



هل
أنت
مستعد
للحالات
الطارئة
؟

كيف تستعدّ لمواجهة الحالات الطارئة

في الحالات الطارئة، كهبوب عاصفة شتوية قوية، أو وقوع إعصار أو حريق، يجب أن تكون مستعداً لمواجهةها وتدبير أمورك، خلال الـ 72 ساعة الأولى على الأقل.

اتبع الخطوات الثلاث التالية لمساعدتك على الاستعداد:

- 1 حدّد المخاطر
- 2 ضع خطة
- 3 جهّز عدّة الطوارئ

لا يمكن التنبؤ أبداً بموعد حدوث الحالات الطارئة

1

حدّد المخاطر

سوف تكون مستعداً لمواجهة الحالات الطارئة بشكل أفضل إذا ما تمكنت من تحديد المخاطر. فبعض المخاطر تكون موسمية، كالعواصف الشتوية، والفيضانات، وحرائق الغابات والأعاصير، في حين تشمل المخاطر الأخرى الحرائق المنزلية، تسرب أو إراقة المواد الكيميائية، أو حوادث السير. يمكن لهذه المخاطر أن ترغمك على ملازمة منزلك من دون تدفئة أو إنارة أو مياه جارية أو وسيلة لطهي الطعام.

عليك أن تطرح على نفسك بعضاً من الأسئلة ومنها كم من الوقت يمكنك البقاء من دون كهرباء أو مياه جارية؟ هل ستحتاج إلى أدوية إضافية؟

قد تضطر في بعض الأحيان إلى مغادرة المنزل على عجل.

في حال طلبت منك السلطات إخلاء المنزل أو أصدرت أمراً بإخلاء منطقتك، فهذا يعني أنه عليك مغادرة المنزل في الحال لأن البقاء فيه قد يشكل خطراً عليك.

2

ضع خطة

تُسهّم الخطط الموضوعة مسبقاً في مساعدتك ومساعدة أفراد أسرتك على مواجهة الحالات الطارئة. تحدّد الخطة الجيدة أماكن الأشياء التي تحتاج إليها وما يُفترض بك القيام به في حال وقوع طارئ.

إحرص على إنشاء شبكة دعم شخصية
هي عبارة عن فريق يضم ما لا يقلّ عن ثلاثة أشخاص تثق بهم لمساعدتك في الحالات الطارئة.

- اسأل الأشخاص ما إذا كانوا على استعداد لمساعدتك في الحالات الطارئة. اعطهم أرقام الاتصال المهمة كرقم هاتفك المحمول، ورقم هاتفك في المنزل أو المكتب أو المدرسة.
- أطلع هؤلاء الأشخاص على المكان الذي تحتفظ فيه بعدّة الطوارئ، كما اعط أحدهم نسخة عن مفتاح منزلك.
- اختر شخصاً من خارج المنطقة التي تقيم فيها لأنه من المحتمل ألا يكون متضرراً من الحالة الطارئة نفسها.

دوّن المعلومات التالية في خطتك:

- أماكن تواجد مطفأة الحريق، صمام المياه الرئيسي، علبة توصيلات الكهرباء، صمام إقفال الغاز، وبالوعة تصريف الماء في الأرض
- تفاصيل الاتصال بالأصدقاء وأفراد الأسرة
- خطط الاعتناء بالحيوانات الأليفة
- معلومات عن حاجاتك الصحية الخاصة
- تعليمات وتفاصيل الاتصال بشبكة الدعم الشخصية.

احتفظ بنسخة عن خطتك في عدّة الطوارئ، في المنزل، في السيارة، وفي المكتب.

3

جَهْزُ عِدَّةِ الطَوَارِيءِ

يجب أن تتضمن عدّة الطوارئ كل ما يلزمك للحفاظ على صحة أفراد أسرتك لمدة 72 ساعة على الأقل، كما يجب أن تكون سهلة الحمل. تفقّد عدّة الطوارئ مرة في السنة واستبدل الأغراض التي تنتهي صلاحيتها.

ضع الأغراض التالية في عدّة الطوارئ:

- خطة الطوارئ الخاصة بك
- ما لا يقل عن 6 لترات من الماء لكل فرد (لتران في اليوم)
- أطعمة غير قابلة للتلف، كالمأكولات المعلّبة أو المجففة
- فتاحة علب يدوية
- لوازم الإسعافات الأولية
- الأدوية الموصوفة بما يكفي لثلاثة أيام على الأقل
- مصباح جيب يعمل بالزنبرك أو على البطارية
- راديو يعمل بالزنبرك أو على البطارية
- مفاتيح إضافية للمنزل والسيارة
- أوراق نقدية صغيرة
- نسخ عن الوثائق المهمة كرخصة القيادة، شهادة الميلاد، وثائق الإقامة، الجنسية، وبوالص التأمين.

احرص على ملء خزان الوقود في سيارتك وشحن هاتفك المحمول، إذ لا يمكنك التنبؤ أبداً بموعد حدوث الحالات الطارئة.

أرقام هامة أخرى

911 الحالات الطارئة

اتصل بهذا الرقم إذا احتجت إلى مساعدة فورية للحفاظ على سلامتك أو سلامة ممتلكاتك.

811 المعلومات الصحية

اتصل بهذا الرقم للحصول على المشورة الصحية وراحة البال.

511 حال الطرقات

اتصل بهذا الرقم للحصول على معلومات عن حال الطرق في المقاطعة فحسب.

311 معلومات عن هاليفاكس

اتصل بهذا الرقم للحصول على معلومات عن البرامج والخدمات المتوفرة في هاليفاكس.

211 معلومات عن البرامج والخدمات

اتصل بهذا الرقم للحصول على معلومات عن البرامج والخدمات غير الربحية، المجتمعية منها والحكومية، بما في ذلك معلومات عن كيفية الاستعداد لمواجهة الحالات الطارئة. يرجى زيارة موقع ns.211.ca للحصول على قائمة كاملة بالخدمات.

أرقام هامة أخرى

انقطاع التيار الكهربائي:

1-877-428-6004

انقطاع خدمات شركة بيل ألابنت:

611 أو 1-800-663-2600

انقطاع خدمات شركة إيست لينك:

1-888-345-1111

سلامة مياه الشفة:

1-877-936-8476

سلامة الغذاء:

1-877-252-FOOD (3663)

هل لديك التغطية التأمينية التي تحتاج إليها؟

ضع قائمة بجميع الأغراض الموجودة في منزلك بما في ذلك صور وتسجيلات فيديو عن الأثاث والمحتويات الأخرى المتوفرة في كل من الغرف وذلك في حال اضطرت إلى المطالبة بتعويض الأضرار التي قد تنجم عن الحالة الطارئة.

للمزيد من المعلومات، اتصل بشركة التأمين أو اتصل بالرقم التالي:

مكتب كندا للتأمين:

1-844-227-5422 x 228

ibc.ca

IBC  BAC

احتفظ بالمعلومات التالية في عدّة الطوارئ:

- قائمة بالأشخاص الواردين في شبكة الدعم الخاصة بك، بما في ذلك أسمائهم،
- صلتهم بك، العنوان، رقم الهاتف وأرقام الهاتف المحمول
- اسم طبيب العائلة ورقم هاتفه
- قائمة بالأدوية الموصوفة. دوّن رقم الوصفة والغاية منها
- اسم وموقع الصيدلية التي تتعامل معها
- الأجهزة الخاصة التي تستخدمها
- الحساسيات
- الاحتياجات الخاصة
- رعاية الحيوان الأليف

للمزيد من المعلومات، يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني التالي

www.novascotia.ca/emo



72 ساعة



مكتب إدارة الطوارئ
نوفاسكوشا