

County of Orange Health Care Agency



كيفية إعداد مجموعة أدوات الطوارئ



خدمات الصحة السلوكية الاستجابة للكوارث

405 W. 5th Street, Suite 550
Santa Ana, CA 92701

<http://ohealthinfo.com/bhs>

County of Orange Health Care Agency



المصادر

OC Links

(855) 625-4657 أو (855) OC-Links
رقم الاتصال الخاص بالصم: (714) 834-2332
www.ohealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/
الاثنين - الجمعة، من الساعة 8:00 صباحًا حتى الساعة 6:00 مساءً.

فريق التقييم المركزي

(التقييم النفسي في حالة الطوارئ)
(866) 830-6011
7 أيام في الأسبوع، 24 ساعة في اليوم

منع الانتحار على مدار 24 ساعة

(877) 727-4747 أو (877) 7 CRISIS
www.suicidepreventionlifeline.org/

SAMHSA

خط مساعدة المتضررين من الكوارث المتاح 24 ساعة
يوميًا، 7 أيام أسبوعيًا
800-985-5990 أو
تواصل معنا نصيًا على رقم 66746
www.disasterdistress.samhsa.gov/

خط استعلامات Orange County

اتصل على 211
Www.211OC.org

County of Orange Health Care Agency خدمات الصحة السلوكية الاستجابة للكوارث

405 W. 5th Street, Suite 550
Santa Ana, CA 92701

<http://ohealthinfo.com/bhs>

وثائق الطوارئ

فيما يلي قائمة بوثائق
الطوارئ التي قد ترغب في الإطلاع عليها
بسهولة في حالة الطوارئ:

- قائمة الاتصال في حالات الطوارئ
- خطة الطوارئ الخاصة بالأسرة
- رخص القيادة / بطاقات الهوية
- جوازات السفر
- شهادات الميلاد
- بطاقات الضمان الاجتماعي
- السجلات الطبية
- معلومات الاتصال بمقدمي الخدمات الصحية الطبية أو النفسية
- الوصفات الطبية
- سجلات التحصين
- بطاقات التأمين
- البيانات المصرفية
- بطاقات الائتمان
- يرجى زيارة الروابط الواردة في هذا الكتيب للحصول على قائمة أكثر شمولاً.

اعتبارات إضافية

- إذا كنت تعاني أنت أو شخص قريب منك من إعاقة أو من احتياجات الوصول والاحتياجات الوظيفية الأخرى قد تكون بحاجة إلى تضمين الأشياء الإضافية التالية مع أدوات الطوارئ:
- قوائم أدوية ووصفات طبية تشمل الجرعات والعلاج ومعلومات الحساسية
- أدوية إضافية
- بطاريات وأجهزة شحن للأجهزة التقنية المساعدة
- معلومات طبية صحية تتضمن بعض التفاصيل حول الإعاقة وأجهزة تقنية مساعدة ومعدات طبية قوية

عناصر إضافية يراعى إضافتها

عندما تنتهي من تجميع أدوات الطوارئ الأساسية، قد تحتاج أيضاً إلى مراعاة إضافة الأشياء التالية:

- أدوية بتذكرة طبية ونظارات
- حليب وحفاضات للأطفال
- طعام للحيوانات الأليفة ومياه إضافية لها
- الوثائق العائلية المهمة، بما في ذلك خطة طوارئ العائلة في حافظة محمولة مقاومة للماء
- عملات نقدية (بما في ذلك عملة من فئات صغيرة) وفكة.
- كيس نوم أو بطانية دافئة لكل شخص. مراعاة إعداد فراش إضافي إذا كنت تعيش في مناخ بارد.
- غيار ملابس كامل لكل شخص بما في ذلك قميص طويل الأكمام وسراويل طويلة وأحذية متينة.
- ومراعاة إضافة مزيد من الملابس إذا كنت تعيش في مناخ بارد.
- كلور تبييض منزلي وقطارة دواء – عند تخفيف سائل التبييض بنسبة تسعة أجزاء من الماء مقابل جزء واحد من سائل التبييض يمكن استخدام سائل التبييض كمطهر. وفي حالات الطوارئ، يمكن استخدامه لمعالجة المياه باستخدام 16 قطرة من سائل التبييض المنزلي العادي لكل جالون مياه. ويحظر استخدام سائل التبييض المعطر أو المحافظ على الألوان مع إضافات منظفة.
- طفاية حريق.
- كبريت في علبة مضادة للماء.
- أدوات متعددة الأغراض
- مستلزمات نظافة شخصية، بما في ذلك المستلزمات النسائية
- أكواب وأطباق ورقية وحاويات بلاستيكية ومناشف ورقية
- ورق، أقلام رصاص، أقلام حبر
- أدوات تسلية الأطفال التي لا تتطلب كهرباء (الكتب والألعاب والألغاز)
- أدوات توفير الراحة لك ولأحبائك (يفضل أن تكون خفيفة الوزن وصغيرة الحجم)

العناصر الموصى بتضمينها

طوال حملة الاستعداد توصي وزارة الأمن الداخلي للولايات المتحدة أن يكون لديك العناصر التالية في أدوات الطوارئ الأساسية:

- مياه، جالون من المياه لكل شخص يوماً لمدة ثلاثة أيام على الأقل، للشرب وقضاء الحاجة.
 - طعام، مؤن تكفي لثلاثة أيام على الأقل من المواد الغذائية غير القابلة للتلف.
 - جهاز راديو ببطارية مشحونة بالطاقة أو بمدور يدوي، وجهاز راديو طقس NOAA بنغمة تنبيه وبطاريات إضافية لكل واحد منهما.
 - مصباح يدوي وبطاريات إضافية
 - إسعافات أولية.
 - صافرة لطلب المساعدة
 - قناع للغبار للمساعدة على تنقية الهواء الملوث وأغطية بلاستيكية وشريط لاصق للاحتماء في المكان.
 - مناشف رطبة وأكياس قمامة وأربطة بلاستيكية لقضاء الحاجة الشخصية.
 - مفتاح ربط أو زرادية لإيقاف تشغيل المرافق.
 - فتاحة علب (إذا كانت المجموعة تحتوي على مواد غذائية معلبة)
 - خرائط محلية
 - هاتف خلوي وأجهزة شحن كهربائية أو محمول أو شاحن بالطاقة الشمسية
- اجعل هدفك هو تجميع بعضاً من المواد بين الحين والآخر و قبل ان تدري ستجد أنه قد تم استكمال ادوات الطوارئ!
- *تذكر أن بعض المواد، كالأغذية المعلبة والأدوية وأغذية الحيوانات الأليفة لها تواريخ محددة لانتهاء الصلاحية ويلزم استبدالها إذا لم يتم استخدامها في الإطار الزمني المحدد.

County of Orange

خدمات الصحة السلوكية



بيان المهمة

السعي لجعل مقاطعة أورانج مكاناً آمناً وصحياً للعيش والعمل واللعب للأجيال الحالية والقادمة من خلال توفير خدمات عامة إقليمية متميزة وفعالة من حيث التكلفة.

كيف تعد مجموعة أدوات الطوارئ؟

في حال حدوث حالة طارئة يُوصى بأن يكون في متناول الأفراد بعض الإمدادات الأساسية التي تمكنهم من البقاء على قيد الحياة لمدة ثلاثة أيام على الأقل. وعلى الرغم من أن هذا الكتيب سوف يسرد الإمدادات الأساسية لأدوات الطوارئ فإنه من المهم أن نأخذ في الاعتبار أنه بناء على المكان الذي تعيش فيه والاحتياجات الفريدة لعائلتك قد تحتاج إلى النظر في إضافة المزيد من العناصر. وبالإضافة إلى ذلك ينبغي على كل شخص أن يراعى وجود مجموعتين على الأقل من أدوات الطوارئ التي يمكن الوصول إليها بسهولة، واحدة في المنزل وواحدة في العمل أو السيارة.

يعتبر تجهيز أدوات الطوارئ أحد الخطوات التي توصي باتخاذها وزارة الأمن الداخلي للولايات المتحدة للتصدي للكوارث. وبالإضافة إلى ذلك فإنها توصي بوضع خطة طوارئ للأسرة والإطلاع على مختلف أنواع حالات الطوارئ التي يحتمل وقوعها في منطقتك والإجراءات المناسبة للتصدي لها.

روابط إلكترونية

تقدم المواقع الإلكترونية التالية المعلومات الواردة في هذا الكتيب وبها العديد من المصادر الإضافية الخاصة بالاستعداد للطوارئ:

www.ready.gov/kit

www.readyoc.org/prepare/kit.html

www.readyoc.org/prepare/disabilities.html