

آیا آماده هستید؟

آماده شدن برای بهبودی شما بعد از یک فاجعه / شرایط اضطراری بسیار مهم است.



خطرات پیش روی خود را بشناسید

برای خطرات زیست محیطی در منطقه خود آماده شوید

از طرز آماده شدن برای حوادث طبیعی/ شرایط اضطراری آگاه باشید، برای بدست آوردن معلومات بیشتر به [صفحه وب دفتر آمادگی حوادث طبیعی و مدیریت اضطراری](#) مراجعه نمایید.

برای دریافت هشدارهای اضطراری کانتی آلامدا در **AC Alert** و برای پیدا نمودن هشدارهای موجود در کالیفرنیا در **ListosCA/Alerts** ثبت نام کنید.



یک پلان ایجاد نمایید

خانه خود را قبل از وقوع فاجعه/واقعه اضطراری آماده کنید

یک پلان اضطراری فامیلی را در ready.gov/plan ایجاد کنید که می توانید آن را با عزیزان خود به اشتراک بگذارید.

ضروریات خاص فامیل خود را در نظر بگیرید مانند:

- سامان آلات صحی
- ترانسپورت
- حیوانات خانگی

این پلان را با فامیل خود تمرین کنید.

در جامعه خود مشارکت کنید.



اقدام کنید

آماده باشید تا عکس العمل نشان بدهید و بعد از یک فاجعه / شرایط اضطراری سر پا شوید

یک کیت اضطراری متناسب با ضروریات فامیل خود ایجاد کنید (برای مشاهده کیت نمونه به پشت صفحه مراجعه نمایید).

اسناد مهم را در جایی امن قرار دهید (برای مشاهده لیست پیشنهادی اسناد به [CalOES](#) مراجعه نمایید).

پوشش بیمه ای خود را درک کنید.

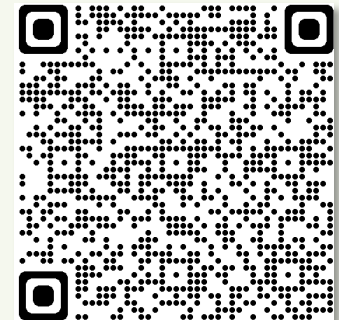
استیشن های رادیویی محلی خود را ذخیره کنید:

KCBS ، 1610AM, KPFB 89.3, KQED 88.5
740AM, KSOL 98.9FM (اسپانیایی)

تهیه شده توسط

روابط اجتماعی و دولت (GCR)

دفتر آمادگی در مقابل حوادث طبیعی و مدیریت شرایط اضطراری (DPEM)



یک کیت تهیه کنید



قبل از وقوع فاجعه، تمام لوازم اضطراری را تهیه کنید. در طول یک فاجعه، شما و فامیل تان به اقلام خاصی از جمله پول نقد و لوازم ضرورت خواهید داشت. کیت اضطراری شما منحصر به فرد خواهد بود. اقلامی که فامیل شما ممکن است به آنها ضرورت داشته باشد، مانند دواها و لوازم نوزاد را در نظر بگیرید و به یاد داشته باشید که برای حیوان خانگی خود نیز بسته‌بندی کنید!

- | | | | |
|--------------------------|--|--------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | وسایل صحت شخصی | <input type="checkbox"/> | آب |
| <input type="checkbox"/> | ماسک گرد و غبار برای کمک به فیلتر هوای آلوده | <input type="checkbox"/> | مواد غذایی فاسدشده |
| <input type="checkbox"/> | دستمال مرطوب، خریطه باطله دانی و بندهای پلاستیکی | <input type="checkbox"/> | وجوه نقدی |
| <input type="checkbox"/> | آچر یا انبر پلاس برای بسته نمودن خدمات شهری | <input type="checkbox"/> | رادیو دارای بطری یا میل لنگ دستی |
| <input type="checkbox"/> | اقلام لازم برای حیوانات خانگی | <input type="checkbox"/> | چراغ برق و بطری اضافی |
| <input type="checkbox"/> | _____ | <input type="checkbox"/> | سرپوش بازکن غیر برقی |
| <input type="checkbox"/> | _____ | <input type="checkbox"/> | بکس کمک‌های اولیه |
| <input type="checkbox"/> | _____ | <input type="checkbox"/> | ویسل |
| <input type="checkbox"/> | _____ | <input type="checkbox"/> | دوای دارای نسخه داکتر |

* مطمئن شوید که اقلام کافی برای ذخیره چند روزه خود را دارید

کسب معلومات بیشتر

منابع:

- [دفتر آمادگی در مقابل حوادث طبیعی و مدیریت شرایط اضطراری \(DPEM\)](#)
- [کانتی آلامدا | شرایط اضطراری](#)
- [ListosCA](#)
- [Ready.gov](#)

تعلیمات:

- [تیم واکنش در شرایط اضطراری جامعه کانتی آلامدا \(CERT\)](#)
- [تعلیم بند کردن خونریزی کانتی آلامدا](#)
- [اداره صحت عامه آلامدا | تعلیم آمادگی در شرایط اضطراری شخصی - بصورت تلفونی برای جمعیت‌های آسیب‌پذیر](#)

