



## قائمة مراجعة حقيبة مستلزمات الطوارئ

ابدأ بحقيبة مستلزمات الطوارئ الأساسية. أضف إليها ما تحتاجه. اجعلها مناسبة لاحتياجاتك الخاصة. أضف إليها المستلزمات التي تسهل عليك البقاء في المنزل دون ماء أو كهرباء، والمستلزمات التي تُمكنك من مغادرة المنزل بسرعة. احتفظ بالحقيبة في موضع جاف يسهل الوصول إليه. تفقد الحقيبة كل ٦ أشهر لاستبدال المستلزمات القديمة أو الموسمية.

## مستلزمات البقاء في المنزل أو مغادرته

معلومات متعلقة بجهات الاتصال في حالات الطوارئ

نسخ من وثائق مهمة

أدوية موصوفة طبيًا ونظارة طبية

شاحن للهاتف وحزمة بطاريات

نقود أو شيكات السفر

أغطية للوجه

صافرة لطلب المساعدة

حفاضات، ومناديل مبللة، وطعام وحليب للأطفال، إن لزم الأمر

طعام الحيوانات الأليفة، ومستلزماتها، وسجلات اللقاحات الخاصة بها، وشاراتها، وصندوق خاص بها، إن لزم الأمر

## مستلزمات البقاء في المنزل

(ملازمة المكان، أو الحجر الصحي، أو العزل)

مياه للشرب (غالون واحد (٣,٧٨ لتر) لكل شخص في اليوم الواحد ولمدة ٣ أيام)

الأغذية المعلبة والأغذية غير المعرضة للتلف

فتاحة علب يدوية

مصباح يدوي أو فانوس مع بطاريات إضافية

عدّة الإسعافات الأولية وترموتر

راديو (يعمل بالبطارية أو بذراع تدوير يدوي) مع توفير بطاريات إضافية

أعواد ثقاب في حاوية مقاومة للماء

منظف أو مطهر منزلي

## مستلزمات مغادرة المنزل (الإخلاء)

غيار من الملابس وحذاء متين (لكل شخص)

أدوات اتصال، إن لزم الأمر

معدات طبية، إن لزم الأمر

لوازم النظافة الشخصية

حقيبة نوم أو بطانية (لكل شخص)

## جهات الاتصال العائلية

### محليًا

الاسم: \_\_\_\_\_

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

عنوان البريد الإلكتروني: \_\_\_\_\_

### خارج الولاية

الاسم: \_\_\_\_\_

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

عنوان البريد الإلكتروني: \_\_\_\_\_

### أماكن تجمع عائلتنا

بالقرب من منزلنا: \_\_\_\_\_

خارج حيننا: \_\_\_\_\_



## معلومات عائلية مهمة

املاً هذه الخانات بالمعلومات التالية عن كل شخص يعيش في منزلك وحثّها إن لزم الأمر. احتفظ بهذه المعلومات في كل الأماكن التي قد تحتاجها فيها.

الاسم:

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

عنوان العمل/المدرسة: \_\_\_\_\_

موقع الإخلاء: \_\_\_\_\_

المساعدة اللازمة: \_\_\_\_\_

معلومات طبية: \_\_\_\_\_

الاسم:

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

عنوان العمل/المدرسة: \_\_\_\_\_

موقع الإخلاء: \_\_\_\_\_

المساعدة اللازمة: \_\_\_\_\_

معلومات طبية: \_\_\_\_\_

الاسم:

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

عنوان العمل/المدرسة: \_\_\_\_\_

موقع الإخلاء: \_\_\_\_\_

المساعدة اللازمة: \_\_\_\_\_

معلومات طبية: \_\_\_\_\_



## خطة العمل العائلية في حالات الطوارئ

- اكتب قائمة جهات اتصال لكل من يعيش في منزلك. دوّن فيها أرقام أماكن العمل، والمدرسة، والهواتف المحمولة.
- اختر صديقاً يعيش خارج ولايتك وآخر يعيش بالقرب منك كجهتي اتصال عائلتيين.
- ضع خطة إخلاء واختر مكاناً قريباً من منزلك وآخر خارج حيك لتجتمع فيه مع عائلتك.
- اكتشف كيف ستتعامل مدارس أطفالك مع حالات الطوارئ. اسأل أين سيذهب الطلاب في حال حدوث إخلاء للمدرسة، وكيف ستخبرك المدرسة بذلك، وكيف ستلتقي بطفلك.
- شغّل تنبيهات الطوارئ على هاتفك والأجهزة الأخرى.
- راجع خطة الاستعداد للطوارئ في مدينتك/بلدتك.
- ابدأ بحقيبة مستلزمات الطوارئ. أضف إليها ما ستحتاجه.