



# خطة طوارئ

## معلومات أفراد الأسرة

الاسم

أرقام البطاقة الإقليمية للصحة

أرقام جواز السفر / بطاقة الإقامة الدائمة /  
بطاقة الصفة / غير ذلك من الوثائق المهمة

أرقام رخصة السياقة

أرقام الهاتف الخليوي

الاسم

أرقام البطاقة الإقليمية للصحة

أرقام جواز السفر / بطاقة الإقامة الدائمة /  
بطاقة الصفة / غير ذلك من الوثائق المهمة

أرقام رخصة السياقة

أرقام الهاتف الخليوي

الاسم

أرقام البطاقة الإقليمية للصحة

أرقام جواز السفر / بطاقة الإقامة الدائمة /  
بطاقة الصفة / غير ذلك من الوثائق المهمة

أرقام رخصة السياقة

أرقام الهاتف الخليوي

الاسم

أرقام البطاقة الإقليمية للصحة

أرقام جواز السفر / بطاقة الإقامة الدائمة /  
بطاقة الصفة / غير ذلك من الوثائق المهمة

أرقام رخصة السياقة

أرقام الهاتف الخليوي

الاسم

أرقام البطاقة الإقليمية للصحة

أرقام جواز السفر / بطاقة الإقامة الدائمة /  
بطاقة الصفة / غير ذلك من الوثائق المهمة

أرقام رخصة السياقة

أرقام الهاتف الخليوي

**جهات اتصال مهمة:**

**(مثال ذلك: شخص يمكنه أن يطمئن عليك أو يعينك ويجلب لك ما تحتاج إليه إلخ...)**

العنوان	أرقام الهاتف	نوع العلاقة	الاسم	
				أحد الداعمين من الأقارب والمعارف
				أحد الداعمين من الأقارب والمعارف
				أحد الداعمين من الأقارب والمعارف
				أحد من خارج المدينة أو البلدة
				غير ذلك

ملاحظة: راع أن يكون عند واحدٍ -أو أزيد- من هؤلاء الأقارب أو المعارف مكان تقييم فيه إن اضطررت إلى ترك منزلك لطائرة من الطوارئ.

## مواضع إقامة عند الطوارئ

الاسم

أرقام الهاتف:

العنوان:

ملاحظة: إن كان لك حيوانات أليفة، ينبغي أن تذكر اسم فندق يقبل الحيوانات الأليفة أو اسم مكان يمكن أخذ حيواناتك الأليفة إليه.

## موضع تلاقي أفراد الأسرة

موضع قريب

منك

موضع خارج

المنطقة

ملاحظة: لعلك تطبع خريطة لكل موضع وترسل بها في رفقة هذه الخطة، أو تحفظ الخريطة في هاتفك الخليوي لسهولة الوصول إليها. وتدرّب أنت وأسرته على الوصول إلى موضع التلاقي الذي تعينه، فذلك يعين على ضمان أن يعلم كل أفراد الأسرة أين يذهبون وكيف يصلون إن حدثت طارئة من الطوارئ.

## خطة الطوارئ في المدرسة

تفاصيل خطة الطوارئ	معلومات جهات الاتصال	اسم المدرسة واسم الطفل / أو أسماء الأطفال
--------------------	----------------------	--

ملاحظة: لعلك تحتفظ بقائمة جهات الاتصال في الطوارئ التي قدمتها إلى المدرسة أيضاً، فيمكن أن تحتاج إلى الاتصال بجهةٍ منها لتستعين بها على أخذ أطفالك من المدرسة.

## جهات الاتصال الطبية

العنوان	جهة اتصال بعد ساعات لعمل	أرقام الهاتف	الاسم
			طبيبة
			أقرب قسم طوارئ إليك
			صيدلية
			مختصّ/ ة بتصحيح البصر
			طبيبة/ أسنان
			مركز مكافحة السموم
			غير ذلك

## معلومات طبية

يُستحسن لكل فرد من أفراد الأسرة:

- أن يرسل بصحبة هذه الخطة نسخة من بطاقته الصحية.
- أن يرسل بصحبة هذه الخطة نسخة من بطاقة التأمين الصحي من الطرف الثالث أو بطاقة التأمين الصحي الخاص، أو غير ذلك من التأمين الصحي الإتمامي (مثل التأمين الصحي الذي يعطيه صاحب العمل).
- أن يرسل بصحبة هذه الخطة نسخة من كل وصفة طبية.
- أن يُدخل في عُدته مقداراً من كل أدويته يكفيهِ ثلاثة أيام، أو لا أقل من أن يحفظها في موضع آمن داخل المنزل بحيث تكون قريبة المتناول فيأخذها سريعاً حين يترك المنزل عند الضرورة.

ملاحظة: لا تغفل كل الحالات الطبية لجميع أفراد الأسرة، وكل حاجة زائدة يمكن أن تكون بهم (مثل حاجة أحدهم إلى الكرسي المتحرك، والعكاز، والأكسجين، إلخ...). وضع خطة لتدبير كل ذلك في أثناء الطوارئ وبعدها.

## معلومات طبية

الدواء ومقدار جرعته

الحالة الطبية

الحساسيات

زمرة الدّم

المعونة الصحية  
(مثل الكرسي المتحرك والعكاز)  
انكر: العلامة التجارية والطراز  
والأرقام التسلسلية

خطة التدبير ساعة الطوارئ  
(ومن ذلك مصادر كهرباء زائدة  
وبطاريات زائدة إلخ...)

تفاصيل زائدة

ملاحظة: نرجو أن تطبع نسخاً زائدة من هذه الصفحة على حسب الحاجة لتكون في دي كل فرد من أفراد أسرته.

## معلومات مهمّة عن مزوّد الخدمات

تفصيل جهة الاتّصال	أرقام الحساب	اسم الشركة	
			الكهرباء/الوقود/ البروبان
			غاز
			ماء
			خدمات المعونة الطريقية/لسائقي السيارات والدراجات
			الشبّابة (الإنترنت)
			الهاتف
			مزوّد خدمات الصّرف الصّحيّ
			غير ذلك

معلومات المرافق (يرجى أن تراجع إرشادات الشركة المصنّعة أو الشركة التي تمّدك، وذلك لتستزيد في التفاصيل، وتبّع هذه الإرشادات في إعداد خطّتك)

المرفق	موضع قّطع الخدمة/تجاوز القّطع	كيفية قّطع الخدمة/تجاوز القّطع
صمام الماء الرّئيس		
لوحة توزيع الكهرباء		

## معلومات المرافق

		التجاوز اليدوي في باب المرآب (الكراج)
		الغاز
		مرافق أخرى
		موضع الأدوات التي يُحتاج إليها في فعل ما تقدم ذكره فوق (مثل ذلك: مفتاح اللوالب)
		غير ذلك

## معلومات التأمين

أرقام عقد التأمين	تفصيل جهة الاتصال	المؤمن
		المنزل
		التأمين من الطرف الثالث/التأمين الصحي الخاص/التأمين المتمم
		السيارة
		لحياة
		السفر والانتقال

ملاحظة: زُر [redcross.ca/ready](http://redcross.ca/ready) لتجد روابط تأخذك إلى مزيد من معلومات التأمين تعينك فيما قبل الطوارئ وفي أثنائها وفيما وبعدها. وتيقن مما يستوعبه تأمينك من الأضرار.

## الحيوانات الأليفة

(اسم الحيوان الأليف)

السُّلالة

أرقام الرقاقة الصَّغْرية/الرخصة

تفصيل الاتِّصال بالطبيب

البيطريِّ/مأوى الكلاب أو

القَطَّاط

موضع آمن في

الطوارئ

المُعَدَّات اللازمة

خطة الرعاية في

الطوارئ

ملاحظات زائدة

(اسم الحيوان الأليف)

السُّلالة

أرقام الرقاقة الصَّغْرية/الرخصة

تفصيل الاتِّصال بالطبيب

البيطريِّ/مأوى الكلاب أو

القَطَّاط

موضع آمن في

الطوارئ

المُعَدَّات اللازمة

خطة الرعاية في

الطوارئ

ملاحظات زائدة

ملاحظة: نرجو أن تطبع نسخاً زائدة من هذه الصفحة على حسب الحاجة ليكون لكل حيوان أليف في منزلك نسخة.







## تنبيه لا بدّ منه

- راجع خطة الطوارئ وحديثها وتدرّب عليها مع أسرتك مراراً (مرةً في السنة على الأقل).

- امتحن أجهزة الإنذار بالدخان ومكاشيف ثنائي أكسيد الكربون مرّة كلّ ستة شهور.

## التدريب على الإسعاف الأوّلي

- لعلكّ تتدرّب على الإسعاف الأوّلي والإنعاش القلبيّ الرئويّ.

- انظر [www.redcross.ca/firstaid](http://www.redcross.ca/firstaid) واحتمل تطبيق جمعية الصليب الأحمر الكندية (اسمه Canadian Red Cross First Aid) على هاتفك الذكيّ أو جهازك اللوحيّ لتكون المعونة على إنقاذ النفس بين يديك.

## معلومات جهات الاتصال في الطوارئ

### أحد من خارج المنطقة

الاسم

أرقام الهاتف

موضع لقاء قريب منك

موضع لقاء خارج منطقتك

### أحد من خارج المنطقة

الاسم

أرقام الهاتف

موضع لقاء قريب منك

موضع لقاء خارج منطقتك

## أحد من خارج المنطقة

الاسم

أرقام الهاتف

موضع لقاء قريب منك

موضع لقاء خارج منطقتك

## أحد من خارج المنطقة

الاسم

أرقام الهاتف

موضع لقاء قريب منك

موضع لقاء خارج منطقتك

## هل عندك عُدّة طوارئ؟

إن شئت أن تكون مستعداً للطوارئ ينبغي أن يكون لك عُدّة للطوارئ في منزلك، مع قَدْرٍ من المُوْنَة والمعدّات يكفي حاجات أسرتك كلّها ثلاثة أيام في الأقل. إذ يمكن أن تنشأ أحوال بينفي فيها الأمان، وذلك بسبب كوارث من مثل الفيضان والحرائق الهوجاء في الغابات وانقطاع الكهرباء. فإن طرأ ما يعرّض سلامتك للخطر فيمكن أن يطلب إليك المسؤولون المجتمعون إما أن تلتجئ إلى منزلك أو أن تخليه لتذهب إلى مكان آمن. وإذا طُلبَ إليك إخلاء منزلك فيمكن أن تُمهّلَ إلا دقائق تجمع فيها ما تحتاجه إليه وتأخذه وتخرج. ولذا كان وجود عُدّة الطوارئ بين يديك تستعملها في المنزل أو تأخذها وتخرج معيناً على الاستعداد وعلى بلوغ موضع الإجراء سريعاً عند الحاجة.

انظر [redcross.ca/ready](http://redcross.ca/ready)

إن شئت مرشداً إلى جمع عُدّة طوارئ أو شرائها، ممّا يُجاوز ما يرد في القائمة الآتية:

قد يبدو جَمْعُ العُدّة غالي الثمن، وليس الأمر كذلك، ثم إنه يستحقّ كل جهد يبذل من أجله!

## قائمة الاستثبات في عُدّة الطوارئ

- ماء شرب: لترٌّ واحدٌ في اليوم لكلِّ فردٍ مدّة ثلاثة أيام على الأقل، (فإذا كان معك حيوانات أليفة فليكن القدر لِتَربَين)
- ماء تنظيف ونظافة: لِتَربَين في اليوم لكلِّ فرد
- طعام (لا يتلف، ولا يُحتاج إلى تحضير)، ومن ذلك المُعلّبات وأصابع الطاقة إلخ...
- قنّاحة غُلب يدوية (هذا إذا أدخلت الطعام المُعلّب في عُدّتك) وأوانٍ وأدوات أكل وشرب
- موادّ لا تستغني عنها، من أدويةٍ (مع نسخ من وصفاتها الطبية)، ونظّارات زائدة أو عدسات لاصقة زائدة، ولوازم الأطفال (كالحفاظ، ووصفات تغذية الرضع، والطعام، والألعاب)، وأجهزة السَّمع، وطقم الأسنان، ولوازم السكري، والمشايّات، وطعام الحيوانات الأليفة ودوائها، إلخ... وذلك بحيث تكفيك ثلاثة أيام في الأقلّ.
- نسخ من الوثائق المهمة (مثل شهادات الميلاد والزواج وأجوزة السفر وبطاقات الإقامة الدائمة وبطاقات الصّفّة/الحالة أو غير ذلك من مثل هذه الوثائق المهمة، والبطاقات الصحية، والرُّخص، والوصايا، وأسناد ملك الأراضي، والتأمين)\*
- مصباح يدوي يعمل ببطارية أو بالبطارية، وبطاريات زائدة
- مذياع يعمل ببطارية أو ببطارية مع بطاريات زائدة
- مفاتيح زائدة لمنزلك وسيارتك
- عُدّة إسعاف أولي
- مالٌّ زائد بأوراق ونقد ذات فئة منخفضة
- مواد النظافة الشخصية
- شاحن هاتف خلوي زائد وعلبة بطاريات زائدة
- لوازم حيوانك الأليف (مثل طعامه ودوائه وسجّلات لقاحه)
- ورق وأقلام
- صقارة
- نسخة من خطة الطوارئ هذه (انظر [redcross.ca/ready](http://redcross.ca/ready) لتستزيد في المعلومات وتحتمل نموذجاً)

### فائدة

\* زد على احتفاظك بنسخ ورقية من الوثائق المهمة في موضع آمن (يستحسن يكون خارج منزلك) أن تحفظ نسخاً إلكترونية أو صوراً للوثائق المهمة في موضع آمن (مثل يُسبِنِيَّة (USB) مُعَمَّاة، أو تجهيزة أخرى آمنة) أو احفظها بين يدي شخص ثقة

## وإليك موادّ زائدة ينبغي أن تراعى وجودها في عُدّتك

- الأدوية التقليدية وأشياء الشعائر ممّا تستعمله أو ترغب في أن يكون معك
- الأطعمة التقليدية التي قد يصعب أن تجدها في المحالّ
- ملابس وأحذية زائدة لكلِّ فردٍ من أفراد الأسرة
- غُفّ لَدِنَة (بلاستيكية)
- مقصّ ومطواة (سكين جيب) (إلا إذا أُجلبت من طريق الجوّ أو في مركز/ ملجأ)
- معقم أيدي
- أكياس قمامة وأشرطة حازمة
- ورق مرحاض
- أدوات متعددة الوظائف وأدوات أساسية (أي مطرقة، ومفتاح لوالب، ومفكّ إلخ...)
- شريط لاصق صامد للماء
- كيس نوم أو لحاف لكلِّ فردٍ من أفراد الأسرة
- لُعب وُدُمَى وكتب وحزمة من ورق اللعب
- خريطة من ورق

ملاحظات أخرى مهمّة:

إخلاء المسؤولية: كل ما ورد في هذه الوثيقة أُورِدَ لنشر المعلومات لا غير، ولا ينبغي عُدّها في النصائح المهنية. وإذ قد بلّغتك المعلومات الواردة في هذه الوثيقة، فقد قبلت أن جمعية الصليب الأحمر الكندية ووكلائها غير مسؤولين عن كلّ إصابة أو خسارة أو ادّعاء أو أضرار مهما يكن نوعها تنشأ عن هذه المعلومات أو عن كلّ ادّعاء آخر مرتبط باستعمال هذه المعلومات ارتباطاً مُباشراً أو غير مُباشراً.