

كيف تكون مستعدا للطوارئ في نيويورك

خطتي

للطوارئ



NYC

مكتب إدارة الطوارئ
إدارة رعاية المسنين
مكتب العمدة للمعاقين
العمدة Bill de Blasio

المعلومات المطلوبة مني:

الرجاء طباعتها. إذا كنت تشاهدها في شكل ملف PDF، فانقر فوق المناطق المظلمة لكتابة المعلومات.

الاسم:

العنوان:

رقم الهاتف للاتصال نهاراً:

رقم الهاتف للاتصال ليلاً:

الهاتف المحمول:

البريد الإلكتروني:

هناك ثلاث خطوات أساسية للإستعداد
لأية حالة طوارئ:

إعداد الخطة



جمع التجهيزات



الحصول على معلومات



فكر في مدى إمكانية تأثير الطوارئ عليك. يمكن أن تتراوح حالات الطوارئ ما بين نشوب حرائق في المنزل، إلى وقوع أشخاص في المنزل، إلى اندلاع الأعاصير. استخدم هذا الدليل الآن لسرد ما قد تحتاج إليه في حالات الطوارئ.

لا شك أنك لا تود مواجهة حالة طوارئ بمفردك. لذا، عليك أن تطلب من شخصين على الأقل أن يكونا ضمن الشبكة الخاصة بك—أفراد العائلة أو الأصدقاء أو الجيران أو مقدمي الرعاية أو الزملاء في العمل أو أعضاء المجموعات الاجتماعية. تذكر أنك ستساعدون بعضكم البعض في حالات الطوارئ.

يجب أن يكون أفراد شبكة الدعم في حالة الطوارئ لديك:

- على اتصال مستمر بك خلال حالة الطوارئ.
- لديهم نسخ مفاتيح احتياطية من مفاتيحك.
- يعرفون أماكن الإمداد بالمؤن الخاصة بك في حالة الطوارئ.
- يعرفون كيفية تشغيل أجهزتك أو مساعدتك في الانتقال عند التعرض لحالة طوارئ.

جهات الاتصال بشبكة الدعم:

الاسم/العلاقة:	
الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):	
البريد الإلكتروني:	
الاسم/العلاقة:	
الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):	
البريد الإلكتروني:	

اختر أحد أصدقائك أو أقاربك المقيمين خارج الولاية ممن يمكن للعائلة أو الأصدقاء الاتصال بهم في حالة وقوع كارثة، وذلك لأنه إذا كانت خطوط الهاتف المحلية مشغولة، فقد يكون من الأسهل إجراء اتصالات بعيدة المدى. يمكن أن تساعدك جهة الاتصال المقيمة خارج الولاية في الاتصال بالأشخاص المدرجين ضمن شبكة الإغاثة الخاصة بك.

جهة الاتصال المقيمة خارج الولاية:

الاسم/العلاقة:	
الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):	
البريد الإلكتروني:	

معلومات هامة لإنقاذ الحياة والمحافظة على الصحة:

حالات الحساسية:

حالات طبية خاصة:

الأدوية والجرعات اليومية:

كشف النظارة:

نوع الدم:

أجهزة الاتصالات/ المعدات:

خطة التأمين الصحي:

المستشفى المفضل:

رقم الشخص:

رقم المجموعة:

الطبيب/ الأخصائي:

الهاتف:

الطبيب/ الأخصائي:

الهاتف:

الطبيب/ الأخصائي:

الهاتف:

الطبيب/ الأخصائي:

الهاتف:

الصيدلية:

العنوان:

المدينة:

الهاتف:

الفاكس:

المواصلات

كن مستعداً لوضع خطط وسائل مواصلات بديلة في حالة توقف مترو الأنفاق أو الأتوبيس عن العمل.

	سأتصل بـ (صديق):
	الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):
	خدمة التاكسي:
	الهاتف:

احرص دائماً على معرفة المخارج كلما تواجدت في مكان جديد (مثل، مراكز التسوق والمطاعم ودور السينما).

قم بتحديد الاتصالات في خطتك

امض بعض الوقت الآن لتخطيط كيفية اتصالك بأصدقائك أو العاملين في خدمة الطوارئ في حالة تعرضك لحالة طوارئ. فأتثناء التعرض لحدث طارئ، قد تتأثر طريقة الاتصال العادية التي تستخدمها بالتغيرات البيئية أو الضوضاء أو الارتباك الذي يطرأ. لذا عليك أن تتعرف على الطريقة التي يمكنك من الاتصال بهم خلال حالة الطوارئ وما يلزم للقيام بذلك.

■ إذا كنت تعاني من صمم أو ضعف في السمع، فتدرب على توصيل ما تحتاج إليه من خلال الإيماءات وبطاقات الملاحظات والرسائل النصية وغيرها من الوسائل الأخرى.

■ إذا كنت كفيفاً أو تعاني من ضعف الرؤية، فاستعد لتوضيح الطريقة المثلى للآخرين لتوجيهك.



قم الآن بتوضيح ما تحتاج إليه في شكل عبارات قصيرة ومفهومة. ربما لا يكن لديك الكثير من الوقت لتوصيل رسالتك، لذا، فإن إعداد بطاقات أو رسائل نصية مكتوبة مسبقاً يمكن أن تساعدك في توصيل المعلومات للآخرين أثناء التعرض لموقف عصيب أو متعب. قد تتضمن العبارات:

■ قد يصعب عليّ فهم ما تخبرني به، لذلك يرجى التحدث ببطء واستخدام لغة بسيطة.

■ استخدم جهازاً للتواصل.

■ أنا أصم، فاستخدم لغة الإشارات الأمريكية.

■ الرجاء كتابة التوجيهات.

■ أنا أتحدث اللغة [أدخل لغة].

يجب أن تنطبق البطاقات التي أعددتها على حالات الطوارئ التي تتعرض لها داخل وخارج منزلك. تأكد من الاحتفاظ بهذه البطاقات معك طول الوقت. وإذا واجهت صعوبة في إعداد البطاقات، فاطلب من أفراد عائلتك أو أصدقائك أو مقدمي الرعاية مساعدتك في ذلك.

أدناه مساحة فارغة لتكتب عباراتك:



- إخلاء المكان على الفور إذا كانت حياتك في خطر.
- إخلاء المكان مباشرةً عندما تشم رائحة غاز أو ترى دخان أو نيران.
- الاتصال بـ 911 إذا كنت في مكان منعزل وتحتاج لمساعدة طارئة لإخلاء منزلك.
- تذكر الاستماع إلى محطات الراديو المحلية ومحطات التلفزيون، أو الوصول إلى NYC.gov أو الاتصال بـ 311 (معوقي السمع: 212-504-4115) للحصول على أحدث المعلومات حول حالة الطوارئ.

مكان الالتقاء

تعرف على المكان الذي ستلتقي فيه بعائلتك أو أصدقائك أو مقدمي الرعاية لديك بعد حدوث حالة طوارئ. اختر مكانين للالتقاء بهما: أحدهما خارج منزلك مباشرةً، والآخر خارج الحي الذي تسكن فيه، كمكتبة أو مركز اجتماعي أو دار عبادة.

مكان الالتقاء القريب من المنزل:

العنوان:

مكان الالتقاء خارج الحي:

العنوان:

اكتشف ما إذا كنت تعيش في منطقة إخلاء لاندلاخ الأعاصير عن طريق زيارة موقع الباحث عن مناطق هبوب الأعاصير على العنوان NYC.gov/hurricanezones أو الاتصال بـ 311 (معوقي السمع: 212-504-4115).

أقيم في منطقة:



اختر أصدقاء أو عائلة يمكنك الإقامة معهم في حالة عدم قدرتك على البقاء في منزلك.

يمكنني الإقامة مع:

الاسم/العلاقة:

العنوان:

الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):

البريد الإلكتروني:

الاسم/العلاقة:

العنوان:

الهاتف (المنزل/العمل/الهاتف المحمول):

البريد الإلكتروني:

تدرب على إخلاء المنزل بانتظام وفكر في مواقف مختلفة قد تواجهها مثل انسداد الممرات أو المنافذ. قم بتضمين حيوانات خدمة في تجاربك حتى تعتاد على طرق الخروج.

الانتقال إلى المأوى

بالنسبة للأشخاص الذين ليس لديهم مكان آخر ليقيموا به، فقد يتم إعداد المدارس والأبنية المدنية ودور العبادة كأماكن إيواء في حالة الطوارئ. وتقدم تلك الأماكن الاحتياجات الأساسية من الطعام والشراب. لا تحتوي المأوى على أجهزة خاصة (مثل، الأكسجين وأدوات المساعدة في التنقل والبطاريات). فاستعد لإحضار احتياجاتك الشخصية.

أماكن المأوى عرضة للتغيير حسب حالة الطوارئ. للعثور على مأوى يمكن الوصول إليه بالقرب منك أثناء حالة الطوارئ، اتصل بـ 311 (معوقي السمع: 212-504-4115).

اطلب من أفراد عائلتك أو أحد أفراد شبكة الدعم في حالة الطوارئ الذهاب معك إلى المأوى.



4 احزم حقيبة الاستعداد للطوارئ

يجب أن يكون لدى كل شخص من أفراد أسرته "حقيبة الاستعداد للطوارئ" —وهي عبارة عن مجموعة من الأشياء التي قد تحتاج إليها إذا اضطررت للمغادرة بسرعة. يجب أن تكون حقيبتك هذه قوية ويسهل حملها مثل حقائب الظهر وحقائب السفر الصغيرة التي تجر على عجل.

تحقق من الأشياء الموجودة في حقيبتك وأضف إليها ما تحتاجه:

- نسخ من مستنداتك المهمة في حافظة مقاومة للمياه (مثل بطاقات التأمين وبطاقات Medicare/Medicaid، وصور من معرفات الهوية، ودليل على العنوان، وشهادات الميلاد والزواج، ونسخ من بطاقات الائتمان وATM)
- مصباح يدوي وجهاز راديو ذو موجات AM/FM يعمل بالبطارية وبطاريات احتياطية
- قائمة بالأدوية التي تتناولها، وسبب تناولها والجرعة التي تتناولها من كل دواء.
- معلومات الاتصال الخاصة بأسرته وأعضاء شبكة الدعم الخاصة بك
- أموال نقدية، من فئات صغيرة
- مفكرة وقلم
- أدوات إصلاح الإطار الهوائي و/أو جهاز نفخ الإطارات لإصلاح إطارات كرسي المقعدين أو إطارات دراجة الرجل
- المؤمن الخاصة بالحيوانات الخادمة أو الحيوانات الأليفة الخاصة بك (مثل، الطعام، المزيد من الماء، وعاء، ومقود وأدوات تنظيف وسجلات التطعيم والأدوية)
- أدوات طبية احتياطية (مثل، الأكواب والبطاريات)
- الأشياء الشخصية الأخرى:



نيويورك المستعدة

خطتي
للطوارئ





اعتبارات خاصة

- إذا كنت تعتمد على أجهزة طبية كهربائية، فاتصل بشركة الإمدادات الطبية للحصول على معلومات حول مصادر الطاقة الاحتياطية.
- اسأل شركة المرافق الخاصة بك عما إذا كنت مؤهلاً لاعتبارك عميل لجهاز المحافظة على الحياة، واعرف ما إذا كان بإمكانك التسجيل للحصول على الأولوية في استعادة الطاقة.
- إذا كنت تعتمد على الأكسجين، فتحدث إلى أحد موردي الأكسجين لديك حول البدائل في حالة الطوارئ.
- إذا كنت تتلقى علاجاً مثل غسيل الكلى أو العلاج الكيميائي، فتعرف على خطة مورد الخدمة لديك في حالة الطوارئ.

بمجرد أن تكمل هذا الدليل،
تصبح من سكان نيويورك المستعدين للطوارئ!
مع أطيب التهاني!

موارد مدينة نيويورك

ما لم يذكر خلاف ذلك اتصل بـ 311 (معوقي السمع: 212-504-4115)،
أو استخدم موقع NYC.gov للاتصال بالهيئات التابعة للمدينة.

مكتب إدارة الطوارئ في مدينة نيويورك

NYC.gov/oem

إدارة مدينة نيويورك لرعاية المسنين

NYC.gov/aging

مكتب العمدة للمعاقين

NYC.gov/mopd

معلومات جاهزية نيويورك

NYC.gov/readyny

الباحث عن مناطق الإخلاء لاندلاع الإعصارات

NYC.gov/hurricanezones

الحصول على المعلومات

مكتب إدارة الطوارئ (OEM) على موقع Facebook و Twitter

www.facebook.com/NYCEmergencymanagement

nycoem@

إبلاغ مدينة نيويورك

قم بالتسجيل لتلقي إخطارات في حالات الطوارئ عن طريق زيارة

NYC.gov/notifynyc، أو الاتصال بـ 311، أو متابعة

@NotifyNYC على Twitter

المشاركة: احضر محاضرات أو انضم إلى جهود الاستعداد

الصليب الأحمر الأمريكي في ولاية نيويورك العظمى

877-RED-CROSS (877-733-2767)

www.nyredcross.org

برنامج فريق الاستجابة في حالة الطوارئ بمجتمع مدينة نيويورك (CERT)

NYC.gov/cert

مجلس فيلق المواطنين في مدينة نيويورك

NYC.gov/citizencorps

المرافق

Con Edison

،800-75-CONED ،(800-752-6633)

(معوقي السمع: 800-642-2308)

www.coned.com

PSEG LI - Public Service Electric and Gas Company - Long Island

،800-490-0025 (معوقي السمع: 631-755-6660)

www.psegliny.com

National Grid

،718-643-4050 (معوقي السمع: 718-237-2857)

www.nationalgridus.com

موفري الخدمات غير الربحية

مبادرة المنظمة الوطنية بشأن استعداد ذوي الاحتياجات الخاصة للطوارئ

،202-293-5960 (معوقي السمع: 202-293-5968)

www.nod.org/emergency

LifeNet

للحصول على معلومات حول الصحة العقلية، أو الإحالة، إذا كنت بحاجة
للتحدث إلى شخص ما، فاتصل بالخط الساخن للصحة العقلية السري بمدينة
نيويورك على مدار ٢٤ ساعة.

الإنجليزية وجميع اللغات الأخرى: 800-LIFENET،

(800-543-3638)، (معوقي السمع: 212-982-5284)

باللغة الأسبانية: 877-AYUDESE، (877-298-3373)

باللغة الكورية والكانتونية والماندارينية: 877-990-8585

مواردي

أضف مواردك الخاصة وأرقام الهاتف المهمة هنا.

يسر مكتب إدارة الطوارئ (OEM) أن يتقدم بخالص الشكر لأعضاء مجموعة
استشارات الاحتياجات الخاصة على ما بذلوه من جهود مضيئة في هذا المشروع.

يتوفر هذا الدليل أيضا بصيغة صوتية وباللغات الموضحة أدناه.

ARABIC

للحصول على نسخة من هذا الدليل باللغة الانجليزية اتصل بـ 311 (معوقي السمع: 212-504-4115) أو قم بزيارة NYC.gov/readyny

BENGALI

এই সহায়িকার একটি বাংলা প্রতিলিপি পেতে হলে, 311 (TTY: 212-504-4115) নম্বরে ফোন করুন অথবা NYC.gov/readyny দেখুন।

CHINESE

如欲索取中文版的指南，請致電311 (TTY: 212-504-4115) 或訪問NYC.gov/readyny。

ENGLISH

Call 311 or visit NYC.gov/readyny for copies of this guide in English.

FRENCH

Pour obtenir une copie en français de ce guide, appelez le 311 (TTY: 212-504-4115) ou visitez le site NYC.gov/readyny.

HAITIAN CREOLE

Pou jwenn yon kopi gid sa a nan lang Kreyòl Ayisyen, rele 311 (TTY: 212-504-4115) oswa ale nan sitwèb NYC.gov/readyny.

ITALIAN

Per ottenere una copia di questa guida in italiano, telefonare al numero 311 (TTY: 212-504-4115) o visitare il sito NYC.gov/readyny.

KOREAN

본 안내서의 한국어 사본을 받으시려면, 311 (TTY: 212-504-4115)로 전화하시거나 NYC.gov/readyny를 방문하십시오.

POLISH

W celu otrzymania polskiej kopii niniejszego przewodnika, należy zadzwonić pod nr 311 (nr dla osób z upośledzeniem słuchu: 212-504-4115) lub zajrzeć na stronę internetową NYC.gov/readyny.

RUSSIAN

Для того чтобы получить данную брошюру на русском языке, позвоните по телефону 311 (TTY: 212-504-4115) или посетите веб-сайт NYC.gov/readyny.

SPANISH

Llame al 311 (TTY: 212-504-4115) o visite NYC.gov/readyny para obtener acceso a este folleto en español.

URDU

اس ہدایت نامے کی انگریزی کاپی حاصل کریں، 311 (TTY: 212-504-4115) پر کال کریں یا NYC.gov/readyny دیکھیں۔

YIDDISH

צו ערהאלטן א אידישע קאפיע פון דעם וועגווייזער, רופט 311 (TTY: 212-504-4115) אדער באזוכט NYC.gov/readyny.