذكر أن أجهزتك التي تعمل بالغاز ستظل تعمل، حتى في حالة انقطاع التيار الكهربائي - وهذا يشمل الأفران والشوايات التي تعمل بالغاز. لا تحاول استخدام فرن أو سخان مياه يعمل بالغاز إذ لم تكن فنياً مُرخصاً.
- احتفظ بالمصققات الخاصة بتخزين/سلامة الطعام:
- لا تفتح الثلاجة أو المجمد - وبذلك سيحافظان على البرودة داخلهما لفترة أطول.
- إذا كان الجو بارداً في الخارج، ففكر في وضع الطعام في الخارج كي يظل بارداً.
- ستعتمد مدة بقاء الأجهزة باردة على حجمها، ومدى امتلائها (سيحافظ المبرد الممتلئ على برودته لفترة أطول) وارتفاع درجة حرارة الهواء المحيط بها، حيث تدفئ الثلاجة في غضون ساعات قليلة، في حين يستغرق المجمد عادةً يوماً كاملاً أو أكثر ليُدْفئ بشكل مقبول.
- بمجرد أن تفتح الثلاجة أو المجمد، تناول كل ما يمكنك تناوله بأسرع ما يمكن - حيث يمكن للمجمد الذي تمت إذابة الثلج بداخله وشواية الفناء الخلفي أن يكونا أساساً لإقامة "حفل" رائع في الحي.
- في حال تعطل ضغط المياه، يمكنك تنظيف المراوح من خلال تفريغ دلو مياه فيه يدوياً.

## بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- في حال استعادة التيار الكهربائي، تأكد من أنه ثابت قبل توصيل قابس الجهاز بالمقبس.
- ألغ رحلات السفر غير الضرورية وخاصة التي تستخدم فيها السيارة، حيث إن بعض إشارات المرور قد تكون مُعطلة والطرق قد تكون مزدحمة.
- تخلص من أي طعام مبرد تعرض لدرجة حرارة 4.4 درجات مئوية (40 درجة فهرنهايت) أو أعلى لمدة ساعتين أو أكثر أو أي طعام له رائحة أو لون أو ملمس غير معتاد. إذا ساورك شك بخصوص طعام ما، فتخلص منه!

## قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- سجّل في Fairfax Alerts واحصل على راديو يعمل بالبطارية أو ذراع التدوير.
- انسخ كل الملفات المهمة الموجودة على جهاز الكمبيوتر الخاص بك احتياطياً.
- فكر في شراء مولد كهربائي لمنزلك - واستشر عامل كهرباء أو مهندساً قبل الشراء والتثبيت. خزّن إمدادات كافية من الوقود للمولد في مكان آمن.
- أفضل قوابس المعدات الكهربائية من المقابس. يمكن أن تحدث طفرات واندفاعات أثناء عودة التيار الكهربائي، ما يتسبب في تلف المعدات.
- املأ دلوًا أو اثنين كمصدر للمياه وهما على الأرجح للاستحمام وتنظيف المراوح - إذا كان ضغط المياه المحلي يعتمد على الكهرباء، فقد يتعطل ضغط النظام.
- احتفظ بهاتف مزود بسماعة أذن تتصل عن طريق سلك بجهاز الاستقبال (وليس هاتف لاسلكي)، ومن خلال سلك عبر الجدار، احتفظ بخدمة الهاتف الذي يعمل عبر الأسلاك النحاسية إذا كان لديك هذا الخيار (لا تعتمد خدمة الهاتف التقليدية على الطاقة الكهربائية). إذا قمت بالتبديل إلى خدمة نقل الصوت عبر بروتوكول الإنترنت (VoIP)، فتأكد من شراء بطارية احتياطية.
- اشحن الهواتف المحمولة والأجهزة التي تعمل بالبطارية التي تستخدمها بانتظام.

## أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- أبلغ عن انقطاع التيار الكهربائي. لا تفترض أبداً أن أحد الجيران قد أبلغ عنه.
- استخدم كشافاً للإنارة في حالات الطوارئ فقط.
- لا تترك شمعة مشتعلة دون مراقبة. فكر في استخدام شموع دون لهب تعمل بالبطارية.
- أفضل قوابس المعدات الكهربائية من المقابس حتى يعود إمداد ثابت بالطاقة.
- استخدم المولدات الكهربائية بعيداً عن منزلك ولا تشغل أبداً مولد كهرباء داخل المنزل أو المرآب أو توصله بالنظام الكهربائي في منزلك.

# حالات الطوارئ الطبية

## ما المقصود بها

حالة الطوارئ الطبية هي أي إصابة أو مرض شديد يمكن أن يشكل خطرًا مباشرًا على حياة الفرد أو على صحته على المدى الطويل. على الرغم من أنه لا يمكنك التنبؤ بالحوادث أو الأمراض، يمكنك الاستعداد لحالات الطوارئ الطبية.

قد تحدث حالات الطوارئ الطبية من تلقاء نفسها، أو قد تكون أثرًا ثانويًا لكل المخاطر الأخرى التي تم تناولها في دليل الاستجابة المجتمعية لحالات الطوارئ.

من أمثلة حالات الطوارئ الطبية صعوبة في التنفس أو إغماء أو ألم في الصدر أو ضغط أو نزيف حاد أو سعال أو قيء مصحوبان بنزول دم أو ألم حاد مفاجئ أو تسمم أو إصابات خطيرة مثل كسور العظام أو تمزقات أو حروق أو جروح ناجمة عن أجسام وأخزة.

## المصطلحات الأساسية

- ▶ **CPR** هو اختصار لمصطلح إنعاش القلب والرئتين. إنعاش القلب والرئتين هو إجراء طارئ يتم فيه إعادة القلب والرئتين إلى العمل عن طريق الضغط على الصدر فوق مكان القلب ودفع الهواء إلى الرئتين. يُستخدم هذا الإجراء للحفاظ على استمرار الدورة الدموية عندما يتوقف القلب عن ضخ الدم من تلقاء نفسه. توفر العديد من المنظمات المجتمعية دورات تدريبية على إنعاش القلب والرئتين.
- ▶ **الإسعافات الأولية** تشير إلى دورة تدريبية خاصة بالمهارات الأساسية لعلاج الإصابات وإنقاذ الحياة تقدمها العديد من المنظمات المجتمعية.
- ▶ **جهاز وقف الرجفان القلبي الآلي الخارجي (AED)** هو جهاز محمول يقوم بالتحقق من نبض القلب ويمكن أن يرسل صدمة كهربائية إلى القلب محاولة لاستعادة النبض الطبيعي.
- ▶ **ملف "المعلومات المهمة"** هو نموذج تحتفظ به على باب ثلاجتك يوفر معلومات مهمة في حالات الطوارئ الطبية ومعلومات جهة الاتصال في حالات الطوارئ لموظفي الطوارئ في حال عدم قدرتك على تقديم تلك المعلومات إليهم بنفسك.

## ما يجب القيام به

### قبل حالة الطوارئ (الاستعداد/التخفيف)

- ▶ تعرّف على كيفية الاتصال برقم الطوارئ 911 أو إرسال رسالة نصية إليه.
- ▶ احتفظ بحقائب الإسعافات الأولية المجهزة جيدًا في المنزل والعمل والسيارة.
- ▶ ضع قائمة بجهات الاتصال في حالات الطوارئ.
- ▶ احتفظ بقائمة بالحالات الطبية والأدوية معك في جميع الأوقات.
- ▶ املأ "ملف المعلومات المهمة" وضعه على باب ثلاجتك.
- ▶ تعرّف على العلامات التحذيرية لحالات الطوارئ الطبية.
- ▶ شارك في دورات تدريبية مثل إنعاش القلب والرئتين (CPR) أو الإسعافات الأولية أو دعم الحياة الأساسي (BLS) أو "أوقف النزيف" من أجل الاستعداد لحالات الطوارئ.

### أثناء حالة الطوارئ (الاستجابة)

- ▶ حافظ على هدوئك، واتصل برقم الطوارئ 911. إذا كنت قد تلقيت تدريبًا، فابدأ بإجراء إنعاش القلب والرئتين أو التنفس الإنقاذي، إذا لزم الأمر.
- ▶ إذا كنت تعتقد أنك تواجه حالة طوارئ طبية، فاطلب الرعاية الطبية على الفور.
- ▶ اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الحالة، واتصل برقم الطوارئ 911. اتبع جميع تعليمات عامل الهاتف بعناية. يُرجى الانتظار حتى يخبرك عامل الهاتف بأنه يمكنك إنهاء المكالمة.
- ▶ إذا لم يكن لديك سوى وقت قصير مع عامل الهاتف، فتأكد من مشاركة عنوانك ومشكلتك الطبية أولاً.
- ▶ اتصل إذا كان بإمكانك ذلك أو أرسل رسالة نصية إذا لم تتمكن من الاتصال. ويفضل دائمًا أن تتصل برقم الطوارئ 911، لأنها أفضل طريقة لتبادل المعلومات.

### بعد حالة الطوارئ (التعافي)

- ▶ راجع جميع الوثائق للتأكد من أن المعلومات الطبية ومعلومات جهة الاتصال في حالة الطوارئ محدّثة.
- ▶ قم بتنقيف الأشخاص الآخرين الموجودين في شبكات معارفك كي يصبح المجتمع مستعدًا بشكل أفضل.

# الملاحق

|     |    |   |
|-----|----|---|
| 56  | أ  | برامج/فرص التطوع  |
| 58  | ب  | وضع خطة استعداد لعائلتك (نموذج)                           |
| 66  | ج  | وضع خطة استعداد لمؤسستك التجارية (نموذج)                  |
| 78  | د  | 5 خطوات لاستعداد الحي (كيفية القيام بذلك)                 |
| 96  | هـ | 5 خطوات لاستعداد المجتمع: خطة مواجهة الكوارث للحي (نموذج) |
| 116 | و  | 5 خطوات لاستعداد الحي: الاستبيان الخاص بالحي              |
| 122 | ز  | القائمة المرجعية لحقيبة مستلزمات الطوارئ                  |

# الملحق أ

## برامج/فرص التطوع (شارك)





تتوفر العديد من فرص التدريب والاستعداد للجمهور. تقدم فرص التدريب والتطوع خدمة نفيسة إلى المجتمع وأساساً ممتازاً للمعرفة بكيفية الاستعداد لحالات الطوارئ. تشمل بعض تلك الفرص ما يأتي:

**Fairfax County** FAIRFAX COUNTY  
**:Citizen Corps** citizen corps

يتمثل الغرض من

Fairfax County

Citizen Corps في الاستعداد من قوة كل فرد من خلال التعليم والتدريب وخدمة التطوع لجعل المجتمعات آمنة وأكثر قوة ومستعدة بشكل أفضل للتصدي لتهديدات الإرهاب والجريمة ومشكلات الصحة العامة والكوارث من كل الأنواع. تعمل Citizen Corps على تطوير نقاط القوة لدى المجتمع ووضع خطط عمل لإشراك المجتمع بأكمله بما في ذلك المؤسسات التجارية المحلية. تفضل بزيارة

[www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/volunteer](http://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/volunteer)

**Volunteer Corps** التابعة لمكتب إدارة الطوارئ:

يتمثل الغرض من Volunteer Corps التابعة لمكتب إدارة الطوارئ (OEM) في جعل Fairfax County المجتمع الأكثر استعداداً والأكثر قدرة على الصمود على مستوى العالم. سيعمل متطوعو OEM Volunteer Corps على تثقيف الجمهور فيما يتعلق بإدارة حالات الطوارئ والاستعداد لمواجهة الكوارث في جميع أنحاء المجتمع.

**American Red Cross**. يوفر

American Red Cross الموجود في إقليم العاصمة الوطنية تدريباً على إنعاش القلب والرئتين والإسعافات الأولية والعديد من المهارات الأخرى. يوفر Red Cross كذلك فرص التطوع للمساعدة على الاستجابة لحالات الطوارئ والتعافي منها. تفضل بزيارة [www.redcross.org/dc/Washington](http://www.redcross.org/dc/Washington) للحصول على مزيد من المعلومات.

**البرامج الأساسية:**

**Community Emergency Response**

**Team:** يعمل فريق CERT على تدريب الأشخاص في الأحياء وأماكن العمل والمدارس على المهارات الأساسية للاستجابة لحالات الطوارئ، مثل إخماد الحرائق والبحث والإنقاذ. كما يساعد الفريق المقيمين في Fairfax County على القيام بدور أكثر فاعلية فيما يتعلق بالاستعداد لحالات الطوارئ.

**Fire Corps:** إن متطوعي Fire Corps مدربون على

تأدية المهام الإدارية غير التنفيذية في إدارة الإطفاء والإنقاذ التابعة لـ Fairfax County ومراكز الإطفاء التطوعية.

**Volunteers in Police Service:** يتيح قسم شرطة

Fairfax County فرصة الانضمام إلى Volunteers in Police Service (VIPS) ما يوفر الدعم لقسم الشرطة من خلال إشراك المتطوعين كي يتوفر مزيد من الوقت لمسؤولي إنفاذ القانون للقيام بالمهام ذات الأولوية. تتضمن VIPS قوات شرطة إضافية ومتطوعين إداريين وأكاديمية الشرطة الخاصة بالمدنيين.

**Medical Reserve Corps:** تقدم

Medical Reserve Corps (MRC) فرصاً للتدريب والتطوع من خلال إدارة الصحة في Fairfax County. وهي تتألف من متطوعين طبيين وغير طبيين مدربين على مساعدة المجتمع على توزيع الأدوية وغيرها من الخدمات

أثناء حالات الطوارئ الصحية العامة.

**مجموعة مراقبة الحي:** تضم مجموعة مراقبة الحي مقيمين إلى جانب موظفي إنفاذ القانون للحد من الجريمة وتحسين نوعية الحياة في أحيائنا. قد ينضم المتطوعون إلى مجموعة موجودة أو قد يؤسسون مجموعة في حيهم.

**معهد إدارة الطوارئ:** إن معهد إدارة الطوارئ (EMI) هو أحد برامج التدريب الرسمية التابعة للوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA)، ويوفر مجموعة متنوعة من الدورات الدراسية المستقلة المجانية. اعرف المزيد على الموقع [www.training.fema.gov](http://www.training.fema.gov)

# الملحق ب

## وضع خطة استعداد لعائلتك



هذا النموذج مخصص للاستخدام الخاص غير الحكومي. لا تصل Fairfax County إلى أي معلومات أدخلتها في هذا النموذج أو تجمعها أو تحتفظ بها أو تنشرها. إذا ملأت هذا النموذج إلكترونيًا، فلن يتم حفظ البيانات التي أدخلتها أثناء جلستك الحالية تلقائيًا. إذا كنت بحاجة إلى إيقاف العمل على خطتك، يُرجى التأكد من حفظ عملك. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة لإكمال هذه الخطة، يُرجى الاتصال بمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County على الرقم 571-350-1000.

## القسم 1 – التخطيط للبقاء على اتصال

### مكان الإقامة الأساسي

العنوان:

رقم الجناح/الشقة:

المدينة/الولاية/الرمز البريدي:

الهاتف:

البريد الإلكتروني:

### أفراد الأسرة أو الساكنون في مكان الإقامة الأساسي

الاسم الأول والأخير:

الهاتف المحمول:

هاتف المنزل:

البريد الإلكتروني:

جهات الاتصال على وسائل التواصل الاجتماعي:

تاريخ الميلاد:

[انقر لإضافة ساكنين إضافيين]

الحيوانات الأليفة أو حيوانات الخدمة التي تسكن محل الإقامة الأساسي

اسم الحيوان الأليف:

السلالة/النوع (كلب/قطعة/غير ذلك):

اسم الطبيب البيطري:

رقم هاتف الطبيب البيطري:

عنوان الطبيب البيطري:

[انقر لإضافة حيوانات أليفة إضافية]

جهات اتصال مهمة

إن وجود خطة اتصالات أمر ضروري للتأكد من أن العائلة والأصدقاء يعرفون كيفية الاتصال ببعضهم قبل وقوع الكارثة وفي أثنائها وبعدها.

العلاقة: عائلة بعيدة

الاسم:

الهاتف:

العلاقة: طبيب

الاسم:

الهاتف:

العلاقة: عمل

الاسم:

الهاتف:

العلاقة: مدرسة

الاسم:

الهاتف:

[انقر لإضافة جهات اتصال إضافية]

إذا كنت تعاني أنت أو أحد أفراد العائلة من إعاقة أو احتياجات متعلقة بإمكانية الوصول واحتياجات وظيفية أو طبية، فتأكد من تضمين معلومات الاتصال بموفري الخدمات (العلاج، وموردو المواد الغذائية، ومورد الأكسجين، وما إلى ذلك) اللازمة إذا استمرت حالة الطوارئ لأكثر من ثلاثة أيام.

**العلاقة: مقدم رعاية**

الاسم:

الهاتف:

**العلاقة: خدمة طبية**

الاسم:

الهاتف:

**العلاقة: خدمات أخرى**

الاسم:

الهاتف:

**العلاقة: انتقالات**

الاسم:

الهاتف:

**العلاقة: حيوان خدمة**

الاسم:

الهاتف:

[انقر لإضافة جهات اتصال أو معلومات طبية إضافية]

جهات الاتصال المحلية الخاصة بالطوارئ والتأمين

إطفاء الحرائق/الشرطة/الطوارئ الطبية

الهاتف: 9-1-1

مركز مكافحة السموم

الهاتف:

موفر خدمة التأمين المحلي

الهاتف:

[انقر لإضافة أرقام طوارئ إضافية]

## القسم 2 – التخطيط للتجمع أو الاحتفاء

ستحتاج إلى تحديد مكانين للتجمع عند وقوع حالة الطوارئ أثناء وجود أفراد العائلة في مواقع مختلفة - أحدهما للأحداث المحلية مثل حريق منزل أو عاصفة محلية، والآخر هو مكان للتجمع خارج المدينة في حال حدوث كارثة إقليمية.

مكان تجمع محلي (حي أو متجر محلي)

عنوان الموقع ووصفه:

الهاتف:

مكان تجمع خارج المدينة (منزل أحد الأقارب أو صديق العائلة)

عنوان الموقع ووصفه:

الهاتف:

### القسم 3 – تجهيز حقيبة مستلزمات البقاء على قيد الحياة

في حال وقوع حدث كارثي في منطقتك، توصي الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) بأن يكون جميع المواطنين مستعدين للاحتواء بمنزلهم لمدة لا تقل عن ثلاثة أيام. القائمة المرجعية الآتية هي دليل لتجهيز حقيبة مستلزمات البقاء على قيد الحياة الخاصة بعائلتك. في حال اضطرارك إلى إخلاء المكان، نقترح استخدام حاوية مزودة بعجلات أو حقيبة ظهر لتخزين عنصر البقاء على قيد الحياة، وذلك من أجل حتى تكون حر اليدين.

ضع علامة على العنصر عند إضافته إلى الحقيبة من العناصر الموجودة أدناه

- مياه: 3.8 لترات (جالون واحد) على الأقل للشخص الواحد في اليوم
- طعام مُعلب (وفتّاحة علب يدوية) وألواح طاقة
- طعام/مياه/أكياس نفايات للحيوانات الأليفة
- أكياس قمامة/فوط مُعقمة
- راديو طقس/بطاريات من الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي (NOAA)
- أجهزة طبية/وصفات طبية/أجهزة تكييفية
- أدوات/زرديّة/مفاتيح ربط
- كشافات/بطاريات/أعواد ثقاب/صفارات
- أجهزة شحن للهواتف المحمولة
- نسخ من وثائق التأمين والحسابات البنكية والتراخيص (وثائق مهمة)
- بطانيات/ملابس إضافية
- عناصر للأطفال (ملابس/حفاضات/طعام/ألعاب)
- عناصر ترفيه (كتب/ألعاب للأطفال)
- طعام مُريح
- عناصر أخرى خاصة بالعائلة

تذكر أنه بالنسبة إلى العناصر القابلة للتلف مثل المياه والطعام والبطاريات، يُرجى توفير مؤن طازجة بانتظام مرة أو مرتين في السنة.



## القسم 4 – التخطيط للمشاركة والتمرين

### المشاركة

بعد إكمال خطة عائلتك، يُرجى طباعة نسخ عديدة منها والاحتفاظ بها في مواقع أساسية، مثل العمل أو المنزل أو مع أحد الأقارب أو صديق موثوق. بالإضافة إلى ذلك، يجب إضافة نسخة من ورقة الاتصال إلى حقيبة الظهر المدرسية الخاصة بطفلك لاستخدامها إذا حدثت حالة طوارئ أثناء ساعات الدوام المدرسي.

### التمرين

تمرّن على تنفيذ الخطة مع عائلتك. تأكد أن أطفالك يعرفون الأمور التي يجب عليهم القيام بها والأماكن التي ينبغي لهم الذهاب إليها والجهات التي يتعين عليهم الاتصال بها لطلب المساعدة. إذا كان أحد أفراد عائلتك يعاني من إعاقة ويستعين بمقدم رعاية شخصية، فتأكد من أنك قد ضمنت مقدمي الرعاية في التدريب الخاص بك. تمرّن على تنفيذ خطتك مرة واحدة على الأقل في السنة، في أوقات مختلفة وفي ظروف جوية مختلفة.

## الملحق ج

# وضع خطة استعداد لمؤسستك التجارية



هذا النموذج مخصص للاستخدام الخاص غير الحكومي. لا تصل Fairfax County إلى أي معلومات أدخلتها في هذا النموذج أو تجمعها أو تحتفظ بها أو تنشرها. إذا ملأت هذا النموذج إلكترونيًا، فلن يتم حفظ البيانات التي أدخلتها أثناء جلستك الحالية تلقائيًا. إذا كنت بحاجة إلى إيقاف العمل على خطتك، يُرجى التأكد من حفظ عملك. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة لإكمال هذه الخطة، يُرجى الاتصال بمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County على الرقم 571-350-1000.

## القسم 1 – التخطيط للبقاء في المؤسسة التجارية

اسم المؤسسة التجارية:

العنوان:

المدينة/الولاية/الرمز البريدي:

الهاتف:

في حال عدم القدرة على الوصول إلى هذا الموقع، سنعمل من الموقع المذكور أدناه.

اسم المؤسسة التجارية:

العنوان:

المدينة، الولاية، الرمز البريدي:

الهاتف:

مؤسستنا التجارية على الإنترنت:

:Twitter

:Facebook

:LinkedIn

الشخص الآتي ذكره هو مدير الأزمات الأساسي الخاص بنا وسيؤدي دور المتحدث باسم الشركة في حالات الطوارئ.

جهة الاتصال الرئيسية في حالات الطوارئ:

الهاتف:

الهاتف البديل:

البريد الإلكتروني:

في حال عدم قدرة هذا الشخص على إدارة الأزمة، سيتولى الشخص المذكور أدناه إدارتها:

جهة الاتصال الثانوية في حالات الطوارئ:

الهاتف:

الهاتف البديل:

البريد الإلكتروني:

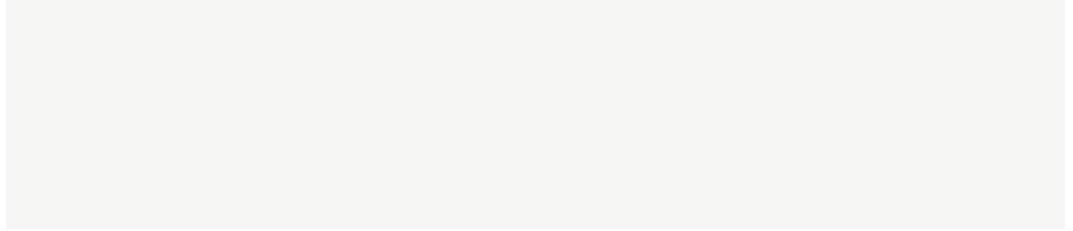
قد تؤثر الكوارث الطبيعية والكوارث التي من صنع الإنسان الآتية في مؤسستنا التجارية:

فريق التخطيط لحالات الطوارئ

سيشارك الأشخاص الآتي ذكرهم في التخطيط لحالات الطوارئ وإدارة الأزمات.

## نحن نخطط للتسيق مع الآخرين

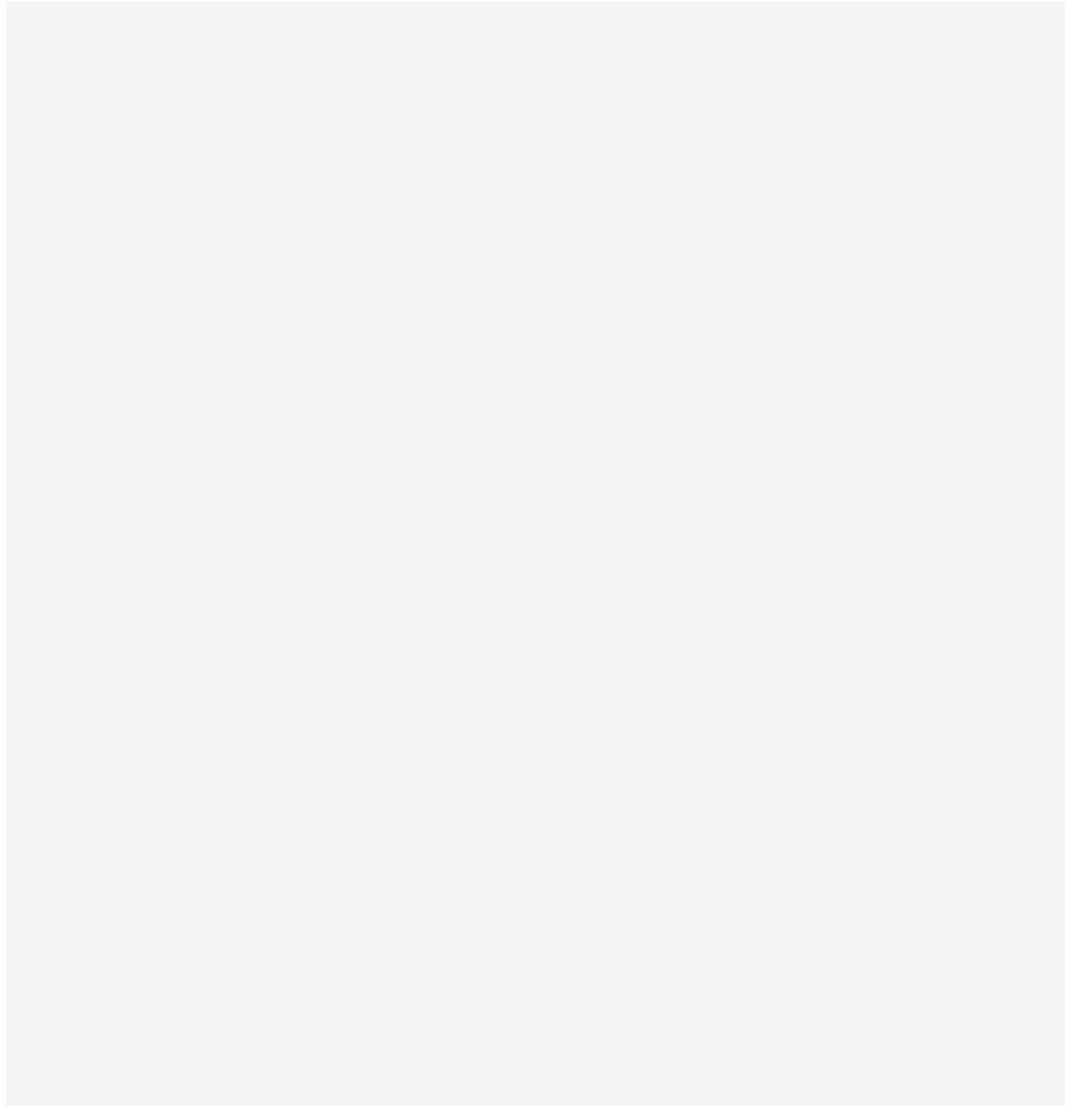
سيشارك الأشخاص الآتي ذكرهم من المؤسسات المجاورة ومن إدارة المبنى الخاص بنا في فريق التخطيط لحالات الطوارئ لدينا.



## العمليات المهمة الخاصة بنا

يرد فيما يأتي قائمة مرتبة حسب الأولوية بالعمليات والموظفين والإجراءات المهمة الخاصة بنا التي نحتاج إليها للتعافي من الكوارث.

العملية/الموظفون المسؤولون/خطة العمل



## الموردون

إذا كانت هذه الشركة تواجه كارثة، فسنحصل على المون/المواد من الجهة الآتية:

|  |                                |
|--|--------------------------------|
|  | اسم الشركة:                    |
|  | عنوان الشارع:                  |
|  | المدينة/الولاية/الرمز البريدي: |
|  | الهاتف:                        |
|  | البريد الإلكتروني:             |
|  | اسم جهة الاتصال:               |
|  | رقم الحساب:                    |
|  | المواد/الخدمة المقدمة:         |

إذا كانت هذه الشركة تواجه كارثة، فسنحصل على المون/المواد من الجهة الآتية:

|  |                                |
|--|--------------------------------|
|  | اسم الشركة:                    |
|  | عنوان الشارع:                  |
|  | المدينة/الولاية/الرمز البريدي: |
|  | الهاتف:                        |
|  | البريد الإلكتروني:             |
|  | اسم جهة الاتصال:               |
|  | رقم الحساب:                    |
|  | المواد/الخدمة المقدمة:         |

إذا كانت هذه الشركة تواجه كارثة، فسنحصل على المون/المواد من الجهة الآتية:

|  |                                |
|--|--------------------------------|
|  | اسم الشركة:                    |
|  | عنوان الشارع:                  |
|  | المدينة/الولاية/الرمز البريدي: |
|  | الهاتف:                        |
|  | البريد الإلكتروني:             |
|  | اسم جهة الاتصال:               |
|  | رقم الحساب:                    |
|  | المواد/الخدمة المقدمة:         |

#### الأمن الإلكتروني

لحماية أجهزة الكمبيوتر الخاصة بنا، سنقوم بـ:

|  |
|--|
|  |
|--|

لحماية برامج الكمبيوتر الخاصة بنا، سنقوم بـ:

|  |
|--|
|  |
|--|

إذا تم تدمير أجهزة الكمبيوتر الخاصة بنا، فسنستخدم أجهزة كمبيوتر احتياطية في الموقع الآتي:

|  |
|--|
|  |
|--|

## نسخ السجلات احتياطيًا

نقطة الاتصال المسؤولة عن نسخ سجلاتنا المهمة احتياطيًا بما في ذلك نظم كشوف الرواتب والمحاسبة:

يتم تخزين سجلات النسخ الاحتياطي بما في ذلك نسخة من هذه الخطة وخرائط الموقع ووثائق التأمين وسجلات الحساب البنكي والنسخ الاحتياطية في جهاز الكمبيوتر في الموقع:

يتم تخزين مجموعة أخرى من سجلات النسخ الاحتياطي في المكان الآتي خارج الموقع:

إذا تم تدمير سجلات المحاسبة وكشوف الرواتب الخاصة بنا، فسنعمل على الاستمرار من خلال الطرق الآتية:



## القسم 2 – جهة الاتصال في حالات الطوارئ وخطة الاتصالات

معلومات جهة الاتصال في حالات الطوارئ

اتصل بالرقم 9-1-1 عند وقوع حالة طوارئ.

مركز مكافحة السموم:

موفر خدمة التأمين:

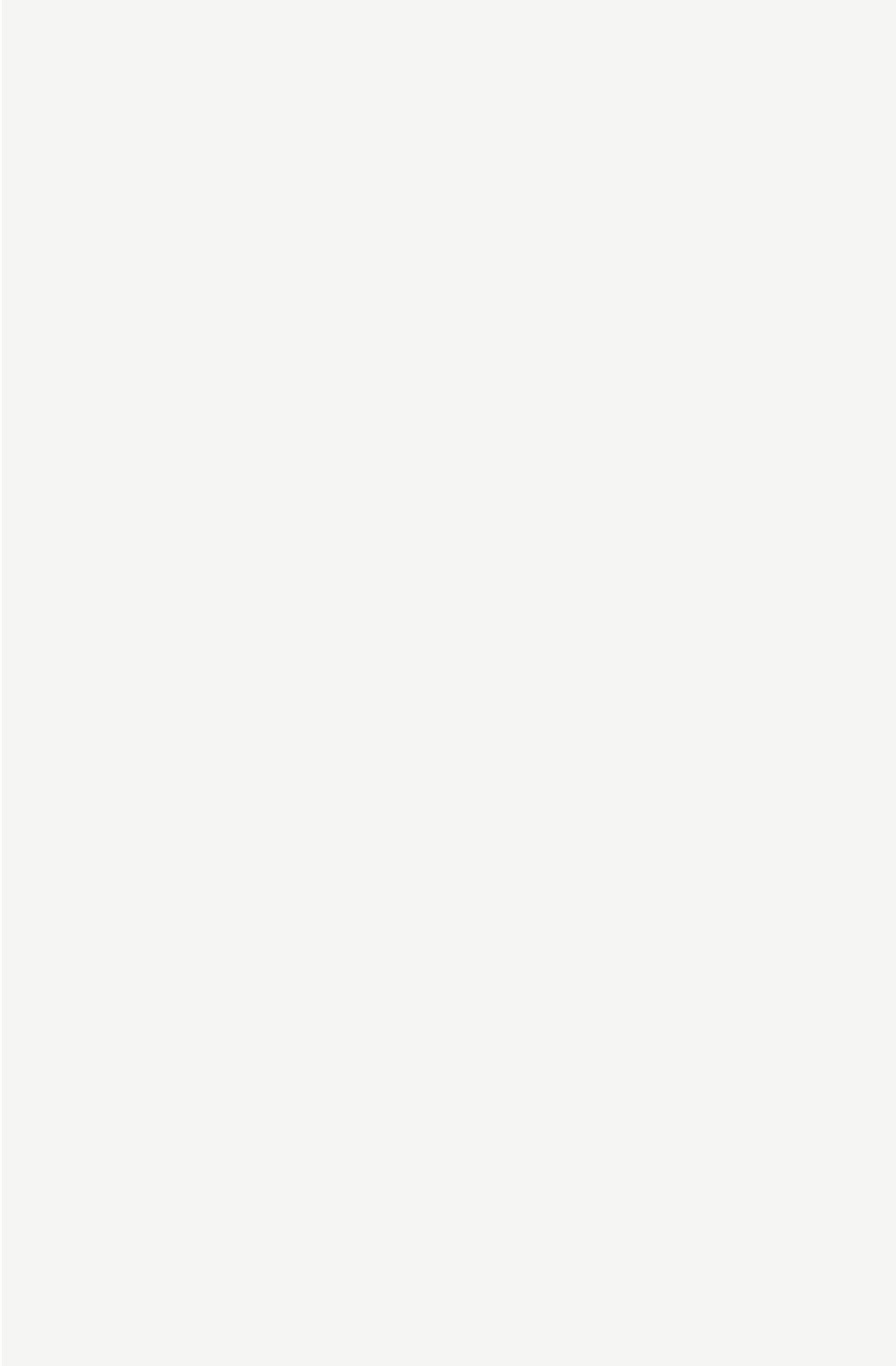
### الاتصالات

سنُعلم زملائنا بخطط الطوارئ الخاصة بنا من خلال الطريقة الآتية:

في حال وقوع كارثة، سنتواصل مع الموظفين من خلال الطريقة الآتية:

### معلومات جهات الاتصال في حالات الطوارئ الخاصة بالموظفين

يرد فيما يأتي قائمة بموظفينا ومعلومات جهات الاتصال في حالات الطوارئ الخاصة بكل موظف:  
اسم الموظف/رقم الهاتف/جهة الاتصال في حالات الطوارئ



## القسم 3 – خطة الإخلاء

## خطة إخلاء الموقع:

إذا كان يجب علينا مغادرة مكان العمل بسرعة:

1. نظام التحذير:

من المرات في السنة.

سنختبر نظام التحذير ونسجل النتائج

2. موقع التجمع:

3. مدير موقع التجمع والبديل عنه:

أ. تشمل المسؤوليات:

4. مدير إيقاف العمل والبديل عنه:

أ. تشمل المسؤوليات:

5. اسم نقطة الاتصال المسؤولة عن إصدار جميع التصاريح:

## القائمة المرجعية الخاصة بالإخلاء:

- لقد وضعنا هذه الخطط بالتعاون مع المؤسسات وأصحاب المباني المجاورة لتجنب الارتباك أو الاختناق المروري.
- لقد قمنا بتحديد أماكن خرائط المبنى والموقع ونسخها ونشرها.
- المخرج محددة بشكل واضح تمامًا.
- سنتمرن على تنفيذ إجراءات الإخلاء من المرات في السنة.

## القسم 4 – خطة مكان الاحتماء

مكان الاحتماء في الموقع:

إذا كان يجب علينا أن نتخذ مكاناً للاحتماء بسرعة (أمور يجب وضعها في الحسبان):

1. نظام التحذير:

سنختبر نظام التحذير ونسجل النتائج من المرات في السنة.

2. موقع الاحتماء من العاصفة:

3. موقع الاحتماء الذي يتطلب "إغلاق الغرفة بإحكام":

4. مدير موقع الاحتماء والبيديل عنه:

أ. تشمل المسؤوليات:

5. مدير إيقاف العمل والبيديل عنه:

أ. تشمل المسؤوليات:

6. نقطة الاتصال المسؤولة عن إصدار جميع التصاريح:

القائمة المرجعية الخاصة بمكان الاحتماء:

- لقد تحدثنا إلى زملاء العمل بشأن أنواع مستلزمات الطوارئ، إن وجدت، التي ستوفرها الشركة في مكان الاحتماء؛ والمستلزمات التي قد يفكر الأفراد في الاحتفاظ بها في حقيبة سهلة الحمل مخصصة للاحتياجات الفردية.
- لقد قمنا بتحديد أماكن خرائط المبنى والموقع ونسخها ونشرها.
- سنتمرن على تنفيذ إجراءات الاحتماء من المرات في السنة.

## القسم 5 – التخطيط للمشاركة والتمرين والتدريب والمراجعة

## المشاركة

بعد قيامك بإكمال خطتك، يُرجى طباعة نسخ عديدة منها والاحتفاظ بها في مواقع أساسية حول مكان العمل وموقع العمل البديل، واطلب من فريق التخطيط لحالات الطوارئ الاحتفاظ بنسخة في المنزل.

## التمرين

تحتاج إلى التدريب والتمرُّن مع موظفيك على كيفية إكمال المسؤوليات المُسندة. تأكد من استخدام قسم التدريب والمراجعة الموضح أدناه. بعد أن يتم تدريب موظفيك، يتعين عليك إجراء تجربة لاختبار قدرة موظفيك على الاستجابة لحالات الطوارئ.

تواريخ التدريب والمراجعة:

التاريخ:

نوع التدريب/المراجعة:

الموظفون المتأهبون:

[انقر لإضافة تدريبات/مراجعات إضافية]

## تواريخ المراجعات

حدد الوقت الذي ستقوم فيه مؤسستك التجارية بمراجعة خطتك، ولاحظ التعديلات التي تم إجراؤها والوقت الذي تم فيه حفظها في الخادم الاحتياطي.

تاريخ المراجعة:

التعديلات:

تاريخ الحفظ في الخادم:

[انقر لإضافة مراجعات إضافية]

## الملحق د

# 5 خطوات لاستعداد الحي (كيفية القيام بذلك)





# 5 Steps to Neighborhood Preparedness

(5 خطوات لاستعداد الحي)



# 5 Steps to Neighborhood Preparedness

## (5 خطوات لاستعداد الحي)

✓ الجيران ذوو الإعاقات الظاهرة، مثل مستخدمي الكراسي المتحركة والمكفوفين وذوي الاحتياجات غير الظاهرة والإعاقات، مثل أمراض القلب والجهاز التنفسي والمشاكل الصحية النفسية أو العقلية والتهاب المفاصل والحساسية الشديدة والربو والحساسية الكيميائية والبيئية الأخرى أو من يعانون من جميع ما سبق ✓

الأشخاص الذين يفتقرون إلى وسائل النقل والأباء والأمهات العاملين العزّاب والأشخاص الذين قد تكون لديهم قدرة محدودة على التحدث باللغة الإنجليزية أو قراءتها أو فهمها أو ليس لديهم هذه القدرة على الإطلاق وسيحتاجون إلى معلومات مترجمة

مستعدون للمساعدة! ولكن، مع ما يزيد عن 1.1 مليون شخص يعيشون في المقاطعة، قد لا يتمكن رجال الإنقاذ من تقديم الدعم الفوري لكل حي متضرر. ينبغي أن يكون الجيران على استعداد لمساعدة أنفسهم لعدة أيام وحتى أسابيع حسب حجم الكارثة.

✓ ومن ضمن معاني الاستعداد أيضًا مساعدة الحار. لجاره. احرص على أن تكون الفئات : ضمن المستفيدين من مساعدتك:

✓ الجيران ذوو الإعاقات وغيرهم من مختلف الأعمار الذين قد يكونون في حاجة إلى المساعدة بعد وقوع كارثة

الجيران الذين يعانون من ضعف في القدرات أو لديهم عجز في الرؤية أو القراءة أو المشي أو التحدث أو السمع أو التعلم أو التذكر أو الفهم أو الاستجابة أو جميع ما سبق

**لا يخطر على بالنا مطلقًا أن كارثة ما ستقع في الحي الذي نعيش فيه أو على الأقل يحدونا الأمل ألا يحدث هذا! ومع ذلك، فالنقطة الأهم ليست في مدى احتمالية وقوع كارثة، بل متى ستقع.**

تعرف على ما يمكنك فعله للمساعدة على جعل منطقتك أكثر قدرة على مواجهة الكوارث مباشرة والتعافي من أثارها بعد ذلك.

استخدم هذا الدليل ومجموعة الأدوات المرفقة معه لصياغة خطة لمواجهة الكوارث في منطقتك.

تذكر أنك لست وحدك. فلدى Fairfax County وشركائها من الوكالات والمنظمات خطط وموارد



## خطة مواجهة الكوارث في الحي في 5 خطوات سهلة

# 1 2 3 4 5

### حدد منطقتك.

حدد منطقة يمكن إدارتها والمبنى السكني الذي تعيش فيه ومربعًا سكنيًا واحدًا وعددًا قليلًا من الشوارع المحيطة الصغيرة وما إلى ذلك، بحيث يمكنك تنظيمها بسهولة نسبية.

### توظيف القادة.

كوّن فريقًا من القادة الذين يمكنهم المساعدة في وضع الخطة وتنفيذ أنشطة الدعم في حالات الطوارئ عندما يحين الوقت.

### استكشف منطقتك.

تعرف على طبيعة الأرض: من حيث الموارد المتوفرة والواقع الجغرافي والكوارث وحالات الطوارئ الأخرى شائعة الحدوث في منطقتك.

### أنشئ فريقك.

تعرف على الأشخاص الذين يعيشون في منطقتك وكيف يمكنهم مساعدتك عند وقوع كارثة ما ومن قد يحتاج إلى مساعدة إضافية.

### خطط نهجك.

قم بصياغة خطة توضح الدور الذي سيناط بالحي الذي تقطن فيه قبل وقوع الكارثة وفي أثنائها وبعدها!

Reston



## الخطوة 1: حدد منطقتك



Clifton

الخطوة 1  
حدد منطقتك

تأكد من تدوين ملاحظات عما يأتي:

عدد المنازل والشركات والمدارس  
والكنائس والمباني الأخرى في  
المنطقة ✓

عدد سكان المنطقة ✓

الطرق ونقاط الدخول والخروج  
الأخرى وكذلك التلال والممرات  
المائية ✓

بعد ذلك، ارسم منطقتك المحددة على خريطة.

هل ستكون قادرًا على التواصل مع  
الجميع بسهولة؟ ما اللغات شائعة  
الاستخدام؟ ✓

هل ستتيح لك المنطقة تطبيق خطة  
"مساعدة الجار لجاره" حتى تتمكن  
من معرفة من بحاجة إلى المساعدة  
فتقدمها له؟ ✓

إذا كانت المساحة تضم أكثر من  
40 منزلًا سكنيًا، فقم بتقسيمها إلى  
مناطق أصغر مع تعيين "فائد مربع  
سكني" لكل مربع سكني (وهذا ما  
يطلق عليه قيادة المنطقة) ✓

تتكون المقاطعة التي تقع بين  
Annandale و Tysons Corner  
العديد من الأحياء والتجمعات السكانية  
المختلفة.

وفي سبيل صياغة خطة مواجهة كوارث  
للحي الذي تعيش فيه، من المهم تحديد  
المنطقة التي ستغطيها خطتك.

إليك بعض الأسئلة التي يتعين أخذها في  
الاعتبار:

ما حجم المساحة التي سيكون من  
السهل عليك وعلى فريقك الصغير  
إدارتها؟ الحجم المثالي من 25 إلى  
40 منزلًا سكنيًا ✓

اعمل ضمن المجموعات والشبكات  
المنظمة القائمة عند توفرها (مثل  
برامج مراقبة الحي وما إلى ذلك) ✓

نصيحة: أسهل طريقة لإنجاز الخطوة رقم 1 هي التجول في أنحاء الحي  
وجمع هذه المعلومات.

## الخطوة 2: توظيف القادة

Mosaic District



فيما يلي بعض الأفكار للعثور على قادة مناسبين لخطة مواجهة الكوارث في الحي والحفاظ عليهم:

✓ انشر الرسائل على وسائل التواصل الاجتماعي والمجموعات الخاصة بالحي ومواقع التواصل الأخرى على الويب.

✓ تحدث معهم وجهاً لوجه في المناسبات المجتمعية وفي الاجتماعات وعند رؤيتهم يومياً.

✓ عناصر الشرطة ورجال الإطفاء والأفراد العسكريين وموظفي الرعاية الصحية.

✓ أولئك الذين لديهم خبرة في تقديم الرعاية للأشخاص ذوي الإعاقات أو للذين قد يكونون في حاجة إلى المساعدة بعد وقوع الكوارث.

هل تحتاج إلى قائدين اثنين أم عشرة؟

✓ هل يوجد الكثير من السكان في منطقة واحدة من الحي؟ هل المباني متباعدة؟

✓ اختر عدد القادة بما يتوافق مع عدد الأشخاص الذين يحتاجون إلى أن يُقادوا! عدد الأفراد المثالي في الفريق يتراوح بين 3 و 7 أشخاص.

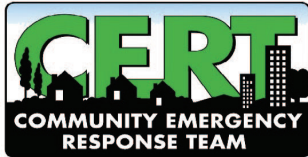
## الخطوة 2 توظيف القادة

بمجرد معرفة المنطقة التي ستغطيها خطة مواجهة الكوارث التي أنشأتها، يكون وقت تحديد القادة قد حان! إليك الفئات التي ستبحث عنها:

أشخاص مدربون ذوو خبرة، مثل:

✓ فرق Community Emergency Response Teams (CERT) أو الأشخاص النشطين في مراقبة الحي.

✓ مجالس الأحياء أو إدارات الخدمات الإنسانية أو رجال الدين أو رؤاد الأعمال.



نصيحة: تعرف على ICERT يقوم فريق Community Emergency Response Team بتجهيز المجتمعات لمواجهة الكوارث ومن دون مقابل!

## الخطوة 3: استكشف منطقتك

## الخطوة 3

## استكشف منطقتك

## 3.1 التهديدات والمخاطر

تعرف على الكوارث أو حالات الطوارئ الأخرى التي قد يواجهها الحي الذي تعيش فيه. فيما يلي بعض النصائح المفيدة:

## حدد التهديدات.

تحدث الزلازل وانقطاعات التيار الكهربائي والظروف الجوية القاسية وتفسى الأمراض في كل مكان، ولكن أمواج تسونامي والانهييارات الأرضية والفيضانات لا تظهر إلا في بعض المناطق. اصنع قائمة بالتهديدات التي قد تحدث في الحي الذي تقطن فيه.

**صنف الخطر.** هل حدوث الكارثة أمر محتمل جداً أم محتمل إلى حد ما أم ليس محتمل الحدوث جداً؟

## قيم الخطر.

ما مدى قابلية الحي الذي تقطن فيه للتعرض للإصابات أو لحالات الوفاة أو لأضرار بالمتلكات؟ صنف هذه المخاطر إلى الفئات عالية أو متوسطة أو منخفضة. استخدم الإرشادات الموجودة ضمن لائحة "احتمالية الحدوث ومستوى التأثير" لتقييم المخاطر.

## احتمالية الحدوث.

شبه مؤكد:

أكبر من 90%

محتمل الحدوث:

تتراوح نسبة احتمالية حدوثه بين 50% - 90%

متوسط:

تتراوح نسبة احتمالية حدوثه بين 10% - 50%

غير محتمل الحدوث:

تتراوح نسبة احتمالية حدوثه بين 3% - 10%

نادر:

الاحتمال 3% أو أقل

## مستوى التأثير.

طفيف:

إمكانية حدوث انقطاع في بعض الخدمات. حدوث قليل من الأضرار في الممتلكات أو الإصابة الشخصية أو الجروح أو الوفيات أو عدم حدوث ذلك.

متوسط:

انقطاع بعض الخدمات. حدوث الحد الأدنى من الأضرار في الممتلكات والإصابات وخسائر الأرواح.

بالغ:

انقطاع الكثير من الخدمات أو تضرر المنشآت بشدة أو كلا الأمرين. إصابة الكثير من الأشخاص وخسائر كبيرة في الأرواح.

استخدم جدولاً كالموضح أدناه لتسجيل هذه التهديدات والمخاطر.

| مستوى التأثير<br>(عالٍ، مرتفع، منخفض) | احتمالية<br>الحدوث | التهديد |
|---------------------------------------|--------------------|---------|
|                                       |                    |         |
|                                       |                    |         |
|                                       |                    |         |

### الخطوة 3: استكشف منطقتك

#### 3.2 مخاطر خاصة بالحي

إن Fairfax County معرضة للكثير من الكوارث. ومن أمثلة ذلك:

**الحرائق.** تنطوي على مخاطر هائلة إذا كانت بعض المباني متقاربة من بعضها الآخر أو قريبة من أرض كثيفة الحشائش. يمكن أن تحدث الحرائق كذلك نتيجة خطوط الغاز المكسورة أو المتسربة!

الزلازل. كل حي في Fairfax County معرض لخطر الزلازل.

**الجليد/ الثلوج.** كل الأحياء معرضة لخطر تكوّن الجليد/ الثلوج، وحتى بدرجات كارثية.

**الفيضانات.** قد تنجم الفيضانات عن فيض الممرات المائية أو انهيار السدود أو الأمطار الغزيرة أو انسداد مصارف المياه.

**الأعاصير.** جميع المناطق في المقاطعة معرضة للأعاصير.

**خدمة الكهرباء والماء والهاتف.** قد لا تتوفر هذه الخدمات لفترات طويلة بعد وقوع الكارثة.

**حالات الطوارئ الكيميائية.** يمكن أن تتسبب الحوادث الصناعية أو حوادث الطريق السريع أو السكك الحديدية أو الناجمة عن خطوط الأنابيب المكسورة في تسرب مواد كيميائية أو مواد خطرة.

**نقشي الأمراض.** يمكن أن ينجم عن نقشي الأمراض إصابة الكثير من الأشخاص بالأمراض وتعطيل الخدمات الرئيسية.

**الطقس شديد الحرارة والبرودة.** إن الأطفال وكبار السن والأشخاص الذين يعانون من أنواع معينة من الإعاقات أو بعض الحالات المرضية المزمنة هم الأكثر تأثرًا عندما يكون الطقس شديد الحرارة أو شديد البرودة.

**هجوم إرهابي.** تتضمن العديد من المناطق أهدافًا محتملة لهجمات إرهابية، مثل المدارس والمنشآت الرياضية ومحطات المترو.

**الظروف الجوية القاسية.** المقاطعة معرضة كذلك لرياح شديدة للغاية وعواصف برد وعواصف رعدية.

**الأخطار المحلية.** تأكد من تحديد الكوارث والمخاطر التي قد يختص بها الحي الذي تقطن فيه، مثل خطوط نقل الكهرباء الهوائية وأنابيب الغاز الطبيعي وخزانات المواد الكيميائية والتهديدات ذات الطبيعة المحلية الأخرى.

Dunn Loring



### الخطوة 3: استكشف منطقتك



Fire Station 40

**حسنًا، وكيف سنحددها؟**  
ضع قائمة تضم التهديدات والمخاطر التي يتعرض لها المجتمع وحدد الأصول التي سيحتاج إليها الحي الذي تقطن فيه لمواجهة كارثة ما. حدد ما إذا كان الأصل عرضةً للتلف وما الإجراء الذي يمكن القيام به للحد من قابليته للتلف. تأكد من تسجيل الموقع ومعلومات الاتصال إذا أمكن. فيما يلي مثال لجدول يمكنك استخدامه:

- ✓ الأشخاص المدربون في CERT أو الرعاية الطبية أو الإسعافات الأولية أو البحث والإنقاذ أو النجارة أو أعمال السمكرة أو استشارات الأزمات
- ✓ الشركات داخل المنطقة أو القريبة منها والتي قد تكون قادرة على توفير المستلزمات أو المعدات
- ✓ المعدات والإمدادات اللازمة لإزالة الأنقاض وقوارب الإنقاذ أثناء الفيضانات ومعدات الاتصالات ومستلزمات الإسعافات الأولية والمولدات الكهربائية وغيرها من العناصر النافعة في أثناء وقوع الكارثة أو بعدها
- ✓ موارد الإخلاء، مثل المركبات المجهزة لاستقبال ذوي الإعاقات

### 3.3 الأصول المملوكة للحي

بعد ذلك، حدد الأصول المملوكة للحي. يشمل ذلك أي شخص أو أي شيء قد يفيد في مواجهة الكوارث أو التعافي من آثارها. إليك بعض الأمثلة:

- ✓ مستلزمات الطوارئ في الحي
- ✓ الأماكن المادية، مثل الحدائق والمدارس والمستشفيات ومحطات الإطفاء
- ✓ المؤسسات، مثل النوادي الموجودة في الحي والمنظمات الأخوية والنوادي الإذاعية والمنظمات العسكرية المحلية ومقدمي خدمات رعاية المعاقين

معلومات الاتصال  
بالأصل (24/7)

موقع الأصل

وصف الأصل

نوع الأصل

| معلومات الاتصال<br>بالأصل (24/7) | موقع الأصل | وصف الأصل | نوع الأصل |
|----------------------------------|------------|-----------|-----------|
|                                  |            |           |           |

### الخطوة 3: استكشف منطقتك

✓ الجيران الذين قد يحتاجون إلى مساعدة إضافية بعد وقوع إحدى الكوارث بخصوص الرؤية أو القراءة أو المشي أو التحدث أو السمع أو التذكر أو الفهم أو الاستجابة أو جميع ما سبق

سيتم التحقق من معلومات الاتصال وتحديثها إذا لزم الأمر في الخطوة 4. ويشمل عملك:

✓ جميع طرق الدخول/ الخروج من المنطقة والتي يمكن الوصول إليها سيراً على الأقدام وبكرسي متحرك/ سكونر وسيارة

✓ مكان تجمع الحيّ (انظر القسم التالي)

✓ موقع يمكن للمصابين اللجوء إليه للحصول على إسعافات أولية أو تقييم حالتهم لتلقي العلاج الطبي

✓ العوائق المحتملة التي يمكن أن تصعب الدخول/ الخروج (على سبيل المثال الممرات أو الأشجار أو خطوط الكهرباء الساقطة أو المتعرضة لانهايار أرضي)

#### 3.4 ارسم خريطة للحيّ الذي تقطن فيه

استخدم أداة لرسم الخرائط عبر الإنترنت أو مصدرًا آخر يسهّل الحصول عليه. ارسم مخططاً للحيّ الذي تعيش فيه. قد يكون موقعاً الويب المجانيان earth.google.com أو maps.yahoo.com مفيدتين.

وضّح على المخطط الذي رسمته الشوارع والمربعات السكنية وقطع الأراضي الخاصة بالمباني/ المنازل. وضّح الوحدات والطوابق للشقق أو المباني متعددة الوحدات. قم بتقييم قطع الأراضي بالتسلسل (1، 2، 3). قم بتضمين جميع أرقام العناوين وأسماء مالكي كل قطعة أرض.

Dunn Loring



## الخطوة 3: استكشف منطقتك



Tysons Corner

## 3.6 منطقة الفرز

مكان يمكن للمصابين اللجوء إليه للحصول على إسعافات أولية أو للتقييم لتلقي العلاج الطبي.

- ✓ في مأمن من الفيضانات والحرائق والأشجار وخطوط الكهرباء الساقطة
- ✓ يضم مرافق دورات مياه مجاورة يمكن لذوي الإعاقة استخدامها
- ✓ يتميز بإضاءة جيدة تحسباً لحالة الإخلاء ليلاً
- ✓ يمكنه استيعاب حيوانات الخدمة والحيوانات الأليفة
- ✓ كبير بما يكفي ليستوعب العدد المقرر حسب الخطة من الأشخاص والمركبات
- ✓ مجهز لخدمة الأطفال والكبار ذوي الإعاقات

## 3.5 مكان تجمع الحي

هذه مساحة مخصصة للجيران لتنظيم أنشطة مواجهة الكوارث. اختر منطقة مركزية كبيرة واحدة (على سبيل المثال حديقة أو منطقة ترفيهية أو رواق) للتجمع وتنظيم الخطوات التالية في الخطة التي وضعتها لمواجهة أفراد الحي للكارثة. إليك ما يجب البحث عنه عند تحديد مكان تجمع محتمل لأفراد الحي:

- ✓ يمكن رؤيته بسهولة حتى يستطيع الآخرون الانتباه إلى أنه نقطة التجمع الرئيسية
- ✓ يقع في منطقة يسهل على الجميع الوصول إليها



## الخطوة 4: أنشئ فريقك

### الخطوة 4: أنشئ فريقك

كذلك حدد ما إذا كان يتوفر في الحي منظمات خدمة بشرية أو مقدمو خدمات للأشخاص ذوي الإعاقة أو الرعاية السكنية والمجتمعية ومرافق الخدمات المعيشية للفئات التي تحتاج إلى مساعدة. في حال توفرهم، قم بدعوتهم إلى الانضمام إلى عملية التخطيط وناقش معهم الطريقة التي تتيح لكم مساعدة بعضكم بعضًا.

أهم الموارد التي تملكها هي أننا نكمل بعضنا! اتبع هذه الأنشطة السهلة لبناء فريقك.

كُون مجموعة. تأكد من أنها تمثل الحيّ بتنوّعه، وتشمل أصحاب المنازل والعائلات والشركات ودور العبادة والمؤسسات الخيرية والمدارس والمنظمات المحلية في منطقتك المحددة.

احرص على أن تكون فَعَالًا في احتواء الأشخاص ذوي الإعاقات والأشخاص الذين قد يكونون في حاجة إلى المساعدة بعد وقوع إحدى الكوارث.

يجب أن يضم فريقك الجيران المدربين في CERT ويمكن أن يضم أيضًا غيرهم.

Huntley Meadows



## الخطوة 4: أنشئ فريقك

باستخدام المخطط الذي قمت بإنشائه في الخطوة 3، اكتب ما يلي لكل منزل/ منشأة:

✓ الهاتف والبريد الإلكتروني والرسالة النصية والمهارات الخاصة والموارد وعدد الكبار/ الأطفال والحيوانات الأليفة/ الحيوانات/ حيوانات الخدمة والأشخاص الذين قد يحتاجون إلى مساعدة إضافية.

✓ قم بإنشاء شجرة اتصال أو "مخطط إشعارات" يستطيع الناس من خلاله الاتصال ببعضهم البعض لنقل الأخبار.

✓ تجول في المنطقة في نهاية الاجتماع للتحقق من المخطط الذي رسمته.

**تشجيع الجيران على حضور الاجتماع.**  
الدعوة الشخصية هي أفضل طريقة لدعوة الجيران. إليك بعض الأفكار الإضافية:

✓ قم بإعداد نشرة إعلانية (انظر قالب النشرة الإعلانية في مجموعة الأدوات).

✓ أنشئ صفحة بعنوان "كن مستعداً" على موقع الحي على الويب.

✓ قم بإعداد صفحة على موقع Facebook أو Twitter أو استغلال أي موقع به نسبة "متابعين" أكبر.

✓ قم بإعداد قوائم بريد إلكتروني تضم قادة المجتمع ومنظماتهم.

✓ احصل على دعم المجتمع أو الشركات أو المؤسسات التي تضم أصحاب المنازل.

**اعقد اجتماعاً.** اطلب من القادة الذين حددتهم في الخطوة 2 أن ينشروا خبر الاجتماع. تأكد من دعوة جميع الأسر بصفة شخصية. قم كذلك بدعوة فرق المطافئ وإنفاذ القانون المحلية. استخدم دليل المُيسر لعقد الاجتماع.

أنشطة الاجتماع الرئيسية هي:

✓ مراجعة "5 خطوات لاستعداد الحي".

✓ تحديد المهارات والمعدات التي يمتلكها كل جار والتي ستساعد في مواجهة الكارثة.

✓ تحديد اللغات المتحدث بها واستخدام لغة الإشارة الأمريكية في المنطقة.

نصيحة: استخدم نفس شجرة الاتصال والرسائل النصية ونظام الاتصالات لإخطار الجيران من باب إلى باب. إذا كان الحي كبيراً، فاترك لقادة المربع السكني القيام بهذه المهمة.



Clifton

## الخطوة 5: خطط نهجك



Fairfax Government Center

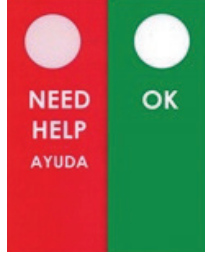
تابع الاتجاه إلى مكان تجمع الحيّ.  
بمجرد الوصول إلى مكان تجمع الحيّ، تكون أول مهمة هي تنظيم أنفسكم.

**حدد قائدًا لتوجيه المجهودات الكلية.**

**ضع خطة عمل.** قرّر ما تريد فعله، وكيف تخطط للقيام به، والمخطط الزمني الذي ستقوم به وفقاً له.

**نظموا أنفسكم إلى فرق،** مع تعيين قائد فريق لكل فريق. يجب أن يضم كل فريق من 3-7 أشخاص وقائدًا للفريق.

بينما يعني الجانب الأخضر أنك بخير. وهذه للاستخدام فقط بعد وقوع كارثة عندما لا تتوفر مساعدة رقم الطوارئ 1-1-9.



قم بإغلاق الغاز في حال شممت رائحة غاز فحسب. إذا لم تكن خطوط الغاز مشتملة على ميزة الإغلاق الأوتوماتيكي، فقم بلف الصمام بحيث يكون "القضيب" عمودياً على خط الغاز. حافظ على اتصال المفتاح بمقياس الغاز واعرف موقع صمامات إغلاق المياه.

## الخطوة 5 خطط نهجك

**5.1 توفير الحماية لكم وللمكان الذي توجودون فيه**

قبل أن تتخذ أي إجراء آخر، تأكد من أن جميع من في المكان الذي توجد فيه بخير. بمجرد أن تتأكد من سلامة الجميع، استعد للتوجه إلى مكان تجمع الحيّ. عليك بارتداء معدات الوقاية إذا كانت متاحة لديك – وهي عبارة عن قبعة صلبة أو خوذة دراجات هوائية أو مداس فولاذي أو أي حذاء آخر مثنى وقفازات جلدية أو متينة. عليك إبقاء هذه العناصر معاً في موقع يسهل الوصول إليه.

ضع علامة مكتوباً عليها **OK (بخير) / Help (بحاجة إلى المساعدة)** على بابك أو نافذتك في الأمام بحيث يمكن رؤيتها بسهولة من الرصيف أو الشارع. الجانب الأحمر يعني أنك بحاجة إلى المساعدة،

**نصيحة: حسب الحاجة، أغلق صمامات المياه والغاز الرئيسية.** أغلق الغاز من خلال لف الصمام ليصبح "القضيب" عمودياً على خط الغاز. حافظ على اتصال المفتاح بمقياس الغاز واعرف موقع صمامات إغلاق المياه.

## الخطوة 5: خطط نهجك

**فريق الاتصالات.** ينصت فريق الاتصالات إلى نظام إنذارات الطوارئ أو خدمة راديو العائلة (FRS)/راديو الهواة أو راديو الأحوال الجوية الوطني أو جميع ما سبق. يتولى فريق الاتصالات مسؤولية إبلاغ المعلومات داخل نطاق الحي وإلى القاطنين في الحي وأولى الجهات المستجيبة والوكالات الأخرى في المقاطعة (مثل الإطفاء والشرطة) ومنهم.

**فريق معلومات الجيران.** يتولى هذا الفريق مهمة تنسيق المعلومات المتاحة حول الناجين وينقل معلومات حول تقدم عمليات الإنقاذ وحالة الناجين (المصابين والمفقودين وغيرهم) على مراحل من مقر القيادة إلى مركز الرعاية.

**فريق تقدم عمليات الإنقاذ.** يسجل هذا الفريق تقدم عمليات إنقاذ الناجين.

**فرق الرعاية.** يمكن أن تضم فرق الرعاية فريق الفرز – الذي يقرر الأولوية التي ستمنح للناجين الذين سيتلقون الرعاية؛ وفريق العلاج – وهم من يقدمون الرعاية للمصابين، وفريق المشرحة – وهم من يتولون إدارة شؤون المتوفين، وفريق مركز الرعاية – الذين يقدمون رعاية إضافية في أثناء الكارثة. أعضاء هذه الفرق يمتلكون عادةً خبرة واسعة في الرعاية الصحية.

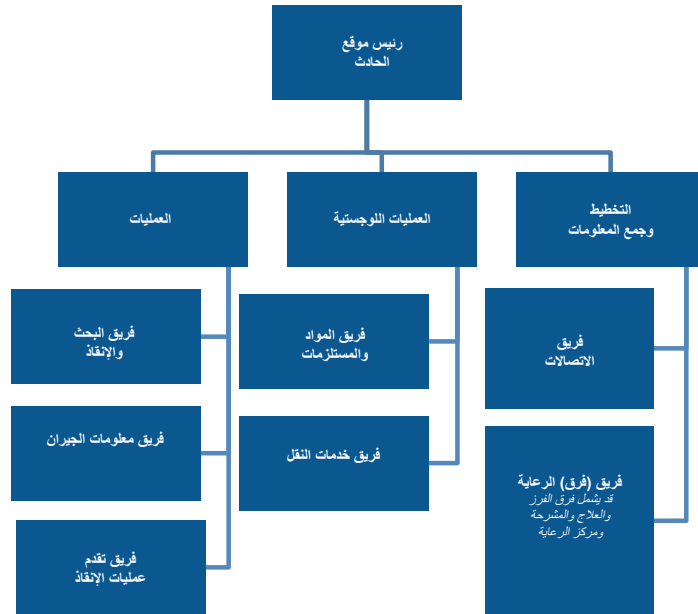
**فريق المواد والمستلزمات.** ينسق هذا الفريق المواد والمستلزمات المطلوبة من داخل الحي.

**فريق خدمات النقل.** ينسق هذا الفريق نقل المستلزمات والمعدات والأشخاص.

هناك إجراء تستخدمه أول الجهات المستجيبة وفرق CERT وهو التنظيم عن طريق نظام السيطرة على الحوادث (ICS). المخطط أدناه عبارة عن نموذج. **رئيس موقع الحادث** هو القائد. وهو المسؤول عن تحديد ما يجب القيام به. فريق **العمليات** يتولى تنفيذ الإجراءات المقررة. **فريق العمليات اللوجستية** ينسق الموارد (النقل والأشخاص والمستلزمات). **فريق التخطيط وجمع المعلومات** يراقب المعلومات الواردة وخطط الأنشطة المستقبلية. تضم الفرق:

**فريق البحث والإنقاذ.**

وسوف يبحث هذا الفريق عن لاقتات **OK (بخير) / Help (بحاجة إلى المساعدة)** وكذلك الاطمئنان على تلك الفئات المصنفة ضمن المحتاجين إلى مساعدة إضافية. ويبدأون بتقييم الأضرار لتحديد مناطق المخاطر وإعطائهم الأولوية عمليات البحث والإنقاذ. أعضاء هذا الفريق المثاليون هم من أتموا تدريب البحث والإنقاذ ضمن CERT.



نصيحة: قم بتحديد أدوار الفريق بناءً على الاحتياجات الناجمة عن الكارثة والأشخاص المتاحين لك. وقد لا تحتاج إلى ملء كل هذه الأدوار في كل حادثة.

## الخطوة 5: خطط نهجك

**Fairfax Alerts.** هو نظام الإشعارات الجماعية الرسمي المُستخدم لإرسال الرسائل الصوتية والنصية ورسائل البريد الإلكتروني إلى المقيمين والشركات في أوقات الطوارئ والكوارث. قد يكون إرسال الإشعارات إلى الجمهور عندما تحل كارثة الملجأ الوحيد الذي يمكن للجمهور العام الاعتماد عليه لإنقاذ حياتهم وحماية ممتلكاتهم. [www.fairfaxcounty.gov/alerts](http://www.fairfaxcounty.gov/alerts)

**نظام إنذارات الطوارئ.** سوف تتم إذاعة الرسائل إلى الجمهور عن طريق محطات الراديو والتلفزيون. وهذه عبارة عن رسائل صوتية مصحوبة بنصوص تتحرك على شاشة التلفزيون.

**الإنترنت.** توفر Fairfax County معلومات الطوارئ عن طريق مدونة الطوارئ وعنوانها: [fairfaxcountyemergency.wordpress.com/](http://fairfaxcountyemergency.wordpress.com/)

**الهواتف.** إذا كنت بحاجة إلى الاتصال بشخص ما فاجعل المكالمة مختصرة بحيث يتمكن الآخرون كذلك من الاتصال بأحبائهم أو بأفراد الإنقاذ.

**وسائل الإعلام العامة والتجارية.** سوف تتم إذاعة رسائل إنذارات الطوارئ على التلفزيون والراديو والقمر الصناعي. وقد يكون راديو السيارة الوسيلة الأكثر سهولة للإنصات إلى رسائل البث في حالات الطوارئ.

### 5.2 الاتصالات

تأكد من إخطار أول الجهات المستجيبة عن طريق رقم الطوارئ 1-1-9 أو بالرسائل النصية عن طريق رقم 1-1-9 إذا كنت بحاجة إلى المساعدة الطارئة! في أثناء الكارثة، سوف تُبقي Fairfax County المجتمع على اطلاع بالمستجدات باستخدام وسائل الإعلام العامة وغيرها. وإليك أمثلة للمصادر:

### Fairfax County ARES

مجموعة من الهواة المرخص لهم ممن سجلوا مؤهلاتهم المهنية وأجهزتهم الخاصة في الخدمات العامة على نحو تطوعي بحيث يتولون مهمة الاتصالات عند حدوث الكوارث. يمكن العثور على المعلومات في موقع [ffxares.org/](http://ffxares.org/)

### موقع ويب Safe and Well

شجع الجيران على التسجيل على موقع ويب Safe and Well (أمن وبصحة جيدة) التابع لمنظمة Red Cross <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php>، أو أي شكل آخر من وسائل التواصل الاجتماعي ليشركي للأصدقاء والعائلة أن يعلموا أنك بخير.

Oak Marr



## الخطوة 5: خطط نهجك



Mosaic District

✓ تخفيف الأثار. طرق المواجهة التي يمكن من خلالها تخفيف أثر الكوارث. يمكن للأحياء تأسيس برامج "مساعدة الجار لجاره" لتقديم الطعام والدواء والماء إلى الأشخاص العاجزين عن الوصول إلى هذه الأشياء بأنفسهم.

✓ الإخلاء. إذا صدر نداء بالإخلاء، فسوف تستخدم أقسام الشرطة والمطافي وسائل الاتصالات المتعددة لإبلاغ المقيمين. ويجب على الجميع اتباع التوجيهات المتعلقة بمسارات الإخلاء وأينها ينبغي استخدامه. وسوف يقدم الجزء الخاص بالإخلاء في الخطة وصفاً لكيفية مساعدة الحي للسلطات في تنفيذ الإخلاء.

**ملحقات الدعم.** تقدم "ملحقات الدعم" تفصيلات إضافية تزيد عما ورد في الخطة الأساسية. وهي توضح المهام المحددة، مثل كيفية تنفيذ الاتصال في أثناء الكارثة وبعدها.

**أنت وجيرانك من تحدون أي الملاحق التي تحتاجون إليها.**

وقد تشمل الملاحق الأخرى:

✓ الاحتماء بالمكان. بعد وقوع الكارثة، قد تقرر السلطات المحلية أن بقاء الأفراد والعائلات في أماكن إقامتهم أو ما يُعرف باسم "الاحتماء بالمكان" أكثر أماناً لهم. يذكر هذا الملحق بالتفصيل كيف سيدعم أفراد الحي بعضهم بعضاً إذا تطلب الأمر الاحتماء بالمكان لفترة زمنية ممتدة.

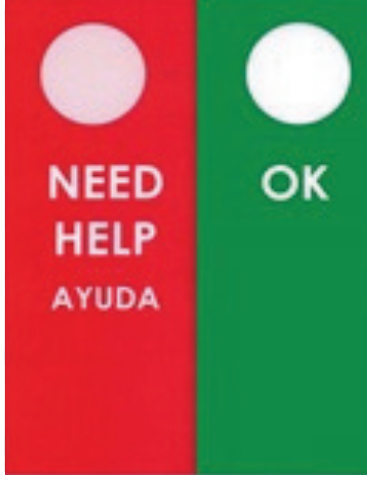
## 5.3 اجعلها في صيغة مكتوبة

الخطوة التالية هي أن تضع خطتك في صيغة مكتوبة! هنا سنقدم لك وصفاً مفصلاً لتكوين الخطة. لا تتردد في توسيع نطاق خطتك أو تضيقه حسب الحاجة.

**استخدم قالب الخطط على موقع 5 خطوات على الويب، ولن تحتاج إلى شيء سوى ملء الفراغات.**

**الخطة الأساسية.** يجب أن تشمل التهديدات والمخاطر ومخطط الحي ونهجك الأساسي تجاه مواجهة الكارثة.

## الخطوة 5: خطط نهجك



راجع الخطة مع جيرانك. بمجرد صياغة الخطة، اعد اجتماعاً مع أفراد المجتمع الآخرين، واطلب منهم طرح ملاحظاتهم بشأن الخطة، وأدخل أي تغييرات مطلوبة.

ترجمها إلى اللغات التي يشيع الحديث بها في الحي واجعلها متاحة عن طريق البريد الإلكتروني وموقع الحي على الويب أو اعرض قراءتها أو شرحها على الأشخاص الذين تتعذر عليهم القراءة.

اعد الاجتماعات بشكل منتظم لمراجعة خطتك وتنقيحها والتدريب عليها وتحديثها. افعل ذلك مرة واحدة على الأقل في السنة.

الملحقات الخاصة بالأخطار. تصف الملحقات الخاصة بالأخطار طريقة مواجهة الحي للحرائق والزلازل والفيضانات، وغير ذلك من التهديدات.

علاقة الباب لحالات الطوارئ. أنشأت Fairfax County علاقات أبواب تُستخدم في حالات الطوارئ لإبلاغ الجيران والجهات المستجيبة المحلية بأنك بحاجة إلى مساعدة. بعد الكارثة، عليك تعليق الجانب الأخضر من علاقة الباب بحيث يتجه إلى الخارج إذا كنت بخير. أما إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، فعليك تعليق الجانب الأحمر من علاقة الباب بحيث يتجه إلى الخارج.

Reston



## الملحق هـ

# 5 خطوات لاستعداد المجتمع: نموذج خطة مواجهة الكوارث للحي





هذا النموذج مخصص للاستخدام الخاص غير الحكومي. لا تصل Fairfax County إلى أي معلومات أدخلتها في هذا النموذج أو تجمعها أو تحتفظ بها أو تنشرها. إذا ملأت هذا النموذج إلكترونيًا، فلن يتم حفظ البيانات التي أدخلتها أثناء جلستك الحالية تلقائيًا. إذا كنت بحاجة إلى إيقاف العمل على خطتك، يُرجى التأكد من حفظ عملك. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة لإكمال هذه الخطة، يُرجى الاتصال بمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County على الرقم 571-350-1000.

## نموذج خطة مواجهة الكوارث للحي

[أدخل اسم الحي]

[أدخل رقم إصدار الخطة]

[أدخل تاريخ المراجعة الأخيرة]

## تعليمات بشأن النموذج

سيكون نموذج خطة مواجهة الكوارث للحي هذا بمنزلة إطار عمل للقائمين على التخطيط لوضع خطة مواجهة الكوارث للحي أو تحسينها. يوفر هذا المورد المفيد إرشادات [بين الأقواس] حول المكان الذي يمكنك إضافة المعلومات الخاصة بالحي فيه.

يُعد هذا النموذج أداة بسيطة يمكن استخدامه مع دليل 5 خطوات لاستعداد الحي، وهو مورد قوي يحتوي على معلومات تفصيلية بخصوص نوع المعلومات التي يجب تضمينها في خطة مواجهة الكوارث للحي.

## الحفاظ على الخطة

### الحفاظ على الخطة وتحديثها

هو المسؤول عن الحفاظ على الخطة وتحديثها. سيتم

تحديث الخطة سنويًا واستجابةً للدروس المستفادة من التمرينات أو الكوارث الفعلية.

### توزيع الخطة

سيتم توزيع نسخ مطبوعة من الخطة الأولية وأي تحديثات مستقبلية على جميع سكان المنطقة التي تم وضع هذه الخطة من أجلها.

سيتم أيضًا نشر الخطة على موقع الويب الخاص بـ

### سجل تعديلات الخطة

تزد التغييرات التي تم إدخالها على الخطة أدناه.

وصف التغيير رقم الصفحة تاريخ إجراء التغيير التوقيع المعتمد

| وصف التغيير | رقم الصفحة | تاريخ إجراء التغيير | التوقيع المعتمد |
|-------------|------------|---------------------|-----------------|
|             |            |                     |                 |
|             |            |                     |                 |
|             |            |                     |                 |
|             |            |                     |                 |
|             |            |                     |                 |

## الإقرارات

[أدخل معلومات عن الأشخاص والوكالات والمؤسسات التي شاركت في وضع خطة مواجهة الكوارث للحي الخاص بك]

تم وضع هذه الخطة بواسطة أعضاء (اسم مجلس الحي أو مجموعة/مجموعات أخرى):

شارك الأشخاص الآتي ذكرهم في وضع الخطة (اذكر الاسم والمؤسسة):

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |

(المؤسسة)

(الاسم)

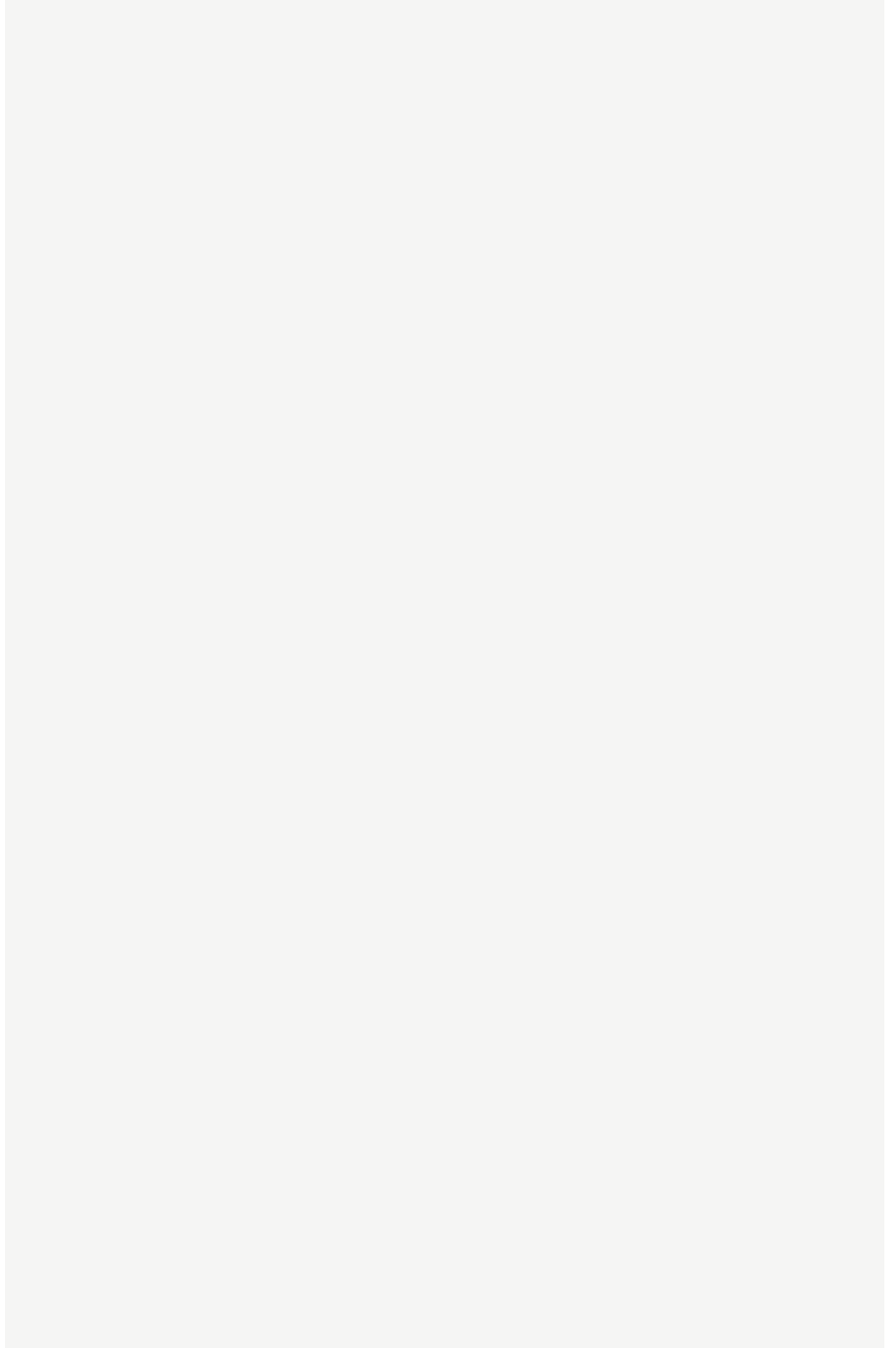
تم إكمال الخطة في:

(شهر، سنة)

(توقيع المدير أو القائد لفريق وضع الخطة)

## جدول المحتويات

[أدخل جدول محتويات بمجرد إكمال الخطة.]

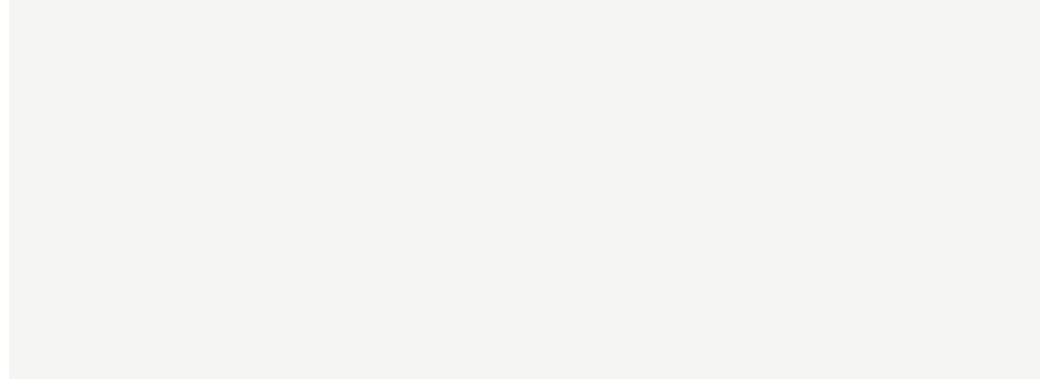


## 1. مقدمة

### 1.1 معلومات أساسية

بوصفنا أفرادًا في المجتمع، ندرك أن الإعداد لمواجهة الكوارث والأحداث الكارثية ليس وجهًا من أوجه الترف، بل إنه أمر حتمي. فغالبًا ما يقال إن الكوارث لا ترتبط بعبارة "إذا حدثت"، بل "عندما تحدث".

[أدخل معلومات متعلقة بالمنطقة التي تغطيها الخطة ودائرة مجلس الرقابة ومواقع أقرب مركز إطفاء وقسم شرطة ومستشفى.]

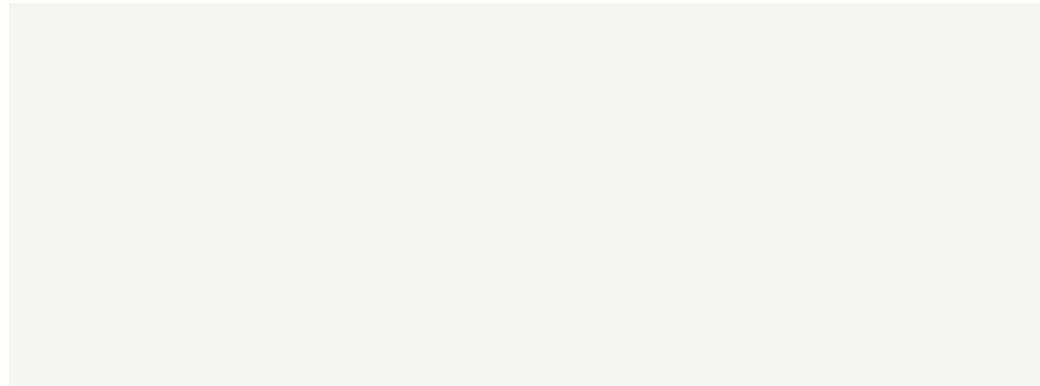


### 1.2 الغرض

يتمثل الغرض الأساسي من الخطة في تحديد الإستراتيجيات التي يمكن أن ينفذها أعضاء الحي الخاص بنا لدعم أنفسهم في حال وقوع كارثة. كما تهدف إلى تغطية الكوارث الكبرى إلى جانب حالات الطوارئ الأقل شدة. تستند هذه الخطة إلى الإقرار بأن الشخص نفسه والعائلة والجيران هم على رأس الأولويات عند وقوع كارثة. وتم وضعها وفق مفهوم "الجار يمد يد العون لجاره" حتى تصل المساعدات الخارجية. نأمل أن تقدم هذه الخطة إلى الحي الخاص بنا آلية للحفاظ على سلامته حتى يصبح بإمكانه الحصول على خدمات المقاطعة والدعم الخارجي.

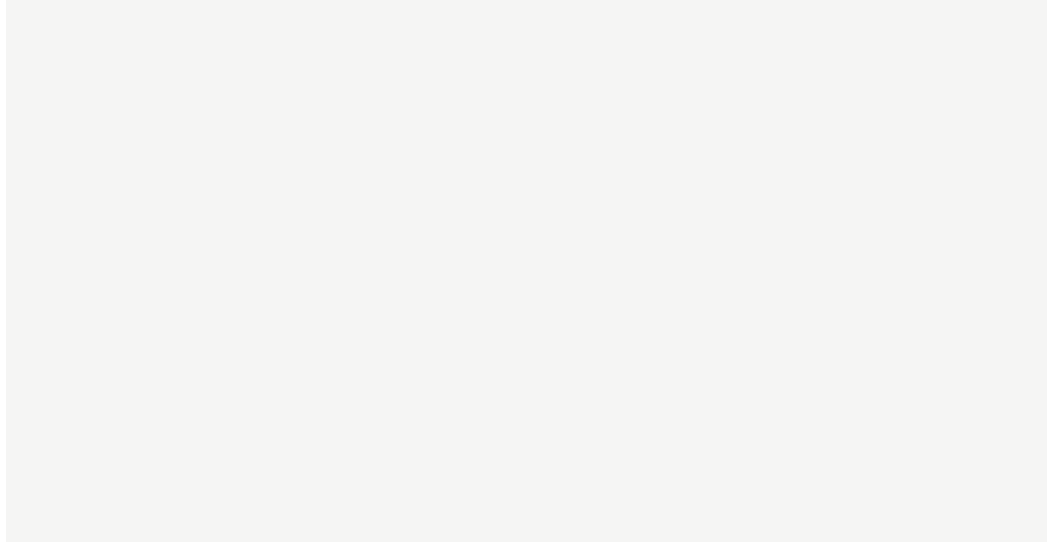
### 1.3 كيف تم وضع الخطة

[ناقش كيف تم وضع الخطة (على سبيل المثال من خلال مجموعة من الاجتماعات)، ومتى تم وضعها ومن قام بذلك (أوصاف عامة للأشخاص الذين عملوا على وضع الخطة أو أسماء محددة) ومن قاد المشروع.]



#### 1.4 عن الحي الخاص بنا

[أدخل معلومات وصفية متعلقة بالحي الخاص بك، لتضمين موقعه في Fairfax County، والعناوين العامة أو المربعات السكنية في المنطقة، وعدد الكيلومترات المربعة (عدد الأميال المربعة)، وتاريخ تأسيس الحي، وعدد المنازل التي تغطيها الخطة، وعدد الأشخاص المقيمين في الحي، وبنيته العرقية والثقافية، واللغات الأكثر شيوعًا، وأي مراكز مجتمعية أو معالم مهمة.]



#### 1.5 تنظيم الخطة

قُسمت هذه الخطة إلى ثلاثة أجزاء:

- ◀ **خطة أساسية** تحدد التهديدات والمخاطر الموجهة إلى الحي وأصول الحي وإستراتيجية المجتمع للاستجابة إلى الكوارث. تُطبق الخطة الأساسية على جميع الأخطار.
- ◀ **ملاحق وظيفية** تحدد كيفية القيام بمهام معيّنة مثل الاتصال أو البحث والإنقاذ.
- ◀ **ملاحق خاصة بالأخطار** تصف الاستجابات إلى أخطار محددة مثل الفيضانات أو الزلازل.









ارسم خريطة

(ارجع إلى الصفحتين 87 و88 من دليل الخمس خطوات)  
[أضف تفاصيل إلى خريطة منطقتك المُعدَّة في الخطوة 1 لتشمل أمورًا مثل مكان تجمع أفراد الحي ومنطقة فرز الإصابات ومعلومات أخرى مهمة يمكن عرضها بسهولة على الخريطة.]

#### الخطوة 4 – أنشئ فريقك

(ارجع إلى الصفحات من 89 إلى 92 من دليل الخمس خطوات)

استخدم قائمة الأشخاص ذوي المهارات والخبرات الخاصة الذين حددتهم في الخطوة 1، أو آخرين ربما تكون حددتهم في الخطوة 3 كأصول الحي، لإنشاء فريق يمكنها مساعدة الحي على الاستعداد للكارثة والاستجابة بفاعلية عند وقوع كارثة. باستخدام مخطط التنظيم في الصفحة 92 من دليل **الخطوات**، حدد من يمكنه القيام بأيٍّ من الأدوار الموضحة على المخطط. تأكد من تحديد البدائل في حالة عدم توافر الشخص/الأشخاص الرئيسيين.

#### الخطوة 5 – خطط نهجك

(ارجع إلى الصفحات من 93 إلى 95 من دليل الخمس خطوات)

[حدد بالتفصيل الطريقة التي سيستجيب الحي من خلالها. **دونها**.]

**الإجراءات الفردية والعائلية للاستجابة إلى الكارثة.** ناقش مسؤوليات الأفراد والعائلات عند الاستجابة إلى الكارثة. تأكد من التشديد على أن الأولوية الأولى هي ضمان سلامة العائلات والحيوانات الأليفة والممتلكات وأفراد الحي. ضع في الحسبان مناقشة أمور مثل:

- ◀ الحاجة إلى التحقق لمعرفة الظروف غير الآمنة مثل خطوط الطاقة المعطلة وتسرب الغازات.
- ◀ الإجراء الخاص بإغلاق صمامات الغاز غير الأوتوماتيكية (من خلال لف الصمام ليصبح "القضيب" عموديًا على أنبوب الغاز؛ وأيضًا الاحتفاظ بمفتاح موصل بأسلاك مقياس الغاز).
- ◀ أهمية الاستماع إلى ترددات الطوارئ بالراديو للحصول على المعلومات والتعليمات.
- ◀ أهمية ارتداء معدات الوقاية مثل القبعة الصلبة أو خوذة الدراجة، والمداس الفولاذي أو أي حذاء آخر متين، وقفازات الجلد أو قفازات متينة.
- ◀ أثناء وقوع حوادث الزلازل، يجب على الأفراد "الانبطاح والاحتباء والتثبيت بشيء ما". على الأفراد غير القادرين على الانبطاح تغطية رؤوسهم ورقابهم باستخدام أذرعهم.

بعد التأكد من سلامة الشخص، بغض النظر عن نوع الحادثة، يجب على أهل المنزل وضع علامة مكتوب عليها **OK (بخير)** // **Help (بحاجة إلى مساعدة)** على بابهم الأمامي أو نافذتهم الأمامية بحيث يسهل رؤيتها من الرصيف أو الشارع. الجانب الأحمر يعني الحاجة إلى المساعدة، بينما يعني الجانب الأخضر أن الجميع بخير. وهي تُستخدم فقط بعد وقوع كارثة في حالة عدم توافر المساعدة من رقم الطوارئ 911. يجب على العائلات إغلاق الأبواب وتأمين مقتنياتهم والانتقال إلى مكان تجمع أفراد الحي.

استجابة أفراد الحي. بمجرد اجتماع أفراد الحي في مكان تجمع أفراد الحي المعين، تكون أول مهمة هي تنظيمهم أنفسهم. ثم يتم اختيار قائد لتوجيه الجهود العامة. وتوضع خطة عمل لمساعدة أفراد الحي على تحديد الأمور التي يجب القيام بها وكيفية القيام بها والإطار الزمني للقيام بها. وفي النهاية، يتعين تنظيم أفراد الحي في فرق مع وجود قائد فريق لكل فريق. يجب أن يتألف كل فريق من 3 إلى 7 أشخاص وقائد فريق.

◀ [اذكر نظم الاتصالات التي تخطط لاستخدامها. بالنسبة إلى أجهزة الاتصال اللاسلكي، تأكد من ذكر الترددات. عيّن شخصًا واحدًا ليجمع أجهزة الاتصال اللاسلكي جميعها بمجرد إتمام جهود الاستجابة.]

◀ [اعدّ مخطط إعلام وإجراءات "استدعاء"، كما هو موضح في ملحق الإعلام في الصفحات الآتية. يلزم وجود مخطط إعلام "رئيس" للتأكد من إعلام القادة الذين حددتهم، وعلى كل مسؤول عن مربع سكني وضع مخطط إعلام للمقيمين في منطقته وتحديثه. من الجيد أيضًا تضمين عناوين البريد الإلكتروني.]

◀ [أنشئ قائمة بالمؤهلات المطلوبة لكل منطقة استجابة وعيّن أفرادًا للقيام بهذه الأدوار. على سبيل المثال، ستحتاج منطقة فرز الإصابات والمعالجة إلى أشخاص مدربين على الإسعافات الأولية، وسيحتاج موقع إخلاء الحيوانات إلى شخص للقيام بتسجيل رسمي يشمل مستندات مكتوبة وصورًا. تجب مراجعة الأدوار والتأكيد عليها في كل الاجتماعات الأخرى التي يعقدها أفراد الحي لإضافة أشخاص جدد والحفاظ على الاستعداد لمواجهة الكوارث.]

◀ [اذكر المواقع الرئيسية:]

● مكان تجمع أفراد الحي هو: [ضمّن المنطقة الرئيسية والبدائل عنها]

● منطقة فرز الإصابات هي: [ضمّن المنطقة الرئيسية والبدائل عنها]

● [اذكر المسؤولين الرئيسيين. ضمّن المسؤولين الرئيسيين والبدلاء لكل منصب، ومعلومات الاتصال على مدار الساعة:]

● رئيس موقع الحادث هو:

● المسؤولون عن المربعات السكنية هم:

● قائد عمليات الاتصالات هو:

● قائد الرعاية الجماعية هو:

● قائد المواد والمؤن هو:

● قائد البحث والإنقاذ هو:

● قائد وسائل الانتقال هو:

- ◀ حدد ملاحق الدعم وخطط الأخطار المحددة الواجب إعدادها وإضافتها إلى الخطة الرئيسية في المستقبل (ارجع إلى الصفحتين 94 و95 من دليل الخمس خطوات)
- ◀ صِف الطريقة التي سيتبع أفراد الحي خطتك من خلالها، وسجل الاعتبارات الخاصة في عملية التخطيط. ضمّن توصيات بتدريبات وتمارين معيّنة (مثل أنواع فعاليات التدريب/التمرين، مرات تكراره، وغيرها).
- ◀ صِف الطريقة التي ستشارك بها هذه الخطة (مثل، التوزيع بالتنقل من باب إلى باب أو النشر على موقع ويب، وغيرها).

## الملاحق الوظيفية

[تركز هذه الملاحق على مسؤوليات ومهام وإجراءات محددة. المهمة التخطيطية الأولى شديدة الأهمية هي تحديد الوظائف الضرورية للقيام باستجابة طوارئ ناجحة. هذه الوظائف الجوهرية هي موضوع الملاحق المنفصلة.]

[يجب على المخططين التأكد من التعامل مع المخاوف المحددة الخاصة بالقطاعات السكانية مثل الأطفال والأفراد ذوي الإعاقة وذوي الاحتياجات الخاصة.]

ضمّن المعلومات التي أعددتها كجزء من قسم التدوين كتابة في الخطوة 5 من 5 خطوات لاستعداد الحي. ضع في الحسبان وظائف مثل الاتصالات والبحث والإنقاذ ورعاية الحيوانات وفرز الإصابات والمعالجة. تتوفر أمثلة على الملاحق الوظيفية في الصفحات التالية، في الملحقين 2.أ و 3.أ.]

### أ.1 الاستبيان الخاص بالحي

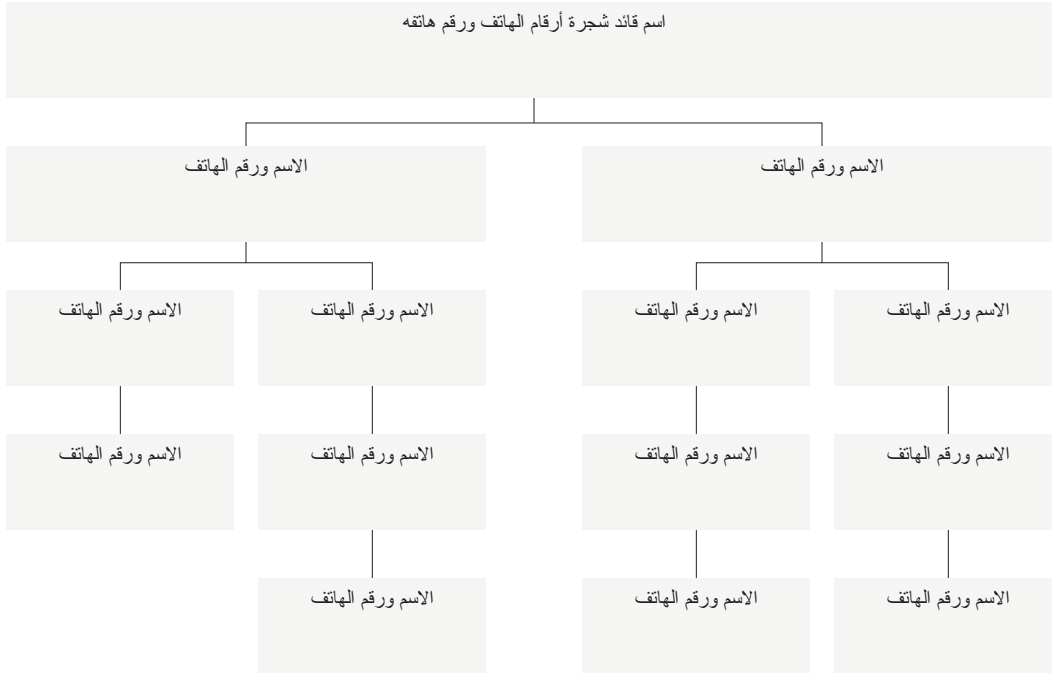
أ.1.1 ملخص نتائج الاستبيان  
 إلخّص نتائج الاستبيان الخاص بالحي الذي تم توزيعه وتم جمعه من المقيمين في الحي. هذا الاستبيان مضمّن في شكل الملحق (و) من هذا المستند.]

### أ.2 ملحق الإعلام

أ.2.1 الغرض  
 الغرض من هذا الملحق هو وضع إطار للطرق التي ستستخدم لإعلام أعضاء المجتمع بالكارثة.

أ.2.2 إجراء الإعلام  
 [حدد بالتفصيل من المسؤول عن الاتصال بمن وطريقة الاتصال والطريقة/الطرق البديلة للاتصال مثل الهاتف و/أو الراديو و/أو التنقل من باب إلى باب.]  
 ضع في الحسبان الآتي:

1. سيبدأ الشخص الموجود في أعلى القائمة عملية الإعلام. قد يكون مفيداً وجود مخطط مختصر يكتمل بالإجراء المحدد.
2. اطلب من الشخص إحضار ورقة وقلم لكتابة التفاصيل.
3. قدّم حقائق عن الحادث.
4. تأكد من حصولك على أرقام الهواتف وترددات أجهزة الاتصال اللاسلكي البديلة حتى تتمكن من الوصول إلى الشخص في حالة وجوده خارج المنزل/المكتب.
5. في حالة عدم تلقي رد من أي شخص، اترك رسالة ثم حاول استخدام طريقة الاتصال البديلة. في حالة استمرار تعذر الاتصال، اتصل بالشخص التالي. تأكد من حصول الجميع على المعلومات في الوقت المناسب.
6. تأكد من اتصالهم بالشخص/الأشخاص التاليين في المخطط.
7. رتب سابقاً مع الأفراد الموجودين بنهاية القائمة للاتصال بالشخص الموجود في أعلى القائمة بمجرد تلقيهم الرسالة. يجب على الشخص الأخير في مخطط الإعلام الاتصال بالشخص الأول لضمان أن المخطط اكتمل وأن الرسالة كانت دقيقة.



ضع في الحسبان توفير قائمة بأرقام الهواتف وترددات أجهزة الاتصال اللاسلكي في هذا الملحق. يجب تحديث أرقام الهواتف بانتظام. يجب أيضًا التمرُّن على عمليات الاستدعاء بانتظام.



### أ.3 ملحق البحث والإنقاذ

#### أ.3.1 الغرض

الغرض من هذا الملحق هو تقديم شرح تفصيلي للإجراءات التي سيتم اتباعها بمجرد تحديد وجود حاجة إلى إجراء مهمة بحث وإنقاذ في المنطقة عقب وقوع كارثة أو حادثة طوارئ.

#### أ.3.2 الإجراءات العامة

إن البحث والإنقاذ نشاطان مختلفان في الواقع. خلال مرحلة البحث، يتفقد الفريق المنطقة بحثاً عن الضحايا. في مرحلة الإنقاذ، يهدف الفريق إلى تحرير الضحايا من محبسهم.

تشمل أهداف البحث والإنقاذ:

- ◀ الحفاظ على سلامة المُنقذ.
  - ◀ إنقاذ أكبر عدد من الأشخاص في أقصر وقت ممكن.
  - ◀ إنقاذ الضحايا المحتجزين في وضع أقل خطورة أولاً.
- إذا كان الحي يحتوي على أفراد مدربين في فريق CERT، فستتولى فرقة CERT مسؤولية بدء إجراءات البحث والإنقاذ وتعيين الفرق للمناطق محددة.

تشمل الإستراتيجيات والموضوعات الرئيسية:

- ◀ الإشارة إلى أن سلامة المُنقذ لها الأولوية.
  - ◀ التنبيه للأخطار.
  - ◀ ارتداء معدات السلامة (القبعات الصلبة، النظارات الواقية، الأحذية المتينة).
  - ◀ عدم دخول مبنى غير ثابت مطلقاً.
- عقب وقوع كارثة أو خلال حالة الطوارئ، سيجتمع فريق CERT أو أي قادة آخرين معينين في مكان تجمع أفراد الحي ويعينون فرق البحث والإنقاذ. يجب أن يصحب كل فريق بحث وإنقاذ عضو أو اثنان من فريق إنقاذ الحيوانات أثناء الكوارث (DART) لضمان إنقاذ الحيوانات ورعايتها. ضع في الحسبان تعيين كاتب لكل فريق بحث وإنقاذ لضمان اكتمال النماذج المناسبة وتوثيق المعلومات المهمة.

#### خطوات بسيطة لإجراء بحث

- ◀ تفقد علامات الأبواب الحمراء والخضراء. تشير العلامات الحمراء إلى أن المقيمين يطلبون المساعدة.
- ◀ استخدم قوائم "الأشخاص المحتاجين إلى المساعدة" التي أنشأها أفراد الحي.
- ◀ أجر تقييمًا أوليًا للأضرار لتحديد المناطق الخطرة ونظم عمليات البحث والإنقاذ حسب الأولوية. يجب على فرق البحث والإنقاذ إعلام الضحايا، الذين يمرون عليهم أثناء تقييم الضرر، بأنهم سيعودون لإنقاذهم.
- ◀ قم بالمناداة. ابدأ بالصياح قائلاً "إذا كنت تستطيع سماع صوتي، فأخرج!"
- ◀ كن منظمًا. استخدم نمط بحث لضمان أن جميع مساحات المبنى تمت تغطيتها. مثال، ابدأ بالبحث في الطابق السفلي واتجه إلى أعلى، أو تحرك من اليمين إلى اليسار عبر المنزل.
- ◀ أنصت بعناية. توقف بشكل متكرر وأنصت إلى الأصوات البشرية أو أصوات الدق.

- ◀ استخدم نظام الرفاق. اعمل بشكل جماعي -- يستطيع اثنان من المنقذين تفقد المبنى بشكل أكثر فاعلية وأمنًا.
- ◀ ضع علامة على المناطق التي تم تفقدها. ضع خطًا واحدًا مائلًا بشكل قطري على الباب أو جواره قبل الدخول على الفور.
- ◀ ضع خطًا مائلًا مقابلًا (لعمل الرمز "X") عند إخراج جميع الساكنين والانتهاء من تفقد هذه المنطقة.
- ◀ وثّق النتائج. احتفظ بسجلات للضحايا الذين تم إخلؤهم والضحايا الذين ما زالوا محتجزين.
- ◀ تتضمن عمليات الإنقاذ الفعالة ثلاث وظائف: (1) إنشاء بيئة إنقاذ آمنة، (2) فرز إصابات الضحايا وضمان استقرار حالتهم، (3) نقل الضحايا إلى منطقة إنقاذ آمنة.

#### خطوات بسيطة لإجراء الإنقاذ

- ◀ اجمع الأدوات والمعدات الضرورية. وهي أي شيء يمكن أن يكون مفيدًا لإزالة البقايا والأجسام الكبيرة.
- ◀ أزل البقايا وارفح الأجسام بعيدًا عن الطريق. ارتدِ قفازات لحماية يديك.
- ◀ انقل الضحايا. سيتمكن بعضهم من الانتقال بأنفسهم بمجرد إخلاء طريق. وسيحتاج البعض الآخر إلى مساعدة.

#### يجب اتباع الإجراءات الآتية بشأن الضحايا المتوفين

- ◀ الضحايا المتوفون الذين يتم العثور عليهم في أماكن الإقامة غير المأهولة يتعين تركهم في أماكنهم، مع وضع علامة على المدخل الأمامي بالمعلومات مثل عدد الضحايا المتوفين والمكان.
- ◀ يجب نقل الضحايا المتوفين في أماكن الإقامة التي ستظل مأهولة إلى منطقة منفصلة عن السكن.
- ◀ يتعين لف الضحايا المتوفين في أغطية بلاستيكية (مثل، قماش واقٍ من الطلاء، أو قماش قنب، وغيرها) مع إحكام غلقه بحبل أو سلك.

## ملاحق الأخطار والتهديدات والحوادث

[تركز محتويات الملاحق الخاصة بالأخطار أو التهديدات أو الحوادث على احتياجات التخطيط المحددة الناشئة عن الخطر المعني. ضمّن المعلومات التي أعددتها كجزء من قسم التدوين كتابة في الخطوة 5 من 5 خطوات لاستعداد الحي. ضع في الحسبان أخطاراً مثل انقطاع التيار الكهربائي أو اندلاع حريق مدمر أو حدوث فيضان أو زلزال أو أي أخطار أخرى تهدد مجتمعك].

الملحق و

# 5 خطوات لاستعداد الحي: الاستبيان الخاص بالحي



هذا النموذج مخصص للاستخدام الخاص غير الحكومي. لا تصل Fairfax County إلى أي معلومات أدخلتها في هذا النموذج أو تجمعها أو تحتفظ بها أو تنشرها. إذا ملأت هذا النموذج إلكترونيًا، فلن يتم حفظ البيانات التي أدخلتها أثناء جلستك الحالية تلقائيًا. إذا كنت بحاجة إلى إيقاف العمل على خطتك، يُرجى التأكد من حفظ عملك. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة لإكمال هذه الخطة، يُرجى الاتصال بمكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County على الرقم +1-571-350-1000.

اسم الحي:

## خطة مواجهة الكوارث للحي

هل أنت مستعد بالفعل؟

سيحدد مدى استعدادنا الآن، قبل وقوع كارثة، ما ستكون عليه حيواتنا بعد وقوعها.

طوّر مكتب إدارة الطوارئ في Fairfax County نموذجًا لخطة مواجهة الكوارث للحي. يُرجى الانضمام إلى جيرانك في كتابة خطة للحي. املا الاستبيان المرفق بحيث يتمكن قادة الحي من معرفة كيفية مساعدة المجتمع في حالة وقوع كارثة.

يُرجى إكمال الاستبيان بحلول:

(التاريخ)

، لجمعه.

سيعود جارك،

(الاسم)

سيتم الحفاظ على سرية المعلومات المقدمة وستستخدم فقط لوضع خطة طوارئ وللرجوع إليها في حالة الطوارئ الفعلية.

## الاستبيان الخاص بالحي

هل أنت مستعد بالفعل؟ سيحدد مدى استعدادنا الآن، قبل وقوع كارثة، ما ستكون عليه حيواتنا بعد وقوعها.

ساعدنا في وضع خطة لمواجهة الكوارث للحي! لإكمال الخطة، نحتاج إلى معرفة المساعدات الإضافية التي قد تحتاج إليها في حالة وقوع كارثة، وما لديك من مهارات ومستلزمات خاصة يمكنها مساعدتنا جميعًا. (يجب على الحي الحفاظ على سرية جميع المعلومات مع استخدامها في خطة مواجهة الكوارث للحي فقط.) يُرجى ملء نموذج واحد لكل منزل أو شركة أو مؤسسة وإعادته إلى جهة اتصال الحي. تقديم هذه المعلومات أمر تطوعي.

### 1. ما اسمك ورقم هاتفك وبريدك الإلكتروني وعنوانك؟

الاسم:

الهاتف المحمول:

هاتف المنزل (اختياري):

البريد الإلكتروني:

العنوان:

ما اسم جهة الاتصال في حالات الطوارئ خارج المنطقة ورقم هاتفها؟

### 2. هل يحتاج أي شخص مقيم في عنوانك إلى خدمات الترجمة؟ إذا كان يحتاج إليها، فما اللغات المطلوبة؟

الإسبانية

الكورية

الماندرين الصينية

أخرى:

### 3. ما الحيوانات التي لديك في هذا العنوان وما عددها؟

|                                |                |                      |
|--------------------------------|----------------|----------------------|
| <input type="checkbox"/> كلاب: | الاسم/الأسماء: | <input type="text"/> |
| <input type="checkbox"/> قطط:  | الاسم/الأسماء: | <input type="text"/> |
| <input type="checkbox"/> طيور: | الاسم/الأسماء: | <input type="text"/> |
| <input type="checkbox"/> أخرى: | الاسم/الأسماء: | <input type="text"/> |

هل الحيوانات تألف البشر؟  نعم/  لا

4. هل يوجد شخص مقيم في عنوانك قد يحتاج إلى بعض المساعدة أثناء الطوارئ مثل أشخاص لديهم أطفال صغار أو أشخاص لديهم قدرة محدودة و/أو منخفضة و/أو عجز عن الرؤية و/أو القراءة و/أو السير و/أو الكلام و/أو السمع و/أو التعلم و/أو التذكر و/أو الفهم و/أو الاستجابة بسرعة؟

5. هل يمتلك أي شخص في عنوانك مهارات أو تدريبات خاصة (مثل خبرة أو تدريب مع Community Emergency Response Team أو Red Cross أو القوات المسلحة أو السلامة العامة أو الرعاية الطبية أو الإسعافات الأولية أو الكهرباء أو السباكة أو خطوط الهاتف أو شركة الغاز أو أنه يتحدث عدة لغات)؟

6. هل تمتلك معدات أو مستلزمات يمكننا استخدامها عند وقوع كارثة؟ إذا كنت تمتلكها، صف النوع والعدد المتاح وعدد الأشخاص الممكن استيعابهم والسائقين (إن أمكن) ومعلومات الاتصال على مدار الساعة.

خلال الكارثة قد لا يكون لديك سوى ثوانٍ معدودات لاتخاذ قرارات هائلة. هل تعلم مكان مستلزمات مواجهة الكارثة الخاصة بك بالفعل؟ إليك بعض الأمثلة على المستلزمات والمواد المتعلقة بمواجهة الكوارث:

### المستندات

- إثبات الشخصية: رخص القيادة، شهادات الميلاد، جوازات السفر، بطاقات الضمان الاجتماعي، معلومات الحساب البنكي، صور حديثة لأفراد العائلة
- وثائق التأمين، ووثائق القروض، الوصايا، الودائع المالية، الشهادات
- قائمة بأفراد العائلة مع معلومات الاتصال (أرقام المنزل والهاتف المحمول والعمل والعنوان). انسخ المستندات المهمة على بطاقة ذاكرة وضعها في مكان آمن

### المستلزمات الطبية

- معلومات موفر الخدمة الطبية
- الأدوية وأوقات احتياجك لتناولها
- ما يكفي سبعة أيام على الأقل من الأدوية الموصوفة طبيًا ونسخ من الوصفات الطبية إن أمكن
- إذا كانت العقاقير تحتاج إلى تبريد أو معاملة خاصة، فضع خططًا خاصة (مثل، كمادات باردة، مبرد ثلج، ثلاجة صغيرة)

### حقيبة الإسعافات الأولية

- ضمادات، شاش، مناديل مبللة، قفازات مطاطية
- كحول تديلك وبيروكسيد الهيدروجين

### للرضع/الأطفال

- حليب أطفال وزجاجات
- حفاظات
- عقاقير
- مستلزمات صحية
- دُمية مألوفة أو كتاب مألوف
- مقعد سيارة

### الأدوات

- كشاف، راديو AM/FM يعمل بالطاقة الشمسية أو ذراع تدوير يدوي
- مصباح يدوي ببطاريات إضافية
- مفتاح لإغلاق الغاز



## المستلزمات

- مال - 100-200 دولار أمريكي على الأقل فئات صغيرة لكل شخص كلما أمكن
- صابون، ورق مرحاض
- فرشاة أسنان/معجون
- حقائب بلاستيكية للقمامة والمواد المخزنة
- مجموعتنا ملابس كاملتان وحذاء لكل شخص
- بطانيات أو حقائب نوم لكل شخص
- نسخة مفاتيح إضافية
- مستلزمات نسائية

## المياه والطعام

- المياه- جالون واحد (3.8 لترات) لكل شخص كل يوم بما يشمل الرضع والأطفال (مستلزمات تكفي أسبوعاً عليها بطاقة تاريخ انتهاء الصلاحية)
- أطعمة غير قابلة للفساد لا تحتاج إلى مبرد أو إعداد/طهي وتحتاج إلى قليل من المياه أو لا تحتاج
- طعام إضافي (تذكر احتياجات الأنظمة الغذائية الخاصة)

## الإعاقة أو الحركة المحدودة

- إذا كنت شخصاً ذا إعاقة أو لديك إعاقة حسية أو إدراكية أو قدرة محدودة على الحركة، فتأكد أن حقيبة مستلزمات الطوارئ تتضمن عناصر خاصة باحتياجاتك مع وجود قائمة بالآتي:
- معدات تكيفية أو داعمة وبطاريات إضافية
- تعليمات حول كيفية تشغيل أي معدات خاصة

## للحيوانات الأليفة/حيوانات الخدمة

- بطاقات البيانات
- طعام ومياه إضافيان
- مستلزمات تنظيف
- أدوية
- حقيبة نقل (واحدة لكل حيوان)
- مقود

نصيحة: أغلق صمامات المياه والغاز الرئيسية حسبما يتطلب الأمر عقب حدوث كارثة. لا تغلق الغاز ما لم تشم رائحته. أغلق الغاز من خلال لف الصمام ليصبح "القضيب" عمودياً على أنبوب الغاز. حافظ على اتصال المفتاح بمقياس الغاز واعرف موقع صمامات إغلاق المياه.

الملحق ز

## القائمة المرجعية لحقيبة مستلزمات الطوارئ



## القائمة المرجعية لحقيبة مستلزمات الطوارئ في FAIRFAX COUNTY

### تجهيز حقيبة مستلزمات الطوارئ - كيفية ترتيب حقيبة مستلزمات الطوارئ

- جهّز العديد من حقائب مستلزمات الطوارئ - في مكان الاحتماء/حقيبة التنقل/المركبة/العمل
- احتفظ بالأجهزة الإلكترونية مشحونة و جهّز شواحن احتياطية للأجهزة الإلكترونية
- ضع مستلزمات تكفي ثلاثة أيام على الأقل في حالة الطوارئ
- تفقد حقيبة المستلزمات الخاصة بك كل 6 أشهر
- ضع نسخاً من السجلات المهمة للعائلة: بطاقات الهوية وإثبات مكان الإقامة ومعلومات التأمين والمعلومات الطبية والمالية

### عناصر حقيبة مستلزمات الطوارئ الأساسية

- مياه/طعام معلب/فتاحة/علب/وجبات خفيفة
- مستلزمات النظافة الشخصية
- أكياس قمامة/قفازات/أدوات
- راديو للطقس يعمل بالبطارية/بطاريات
- بطانيات
- حقيبة إسعافات أولية/قناع واق
- عقاقير/نظارات/عدسات لاصقة
- حقيبة ظهر
- المستندات المهمة لعائلتك
- قائمة بجهات اتصال العائلة
- خريطة للمنطقة المحيطة
- شاحن شمسي للأجهزة
- مصباح يدوي
- خريطة للمنطقة المحيطة
- أوراق/قلم
- مناديل ورقية/مناديل مبللة مضادة للبكتيريا/معقم للأيدي

### الرضع/الأطفال الصغار

- حليب أطفال/زجاجات/لهائيات
- طعام/وجبات خفيفة/طعام أطفال
- أدوات طعام/أوعية/كوب ارتشاف
- حفاضات/مناديل مبللة/كريم حفاض
- عقاقير
- ملابس/جوارب/بطانيات
- أنشطة/العاب
- حمالة رضع/عربة أطفال

### سن ما قبل الروضة/سن المدرسة

- حليب/عصير/طعام/وجبات خفيفة/طعام أطفال
- أدوات طعام/أوعية/كوب ارتشاف
- عقاقير
- ملابس/جوارب/بطانيات
- العاب/حيوانات محشوة/كتب/العاب

### الأفراد ذوو الاحتياجات الخاصة

- التعليمات/التقنيات المساعدة
- معدات طبية احتياطية
- معلومات عن الحالة الصحية/العقاقير
- معلومات مقدم الرعاية

### الحيوانات الأليفة وحيوانات الخدمة

- بطاقات/مقود/حقيبة حمل
- عقاقير/سجلات الطبيب البيطري/معلومات الاتصال بالطبيب البيطري
- صور الحيوانات الأليفة
- مياه/طعام/وجبات خفيفة
- العاب/بطانيات

### مستلزمات السيارة

- عناصر حقيبة مستلزمات الطوارئ الأساسية
- كبلات توصيل/أدوات/مصباح يدوي
- إشارات ضوئية/مكشّطة جليد
- شاحن سيارة
- خرائط/حقيبة الإسعافات الأولية
- عباءة مطر/بطانية/أجهزة تدفئة للأيدي