

do 1 thing

تتمثل مهمة برنامج Do 1 Thing في حث الأفراد والعائلات والشركات والمجتمعات على الاستعداد لكل المخاطر والتكيف مع الكوارث.

الهدف: التخطيط لما يجب فعله في حالة الطوارئ أو وقوع كارثة.



وضع خطة

تقلب الكوارث الأمور رأسًا على عقب. فعند حدوث حالة الطوارئ قد يكون عليك أن تقرر ما يجب فعله سريعًا جدًا بينما تشعر بالقلق الشديد تجاه ما قد يحدث. لذا فإن التخطيط المسبق يساعد على اتخاذ القرارات السليمة عند حدوث الأسوأ.

اختر موضوعًا من الموضوعات التالية للقيام به هذا الشهر لتكون أفضل استعدادًا:

التعرف على الكوارث التي يمكن أن تحدث في منطقتك ثم تحديد ما ستفعله عند حدوث إحدى الكوارث.

من المهم أن تعرف أي أنواع الكوارث التي يمكن أن تحدث في المكان حيث تقيم. هل منزلك يقع في مسار الفيضان؟ هل أنت في منطقة يحدث فيها الزلازل؟ ما أكثر الأوقات التي من المرجح حدوث أعاصير أثناءها؟ تساعدك معرفة أي من الكوارث يمكن حدوثها على كيفية الاستعداد لها وما يجب فعله. اتصل بالصليب الأحمر الأمريكي في منطقتك أو مكتب إدارة الطوارئ لمعرفة المزيد حول الكوارث التي يمكن حدوثها في المنطقة حيث تقيم.

اجتمع مع أفراد أسرتك أو عائلتك. وناقش كيفية الاستعداد والتعامل مع الطوارئ التي من الأرجح حدوثها في المكان الذي تعيش وتتعلم وتعمل وتلعب فيه. حدد مسؤوليات كل فرد من أفراد المنزل وخطط للعمل معًا كفريق. وإذا كان أحد أفراد العائلة في الخدمة العسكرية، خطط لما ستفعله في حالة نشر القوات العسكرية.

التحدث عن الكوارث

يمكن أن يكون الحديث عن الكوارث أمرًا مثيرًا للقلق، خاصة بالنسبة للأطفال أو لشخص يجد صعوبة في التأقلم مع الحياة اليومية. كن واضحًا وإيجابيًا. فعادةً ما يسبب المجهول الشعور بالقلق أكثر من معرفة الحقائق. لذا استمع لما سيقوله هذا الشخص وتعرف على ما يشعر به وما قد يكون خائفًا منه. وقد يشعر كبار السن وذوو الإعاقة بالقلق من طلب المساعدة أثناء حدوث كارثة مما سيحرمهم من استقلالهم. تحدث عن الخيارات المختلفة لطلب المساعدة ثم ضع خطة معهم.

□ اتخاذ الإجراءات الآن لتجنب تدمير منزلك أثناء وقوع الكارثة.

بمجرد أن تتعرف على الكوارث التي يمكن أن تحدث في مجتمعك، ستكون هناك أشياء يمكنك القيام بها لتقليل خطر حدوث إصابة أو تدمير الممتلكات. وإليك بعض الاقتراحات.

الإعصار - اعمل على إنشاء غرفة آمنة محصنة ضد الأعاصير في منزلك أو أضف حماية إضافية للغرفة الموجودة للحفاظ على سلامة عائلتك خلال حدوث الإعصار. ابحث عن منشور الوكالة الفيدرالية لإدارة الطوارئ (FEMA) 320 لمزيد من المعلومات.

الإعصار الاستوائي - قم بتركيب أقفال مقاومة للإعصار. حافظ على تهذيب الأشجار الموجودة حول المنزل لتجنب التلفيات الناتجة عن سقوط الفروع. وقم بتأمين الأجزاء السفلية للتأكد من أنها لن تساعد الرياح والمياه في إيجاد طريق للوصول إلى البيت. تأكد أن أبواب المداخل تحتوي على ثلاثة مفصلات وقفل بمزلاج ثابت.

الحرائق الهائلة - استخدم مواد بناء مقاومة للحريق مثل الألواح الخشبية وألواح الجدران الخارجية للمبنى. قم بقص الفروع وتهذيبها في إطار 30 قدمًا حول المنزل. واحتفظ بحطب الوقود بعيدًا بمسافة 30 قدمًا على الأقل. راجع برنامج التعامل مع الحريق للجمعية الوطنية للوقاية من الحريق لمزيد من الأفكار.

الفيضان - ارفع منزلك فوق مستوى الفيضان الأساسي أو اتخذ الخطوات المناسبة لتحسين المبنى ضد الفيضان. وارفع المرافق فوق مستوى الفيضان الأساسي. تأكد من وجود فتحات مناسبة للفيضان. واستخدم مواد بناء مقاومة للفيضان عند البناء أو إعادة البناء. حيث يؤدي اتخاذ مثل هذه الإجراءات إلى خفض معدلات التأمين للفيضان.

الزلازل - قم بتثبيت الأثاث والأجهزة وجهاز تسخين المياه بالجدران والأرضيات. وقم بتركيب الأقفال الآمنة بالخزانات وأبواب الخزانة. تأكد من توصيل الأجهزة لديك باستخدام توصيلات مرنة. يرجى مراعاة استخدام طبقة آمنة على النوافذ أو تركيب زجاج رقائقي لتجنب حدوث إصابات تنتج عن الزجاج المكسور.

للحصول على المزيد من المعلومات حول أي من هذه المشروعات أو الأشياء الأخرى التي يمكن القيام بها لحماية منزلك وعائلتك، اتصل بقسم الشريف المحلي أو مكتب إدارة الطوارئ.



□ التخطيط لما ستفعله إذا كنت مضطرًا للإخلاء.

اختر مكانين تتقابل عندهما الأسرة. يجب أن يكون إحداهما خارج منزلك مباشرةً عند حدوث حالة طارئة مفاجئة، مثل الحريق. ويجب أن يكون الآخر خارج المناطق المجاورة، في حالة عدم تمكنك من العودة إلى المنزل أو عند طلب الإخلاء.

حدد المكان الذي ستذهب إليه وما الطريق الذي تستخدمه للوصول إلى هناك. قد تختار الذهاب إلى فندق أو البقاء مع الأصدقاء أو العائلة في مكان آمن أو الذهاب إلى مأوى. احتفظ بتدريبات الإخلاء في المنزل. وتدريب على الخروج من المنزل سريعًا مع اتباع أسلوب الإخلاء المخطط. كلما تدربت على ذلك، تكون أكثر ثقة عندما تضطر إلى الإخلاء بالفعل.

ضع خطة للحيوانات الأليفة. ونظرًا لاعتبارات الصحة، لا يُسمح للحيوانات الأليفة الذهاب إلى مأوى الصليب الأحمر. احتفظ بقائمة الهواتف لفنادق وملاجئ العناية بالحيوانات الأليفة التي قد تمر عليها في طريقك للإخلاء في حالة عدم توفر ملجأ مخصص للحيوان الأليفة. اتصل بجمعية الرفق بالحيوان المحلية أو ملجأ الحيوان لتسأل عما إذا كان سيتم فتح ملاجئ طوارئ للحيوانات الأليفة في حالة حدوث كارثة.