

العواصف الرعدية

قائمة تدقيق الجاهزية

العواصف الرعدية هي عواصف خطيرة تكون مصحوبة بالبرق. بإمكان صعقة البرق أن تقتلك.
العواصف الرعدية غالباً ما تسبب:

- الرياح القوية التي يمكنها اسقاط الأشجار، خطوط الكهرباء، والمنازل المتنقلة.
- هطول الأمطار الغزيرة التي تسبب الفيضانات المفاجئة.
- التورنيديو
- صعقات البرق التي يمكنها أن تشعل الحرائق.
- هطول البرد المدمر.

لكننا قادرون على اتخاذ الإجراءات اللازمة للاستعداد لمواجهتها. استعد الآن لكي تحمي نفسك وأحبائك ومنزلك.

ماذا يجب أن تفعل: قبل العاصفة الرعدية

تعلم مهارات الطوارئ

- تعلم الإسعافات الأولية والإنعاش القلبي الرئوي (CPR).
- المرافق قد تكون معطلة، لذا كن مستعداً للعيش بدون كهرباء وغاز وماء. خطط لاحتياجاتك الكهربائية، بما في ذلك الهواتف المحمولة والمعدات الطبية.



احم منزلك

- حضر قائمة مواد لتكون خارج المنزل والتي ستحتاج إلى تثبيتها أو وضعها في مكان بحيث لا تتناثر أو تطير إلى الداخل عبر النافذة أثناء هبوب الرياح العاتية. عندما يتم الإعلان عن قدوم رياح شديدة، عاصفة رعدية، أو تورنيديو، قم بتثبيت هذه المواد على الفور لتجنب تعرضها للتلف أو لمنع وقوع إصابات بمجرد أن تبدأ سرعة الرياح بالازدياد.
- قم بتثبيت الأشياء التي قد يكون من غير الآمن إدخالها إلى المنزل مثل شوايات الغاز واسطوانات غاز البروبان.
- قم بتقليم أو إزالة الأشجار القريبة التي يمكنها أن تسقط على منزلك.
- حافظ على نظافة المصارف والمزاريب وأنابيب الصرف.
- تحقق مما إذا كان منزلك عرضة للفيضانات. وإذا كان الأمر كذلك، ففكر في:
 - تركيب مضخة صرف مزودة ببطارية احتياطية.
 - رفع كلا من نظام التدفئة، سخان المياه، واللوحه الكهربائية.
- راجع بوليصة تأمين منزلك. تحقق لمعرفة ما إذا كانت تغطية تأمينك تشمل أضرار الفيضانات.



تحديد مبنى متين وممارسة التدريبات

- أنت بحاجة إلى الدخول إلى مبنى متين قبل أن تهب العاصفة الرعدية. المبنى المتين هو عبارة عن هيكل فيه جدران وأساسات. بمجرد أن تحدد مبنى متين، خطط للتحصن في الطابق السفلي أو في غرفة داخلية صغيرة بدون نوافذ في أدنى طابق لتوفير حماية إضافية ضد الرياح العاتية. خطط للبقاء في الداخل إلى ان تشير التنبؤات الجوية إلى أن المغادرة أصبحت آمنة.
- المنازل المتنقلة والمصنعة والمقطورات والمركبات الترفيهية (RVs) ليست آمنة أثناء الرياح العاتية. إذا كنت تعيش في إحدى تلك الهيكليات فأنت بحاجة إلى تحديد مبنى متين بالجوار منك بحيث يمكنك اللجوء إليه بسرعة.
- تمرن على التدريبات مع كل من يعيش في منزلك لكي يعلم الجميع إلى أين سيذهبون وماذا سيفعلون قبل حدوث العاصفة الرعدية.



ضع خطة من أجل البقاء على اتصال

- اشترك لتستقبل التنبيهات في حالات الطوارئ من حكومتك المحلية.
- تابع النشرات الجوية والأخبار.
- ضع خطة لإبقاء هاتفك مشحوناً.
- ليكن لديك راديو يعمل على البطارية للحالات التي ينقطع فيها التيار الكهربائي.
- تعرف على أنواع التنبيهات التي قد تتلقاها وليكن لديك خطة للرد:
 - رصد تعني كن مستعداً!
 - تحذير تعني اتخذ إجراء!



ماذا يجب أن تفعل: أثناء العاصفة الرعدية



عندما يبدأ الرعد بالزئير، ادخل إلى المنزل!

- السقيفة وشرفات المراقبة والمظلات والمدرجات المكشوفة لا تحمي من الصواعق والرياح العاتية.
- من الخطورة أن تحتمي تحت شجرة لأنها السبب الرئيسي للوفاة من الصواعق. قد تتعرض أيضًا للقتل أو الإصابة بسبب الرياح القوية التي تهب على الأشجار والأغصان.
- وجودك داخل السيارة يعتبر أكثر أمانًا من التواجد في الخارج، ومع ذلك، إذا كان لديك الوقت، فقم بالقيادة إلى أقرب مبنى متين واحتتم بداخله. إذا كنت تقود السيارة ولا يمكنك الوصول إلى مبنى متين، فأخرج عن الطريق وأوقف سيارتك في مكان لن تكون فيه عرضة للأشجار وخطوط الكهرباء المتساقطة.
- الفيضانات الخاطفة تحدث بسرعة. انتقل إلى أرض مرتفعة قبل أن تصل إليك مياه الفيضانات. لا تمشي أو تسبح أو تقود عبر مياه الفيضانات أبدًا. **عُد إلى الخلف! احذر الغرق!**

- تابع تنبيهات الطقس والأخبار المحلية. قم بتأجيل الأنشطة الخارجية إذا كانت التوقعات تشير إلى احتمال حدوث عواصف رعدية.
- عند سماعك صوت الرعد، ابحث عن ملجأ داخل مبنى متين وانتقل إلى قبو أو غرفة داخلية في الطابق السفلي. ابتعد عن النوافذ والأبواب الزجاجية. ابق في الداخل إلى أن تعلن التنبؤات الجوية أن المغادرة أصبحت آمنة.
- البرق يمكنه أن يكون خطيرًا حتى لو كنت في الداخل.
 - تجنب استخدام الأجهزة المتصلة بالماخذ الكهربائية.
 - تجنب المياه الجارية. البرق يمكنه السريان من خلال التركيبات الصحية وخطوط المياه.
- اعلم أنه لا يوجد مكان آمن في الخارج عندما تضرب العواصف الرعدية المنطقة. إذا علقت في عاصفة رعدية في الخارج، فاستمر في التحرك نحو ملجأ آمن.

ماذا يجب أن تفعل: بعد العاصفة الرعدية

اعتن بنفسك



- من الطبيعي أن تتنابك الكثير من المشاعر السيئة، التوتر، أو القلق.
- تناول طعامًا صحيًا واحصل على قسط كافٍ من النوم لكي تكون قادرًا على التعامل مع التوتر.
- إذا كنت بحاجة إلى التحدث إلى شخص ما فيمكنك الاتصال بخط المساعدة في حالات الكوارث مجانًا. اتصل أو ارسل رسالة نصية إلى الرقم **1-800-985-5990**.

امنع وقوع الإصابات



- احذر خطوط وأعمدة وأسلاك الكهرباء المتساقطة على الأرض فهي قادرة على صعقك. بلغ عنها شركة المرافق فورًا.
- توقع حدوث انقطاعات في التيار الكهربائي.
 - تجنب استخدام الشموع لأنها قد تسبب الحرائق. وبدلاً من ذلك، استخدم المصابيح التي تعمل بالبطارية والكشافات الكهربائية.
 - احذر من التسمم بأول أكسيد الكربون. استخدم المولدات والشوايات ومواقف المخيمات في الخارج فقط وبعيدًا عن النوافذ.
 - لا تأكل الطعام الفاسد لكيلا تصاب بالمرض. تخلص من الطعام الذي تبلل أو أصبح دافئًا. إذا كنت في شك من طعام، تخلص منه!

