



دليلك في الحالات الطارئة



في الإسعافات الأولية

4



في مواجهة الكوارث
الطبيعية وانقطاع التيار

1



في السلامة من الحرائق

5



في مواجهة طوارئ الحرب

2



الاهتمام بذوي
الاحتياجات الخاصة

6



في الحماية من الأعمال
التخريبية

3

«الاستعداد هو الخطوة الأهم نحو الحماية»

1 - في مواجهة الكوارث الطبيعية وانقطاع التيار

8	البرق والصواعق
10	الفيضانات
12	الهزّات الأرضية والزلازل
17	مدّ الأمواج العاتية (تسونامي)
21	الانزلاقات الأرضية
23	انقطاع التيار الكهربائي
24	تخزين المواد الغذائية الأساسية

البرق والصواعق

البرق، هو الضوء المُبهر، الذي يظهر فجأة في قلب السماء عند اضطراب الأحوال الجوية. وهو عبارة عن شرارة قوية ناتجة عن تصادم بين سحابتين، تحمل إحداهما شحنة كهربائية سالبة، والأخرى موجبة. ويعقب هذا الضوء صوت عالٍ قادم من اتجاه السماء، يسمى «الرعد». ويُطلق على الاثنين معاً اسم «الصاعقة».

والبرق عادة لا يكون ضاراً، أما السبب فهو أن معظم شحناته لا تصل إلى الأرض. وعلى أية حال، فإن البرق يُظهر قوّته من آن لآخر في اقتلاع شجرة، أو هدم مدخنة أو قتل شخص أو حيوان.

وقد اتضح أن معظم هؤلاء الذين صعقهم البرق كانوا يستظلّون أو يحتمون بشجرة، وهذا هو أخطر ما يفعله الإنسان حينما تتور عاصفة رعدية. ذلك لأن الأشجار والمباني العالية تساعد صواعق البرق على الوصول إلى الأرض. ومن أجل هذا كان الحرص على تزويد أسطح المباني بممانعات الصواعق، وهي أشربة معدنية تمتصّ الكهرباء وتصرف شحنتها القاتلة إلى جوف الأرض.

ويعمل مانع الصواعق على امتصاص شحنتها، وتفرغها في الأرض بسلام، بعيداً عن المبنى، لأن الطاقة المذهلة للصاعقة قادرة على تدمير أي شيء يقع في طريقها.

كيف تتجنب مخاطر البرق؟

عندما تهدد عاصفة رعدية المنطقة التي تكون موجوداً فيها، تصرف بوعي، وابحث عن ملاذ أكثر أماناً، وتجنب الاقتراب من الأجسام المعدنية أو الاحتماء تحت شجرة عالية.



أثناء حصول الرعد، تجنب القيام بما يلي

- استعمال الهاتف والأجهزة والمعدات الكهربائية.
- الوقوف تحت الأشجار العالية.
- البقاء في الخارج أو في الأماكن المرتفعة.
- لمس الأجسام المعدنية.
- الاقتراب من الأسوار المعدنية، والأنايب والسكك الحديدية.



إذا كنت خارج البيت، إبحث عن الملاذ الآمن

- التجئ إلى مبنى أو مركبة.
- في الأماكن المفتوحة أو الغابات، احتم في منطقة منخفضة، مثل مكان تنمو فيه أشجار صغيرة بكثافة.
- في منطقة مفتوحة، خذ وضعية كروية بالزحف على الأرض.
- إذا صادف وجودك في البحر، توجه نحو الشاطئ.
- إذا كنت تقود دراجة هوائية أو نارية، أو عربة جولف، ترجل عنها.
- إذا كنت متجمعاً مع أشخاص آخرين، على الجميع أن يتفرقوا.



إذا كنت داخل البيت

- تجنب الاستحمام، لأن الأنايب وتمديدات الحمام يمكن أن توصل الطاقة الكهربائية للبرق.
- تجنب استعمال الهاتف المزود بأسلاك، إلا في الحالات الطارئة. فالهواتف اللاسلكية والخليوية تكون آمنة الاستعمال في مثل هذه الحالات.
- قم بفصل الأجهزة والمعدات الكهربائية عن مصدر التيار (مثل الحواسيب الآلية)، وأطفئ أجهزة تكييف الهواء. فالطاقة الناتجة عن البرق يمكن أن تسبب ضرراً خطيراً.

الفيضانات

الفيضانات هي إحدى الظواهر الطبيعية التي تحدث نتيجة زيادة منسوب المياه في المجاري المخصصة لها. وكلما زادت سرعة جريان المياه ازدادت معها كمية الفيضان والعكس صحيح. وهي تراكم أو تزايد المياه التي تغمر الأرض، ويمكن أيضاً أن تنطبق على تدفق المياه من المد والجزر. تأتي الفيضانات غالباً نتيجة لما يلي:

- حدوث زيادة في مستويات هطول الأمطار الغزيرة.
- هبوب العواصف القوية والأعاصير.
- انهيار السدود التي تحتزن كميات كبيرة من المياه.
- زيادة مفاجئة في مستوى مياه البحار، نتيجة هطول الأمطار الغزيرة، أو بسبب ذوبان الثلوج على الجبال، أو في أعقاب وقوع الهزات والزلازل الأرضية أو في قيعان البحار (تسونامي...)، أو نتيجة حدوث تغيير في ضغط المياه أسفل المحيطات.

وتكون معظم الفيضانات ضارة، لأنها قد تؤدي إلى خسائر كبيرة في الأرواح والممتلكات (منازل، مواشي، سيارات...) والمنشآت العامة (مبان، جسور وأنفاق، خطوط الهاتف والتيار الكهربائي...)، كما إلى جرف الطبقة العليا للتربة. فعلى المستوى البشري، قد تتسبب الفيضانات في حالات وفاة نتيجة، الغرق أو الصعق بالتيار الكهربائي، أو نتيجة للأوبئة والأمراض التي تنتشر بسبب التلوث المحتمل لمياه الشرب والاستخدام على حد سواء. كما قد تتسبب في حدوث نقص حاد في المواد الغذائية، لاسيما في المناطق التي تحاصرها المياه ويصعب الوصول إليها بسهولة، أو نتيجة لغرق المحاصيل الزراعية، وبالتالي تلفها.

ويمكن للخبراء ومراكز الأرصاد الجوية توقع حصول الفيضانات عبر متابعتهم للتقلبات الجوية المختلفة، وبالتالي التنبيه إلى المخاطر المحتملة. لكن، يبقى اتخاذ إجراءات الحيطة والحذر ضرورياً وواجباً، على المستويين الفردي والجماعي، لتلافي وقوع ما لا تُحمد عقباه. وتأتي السرعة في تنفيذ عمليات الإخلاء في مقدمة هذه الإجراءات.

الإخلاء والانتقال إلى منطقة مرتفعة

- إذا كنت في البيت، اتبع إحدى الخطوات التالية :
- إبقَ حيث أنت، ولكن عليك متابعة التطورات عبر المذياع (الراديو) أو التلفاز لمتابعة، والاستعداد لتنفيذ التعليمات التي تأتيك من الجهات المعنية (الشرطة مثلاً) بالإخلاء.
- إذا ما اعتقدت أن من الخطر البقاء في المنزل، حافظ على هدوئك واتصل بالشرطة (وزودها بالمعلومات اللازمة) للمساعدة والإخلاء الفوري.
- انتقل إلى منطقة مرتفعة، بعيداً عن مجاري الأمطار والسيول والأودية والسدود والجبال.



إذا كنت داخل سيارة:

- تصرف بوعي تام وبحذر شديد، وانتبه إلى مؤشرات الفيضان.
- لا تلجأ بتاتا إلى المغامرة، فقد تؤدي بك وبمَن معك.
- لا تتجاوز بسيارتك الحواجز الأمنية لأنها وُضِعَتْ من أجل سلامتك.
- إذا ما علقت سيارتك في منطقة يرتفع منسوب المياه فيها بسرعة، اتركها على الفور وحاول الوصول إلى منطقة أكثر ارتفاعاً.
- اتصل بإدارة الدفاع المدني أو الشرطة إذا كانت هناك حاجة للمساعدة.



الهزّات الأرضية والزلازل



عندما يقع الزلزال...

إذا كنت داخل مبنى

- قف تحت إطار مدخل الباب، أو تحت طاولة متينة.
- ابتعد عن النوافذ والزجاج والرفوف، وعن أي شيء يُمكن أن يسقط عليك من الأعلى ويؤذيك.
- احذرَ تسرّب الغاز، ولا تُشعل الشموع، أو أعواد الثقاب أو الأنواع الأخرى من اللهب أثناء وبعد الهزة.

الزلازل هي إحدى الظواهر الطبيعية التي لا يُمكن التنبؤ بوقوعها، كما لا يُمكن تفاديها، بل، بالإمكان اتخاذ الاستعدادات اللازمة للحدّ من كوارثها وأضرارها، أثناء وبعد وقوعها. وهي عبارة عن اهتزازات أرضية سريعة مُتّبعة بارتدادات، تُدعى: «أمواج زلزالية»، تعود إلى تكسّر الصخور وتحركها في باطن الأرض، نتيجة لمؤثرات جيولوجية ينجم عنها تحرك الصفائح الأرضية. وقد ينشأ الزلزال كنتيجة لأنشطة البراكين أو لوجود انزلاقات في طبقات الأرض.

وقد تؤدّي الزلازل إلى تشقّق الأرض ونضوب الينابيع، أو ظهور أخرى جديدة، أو حدوث ارتفاعات وانخفاضات في القشرة الأرضية، وأيضاً، حدوث أمواج عالية تحت سطح البحر (تسونامي)، فضلاً عن أثارها التخريبية على المباني والمواصلات والمنشآت. وتحدّد قوّة الزلزال من 1 إلى 10 درجات، وفق مقياس ريختر. وبينما تُعتبر قوة الزلزال من 1 إلى 4 درجات «خفيفة»، إذ من المُمكن ألاّ تُحدث أيّة أضرار على مُستوى الأرواح والممتلكات... فإنّ الزلازل التي تتراوح قوتها ما بين 4 و 6 درجات، تُصنّف «متوسّطة»، حيث قد تُحدث أضراراً بالمنازل والمباني. أما «القصوى»، فتوصّف بها الزلازل التي تزيد قوتها عن 7 درجات على المقياس نفسه، وفي هذه الحالة قد تستطيع الزلازل تدمير مدن ومناطق بأكملها، وإزالتها نهائياً، أو طمرها تحت الأرض. حتى الآن، إنّ الزلازل التي شعرنا بها في دولة الإمارات العربية المتحدة، هي نتاج لهزّات حصلت في المنطقة، ولم تسجّل حالات ارتفاع شديد في مستويات الموجات البحرية. إلّا أنّ أيّ مؤشّر على وجود مثل هذا النشاط الذي يفرض تهديداً للدولة، سيتمّ التعامل معه على الفور، من خلال التنسيق مع المركز الوطني للأرصاد الجوية والزلازل، وسيتمّ تفعيل الإنذار الخاص بذلك. وفي مثل هذه الحالة، ستقوم الجهات المعنية والشرطة بتنفيذ الخطط المُعدّة لذلك، لرفع مستوى الاحتياط لدى الجمهور، أو القيام بالإخلاء، أو اتخاذ الإجراءات اللازمة في الحالات الطارئة إذا لزم الأمر.



وفي جميع الحالات:

- حاول أن تبقى محافظاً على هدوئك، ولا ترتبك، وحاول أن تُسعف مَنْ هُم حولك.
- تجنب الاتصال بهواتف الطوارئ (999)، للتخفيف من الضغط على خطوطها.
- استمع إلى المذيع أو تابع التلفاز للوقوف على آخر المعلومات والتطورات.



إذا كُنْتَ في مركبة

- توقف بأسرع ما يمكن أن تسمح به شروط السلامة.
- ابتعد عن الأنفاق والجسور، ولا تخرج من مركبتك.



إذا كُنْتَ خارج المبنى

- قف بعيداً عن الأشجار.
- ابقَ في المكان المفتوح إلى حين توقف الهزة.
- ابتعد عن المعابر السفلية والعلوية.
- ابتعد عن المباني والجدران الخارجية.
- ابتعد عن أعمدة الإنارة العالية وخطوط الكهرباء والهاتف.

بعد أن تتوقف الهزات...



إذا كانت هناك حاجة للإخلاء

- لا تستعمل المصاعد، وغادر بطريقة منظّمة عن طريق السلالم.
- قبل أن تغادر بيتك:
 - أطفئ كافة المصابيح والأجهزة الكهربائية.
 - أغلق مصدر الغاز وصنابير المياه.
 - قُمْ بجمع أفراد العائلة معاً.
 - أحضِر حقائبك المعدة مسبقاً.
 - أقفل الباب، وقُمْ بتأمين بيتك.



- تفحص المبنى للتأكد من عدم وجود أية عيوب جديدة فيه أو في عناصر هيكلية، مثل الجدران، الأرضيات، حواجز الشرفات، الأعمدة. ثم أبلغ الجهات المعنية في حال حدوث أي من هذه العيوب (إدارة البلدية / قسم تفتيش المباني، إذا كنت تسكن في مبنى خاص أو حكومي، أو وحدات الصيانة التي تخدم في المنطقة).



- إبحث عن المصابين وقم بتقديم المساعدة لهم وإسعافهم، أو اطلب المساعدة بالاتصال بإدارة الدفاع المدني أو الشرطة إذا لزم الأمر.
- إبحث عن المفقودين وتفقد معارفك.
- لا تمشح في القدمين.
- انتبه إلى أماكن تسرب الغاز والماء والمجاري، وقم بالإبلاغ عنها.
- تفحص الأسلاك المقطوعة، وافصل التيار عن الأدوات الكهربائية المنزلية.
- قُمْ بتنظيف تسربات المواد الخطرة.
- استمع إلى الإذاعة المحلية لتتبع الإرشادات.
- اقتصد في استعمال الهاتف.

ملاحظة: يُصبح الإخلاء من المبنى ضرورياً، عندما تكون هناك علامات ملحوظة على وجود عيوب هيكلية في عناصره. وفي حال عدم وجود شقوق جديدة، يمكنك البقاء فيه.

العدة الاحتياطية لمواجهة الزلازل:



- زجاجات ماء كافية للشرب، ومؤونة أسبوع من أغذية معلّبة ومجفّفة (يجب استعمالها واستبدالها كي لا تفسد).
- فتّاحة مُعلّبات وعلبة ثقاب «كبريت».
- حقيبة إسعاف تحتوي على أدوات ومكوّنات الإسعاف الأولي والأدوية الضرورية لأفراد الأسرة.
- كتيّب عن الإسعافات الأوليّة.
- جهاز مذياع «راديو» صغير، ومصباح مع بطاريات إضافية.
- مطفأة حريق، وجهاز لتحريّ الدخان.
- مفتاح عدّة «إنكليزي» قابل للتعديل، لإصلاح تسرّبات الغاز والماء.
- سلّم محمول للنّجاة.
- أرقام هواتف الشرطة والطوارئ والدفاع المدني.

إذا ما حوصرت تحت الركام والحطام:



- حاول الاستناد إلى جدار قريب حيث يُمكن للمتقذين الوصول إليك بسهولة.
- غطّ أنفك وفمك بقطعة قماش أو براحة يدك.
- لا تستخدم ولاّعة ولا تُشعل عود ثقاب.
- استخدم صفّارة (إذا ما توفّرت لديك) أو اصرخ بصوت عالٍ لتنبيه المسعفين إلى مكان وجودك.

تعزيز إمكانية النجاة في حال محاصرتك تحت الأنقاض

إرشادات عامة عندما تكون تحت الركاب

- حافظ على نفسك، وأحم رأسك ووجهك من الزجاج المتناثر أو الأجسام المتساقطة من أعلى، عبر تغطية رأسك بمعطف، أو ببطانية أو بالصحف أو بصندوق، إلخ.
- ابتعد عن المناطق الخطرة أو الأجسام غير المستقرة، وإذا أمكن، لبس زوجاً من الأحذية القوية لحماية قدميك من الزجاج المتناثر.
- استند إلى أي جدار خال من نوافذ زجاجية أو رفوف مركبة. أو ازحف واجلس تحت منضدة أو مكتب أو طاولة متينة، أو سرير صلب، لأن ذلك سيمنحك فسحة للتنفس، ويحميك من الأجسام المتساقطة من أعلى.
- إذا كنت في منطقة آمنة، إبقَ فيها، ولا تحاول استعمال السلالم أو المصاعد الكهربائية، لأن هناك احتمال خطر سقوط ركاب أو تضرر السلالم أو المخرج، وانقطاع التيار الكهربائي في المصاعد.
- استعمل مصباح ومّاض لجذب الانتباه، ولا تشغل مفاتيح المصابيح أو أعواد الثقاب أو النيران أو طبّاخات الغاز إلخ، ما لم تكن متأكداً من عدم وجود خطر تسرب للغاز.
- إذا ما حوصرت بالركاب، حرّك أصابع يديك ورجليك بين فترة وأخرى، لضمان دوران الدم ومنع حدوث التجلّطات الدموية.
- حافظ على معنوياتك عالية بالتفكير بأحبائك، الأمر الذي سيساعدك في السعي إلى البقاء حياً، ويرفع من روح المقاومة لديك.
- حافظ على الهدوء، وكن متنبهاً، واستجب إلى نداءات المنقذين. لا تصرخ دون ضرورة لأن ذلك قد يضعفك.
- استقطب انتباه المسعفين باستعمال المصباح الوّماض، أو بالصراخ، إذا كنت متأكداً من وجود شخص من حولك.
- تناول الطعام والماء من الثلاجة، إذا كانت على مقربة منك.
- اقتصد في الاستهلاك، لكي تحافظ على بقاء الطعام لفترة أطول.
- احذر الزجاج المتناثر والركاب.

مدّ الأمواج العاتية (تسونامي)



التسونامي هو عبارة عن سلسلة من الأمواج العاتية، السريعة والقوية، تتشكل في البحر أو قرب الشاطئ، قد يصل ارتفاعها حتى 30 متراً، فيما قد يبلغ طولها مئات الأمتار، أما سرعتها فقد تصل إلى قرابة 800 كلم في الساعة. ونتيجة لذلك الكمّ الهائل من المياه والطاقة الناجمة عن تحركها، تكون آثار التسونامي مدمّرة، لاسيما عندما تضرب الشواطئ. والفارق بين أمواج تسونامي وأمواج البحر العادية هو أن طاقة الأولى تستمد من حركة الأرض بينما الثانية تأتي من الرياح.

يكثر حدوث ظاهرة أمواج تسونامي في منطقة المحيط الهادي، حيث يوجد أكثر من نصف براكين العالم. وعندما تقع تلك الظاهرة، فإن المناطق الساحلية تتعرض دون إنذار مسبق في بعض الأحيان، لأمواج بالغة القوة.

وتنشأ موجات تسونامي نتيجة اضطرابات عنيفة تحت سطح البحر، كالهزّات الأرضية والانزلاقات وتحرك أعماق المحيطات، والانفجارات البركانية التي تحصل تحت سطح الماء، إضافة إلى التفجيرات النووية.

وتحدث معظم حالات التسونامي بفعل الزلازل التي تقع في البحر والتي تؤدي إلى حدوث تحركات في قاعه. ومن المنطقة التي ينشأ فيها التسونامي، تنتقل الموجات في كافة الاتجاهات عبر مسافات شاسعة. وفي المياه العميقة، لا تكون موجة التسونامي ملحوظة ولكن عندما تقترب من الشاطئ، تزداد ارتفاعاً.

لا يمكن منع وقوع التسونامي أو التنبؤ الدقيق بحدوثه، حتى ولو كانت مؤشرات الزلازل تشير إلى المكان بشكل صحيح. وفي هذه الحالة، يقتصر دور الجيولوجيين وعلماء المحيطات والمختصين بالزلازل على إصدار تحذيرات بشأن احتمال وقوعه. لكن مع ذلك، يجري تطوير العديد من الأنظمة التي يمكن أن تساهم في الحد من أضراره.

هل يمكن أن تتعرّض دولة الإمارات العربية المتحدة لـ «تسونامي»؟

تتمتع دولة الإمارات العربية المتحدة بموقع جغرافي يحصّنها من ارتفاع موجات المدّ البحري (تسونامي)، لكونها بعيدة إلى حدّ ما عن مناطق هذا المدّ العالي. ولذلك فإن احتمال تعرّض الدولة لخطر التسونامي مباشرة، ضعيف. ومع ذلك، أنشأت دولة الإمارات العربية المتحدة «المركز الوطني للأرصاد الجوية والزلازل»، لمتابعة مثل هذه الحالات والمخاطر.



تراجع البحر على نحو مفاجئ

لا تبقَ مكانك، وتحقق من علامات الإنذار التي يجب الانتباه إليها



- إذا كنتَ عند الشاطئ أو بالقرب من البحر، وشعرتَ باهتزاز الأرض، توجّه على الفور إلى منطقة أعلى.
- لا تنتظر صدور إنذار بوجود تسونامي.
- توجّه إلى منطقة مرتفعة بأسرع ما يُمكن، لأن التراجع المفاجئ لمستوى منسوب مياه البحر الناتج عن تراجع في خط الساحل، بمسافة كيلومتر واحد أو أكثر أحياناً، يُعتبر بمثابة إحدى العلامات التي تسبق، أو تكون بين السطح العلوي لموجات التسونامي.
- لا تقترب من الشاطئ لكي تتحقق من الأمر، بل ابتعد عنه فوراً.
- إذا ما صدرت التعليمات بالإخلاء، نفذ على الفور.



كيف تتصرف إذا ما فوجئت بتسونامي؟



- انتظر إشارة «انتهاء الحالة الطارئة»، وابتعد عن المنطقة إلى أن تصبح آمنة.
- لا تتخدع بالاعتقاد بأن الخطر قد زال عند حدوث موجة واحدة، فالتسونامي ليس مجرد موجة واحدة، بل سلسلة من الأمواج التي تتباين من حيث أحجامها.



- إذا كنت على متن زورق أو سفينة، وإذا ما توفّر لديك الوقت، انقل مركبك إلى المياه الأكثر عمقاً.
- إذا كانت الأحوال الجوية سيئة، قد يكون من الأسلم ترك المركب عند الرصيف والانتقال إلى منطقة مرتفعة.



- لا تبقى في المنازل والمباني الموجودة في المناطق الساحلية المنخفضة، في حال وجود إنذار بوقوع تسونامي، لأنها ليست آمنة.
- إذا لم يتوفّر لديك الوقت الكافي للانتقال السريع إلى المناطق البرية الداخلية أو إلى منطقة مرتفعة، إلجأ إلى مبانٍ محمية، حيث يمكن أن توفّر الطوابق العليا في المباني المرتفعة والمشيدة من الخرسانة المسلحة، ملاذاً آمناً.



- تحرّك بسرعة إلى منطقة عالية

الانزلاقات الأرضية

هي عبارة عن زحف كتل ترابية ضخمة وتحركها من مكانها، بما تحمله من مكونات، كالأتربة والصخور والأشجار. وتحدث عادة في سفوح الجبال والمناطق المرتفعة، أو في أحواض الأودية وعلى ضفافها، وكذلك في الأراضي المنحدرة. وتكون على نوعين: انخفاضية أو انقالية. ولا يكون وجود الماء ضروريا في حدوث هذه الحركات تحدث الانزلاقات الأرضية عند توفر واحد أو أكثر من الظروف التالية:

- الجاذبية الأرضية، ووجود بُنية صخرية غير اعتيادية ومائلة.
- وجود السفوح شديدة الانحدار، وخاصة في السفوح الانكسارية أو المنحدرات التي خلفها الإنسان عند شقّه للطرق في المناطق الجبلية.
- تشبّع الأرض بمياه الأمطار الغزيرة أو ذوبان الثلوج والجليد، وتلك المتسرّبة إليها من الخزانات وفتوات الريّ... إلخ.
- أثناء وفي أعقاب حدوث الزلازل والبراكين.
- وجود الجدران حادة الارتفاع التي تحيط بالخنادق النهرية والوديان الجليدية.
- إزالة الطبقات الأرضية الساندة، أو الطبقات الصخرية التحتية، بواسطة عمليات طبيعية، أو بواسطة الإنسان، كحفر الأنفاق والمناجم.





وبعد حدوث الانزلاق الأرضي...

- ابتعد عن المنطقة، وعن المباني والخطوط الكهربائية المتضررة.
- أبلغ الشرطة عن أية حوادث أو قضايا قانونية.
- أبلغ (البلدية) أو الجهة المختصة عن العيوب الهيكلية في المباني الخاصة أو العامة.
- قُم بتوجيه المنقذين إلى مواقع الأشخاص المصابين والمحاصرين قرب المناطق المتضررة.
- حاول الحصول على المعلومات والالتزام بها من الجهات المعنية قبل السكن في المنازل المتضررة.
- واصل الاستماع إلى التلفاز أو الإذاعة، للاطلاع على أحدث المعلومات عن الحالة الطارئة.



كيف تتصرف أثناء حدوث الانزلاق؟

- في حال حدوث انزلاقات أرضية يليها زلزال، يجب الإخلاء فوراً، إذا كان ذلك آمناً. ولا تنس أن تجلب معك حقيبتك الجاهزة.
- حافظ على هدوئك وكن حذراً، واستمع إلى الإذاعة أو التلفزيون لمتابعة آخر المعلومات عن الحالة الطارئة.
- أغلق مصادر الغاز والكهرباء والماء التي قد تسبب ضرراً إضافياً.
- أبلغ جيرانك.
- كن حذراً أثناء قيادة السيارة على وجه التحديد.
- إذا ما حوصرت، اطلب المساعدة أو اتصل بالرقم (999) وانتظر الإنقاذ.



مقدمات الانزلاقات؛

- ظهور شقوق جديدة أو عدم توازن، أو ميلان، أو ظهور نتوءات في الجدران الساندة للأرض.
- ميلان أو تحرك الأشجار والأشجار وأعمدة الكهرباء والاتصالات، في اتجاه الانحدار.
- حصول تغييرات في طبيعة الانحدار وأنماط تصريف المياه، مثل المياه التي تتجمع خلف جدار الحجز، أو تلك التي تتدفق من خلال سطح الأرض.
- تآكل أو إزاحة النباتات والجزء العلوي من التربة على المنحدر.
- ارتفاع قشرة الأرض أو قاع المنحدر.
- عند حدوث أي من هذه الدلائل، على مالك الأرض تكليف مهندس محترف للمعاينة والتقييم والتوجيه بحلول تصحيحية.

انقطاع التيار الكهربائي

هو انقطاع الطاقة الكهربائية لفترة قصيرة أو طويلة، وقد يكون جزئياً أو شاملاً. وتوجد - في العادة - أسباب عديدة لهذا الانقطاع، مثل:

- وجود أعطال طارئة في محطات الطاقة.
- تلف في خطوط الطاقة، أو المحطات الفرعية
- حدوث ماس كهربائي.
- تحميل زائد على الشبكة الكهربائية.
- نتيجة خطأ أو فعل بشري.
- أو أي جزء من نظام التوزيع.

وعلى الرغم من ندرة حالات انقطاع التيار الكهربائي في دولة الإمارات العربية المتحدة، يجب أن نكون مستعدين في كافة الأوقات. وفي ما يلي بعض الإجراءات التي يُمكن اتخاذها للاستعداد والتعامل مع انقطاع التيار الكهربائي:



- يجب تجنب اللجوء إلى الاتصال بالخطوط الساخنة الخاصة بالدفاع المدني أو الشرطة، ما لم يكن هناك وضع يهدد الحياة، أو كانت هناك حاجة لخدمات الإسعاف.
- إذا كنت بحاجة لاستخدام سيارتك، لنكن قيادتك بطيئة، وكن في غاية الحذر عند التعامل مع مستخدم الطريق.
- تأكد من ترك المصابيح الرئيسية للسيارة مضاءة في كل الاحتمالات.



- اتصل بوحدة الصيانة التابعة للدفاع المدني أو إدارة البلدية، لإنقاذ الأشخاص العالقين في المصاعد أثناء انقطاع التيار الكهربائي. وهنا يجب على الجمهور ألا يحاول إنقاذ الأشخاص المحاصرين في المصاعد بأنفسهم، لأنهم غير مدربين، ولا يمتلكون المعدات المناسبة لمثل هذه العمليات.
- على الأشخاص المحاصرين في المصعد، المحافظة على الهدوء، والضغط على زر الإنذار، وانتظار وصول المساعدة.



- تناول المذياع والمصباح الكشاف من حقيبة الطوارئ الجاهزة.
- قم بتشغيل المذياع للحصول على المعلومات، فالنشرات الإخبارية الإذاعية ستكون الأداة الأكثر فعالية لتزويد الجمهور بأحدث المعلومات عن حالة انقطاع التيار.

تخزين المواد الغذائية الأساسية

لا شك بأن تجاوز حالة طارئة، سيكون أكثر سهولة عليك وعلى عائلتك، إذا ما قمتَ بتخزين المواد الغذائية الأساسية بشكل منتظم في منزلك. وهذه عادةً تتَّصف بالحكمة، لأنك لا تعرف متى تقع الحالة الطارئة. القائمة التالية للمواد هي مجرد مثال، ولكن لأبَد من تخزين المواد طبقاً لاحتياجاتك وأولوياتك. أما الكميات التي ستقوم بتخزينها فستعتمد على عدد أفراد أسرتك.

الاستهلاك التقديري لكل شخص لمدة أسبوعين:



- مشروبات: مسحوق الحليب، - علبتان (900 غرام لكل منهما) للأطفال حتى سن 6 أشهر
- علبه واحدة (900 غرام) للأطفال من سن 7 أشهر حتى 6 سنوات.
- سكر: 1 كيس (500 غرام)
- مشروب «ملت» علبه واحدة (400 ± غرام)



- حصص جافة: أنواع مختلفة من البسكويت، علبتان (250 غرام لكل منهما)
- شعيرية سريعة التحضير: (15 باكيت)



- مواد غذائية معلّبة: لحوم / سمك / بقوليات، 7 علب متنوعة (400 ± غرام لكل علبه)
- خضار معلّبة: 7 علب متنوعة (400 ± غرام لكل علبه)



- أرز: 2.5 كغم + 1 كغم
- زيت الطبخ: قنينة واحدة (250 ± غرام)
- تمر

الإمارات العربية المتحدة
المجلس الأعلى للأمن الوطني

الهيئة الوطنية لإدارة الطوارئ والأزمات والكوارث

إدارة الإعلام والتواصل الجماهيري
قسم تثقيف وتوعية المجتمع

أبوظبي 113811 ✉ 00971 2 4177 088 📠 00971 2 4177 000 ☎

www.ncema.gov.ae info@ncema.ae NCEMA UAE   