

County of Orange Health Care Agency



حوادث الهجوم المسلح



خدمات الصحة السلوكية الاستجابة للكوارث

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

<http://ochealthinfo.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.ochealthinfo.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/

خط مساعدة المرضى العقلين لتحالف NAMI

دعم لغير الأزمات

(877) 910-9276 أو (877) 910 WARM
www.namio.org

الاثنين - الجمعة، من الساعة 9:00 صباحًا حتى الساعة 3:00 صباحًا

السبت - الأحد، من الساعة 10:00 صباحًا حتى الساعة 3:00 صباحًا

County of Orange Health Care Agency خدمات الصحة السلوكية الاستجابة للكوارث

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

<http://ochealthinfo.com/bhs>

التعافي

تستغرق عملية التعافي من الأحداث الصادمة وقتًا طويلًا، وتكون عملية صعبة. كما أن ردود الفعل تجاه الأحداث الصادمة تختلف من شخص لآخر. فلا أحد يتفاعل بطريقة صحيحة أو خاطئة، بل يتفاعل بشكل مختلف فقط. ومن ضمن الإجراءات التي تساعدك في عملية التعافي عدم توقع الكثير من نفسك ومن الآخرين.

ردود الفعل تجاه الاضطرابات الصادمة:

- الصدمة وفقدان الحس
- الانفعالات الشديدة
- الخوف
- الشعور بالذنب
- الغضب والاستياء
- الاكتئاب والوحدة
- العزلة
- أعراض الضيق الجسدية
- الذعر
- عدم القدرة على استئناف الأنشطة العادية
- ردود الفعل المتأخرة

أفكار التأقلم العملية:

- حاول التنفس طبيعياً.
- تأخير اتخاذ القرارات الرئيسية.
- تبسيط الحياة لفترة من الوقت.
- الاهتمام بالعقل والجسد.
- تجنب استخدام الكحول والمخدرات الأخرى.
- الاحتفاظ برقم هاتف صديق قريب للاتصال به عند الشعور بالقهر.
- طلب المساعدة.
- التفكير في الأشياء التي تعطيك الأمل.
- الرجوع الى نمط الحياة المعتاد على قدر الإمكان.
- الاعتماد على أشخاص موثوق بهم والتحدث إليهم.

حوادث الهجوم المسلح

لدى وصول المكلفين بإنفاذ القانون، ينبغي مراعاة ما يلي:

- التزام الهدوء وإتباع التعليمات.
- إسقاط الأشياء التي تمسكها بيديك (مثل: الحقائب و الهواتف).
- رفع اليدين وتفريغ الأصابع.
- إظهار اليدين طوال الوقت.
- تجنب الحركات السريعة نحو الضباط، كالتمسك بهم من أجل السلامة.
- تجنب الإشارة والصراخ والصياح.
- عدم طرح أسئلة أثناء عملية الإخلاء.
- معرفة أن مساعدة المصابين في طريقها إليهم.

لن يتولى الضباط الأوائل الذين يصلون إلى موقع الحادث مهمة مساعدة الجرحى، بل سيتولواها فرق إنقاذ أخرى تأتي بعدهم لتتولى علاج الجرحى ونقلهم.

وبمجرد وصولك إلى مكان آمن سيتم احتجازك في هذا المكان من قبل المكلفين بإنفاذ القانون حتى تتم السيطرة على الوضع ويتم تحديد جميع الشهود واستجوابهم، فلا تترك المكان حتى يخبرك المكلفون بإنفاذ القانون بتركه.

الممارسات الجيدة للتعامل مع حوادث الهجوم المسلح:

- التعرف على البيئة وأية أخطار محتملة.
- التعرف على اثنين من أقرب المخارج في أي منشأة تقوم بزيارتها.
- الاتصال برقم 911 عند الشعور بالأمان.

لمزيد من المعلومات حول حوادث الهجوم المسلح والتعامل معها يرجى زيارة المواقع الإلكترونية التالية:

www.dhs.com
www.fbi.gov
www.samhsa.com

الركض. الاختباء. المقومة.

عندما يكون مطلق النار بالقرب منك يجب أن تكون مستعدًا ذهنيًا وبدنيًا للتعامل مع الوضع.

لديك ثلاثة خيارات:

(1) الركض.

- وضع خطة طريق هروب في الاعتبار.
- ترك الأمتعة وراءك.
- إخلاء المكان بغض النظر عما إذا كان الآخرون يوافقون على إتباعك أم لا.
- مساعدة الآخرين على الهروب، إن أمكن.
- عدم محاولة نقل الجرحى.
- منع الآخرين من دخول المنطقة التي قد يتواجد بها عمليات إطلاق نشط.
- إظهار اليدين.
- الاتصال برقم 911 عند الشعور بالأمان.

(2) الاختباء.

- الاختباء في منطقة بعيدة عن مرأى مطلق النار.
- قفل الباب أو منع الدخول إلى مكان الاختباء.
- ضبط الهاتف الخليوي على الوضع الصامت (إيقاف وضع الاهتزاز) والتزام الهدوء.

(3) المقومة.

- المقاومة كخيار أخير عندما تكون حياتك في خطر وشيك فقط.
- محاولة شل قدرات مطلق النار.
- العمل على إلحاق الكثير من الأضرار الجسدية بمطلق النار بقدر الإمكان.
- ابتكار أسلحة بديلة أو رمي أية عناصر على مطلق النار.
- الاستمرار فيما تفعله... فحياتك مرهونة بذلك.

www.fbi.gov/about-us/office-of-partner-engagement/active-shooter-incidents/active-shooter-event-quick-reference-guide-04-29-14/view

بيان المهمة

السعي لجعل مقاطعة أورانج مكانًا آمنًا وصحيًا للعيش والعمل واللعب للأجيال الحالية والقادمة من خلال توفير خدمات عامة إقليمية متميزة وفعالة من حيث التكلفة.

حوادث الهجوم المسلح

مطلق النار هو الشخص المتورط في قتل أو محاولة قتل أشخاص آخرين في منطقة مأهولة بالسكان.

- يتم اختيار الضحايا عشوائيًا.
- لا يمكن التنبؤ بالحدث ويتطور بسرعة.
- يمكن إنقاذ الأرواح عن طريق معرفة ما يجب القيام به في هذه الحالة.

المعلومات الواجب تقديمها لمشغلي رقم 911:

- مكان مطلق النار.
- عدد مطلقي النار.
- الوصف المادي لمطلقي النار.
- عدد ونوع الأسلحة التي يستخدمها مطلق النار.
- عدد الضحايا المحتملين في الموقع.

التعرف على العنف المحتمل في مكان العمل:

قد يكون مطلق النار في مكان العمل موظفًا حاليًا أو سابقًا أو شخصًا تربطه علاقة بموظف حالي أو سابق. وقد يلاحظ المديرين وزملاء العمل أقوياء البديهة سمات سلوك العنف المحتمل في هذا الموظف. ومن هنا ينبغي لك تنبيه إدارة الموارد البشرية إذا كنت تعتقد بأن موظفًا أو زميل عمل يظهر سلوك عنف محتمل.

www.fbi.gov/stats-services/victim_assistance/brochures-handouts/cope_terror.pdf

www.dhs.gov/sites/default/files/publications/active-shooter-how-to-respond-508.pdf