

بدون ماء

بدون كهرباء

بدون هاتف أو إنترنت

## ماذا ستفعل؟

لا تستطيع  
العودة إلى  
المنزل

يجب عليكم الإخلاء

عالقين في المنزل

**GET READY**

# GET READY

ضع خطة مع عائلتك WHĀNAU وأصدقائك وزملائك المشتركين معك في السكن لاجتياز حالات الطوارئ.

فكر في الأشياء التي تحتاجونها كل يوم وحددوا ما ستفعلوه إذا لم تكن لديكم. خذ قطعة من الورق وكتب عليها ما تتفقون عليه، وامن بكم الاتصال، والأشياء التي تحتاجون إلى القيام بها للاستعداد.

يمكن أن تحدث حالات الطوارئ في أي زمان أو مكان. يمكنك اتخاذ خطوات معينة لتكون على استعداد لها. يمكن للفيضانات والعواصف والزلازل والتسونامي والبراكين وغيرها من الأخطار أن تعطل حياتنا وتضر بالممتلكات وتتسبب في أضرار جسيمة.

في حالات الطوارئ، سيكون الدفاع المدني وخدمات الطوارئ مشغولين بمساعدة الأشخاص الذين هم في أمس الحاجة إلى هذه الخدمات.

وسيكون من ضمن مسؤولياتك التأكد من أن عائلتك whānau، والأشخاص الذين تهتم بهم، على معرفة بما يجب فعله في هذه الأثناء.

الخبر السار هو أنه من السهل جدًا الاستعداد لها منذ الآن. تبادل الحديث مع أفراد أسرتك وتعرفوا على ما ستفعلونه.

## إذا لم نستطع العودة إلى المنزل

أين ستلتقون إذا لم تستطيعوا الاتصال ببعضكم البعض وتعذر عليكم العودة إلى المنزل؟ طائرة؟ كيف ستصلون إلى هناك؟ من الذي سيجلب الأطفال إذا لم تكن قادراً على فعل ذلك؟ هل لديهم علم؟ هل لدى المدرسة أو مركز الطفولة المبكرة تفاصيل هذا الشخص؟

## إذا لم نستطع أن نتواصل ببعضنا البعض

مع من ستتواصل لتسأل؟ يجب أن يكون شخصاً من خارج المدينة في حالة تعطل خطوط الهاتف المحلية.

## من الذي قد يحتاج إلى مساعدتنا؟

هل يوجد أي شخص من الأصدقاء أو الأسرة أو الجيران قد يحتاج إلى مساعدتك لاجتياز حالة الطوارئ أو الإخلاء؟

## من سنحتاج إلى الاتصال؟

اتصل دائماً بالرقم 111 في حالة الطوارئ.

فكر في الخط الساخن للطوارئ التابع لمجلس بلديتك، والمركز الطبي أو طبيبك، مالك عقارك، شركة التأمين الخاصة بك، شركة الكهرباء، مركز الطفولة المبكرة أو مدرسة أطفالك والعمل وعائلتك.

## إذا كنا عالقين في المنزل

هل لديك طعام وشراب يكفي لمدة ثلاثة أيام أو أكثر (لجميعهما في ذلك الأطفال الرضع والحيوانات الأليفة)؟ هل لديك مصابيح يدوية، وراдио، وبطاريات لها؟ ماذا عن الإسعافات الأولية أو الإمدادات الطبية؟ ليس بالضرورة وضعها جميعاً في صندوق واحد كبير، ولكن قد تضطر إلى العثور عليها في الظلام.

## إذا لم يكن لدينا كهرباء

كيف ستبخوا، أو تندفؤوا، أو تجدوا طريقكم في الليل؟ هل لديكم ما يكفي من المبالغ النقدية في حالة تعطل أجهزة الصراف الآلي؟ هل لديك وقود كافي في حالة تعطل مضخات البنزين؟

## إذا انقطع عنا الماء

هل لديكم ما يكفي من مياه الشرب المخزنة (ثلاثة لترات للفرد الواحد في اليوم لمدة ثلاثة أيام أو أكثر)؟ هل لديك ماء لحيواناتك الأليفة؟ ماذا ستطبخ وتنظف؟ ماذا ستستخدم للمرحاض؟

## إذا كان علينا المغادرة بسرعة

هل لكل شخص حقيبة طوارئ جاهزة\* في حال احتجتم إلى الإخلاء؟ في المنزل أو العمل أو السيارة؟  
\* حقيبة صغيرة تحتوي على ملابس دافئة، ومصباح يدوي، وراдио، وحقيبة إسعافات أولية، ووجبات خفيفة، وماء، وأدوية أساسية، ونسخ من المستندات المهمة وبطاقة هوية تحمل صورتك لغاية وصولك إلى مكانك الآمن.





# لا تستطيع العودة إلى المنزل

في حالات الطوارئ، قد تتوقف وسائل النقل العام، وقد يتم إغلاق الطرق والأحياء السكنية. إذا لم تتمكن من أخذ نفس طريقك المعتاد إلى المنزل، فكيف ستصل إلى هناك؟ مع من ستذهب؟ أين ستلتقون إذا كان شارعكم ضمن المناطق المحظورة؟

## أهم النصائح

زود مدرستك أو مركز الطفولة المبكرة لأطفالك بقائمة لثلاثة أشخاص يمكنهم جلب الأطفال إذا لم تتمكن من الوصول إلى هناك.

### استعد

**واحد** اتفقوا على مكان للتجمع إذا لم تتمكنوا من العودة إلى المنزل. قد تكون مدرسة أو بيت أحد الأصدقاء أو مع الأهل.

**اثنين** إذا كنت تعمل بعيداً عن المنزل، فتعرف على زملاء العمل الذين يعيشون في منطقتك. في حالات الطوارئ يمكنكم التنقل معاً.

**ثلاثة** هيء حقيبة للطوارئ في العمل أو في سيارتك. يجب أن تحتوي على حذاء للمشي وملابس دافئة وبعض الوجبات الخفيفة وقبينة ماء. ومن المفيد أيضاً أن تحتوي على مصباح يدوي وبعض البطاريات وراديو.

# عالقين في المنزل



في معظم حالات الطوارئ، من الأفضل البقاء في منزلك إذا كان ذلك آمناً. ولكن قد يعني هذا البقاء بدون كهرباء أو ماء أو من الحصول على أي من طرق الإمدادات لمدة ثلاثة أيام أو أكثر. هل لديك ما يكفي من الطعام والماء؟ ماذا عن أفراد الأسرة الذين يحتاجون إلى الدواء؟ هل لديك ما يكفي من الطعام والماء للحيوانات الأليفة خلال هذه الأزمة أيضاً؟

## أهم النصائح

ابق على اطلاع بمعلومات الطوارئ من خلال الاستماع إلى راديو يعمل بالبطارية أو بالطاقة الشمسية. تأكد من المواقع الإلكترونية لمجلس بلديتك المحلي أو مجموعة إدارة طوارئ الدفاع المدني ووسائل التواصل الاجتماعي. اتبع تعليمات الدفاع المدني وخدمات الطوارئ.

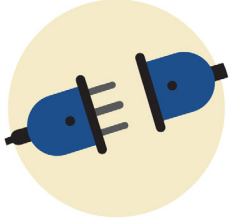
## استعد في

واحد ليس من الضروري أن تكون مستلزمات الطوارئ الخاصة بك مجتمعة في حقيبة، ولكن قد تضطر إلى العثور عليها في الظلام. تأكد من أن الجميع يعرف مكان المصابيح اليدوية والبطاريات.

اثنين في حالة انقطاع التيار الكهربائي، ابدأ تناول الطعام من الثلاثة أولاً، ثم من المجمدة. ومن ثم تناول الطعام الموجود في الخزانة أو حقيبة عدة الطوارئ الخاصة بك.

ثلاثة تعرف على جيرانك. في حالات الطوارئ قد يحتاجون إلى مساعدتك أو قد تحتاج إلى مساعدتهم، وقد تتكاتفوا معاً من أجل اجتياز المحنة.

## بدون كهرباء



ماذا ستفعل لو انقطع التيار الكهربائي لأيام؟ كيف ستستطيع أن ترى، أو أن تطبخ، أو أن تتدفأ؟ قد يؤثر انقطاع التيار الكهربائي على أجهزة EFTPOS وأجهزة الصراف الآلي، لذا تأكد من أن لديك بعض النقود في المنزل، أو إمدادات تكفيك ثلاثة أيام أو أكثر.

### استعد

واحد

ليس من الضروري أن تكون مستلزمات الطوارئ الخاصة بك مجتمعة في حقيبة، ولكن قد تضطر إلى العثور عليها في الظلام. تأكد من أن الجميع يعرف مكان المصابيح اليدوية والبطاريات.

اثنين

احتفظ براديو يعمل بالطاقة الشمسية أو البطارية حتى تتمكن من مراقبة آخر الأخبار والتنبيهات. تعرف على محطات الراديو التي تبث المعلومات أثناء حالة الطوارئ.

ثلاثة

قم بتخزين المواد الغذائية التي لا تحتاج إلى طهي (مثل المعلبات) أو شيء لطهي طعامك عليه (منقل يعمل بالغاز أو موقد يستخدم في المخيمات). لا تنس غذاء الأطفال والحيوانات الأليفة.

أربعة

في حالة انقطاع التيار الكهربائي، ابدأ تناول الطعام من الثلجة أولاً، ثم من المجمدة. ومن ثم تناول الطعام الموجود في الخزانة أو حقيبة عدة الطوارئ الخاصة بك.

### أهم النصائح

تحدث مع جيرانك حول ما سيفعلونه إذا قطع التيار الكهربائي. قد تجد أن لديهم منقل غاز وأن لديك ما يكفي من الطعام والماء للمشاركة (أو العكس).





# يجب عليكم الإخلاء

في حالات الطوارئ قد لا تكون بعض المنازل والشوارع والأحياء آمنة للبقاء فيها وقد تضطر إلى مغادرة المنزل بسرعة. إذا تم إخلاء شارعكم فإلى أين ستذهبون؟ ماذا ستأخذون؟ ماذا عن الحيوانات الأليفة؟ هل يحتاج أحد جيرانك إلى مساعدتك؟

## استعد

واحد

جهز حقيبة طوارئ لكل فرد في منزلك. يجب أن تحتوي على ملابس دافئة وقنينة ماء ووجبات خفيفة ونسخ من المستندات المهمة وبطاقة هوية تحتوي على صورة شخصية. تذكر أي أدوية قد تحتاج إليها. احتفظ بمعدات الإسعافات الأولية والمصباح اليدوي والراديو والبطاريات في متناول اليد لتتمكن من الوصول لها بسرعة.

اثنين

قررروا إلى أين ستذهبون (وتأكدوا من أن كل فرد في المنزل يعرف ذلك، في حالة عدم وجودكم معاً). من المحتمل أن يكون مكان الإخلاء الخاص بكم هو مع الأصدقاء أو العائلة، لذا تأكدوا من أنهم يعرفون خططكم.

ثلاثة

إذا كنت تعيش في منطقة إخلاء من التسونامي، فتأكد من أن مكان الإخلاء الذي تأوي إليه خارج هذه المنطقة.



إذا كان عليك المغادرة، فخذ حيواناتك الأليفة معك. إذا لم يكن المكان آمناً لك، فهو ليس آمناً لحيواناتك. تأكد من أن مكان الإخلاء الذي تأوي إليه سيقبل حيواناتك الأليفة. أو احتفظ بتفاصيل الاتصال بأماكن رعاية الكلاب والقطط والفنادق التي تسمح ببقاء الحيوانات الأليفة.



## بدون هاتف أو إنترنت

ماذا ستفعل إذا انقطعت خدمات الهاتف والإنترنت؟ كيف ستستطيع البقاء على تواصل مع الآخرين، وترتيب للقاء معهم أو متابعة الأخبار وتنبهات الطقس؟ في معظم حالات الطوارئ، من الأفضل البقاء في منزلك. اجعل منزلك مكان لتجمعكم وفكر بحل بديل في حال لم تتمكنوا من الوصول إليه.

### استعد

واحد

تحدث إلى عائلتك حول كيفية التواصل فيما بينكم والمكان الذي ستلتقون فيه في حالات الطوارئ.

اثنين

تأكد من أنك تعرف خطط الطوارئ الخاصة بمدرك أو مركز الطفولة المبكرة لأطفالك. زددهم بأسماء ثلاثة أشخاص يمكنهم اصطحاب الأطفال إذا لم تتمكن من الوصول إلى هناك.

ثلاثة

احتفظ ببطارية يعمل بالطاقة الشمسية أو البطارية حتى تتمكن من مراقبة آخر الأخبار والتنبهات. تعرف على محطات الراديو التي تبث المعلومات أثناء حالة الطوارئ.

أربعة

احتفظ بقائمة لأرقام الهواتف المهمة.

خمس

خطتوا لجهة اتصال لكم من خارج المدينة يعرفها الجميع. في بعض الأحيان عندما تتعطل خطوط الهاتف المحلية، لا يزال بإمكانك الوصول إلى الأشخاص خارج منطقتك. اطلب من الجميع التحقق من جهة الاتصال الخاصة بكم خارج المدينة عن طريق الرسائل النصية أو الرسائل عبر الإنترنت في حالة الطوارئ إذا أمكنك ذلك.



في حالات الطوارئ، يمكن أن يصبح الزخم كبيراً على خطوط الهواتف بسرعة. لا تكثر استخدامها لتفسح المجال لمكالمات الطوارئ، وإذا أمكن، استخدم الرسائل النصية أو الرسائل عبر الإنترنت لإبقاء التواصل.



## بدون ماء

تخيل انقطاع الماء لمدة ثلاثة أيام أو أكثر. كيف ستستطيع أن تغسل وتطبخ وتنظف؟ ماذا ستشرب؟

### استعد

واحد

احتفظ بقناني الماء والمشروبات الغازية الفارغة ونظفها جيداً ثم املاها بالماء. تحتاج ثلاثة لترات من الماء لكل شخص عن كل يوم مقطوع فيه الماء. لا تستخدم قناني الحليب. من الصعب تنظيفها ويمكن أن تجعلك مريضاً. لا تنس تخزين المياه للأطفال والحيوانات الأليفة أيضاً.

اثنين

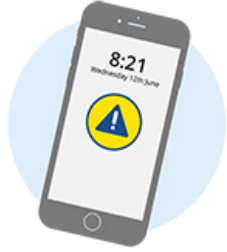
يمكنك الاحتفاظ بمياه الشرب المخزنة لمدة تصل إلى عام إذا قمت بإضافة مادة التبييض المنزلي الغير معطرة لها. اضع نصف ملعقة صغيرة لكل عشرة لترات من الماء ولا تشربها لمدة نصف ساعة على الأقل بعد الخلط. ضع ملصق على كل قنينة مذكور فيه تاريخ ملئها. قم بتخزين القناني في مكان بارد ومظلم.

ثلاثة

تذكر تخزين المياه للطهي والتنظيف أيضاً. يمكنك استخدام الماء من أسطوانة الماء الساخن، ولكن قم بتخزين كمية إضافية في حاويات بلاستيكية كبيرة.



يمكنك أيضاً ملء حاويات الآيس كريم البلاستيكية بالماء والاحتفاظ بها في المجمدة. يمكن أن تساعد هذه في الحفاظ على برودة الطعام في حالة انقطاع التيار الكهربائي كما ويمكن استخدام مائها للشرب.



# ابقوا على اطلاع لما يجري

من المهم معرفة الطرق المختلفة التي يمكنك من خلالها البقاء على اطلاع أثناء حالة الطوارئ.

## تنبيه طوارئ الهاتف المحمول

تنبيهات طوارئ الهاتف المحمول هي وسيلة لتلقي معلومات حول حالات الطوارئ في منطقتك. إذا كانت حياتك أو صحتك أو ممتلكاتك تتعرض إلى خطر، فبالإمكان إرسال تنبيه طوارئ الهاتف المحمول إلى هاتفك المحمول. لا تحتاج إلى التسجيل أو تنزيل التطبيق.

## تعرف على جيرانك

في حالات الطوارئ، تستطيعون مساعدة بعضكم البعض، بينما ستكون خدمات الدفاع المدني وخدمات الطوارئ مشغولين بمساعدة الأشخاص الذين هم في أمس الحاجة إلى هذه الخدمات. شارك في مجتمعك وتعرف على جيرانك قبل حدوث حالة الطوارئ.

## المذياع

في حالة انقطاع التيار الكهربائي، يمكنك الاعتماد على راديو يعمل بالطاقة الشمسية أو بالبطارية (أو راديو السيارة) في تتبع آخر الأخبار.

## عبر الإنترنت

للحصول على التحديثات المحلية، تحقق من موقع مجلس بلديتك ووسائل التواصل الاجتماعي. بالإضافة إلى مواقع جموعة إدارة طوارئ الدفاع المدني ووسائل التواصل الاجتماعي.

التحديثات الوطنية متاحة على [www.civildefence.govt.nz](http://www.civildefence.govt.nz) و [NZCivilDefence@](https://www.facebook.com/NZCivilDefence/) قناة تويتر.



# اجعلوا منزلكم أكثر أماناً

لا يمكننا التنبؤ بحصول الكوارث، ولكن يمكننا الاستعداد لها. من أفضل الأماكن للبدء فيها هو منزلك. لدى لجنة المخاطر الطبيعية معلومات مهمة حول الخطوات التي يمكنك اتخاذها لإعداد منزلك وحماية أسرتك whānau.

## كيف تجعل منزلك أكثر أماناً

واحد

استخدم حوامل أو أشرطة لتثبيت قطع الأثاث الطويلة والثقيلة في العوارض الخشبية الموجودة في داخل الحائط.

اثنين

انقل الأدوات المنزلية الثقيلة والقابلة للكسر إلى دواليب أو رفوف منخفضة. استخدم خطافات مناسبة لتعليق الصور والمرابيا (وليس بمسمار واحد).

ثلاثة

تأكد من معرفتك مكان مفاتيح وصنابير الإغلاق الطارئ للغاز والماء الخاصة بك.

خمس

بعض المداخل المبنية من الطوب والخرسانة معرضة بشكل أكبر لخطر الانهيار في حالة حدوث زلزال. راجع الموقع الإلكتروني لهيئة الزلازل لمزيد من المعلومات حول كيفية جعل المداخل أكثر أماناً.

سنة

إذا كان منزلك يحتوي على أساسات ذات أرضية معلقة، فتأكد من أنها في حالة جيدة. تحقق من أن التوصيلات في حالة جيدة بين الأساسات والمنزل أعلاها.

لمزيد من المعلومات حول هذه الخطوات وغيرها، تفضل بزيارة موقع لجنة المخاطر الطبيعية Toka Tū Ake على الإنترنت [naturalhazards.govt.nz/be-prepared](http://naturalhazards.govt.nz/be-prepared).



**Natural Hazards  
Commission**  
Toka Tū Ake



# تأثيرات الفيضان

تحدث الفيضانات بشكل متكرر و يمكن أن تسبب الكثير من الضرر. تحدث الفيضانات عادة بسبب الأمطار الغزيرة أو العواصف الرعدية. يمكن أن تُسبب إصابات وخسائر في الأرواح وتُضرر بالممتلكات وتلوث مياهنا وأراضيها.

تصبح الفيضانات خطيرة إذا كانت مياهها عميقة جداً أو كانت تجري بسرعة كبيرة أو قد ارتفع منسوب المياه فيها بسرعة كبيرة، أو إذا كانت تجر مع مياهها الركام مثل أغصان الأشجار وصفائح الحديد.

## أثناء الفيضان

- لا تحاول أبداً المشي أو السباحة أو القيادة عبر مياه الفيضانات.
- انقل الأشياء الثمينة والخطرة إلى أعلى مستوى ممكن عن الأرض.
- ارفع الستائر والسجاد والفرش عن الأرض.
- استمع إلى الراديو واتبع تعليمات خدمات الطوارئ.



## مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول ما يجب القيام به قبل حصول الفيضان، أو أثناءه أو بعد حصوله، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

# تعرف على الأخطار

للتعرف على أنواع الأخطار التي قد تتسبب في حالات الطوارئ  
حيث تعيش، والخطوات التي عليك اتباعها، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



الانفجارات الأرضية



النشاط البركاني



التسونامي



الزلازل



العواصف



الفيضانات

# الزلازل



كل عام تتعرض أرضنا لما يقارب 150 زلزالاً من القوة بما يكفي ليشعر به الناس. ومن المتوقع حصول زلزال كبير مدمر في أي وقت ويمكن أن يتبع بهزات ما بعد الزلزال تستمر لفترة طويلة. معظم الوفيات والإصابات الخطيرة المرتبطة بالزلازل سببها هو انهيار الجدران وتساقط الزجاج والأشياء من أثر الاهتزازات. في حالة وقوع زلزال كبير، يمكن أن يسقط ركام وزجاج المباني إلى الشوارع.

## أثناء الزلزال

- إذا كنت في داخل مبنى، فانخفض، وتغطى وتمسك وانتظر. تجنب الركض إلى الخارج لأنك ستخاطر بالتعرض لإصابة من جراء الطوب والزجاج المتساقط.
- إذا كنت بالخارج، فقم بالابتعاد ليس أكثر من بضع خطوات عن المباني والأشجار ومصابيح الشوارع وخطوط الكهرباء، ثم انخفض، وتغطى وتمسك وانتظر.
- انخفض أرضاً، وتغطى بساتر، وتمسك وانتظر إلى حين انتهاء الهزة.
- إذا استمر الزلزال لأكثر من دقيقة أو كان قوياً بما يكفي لجعل الوقوف صعباً، فانتقل بسرعة إلى أقرب هضبة مرتفعة أو إلى أقصى نقطة بعيداً عن الساحل قدر الإمكان إلى خارج نطاق مناطق الإخلاء من التسونامي.
- تحدث العديد من الإصابات بعد توقف الاهتزاز، احذر من الزجاج المكسور والأشياء الحادة.



## مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول على ما يجب القيام به قبل حصول الزلزال، أو أثناءه أو بعد حصوله، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)





# فصاوعلا

يمكن أن تحدث العواصف الشديدة وظروف الطقس القاسية في أي وقت من السنة وأن تؤثر على مناطق واسعة. ويمكن أن تجلب معها الرياح العاتية أو الأمطار الغزيرة أو الثلوج أو الرعد أو البرق أو الأعاصير وهيجان البحار. تضع MetSer- vice أرصاد وتحذيرات لأحوال الطقس القاسية من خلال الخدمات الاخبارية وعلى موقعها الإلكتروني [www.metservice.com](http://www.metservice.com)

## أثناء العاصفة

- أدخل أي شيء يمكن للرياح القوية أن تحطمه أو تلتقطه بطريقها أو اربطه.
- أغلق النوافذ والأبواب، وأسدل الستائر لتجنب الإصابة من النوافذ المكسرة.
- ابق في الداخل واجلب حيواناتك الأليفة إلى الداخل. إذا كان عليك المغادرة، فخذها معك.
- استمع إلى الراديو واتبع تعليمات خدمات الطوارئ.



## مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول ما يجب القيام به قبل العاصفة أو ظروف الطقس القاسية، أو أثنائها أو بعدها، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# النشاط البركاني

يمكن أن تشمل الأخطار البركانية، الرماد المتطاير والصخور المتساقطة وكتلة غاية في السرعة من الغازات الساخنة والصخور البركانية و تقاذف الحمم البركانية والكتل الطينية الهائلة. يمكن أن تتسبب في إصابة أو قتل الأشخاص، وتلف الممتلكات، أحياناً على بعد مئات الكيلومترات.

## أثناء ثوران البركان

- أغلق جميع الأبواب والنوافذ وابق في الداخل.
- إذا كنت بالخارج بالقرب من انفجار بركاني، فاحتم باللجوء إلى سيارة أو مبنى.
- إذا كنت بالخارج في محيط لرماد بركاني، فارتدِ قناعاً من الغبار أو غط فمك وأنفك بقطعة قماش.
- تجنب القيادة عندما يكون هناك رماد على الطريق.
- استمع إلى الراديو، واتبع تعليمات خدمات الطوارئ، وابق خارج نطاق المناطق المحظورة.



### مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول ما يجب القيام به قبل حصول النشاط البركاني، أو أثناءه أو بعد حصوله، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# التسونامي

التسونامي هو عبارة عن سلسلة من الموجات تسببها الزلازل الكبيرة. كل سواحل نيوزيلندا معرضة لخطر التسونامي. يمكن أن تبدأ موجة التسونامي بالكبر لتصبح جداراً مائياً سريع الحركة.

## تعرف على علامات التحذير الطبيعية واتخاذ الإجراءات اللازمة

إذا كنت بالقرب من الساحل وشهدت أياً مما يلي، فاتخذ الإجراء المناسب.

- إذا شعرت بزلزال قوي جعل من الصعب الوقوف أثناء حدوثه، أو زلزال ليس بالقوة استمر لدقيقة أو أكثر
  - لاحظت ارتفاع أو انخفاض مفاجئ في مستوى سطح البحر
  - سمعت أصوات ضجيج عالية وغير اعتيادية من البحر
- فالجأ فوراً إلى اقرب رابية، أو إلى أبعد أرض يمكنك الوصول إليها.

## أثناء التسونامي

- فالجأ فوراً إلى اقرب رابية، أو إلى أبعد أرض يمكنك الوصول إليها. اذهب إلى هناك ماشياً أو راكباً الدراجة إذا تسنى لك ذلك.
- لا تذهب لمشاهدة ذلك الموقع. لا تذهب إلى الشاطئ أبداً لمشاهدة التسونامي.
- استمع إلى الراديو واتبع تعليمات خدمات الطوارئ.
- ابتعد عن المناطق المعرضة للخطر حتى تحصل على بلاغ رسمي بذلك.



## مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول ما يجب القيام به قبل حصول التسونامي، أو أثنائه أو بعد حصوله، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

# اجعل مجتمعك جاهزاً

## تعرف على جيرانك

عندما تتعرف على جيرانك، فمن المرجح أن تهتموا ببعضكم البعض، خاصة أثناء حالة الطوارئ وبعدها، مثلاً عند حصول عاصفة أو زلزال كبير.

- شاركوا تفاصيل الاتصال حتى تتمكنوا من التواصل في حالة حدوث حالة طوارئ.
- أخبر جيرانك عن خطة الطوارئ الخاصة بك واسألهم عن خططهم.
- تعرف على من يمكنه مساعدتك ومن قد يحتاج إليها.

## انضم إلى مجموعة دعم الجيران

انضم إلى أو انشئ مجموعة دعم الجيران يمكنك أنت وجيرانك تبادل المهارات والموارد لتتعاونوا على اجتياز حالات الطوارئ.

## ضعوا خطة طوارئ في مجتمعكم

يمكن لخطة الطوارئ المجتمعية أن تساعد المجتمع الواحد على فهم كيف يمكنهم مساعدة بعضهم البعض في حالات الطوارئ.

اتصل بمجموعة إدارة الطوارئ التابعة للدفاع المدني المحلية لمعرفة ما إذا كانت هناك بالفعل خطة طوارئ مجتمعية لمنطقتك. يمكنهم العمل معك لتحديد نقاط القوة والموارد والمخاطر والحلول لمساعدة مجتمعك على تجاوز حالة الطوارئ.

## أثناء الانهيار الأرضي

- ابتعد عن مسار الانهيار الأرضي بسرعة.
- حذر الجيران وساعد الآخرين إذا استطعت.
- اتصل بخدمات الطوارئ ومجلس بلديتك المحلي.

# الانهيارات الأرضية



يمكن أن تتراوح احجام الانهيارات الأرضية من حجرة أو صخرة واحدة إلى انهيار مساحة كبيرة جداً من الأرض والصخور يمكن أن تمتد لعدة كيلومترات. وغالبا ما تكون ناجمة عن الأمطار الغزيرة والزلازل، وفي بعض الحالات، من أثر النشاط البشري. غالباً ما تحدث الانهيارات الأرضية دون سابق إنذار.



### مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول ما يجب القيام به قبل حصول الانهيار الأرضي، أو أثنائه أو بعد حصوله، تفضل بزيارة

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

# مزيد من المعلومات

## التحدث مع الأطفال عن حالات الطوارئ

يمكنكم إشراك الأطفال الصغار في التخطيط لحالات الطوارئ من خلال منحهم مهام صغيرة للقيام بها. تحدث إليهم بطريقة صادقة، ولكن بدون إخافتهم، حول ما قد يحدث في حالات الطوارئ، ما يمكنك القيام به للحفاظ على سلامتك، و ما هي خطتك إذا لم تتمكن من العودة إلى المنزل. كلما ازدادت مشاركتهم، قل خوفهم عند حدوث حالة طوارئ.

## العناية بالرضع في حالات الطوارئ

يكون الرضع أكثر عرضة للإصابة بالجفاف أو الإصابة بالعدوى. إذ يحتاجون إلى رعاية واهتمام خاص في حالات الطوارئ. تأكدوا من أن لديكم مستلزمات لطفلكم في حقيبة الطوارئ، في حال احتجتم إلى مغادرة المنزل على عجل.

## خطط لحيواناتك الأليفة والحيوانات الأخرى

حيواناتك هي مسؤوليتك. تحتاج إلى تضمينها في خطتك عند التخطيط للطوارئ والاستعداد لها. تأكد من أن لديك من الطعام والماء والإمدادات لحيواناتك بما يكفيها لمدة ثلاثة أيام أو أكثر.

## تأكد من أن لديك إمدادات في مكان العمل

تأكد من أن لديك الإمدادات في العمل بما في ذلك أحذية المشي القوية، وسترة مطرية، ومصباح يدوي، ووجبات خفيفة وماء. تواصل مع أولئك الذين يعيشون في نفس المنطقة ويمكنك العمل معاً للوصول إلى المنزل أثناء الطوارئ.

# حددوا المستلزمات التي تحتاجونها

في حالة الطوارئ، قد تظل عالقاً في المنزل لمدة ثلاثة أيام أو أكثر. ربما لديك معظم الأشياء التي تحتاجها بالفعل. لا يتعين عليك وضعها جميعاً في مكان واحد، ولكن قد تضطر إلى العثور عليها في عجلة من أمرك في الظلام. تعرف على ما تحتاجه من الإمدادات وضع خطة للتصرف خلال الأزمة.

## الإمدادات الأساسية التي عليك اقتنائها في حقيبة في حال

### اضطرت إلى الإخلاء

- المصابيح اليدوية والبطاريات
- راديو - يمكن تشغيله بشحنه أو بالبطاريات
- مطهر اليدين
- مبلغ نقدي
- نسخ من المستندات المهمة وهوية شخصية مع صورة
- أحذية مشي وملابس دافئة ومعطف وقبعة
- حقيبة الإسعافات الأولية والأدوية الموصوفة
- الماء والوجبات الخفيفة (تذكر الأطفال والحيوانات الأليفة أيضاً)

## الإمدادات الأساسية التي يجب توفرها في المنزل

- الماء لمدة ثلاثة أيام أو أكثر - تأكد من أن لديك ما لا يقل عن تسعة لترات من الماء لكل شخص. سيكون هذا كافياً للشرب والنظافة الأساسية.
- أطعمة لا تفسد بسرعة ولا تحتاج إلى طهي (إلا إذا كان لديك موقد تخييم أو منقل يعمل بالغاز) وطعام للأطفال والحيوانات الأليفة.
- ورق التواليت ودلاء بلاستيكية كبيرة لاستخدامها كمرحاض طوارئ.
- قفازات عمل وقناع P2 أو N95 مناسب لك.

تذكر أن...

**GET READY**

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني للحصول على مزيد من المعلومات حول المنازل والمدارس وأماكن العمل والجيران والسفر والحيوانات الأليفة وأمور أخرى. أو قم بالاتصال بمجموعة الدفاع المدني المحلية



**National Emergency  
Management Agency**  
Te Rākau Whakamarumarū