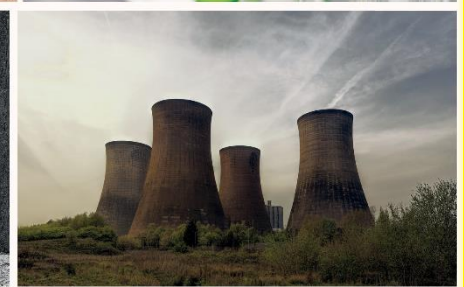
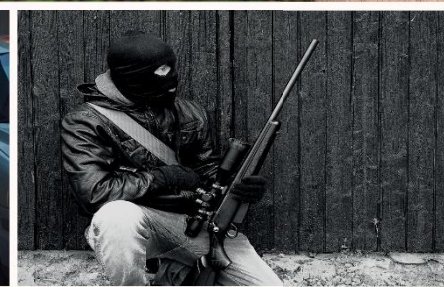
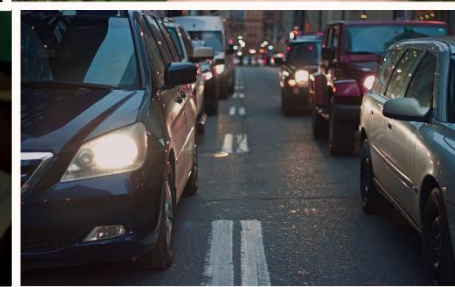


PROTEZIONE CIVILE COMUNE DI PARMA



دليل حماية الأسرة الذاتية

Sommario

7	 دليل الحماية الذاتية للأسرة: الحماية المدنية
9	 خطة الطوارئ العائلية: كيفية التنظيم
10	 منظمة الأسرة
10	 قم بإعداد قائمة بالمعلومات حول مكونات وحدة عائلتك
10	 املأ قائمة مواد الطوارئ الأولى
11	 عيّن مرجعًا عائليًا لحالات الطوارئ
11	 حدد مكان ترحيب مؤقت في الوقت المناسب
12	 تعرف على كيفية طلب المساعدة
13	 حقيبة أمان
13	 تكوين حقيبة الأمان
13	 تذكر ، بعد أي حالة طارئة ، قد تكون في حالة الاضطرار إلى أن تكون مستقلاً حتى وصول الإنقاذ
14	 حيوانات أليفة
14	 ماذا تفعل مع حيوان أليف قبل الطوارئ
14	 ماذا تفعل مع حيوان أليف أثناء الطوارئ
15	 ماذا تفعل مع حيوان أليف بعد الطوارئ
17	 أحداث مناخية شديدة
17	 فيضانات
17	 كيف تدافع عنا
18	 ماذا تفعل قبل حدوث فيضان محتمل
19	 ماذا تفعل أثناء حدوث فيضان
20	 ماذا تفعل أثناء حدوث فيضان





ماذا تفعل بعد فيضان	20
عواصف رعدية	21
قبل العاصفة	21
بعد عاصفة رعدية	21
ثلج وصقيع	25
أولا	25
خلال	25
بعد	26
رياح	27
الضباب	29
موجات حرارة	31
أزمة المياه	32
في حالة توقف توريد المياه	32
الزلازل	33
المقدمة	33
ما هو الزلزال؟	33
في المنطقة التي كنت تعيش فيها بالفعل في الماضي ، هل تسببت الزلازل في إلحاق الضرر بالأشياء والناس؟	33
كيف تدافع عنا: سلامة منزلك	34
قبل الزلزال	35
أثناء الزلزال	36
بعد الزلزال	36
الحرائق	37

.....في المنزل (حريق محلي)	37
.....كيفية منع نشوب حريق	37
.....ماذا تفعل في حالة نشوب حريق	37
.....ماذا تفعل أثناء نشوب حريق بالمنزل	38
.....بعد الحريق	38
.....حرائق الغابات	39
.....لتجنب حريق الخشب	39
.....ماذا تفعل عندما يكون الحريق قيد التقدم	39
.....انقطع الكهرباء	41
.....ماذا تفعل أولاً	41
.....ماذا تفعل أثناء	41
.....ما العمل التالي	42
.....المخاطر الكيميائية الصناعية	42
.....دواعي الإستعمال	43
.....ماذا تفعل في حالة الحدث	43
.....الأنفلونزا الوبائية / الوباء	45
.....ماذا تفعل لمنع	45
.....ماذا تفعل في حالة الانفلونزا أو الوباء المؤثر	45
.....لمخاطر النووية	47
.....في حالة أمر الإخلاء	47
.....في حالة طلب الإيواء مغلق	47
.....السلوك الواجب اتباعه	47
.....استهلاك الأغذية والمياه الملوثة	48





تدابير الحماية الفردية.....	48
مخاطر النقل.....	49
السفر على اطلاق.....	49
في حالة الظروف الجوية السيئة.....	49
الهجمات.....	51
العوامل البيولوجية.....	51
المواد الكيميائية.....	52
المواد المشعة.....	53
المواد المتفجرة.....	53
في حالة الطوارئ البيولوجية المعلن عنها.....	54
في حالة التعرض لعوامل بيولوجية.....	54
في حالة الاشتباه في هجوم بمواد كيميائية.....	54
في حالة تأكيد الهجوم بمواد مشعة.....	54
في حالة هجوم بالمتفجرات.....	54
في حالة هجوم بالمتفجرات.....	55
في وجود حريق و / أو دخان.....	55
إذا تم محاصرتك.....	55
روابط مفيدة.....	56
وعلى أي حال.....	57
جهات الاتصال بقطاع الحماية المدنية.....	58

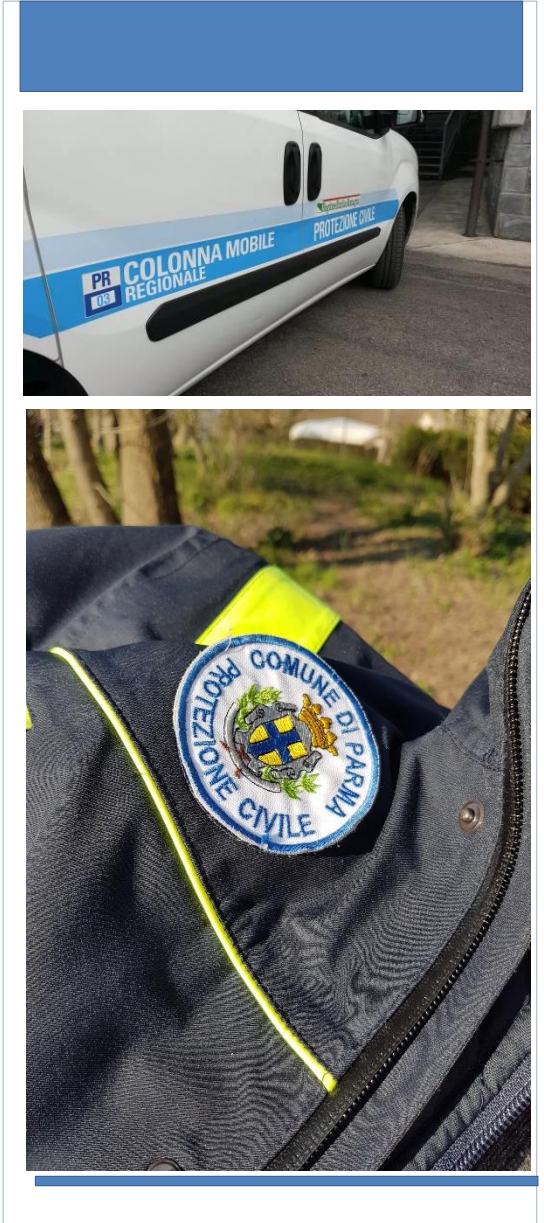
دليل الحماية الذاتية للأسرة: الحماية المدنية

إذا كنت على دراية بالمخاطر المحتملة الموجودة في المنطقة التي تعيش فيها ، إذا كنت تعرف كيف وأين تجد نفسك وتنظم نفسك في لحظات أزمة محتملة ، يمكنك العيش بسلام أكثر ؛ نحن ، من خلال المراقبة ، والبقاء على اطلاع دائم والتعاون مع الإنقاذ ، أصبحنا الفاعلين الرئيسيين في الحماية المدنية التي يمكنها بالتالي العمل بأفضل ما لديها من قدرات. عندما تحدث حالة طوارئ "غير متوقعة" ومفاجئة دائمًا ، يمكنك أن تجد نفسك وحيدًا في مواجهة المواقف الصعبة والخطيرة ، حتى للوقت اللازم للوصول المساعدة ، اعتمادًا على حجم حالة الطوارئ نفسها.

يهدف هذا "vademecum" إلى مساعدة كل فرد من أفراد الأسرة (من الطفل إلى الجد) لأداء دوره في الحماية المدنية بأفضل طريقة ممكنة.

اقرأها بعناية: فهي تقدم اقتراحات وإجابات ، وتشرح ما وكيف تفعل ، وقبل كل شيء ، ما هي السلوكيات الخطيرة والصحيحة لك ولأولئك القريبين منك.

تذكر: نحن جميعًا نتمتع بالحماية المدنية.





خطة الطوارئ العائلية: كيفية التنظيم

بالإضافة إلى المعرفة الجيدة بالمخاطر التي يمكن أن تؤثر على المنطقة التي تعيش فيها ، تعمل فيها أو تذهب إليها في إجازة ، لتنظيم "خطة طوارئ للحماية المدنية للعائلة" جيدة ، تحتاج إلى معرفة كيفية الحصول على معلومات دقيقة لتحديثها بشأن أي حالات طارئة و على معلومات مفيدة يجب متابعتها خلال حدث مفاجئ يمكن العثور على بعض المعلومات المفيدة لعائلتك في خطة الحماية المدنية البلدية بما في ذلك:

· رسم خرائط لسيناريوهات المخاطر.

· المؤشرات المتعلقة بالمناطق الآمنة في منطقة البلدية التي سيتم الوصول إليها في حالة الطوارئ.

- السلوكيات الواجب اتباعها لضمان السلامة ؛

يمكن العثور على الاتصالات الخاصة بالتنبؤ والوقاية والإنذار وأنشطة الطوارئ للحماية المدنية من خلال الوصول إلى الأقسام المحددة التالية:

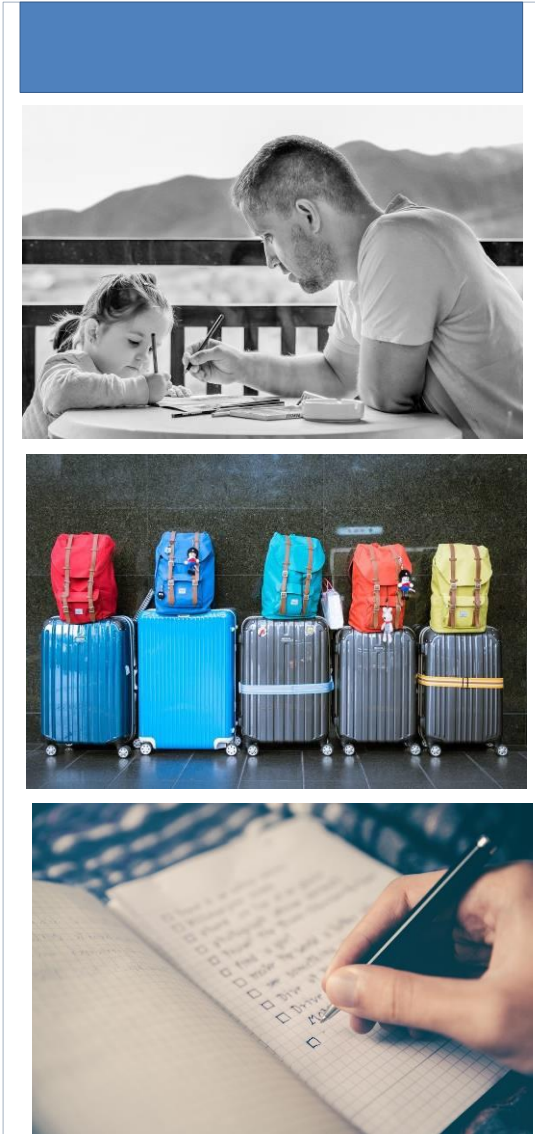
- <https://www.comune.parma.it/protezionecivile/>
- <https://allertameteo.regione.emilia-romagna.it/>

بالإضافة إلى ذلك ، لتلقي جميع الاتصالات على التنبيهات ، يوصى بالتسجيل مجاناً في نظام التنبيه الخاص ببلدية بارما من خلال الوصول إلى الموقع <https://registrazione.alertsystem.it/parma>.

يمكن أيضاً العثور على جميع المعلومات اللازمة للشروع في التسجيل في خطة الحماية المدنية البلدية في الفصل 4.1: معلومات للسكان.

تذكر أنه أثناء حالة الطوارئ ، حول مأساة أو كارثة ، يشعر الجميع بالحاجة إلى التحليل والتدخل وصياغة الفرضية وتقديم التفسيرات ، ومن الطبيعي أن تحسب "الوسائط" الجميع وتعطيهم مساحة إلى الصوت. من أجل تجنب التسبب في حدوث خطأ من خلال تبادل الرأي الشخصي لـ "خبير" بتوجيه أو إشارة رسمية ، من الجيد أنك اعتدت على تمييز أولئك الذين يتحدثون نيابة عن الحماية المدنية والتعرف عليهم هم المصدر الوحيد المؤكد للمعلومات المقصودة من قبل أي حدث طارئ. لديهم مسؤوليات محددة لا يتحملها الآخرون تجاه المجتمع.

إنها قاعدة جيدة ، تجنب دائماً التحذير غير الضروري ، للاستعداد لحالة الطوارئ ، حتى تتمكن من مواجهتها مع تقليل المضايقات التي لا مفر منها. يستغرق كل واحد منا ، عندما نذهب في إجازة ، بعض الوقت لإعداد أمتعتنا ، للتأكد من أننا لم ننس الوثائق والمال والأدوية والأشياء الأخرى التي يمكن استخدامها أثناء الرحلة أو الإقامة. من الجيد أن تتركس وحدة الأسرة بأكملها نفس الاهتمام للحد الأدنى من الاستعدادات لحالات الطوارئ ، والتي قد تنطوي على "مغادرة" محتملة من المنزل ، وهي بالتأكيد ليست مرغوبة ومتوقعة كإجازة ، ولكن أيضاً يصعب التعامل معها خاصة لأنه قد يكون من الضروري المغادرة بسرعة وفي بعض الحالات بشكل مفاجئ. وبالمثل ، من الحكمة والحكمة أن ينظم المرء نفسه للاحتمال المعاكس ، وهو الاضطرار إلى البقاء في المنزل ، دون الخروج ، لفترة أطول من المعتاد.



منظمة الأسرة

يمكن تلخيص التنظيم العائلي الجيد في 5 نقاط:

قم بإعداد قائمة بالمعلومات حول مكونات وحدة عائلتك

في حالات الطوارئ ، قد يكون من المفيد جدًا لكل فرد من أفراد الأسرة الحصول على قائمة بأفراد الأسرة معهم ، مع بياناتهم الشخصية أو رقم الهاتف أو الهاتف المحمول حتى يتمكنوا من الاتصال بهم وكذلك الأساسي البيانات الصحية (فصيلة الدم ، أي أمراض أو حساسية ، الأدوية المستخدمة عادة ، إلخ). مثل هذه القائمة ، في أيدي رجال الإنقاذ ، يمكن أن تسهل إلى حد كبير استعادة المفقودين ، ولم شمل العائلات التي تم إجلاؤها أو المساعدة الطبية إذا لزم الأمر.

املأ قائمة مواد الطوارئ الأولى

في حالة الإخلاء ، يجب جمع كل ما يمكن أن يكون مفيدًا لجميع أفراد الأسرة (بما في ذلك الأطفال) بسرعة. من الجيد إعداد قائمة بالمواد لحالة الطوارئ الأولى ، ليتم عرضها في المنزل في مكان معروف للجميع ، مع الإشارة إلى الأساسيات الأساسية للعائلة. تحقق ، من وقت لآخر ، من أن العناصر المدرجة في القائمة موجودة في المنزل ، ومتاحة بسهولة وتعمل. في حالات الطوارئ ، سيكون من الأسهل ملء كيس لكل فرد من أفراد الأسرة بما هو ضروري ، دون نسيان أي شيء.

يجب أن تتضمن القائمة ، كحد أدنى ، قائمة العناصر التالية:

0 الملابس: تغيير كامل واحد على الأقل لكل شخص بملابس مريحة ، ومناسبة للموسم ، بما في ذلك سترة مقاومة للماء والرياح
0 الطعام والشراب: الماء (على الأقل 1 لتر / يوم للفرد) والأطعمة غير القابلة للتلف.

0 المعدات الأساسية: انظر فقرة "حقيبة الأمان"

0 أي أدوات لإغلاق صناديق الإمداد للمستخدمين ؛

0 قم بإعداد مخزون من الطعام والسلع الأساسية

-تذكر أنه لفترة زمنية أطول من المعتاد ، يصبح المنزل ملجأ يجب تجهيزه.

0 يجب أن يكون هناك قدر ضئيل من الضروريات الأساسية التي تجعل الأسرة مكتفية ذاتيا بنفس القدر. بالإضافة إلى الإمدادات العادية من الغذاء ، هناك حاجة إلى إمدادات جيدة من مياه الشرب ، في زجاجات المياه المعدنية أو العلب. في الواقع ، تعد مياه الشرب أهم نوع من الضرورة الأولى التي يجب توافرها عند حدوث حالة طارئة: قد تتلف شبكة المياه أو قد تتلوث القناة. قبل العودة لاستخدام مياه الصنبور ، من الضروري الاستفسار من سلطات الحماية المدنية التي تدير حالة الطوارئ لمعرفة الظروف والعلاجات التي يمكن القيام بها.



عين مرجعًا عائليًا لحالات الطوارئ

الشخص الذي يمكن الاتصال بالعائلة في حالات الطوارئ هو شخص يعيش خارج منطقتك ويمكن لكل فرد من أفراد الأسرة الاتصال به في حالة الطوارئ ، للحصول على معلومات حول تطور الحدث أو حالة أفراد الأسرة الذين قد يكونون. انفصلت عن بقية أفراد الأسرة. قد يكون من المفيد في الواقع الإشارة إلى شخص يعيش خارج السياق الذي تحدث فيه حالة الطوارئ ، لأنه قد يكون من الأسهل التواصل مع المنطقة الخارجية المتأثرة بالحدث المأساوي أكثر من التواصل مع الأشخاص بداخلها.

حدد مكان ترحيب مؤقت في الوقت المناسب

يعد الاختيار المشترك مع أفراد الأسرة في مكان يمكن للعائلة ، في حالة الإخلاء ، قضاء بضعة أيام فيه (على سبيل المثال مع الأصدقاء أو الأقارب) أمرًا مفيدًا. باتباع هذه الخطوات الخمس البسيطة ، تكون عائلتك متأكدة من أنك نظمت فريق حماية مدني صغير ، جاهز لأي طارئ!



تعرف على كيفية طلب المساعدة

في أي حالة طارئة ، يكون العدو الأول الذي يجب التغلب عليه هو الوقت: فكل جهود أولئك الذين يديرون حالات الطوارئ تهدف إلى تقليل وقت التدخل والإسعافات الأولية. أولئك الذين يعرفون كيفية طلب المساعدة يساهمون بشكل صحيح في تقليل الوقت اللازم للتدخل.

لهذا السبب ، تذكر الاتصال بالرقم المختصر الذي يتوافق مع تخصص الإنقاذ الأنسب للموقف إذا كنت قادرًا على تحديد نوع الطوارئ بدقة (115 FIRE FIGHTERS ؛ 118 الطوارئ الصحية) ؛ وإلا يمكنك الرجوع إلى 112 رقم طوارئ واحد. أثناء المكالمة ، من الضروري إخبار من يجيب على الأساسيات لأن إبقاء الخط مشغولاً أكثر من الضرورة القصوى يمكن أن يجعل من المستحيل التواصل مع أشخاص آخرين في نفس الموقف مثلك.

عندما تطلب المساعدة ، حاول أن تظل هادئًا واسمح لنفسك بإرشاد العامل الذي يجيب عليك ، مع تزويده بجميع المعلومات المطلوبة. في حالة الإثارة في هذه اللحظة ، قد يبدو أن المطلوب منك طويل وغير مفيد ، في الواقع يتم تدريب المشغل على هذا النوع من الأحداث ويقوم بجمع المعلومات اللازمة للتدخل بأكثر الطرق ملائمة ممكنة.

إذا كنت غير قادر على الاتصال (قد يحدث أن تنقطع خطوط الهاتف ، أو أن الحمل الزائد على شبكة الهاتف المحمول يجعل الهاتف المحمول غير قابل للاستخدام) يجب أن تجعل موقفك واضحًا بكل الطرق الممكنة ، بما يتوافق مع الموقف في الذي أنت عليه ، وانتظر المساعدة بينما تبقى آمنًا دون أن تفقد أعصابك.

Numero Unico Emergenza



حقيبة أمان

بعد حدث خطير ، من الضروري أن يكون لديك مجموعة طوارئ (حقيبة أمان) يمكن أن توفر الاحتياجات الفورية للعائلة في الساعات الأولى التي تلي الحدث. معظم العناصر رخيصة ويسهل العثور عليها ، وأي منها يمكن أن ينقذ حياتك.

تكوين حقيبة الأمان:

- إن مجموعة الطوارئ هي في الواقع حقيبة ظهر يجب أن تحتوي على كل ما هو مطلوب في حالة احتياج الأسرة إلى الإخلاء بسرعة ، لتكون دائمًا جاهزة في مكان يسهل الوصول إليه ومعروف لجميع أفراد الأسرة ، وبداخلها:
 - نسخة من وثائق الأسرة بأكملها (البطاقة الشخصية والبطاقة الصحية).
 - مفاتيح المنزل الاحتياطية ومفاتيح السيارة الاحتياطية ؛
 - الأدوية التي تستخدمها عادة ولا يمكنك التوقف عنها ؛
 - الأدوية المستخدمة للعلاجات المنقذة للحياة ؛
 - كمية قليلة من المياه وأغذية الطاقة ، مهما كانت الأطعمة غير القابلة للتلف ؛
 - راديو يعمل بالبطارية (وبطارية احتياطية) أو بواسطة كرنك يدوي ؛
 - مصباح يدوي (وبطارية احتياطية) ؛
 - حقيبة إسعافات أولية.
 - سكين متعدد الأغراض.
 - صافرة للمساعدة.
 - قناع الغبار للمساعدة في تصفية الهواء الملوث والأغطية البلاستيكية وشريط مجاري الهواء للإصلاح في الموقع ؛
 - مناديل مبللة / صابون مضاد للبكتيريا.
 - العلاقات البلاستيكية.
 - كابل شحن الهاتف الخليوي وبنك الطاقة ؛
 - كمية صغيرة من النقود
- يمكن أن تحتوي أيضًا (وفقًا للاحتياجات المحددة للعائلة):
- النظارات ، المعينات السمعية ، إلخ ...
 - صورة من الوصفات الطبية
 - أصناف محددة (فوط صحية / حفاظات أطفال ، إلخ ..)
 - قلم وورقة

تذكر ، بعد أي حالة طارئة ، قد تكون في حالة الاضطراب إلى أن تكون مستقلًا حتى وصول الإنقاذ.



حيوانات أليفة

انتبه دائمًا للأخبار وخذ توصيات الحماية المدنية على محمل الجد.

ماذا تفعل مع حيوان أليف قبل الطوارئ

- تأكد من أن حيوانك الأليف يرتدي أطواقًا وعلامات تحتوي على معلومات اتصال محدثة ومعلومات تعريفية أخرى.
- تأكد دائمًا من تسجيلك للرقاقة الإلكترونية والحفاظ على تحديث معلومات الاتصال الخاصة بك مع شركة الرقائق الدقيقة: هذه واحدة من أفضل الطرق لضمان لم شملك أنت وحيوانك الأليف في حالة الانفصال.
- احتفظ بالمقود و / أو الناقل بالقرب من المخرج.
- تأكد من أن لديك المعدات المناسبة لقيادة الحيوانات الأليفة في السيارة (ناقلات ، وأحزمة أمان للحيوانات الأليفة).
- حقيبة الطوارئ: الغذاء والماء ، الأكياس البلاستيكية للسماد ، الأدوية ، السجلات الطبية.
- خطط لمكان إقامتك أنت وحيوانك الأليف في حال احتجت إلى إخلاء منزلك.
- حدد الملاجئ خارج المدينة أو الأصدقاء أو الأقارب حيث يمكن لحيواناتك الأليفة والحيوانات الأخرى الإقامة.
- أنشئ نظامًا ودودًا إذا لم تكن في المنزل أثناء الطوارئ. اسأل جاريًا موثوقًا يمكنه فحص حيواناتك الأليفة أو إخراجها.
- حدد موقع طبيب بيطري أو مستشفى للحيوانات في المنطقة التي قد تبحث فيها عن مأوى مؤقت وأضف معلومات الاتصال الخاصة بالطبيب البيطري إلى مجموعة الطوارئ الخاصة بك

ماذا تفعل مع حيوان أليف أثناء الطوارئ

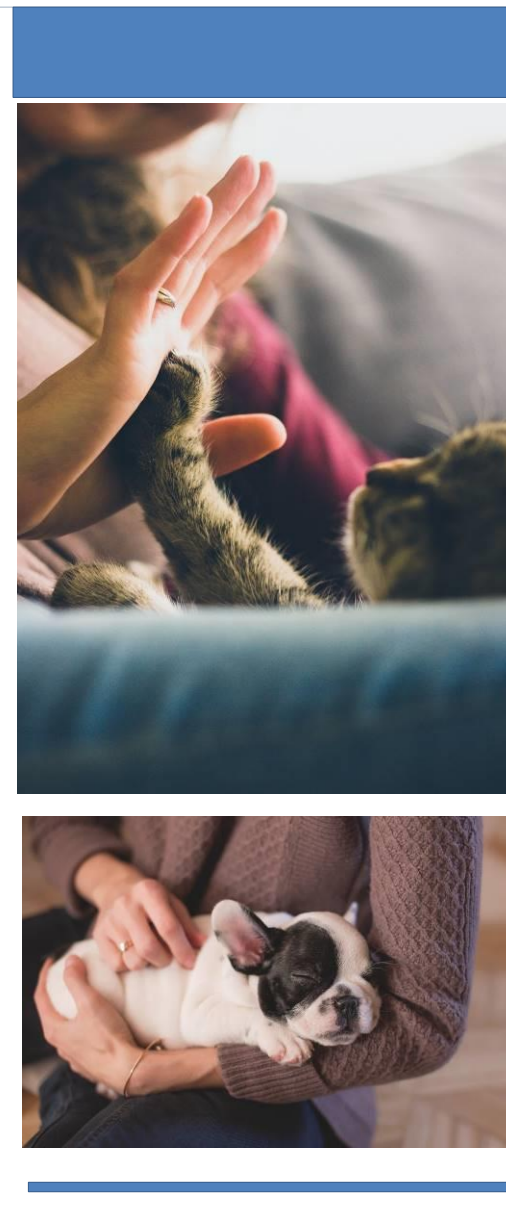
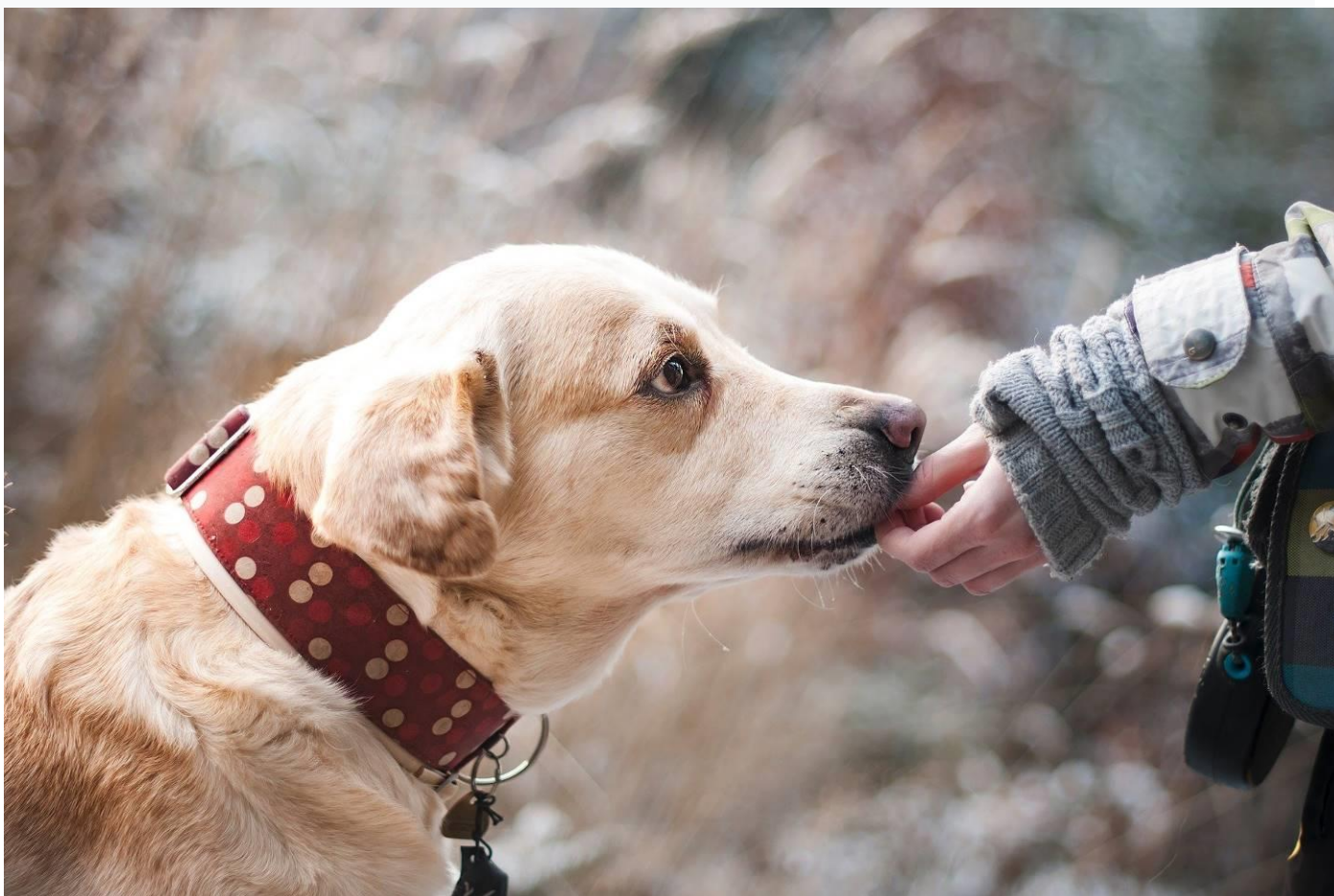
- حافظ على هدوئك ، وفي حالة الإخلاء ، فمن المستحسن أن تبقى صديقك مقيّدًا. غالبًا ما تتوتر الحيوانات وتميل إلى الفرار بشكل غريزي. مع اليقظة والمقود سوف تمنعه من الهروب أو الضياع ، مما يضع نفسك في مشكلة أسوأ.
- عندما يتعلق الأمر بالحيوانات الصغيرة ، مثل الأرانب أو الهامستر ، فمن المستحسن الاحتفاظ بها في أقفاصها. بهذه الطريقة ، سوف يأخذون الموقف بشكل طبيعي ويهدئون قلقهم.
- إذا كان الحيوان يعاني من صعوبة في المشي فيجب نقله بأمان. بمجرد أن يصبح هذا الحيوان آمنًا ، من المهم محاولة تهدئة الحيوان والتأكد من أنه على ما يرام. حضنه ، قدم له الطعام والماء ، ودائمًا ما تخاطبه بصوت هادئ وهادئ ، لمساعدته على التغلب على الخوف



ماذا تفعل مع حيوان أليف بعد الطوارئ

مباشرة بعد حالة الطوارئ ، يجب أن تظل مجموعة العائلة موحدة ، ومن المنطقي أن تنتظر مساعدة المنقذين والمهنيين المؤهلين لهذه المواقف.

يجب منع الحيوانات من شرب المياه الراكدة أو تناول الأطعمة الفاسدة. يجب أيضًا أن تكون حريصًا على عدم السماح لهم بالاقتراب من المنافذ الكهربائية أو مصادر الطاقة.





أحداث مناخية شديدة

يشمل المصطلح كل تلك الظروف المناخية القاسية التي يمكن فيها التطور السريع للمواقف الخطرة التي يمكن أن تعرض سلامة المجتمع للخطر. إن الاطلاع دائمًا قدر الإمكان على المخاطر التي تتعرض لها ، والاستعداد لمواجهة المواقف الطارئة التي تتطور بسرعة بمفردك ، يمكن أن ينقذ حياتك.

فيضانات

نعني بالفيضان فيضان منطقة لا توجد فيها مياه عادة ، يمكن أن يكون سببها فيضان فوق السدود ، أو عن طريق كسر السدود نفسها أو في المراكز الحضرية بسبب كثافة الأمطار حيث فشل نظام الصرف الصحي في التخلص من جميع المياه ، مما تسبب في حدوث فيضانات واسعة النطاق ومشاكل في حركة المرور على الطرق.

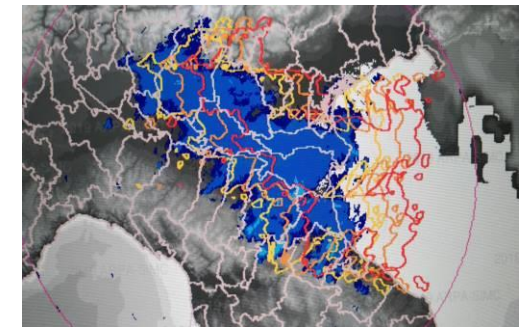
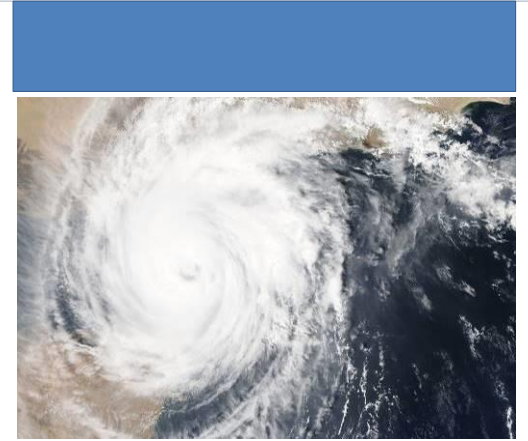
كيف تدافع عنا :

خلال فترات هطول الأمطار الغزيرة أو بعد إصدار تنبيه بالطقس ، من الأهمية بمكان مواكبة شدة هطول الأمطار ومستويات الممرات المائية (تحقق باهتمام خاص مما يحدث على الامتدادات الجبلية). توفر منطقة إميليا رومانيا بالتعاون مع ARPAE موقعًا محدّدًا (<https://allertameteo.regione.emilia-romagna.it/>) حيث يمكنك التحقق من تقدم الحدث في الوقت الفعلي.

إن معرفة ما إذا كانت المنطقة التي تعيش فيها معرضة لخطر الفيضانات يساعد على منع حالات الطوارئ والتعامل معها بشكل أفضل. من المهم معرفة الفيضانات النموذجية في المنطقة والخطر الهيدروليكي للأماكن التي تزورها عادة في هذا الصدد ، من الممكن الرجوع إلى جداول خطة الطوارئ البلدية (إذا كانت هناك فيضانات في الماضي فمن المحتمل أن تحدث أيضًا في المستقبل)

تذكر أنه في بعض الحالات يكون من الصعب التحديد بدقة أين ومتى تحدث الفيضانات وقد لا يتم تنبيهك في الوقت المناسب ، يمكن أن ترتفع المياه فجأة ، حتى بمقدار متر واحد أو مترين في بضع دقائق ويجب عليك أيضًا انطلق بسرعة بشكل مستقل ؛ بعض الأماكن تغمرها المياه قبل الأخرى.

في المنزل ، أكثر المناطق خطورة هي السلالم ، والطوابق السفلية والأرضية ؛ تجنب تخزين الأصول ذات القيمة في الطابق السفلي وتأكد من أنه في حالة الحاجة من السهل الوصول إلى أعلى طابق في المبنى الخاص بك بسرعة ؛ الأماكن الخارجية ، الممرات السفلية ، الأقسام القريبة من الجسور ، الشوارع ذات المنحدرات القوية وبشكل عام جميع المناطق الأقل انخفاضًا من المنطقة المحيطة هي أكثر عرضة للخطر ؛ قد تؤدي قوة المياه أيضًا إلى إتلاف المباني والهياكل الأساسية (الجسور والأراضي والطوابق) والمناطق الأكثر ضعفًا يمكن أن تتعطل أو تنهار فجأة. إذا رأيت نفايات كبيرة تم التخلي عنها ، أو دورات مياه مغلقة جزئيًا ، وما إلى ذلك. قم بالإبلاغ عن ذلك إلى قطاع الحماية المدنية في بلدية بارما.





لمعرفة مناطق الفيضانات وطرق الهروب والمناطق الآمنة ، يمكنك الرجوع إلى خرائط
مخاطر الفيضانات على الموقع الإلكتروني: [https://www.comune.parma.it/protezionecivile/home-
protezione-civile.aspx](https://www.comune.parma.it/protezionecivile/home-protezione-civile.aspx).

إذا كان هناك أشخاص في عائلتك يحتاجون إلى مساعدة خاصة في حالة وقوع كارثة ، فأبلغ
قطاع الحماية المدنية بذلك حتى يتم توفير تدابير محددة في خطة الطوارئ البلدية.
نظم سابقاً حقيبة أمان ويمكن أن تساعد خطة الطوارئ العائلية في تقليل مخاطر الفيضانات.
اشترك مجاناً في الخدمات التي يستخدمها قطاع الحماية المدنية لإخراج التنبيه:
[/https://registrazione.alertsystem.it/parma](https://registrazione.alertsystem.it/parma)

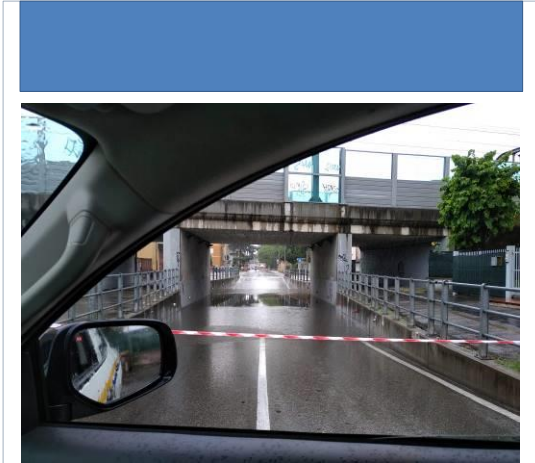
ماذا تفعل قبل حدوث فيضان محتمل:

- ابق على اطلاع حول الانتقادات المتوقعة على الإقليم ، والتدابير التي اعتمدها بلديتك
وتطور الحدث أيضاً من خلال رابط منطقة إميليا روماجنا: [HTTPS://ALLERTAMETEO.REIA-OM](https://allertameteo.reia-om).
- لا تنام في الطوابق السفلية وتجنب البقاء هناك.
- احم الغرف الموجودة على أرضية الطريق بألواح خشبية أو أكياس من الرمال وأغلق أبواب
فقط إذا كنت لن تعرض نفسك للمخاطر.
- إذا كان عليك التحرك ، فقم بتقييم الطريق أولاً وتجنب مناطق الفيضانات.
- قم بإجراء تقييم جيد سواء لتأمين السيارة أو البضائع الأخرى: قد يكون ذلك خطيراً.
- شارك ما تعرفه عن التنبيه والسلوك الصحيح.
- تأكد من أن مدرسة طفلك على علم بالتنبيه قيد التقدم وأنها جاهزة لتفعيل خطة الطوارئ.

ماذا تفعل أثناء حدوث فيضان:

إذا كنت في الهواء الطلق

- ابق بعيدًا عن المنطقة المغمورة: بسبب السرعة التي تتدفق بها المياه ، حتى بضعة سنتيمترات قد تتسبب في سقوطك.
- الابتعاد عن الجسور والأنهار ودورات المياه الأخرى ؛
- تجنب المناطق المهمشة وحاول الوصول إلى أقرب منطقة بسرعة ، وتجنب التوجه نحو المنحدرات أو الأحذية الصناعية التي يمكن أن تنزلق للأسفل مع الانتباه إلى المكان الذي تمشي فيه: يمكن أن تكون هناك فجوات ، وتفتح ثقبًا.
- إذا كنت في منطقة حضرية وبدأت المياه في الارتفاع ، فقم بقرع جرس المنزل الأول الذي تجده وصعد إلى الطابق العلوي ؛
- تجنب استخدام السيارة ، استخدمها فقط إذا كان لا يمكن الاستغناء عنها بشكل صارم وفي أي حالة لا تسافر في الطرق المغمورة بالفعل (ادفع الكثير من الانتباه حتى في النقاط التي يتم فيها سحب المياه). يمكن أن تجعلك حتى بضعة سنتيمترات من الماء تفقد السيطرة على السيارة أو تتسبب في إيقاف تشغيلها ؛
- تجنب الممرات السفلية ، يمكن أن يكون مستوى المياه أعلى مما يظهر ويمكن أن يتم محاصرتك داخل السيارة
- تجنب أيضًا الحجج والجسور: قد يكون البقاء أو الانتقال في هذه الأماكن خطيرًا للغاية.
- إذا كنت تسافر بالفعل وكانت المياه قد بدأت بالفعل في غزو مكتب الشارع (ولا يمكنك العودة بأمان) ، فأنت بحاجة إلى الإبطاء ، وتجنب التوقفات لأنك قد لا تبدأ مرة أخرى. من المناسب تجنب عبور الجسور فوق الأنهار الممتلئة. إذا كانت السيارة ممزقة بالمياه وسقطت في النهر ، فيجب عليك إغلاق النوافذ وفتح التهوية وانتظار غمرها تمامًا ؛ عندها فقط سيكون الوقت المناسب للخروج من المقصورة. لهذا الغرض ، يجب ألا تحاول فتح الباب ، لأنه سيكون صعبًا جدًا بسبب الضغط المعاكس للمياه ، ولكن انخفاض (أو كسر) النوافذ ، والخروج من الكابينة من خلال الزجاج الأمامي أو الخلفي يجب أن يكون اندفعت القوة بقدمك إلى الخارج.
- الحد من استخدام الهاتف المحمول: إبقاء الخطوط خالية من التسهيلات المساعدة.
- انتبه إلى إشارات الطرق والسلطات التي تدير حالات الطوارئ
- ابق على اطلاع على كيفية تطور الحالة واتبع الإرشادات التي توفرها السلطات.



ماذا تفعل أثناء حدوث فيضان:

من ناحية أخرى ، إذا كنت في مكان مغلق

- حافظ على الهدوء

- لا تذهب إلى الخلايا أو القواعد لتأمين السيارة أو البضائع الأخرى: أنت تخاطر بحياتك.

- إذا كنت في الطابق السفلي أو في الطابق الأرضي ، اصعد إلى الطابق العلوي أو إذا لزم الأمر ، على السطح وانتظر المساعدة. تجنب المصعد: يمكن حجب. يساعد كبار السن وذوي الإعاقة الموجودين في المبنى.

- أغلق الغاز وأوقف تشغيل النظام الكهربائي وأغلق الأبواب والشبابيك. لا تلمس المعدات والمعدات الكهربائية باليد أو القدمين المبللة.

- الحد من استخدام الهاتف المحمول أو الهاتف الأرضي: الحفاظ على الخطوط المجانية لمساعدة التسهيلات.

- ارتدي (أو احتفظي به) الملابس والأحذية التي تحميك من الماء ومن المهم الحفاظ على جسمك دافئًا وجافًا

- ابق على اطلاع على كيفية تطور الحالة واتبع التوجيهات المقدمة من السلطات

- احتفظ دائمًا بحقيبة الأمان معك.

ماذا تفعل بعد فيضان:

اتبع توجيهات السلطات قبل اتخاذ أي إجراء ، وكيفية إعادة دخول المنزل والمياه الفارغة من الخلايا وما إلى ذلك ... أيضًا:

• لا تقم بالعبور على طول الطرق المغمورة بالمياه: فقد تكون هناك فجوات أو فتحات أو مقابر مفتوحة أو كابلات كهربائية

مقطوعة. بالإضافة إلى ذلك ، يمكن أن تتلوث المياه بالوقود أو المواد الأخرى.

. انتبه أيضًا إلى المناطق التي تم فيها سحب المياه: يمكن أن يضعف غطاء الطريق وينج.

. تحقق مما إذا كان يمكنك إعادة تنشيط الغاز والنظام الكهربائي. إذا تأثر المنزل بالفيضان ، قبل إعادة تنشيط الأنظمة

، فمن الضروري أن يتم التحقق من قبل فني مؤهل ؛

. قبل استخدام أنظمة الصرف ، أبلغ أن شبكات الصرف الصحي والبحر والآبار لا تتضرر.

. قبل شرب الماء من الحنفية ، تأكد من أن فني المياه قد تحققوا من القدرة ؛ في حالة الشك ، اتصل بمدير شبكة المياه لإبلاغك بها ؛

. لا تأكل طعامًا أتى على اتصال بالمياه من الفيضان: فقد يكون ملوثًا.

. تنظيف وتعقيم الأسطح التي تتلامس مع الماء والطين: يمكن أن تتلوث.



عواصف رعدية

بشكل عام ، من الضروري مراعاة السرعة التي تتطور بها الغيوم العاصفة وتزداد ، وبالتالي تقود العاصفة إلى لحظة شدتها القصوى دون ترك الكثير من الوقت المتاح للحصول على مأوى. العواصف الرعدية هي ظاهرة شديدة ، وغالبًا ما تكون سريعة ومفاجئة يمكن أن تحدث على مدار السنة وفي أي وقت بوتيرة أكبر بين شهري أبريل وأكتوبر. يمكن أن ترافق مع الأمطار الغزيرة والبرد والبرق وهبوب الرياح. يمكن أن تؤدي بعض العواصف الرعدية إلى حدوث أعاصير.

قبل العاصفة

عند التخطيط لنشاط في الهواء الطلق ، مثل نزهة ، أو يوم مخصص لصيد الأسماك أو رحلة ، من الجيد التحقق من ذلك بقراءة نشرات التوقعات الصادرة عن وكالة الحماية المدنية الإقليمية مسبقًا

(<https://allertameteo.regione.emilia-romagna.it/>) أنها من بين العديد من المعلومات تشير أيضًا إلى ما إذا

كان تطور العواصف الرعدية في المنطقة وأثناء النهار سيكون أكثر أو أقل مواتية ؛ في كثير من الأحيان ، في الواقع ، من المستحيل تحديد موقع وتوقيت هذه الظواهر بالتفصيل مسبقًا بشكل كافٍ: الصورة العامة التي ترسمها نشرات التنبؤ ، لذلك ، يجب دائمًا دمجها مع الملاحظات في الوقت الفعلي وعلى المستوى المحلي.

اشترك مجانًا في الخدمات التي يستخدمها قطاع الحماية المدنية لإصدار التنبيه:

(<https://registrazione.alertsystem.it/parma/>) العثور على المعلومات اللازمة في خطة الحماية المدنية

البلدية في الفصل 4.1: معلومات للسكان)

نظرًا لعدم القدرة على التنبؤ بهذه الظواهر ، من الجيد:

- تقليل أو قطع الأشجار التي يمكن أن تسقط على المنازل أو الأماكن العامة؛
- شراء واقيات زيادة التيار أو نظام حماية من الصواعق لحماية الأجهزة المنزلية والأجهزة الإلكترونية.

بعد عاصفة رعدية

يمكن للمراقبة المستمرة لظروف الغلاف الجوي ، ولا سيما احتمالية وجود إشارات طليعية لوصول وشيك لعاصفة ما ، أن تعطي على الفور مؤشرات على ما يجب القيام به:

تذكر: لا تتردد في مراجعة برامج يومك: في بعض الحالات ، قد يؤدي هذا الإجراء الوقائي إلى الكشف عن تنبيه مفرط ، نظرًا لأن الإشارة السابقة لا توفر مطلقًا في بعض الحالات الموقع ، يُفضل دائمًا زيادة الحذر.





أثناء العاصفة ، توجد أكثر العوامل الحرجة نموذجية في الهواء الطلق وترتبط بعدم قدرة نظام الصرف الصحي على التخلص من كميات كبيرة من المياه التي تسقط على الأرض في وقت قصير مع ما يترتب على ذلك من فيضان مفاجئ للطرق وانخفاض مفاجئ في الرؤية .

لهذا ، تذكر أنه عند المرور تحت الطريق أو تجاوزه ، فهناك خطر العثور على نفسك مع السيارة شبه الغاطسة أو التي تغمرها المياه ؛ تجنب الذهاب أو البقاء أيضًا في بيئات مثل القواعد والأرضيات المنخفضة والمرائب ؛ إنهم معرضون لخطر شديد يتمثل في حدوث فيضانات أثناء الهزات الشديدة للمطر وبشكل خاص إذا كنت تقود السيارة حتى في حالة عدم حدوث فيضان ، يمكن أن يتأرجح الأسفلت فجأة بسبب المطر ، مما يقلل من فرملة الطريق ؛ علاوة على ذلك ، خلال المرحلة الأكثر كثافة للعكس ، تقل الرؤية بشكل كبير ؛ حدد السرعة أو توقف ، في انتظار المرحلة الأكثر كثافة ، والتي تستغرق أكثر من نصف ساعة من الوقت المؤقت. من المناسب أن يتسم المريض بإيجاز في منطقة الراحة إذا وجدت أي أنشطة بالقرب من دورة المياه ، فيمكن أن يرتفع مستواها بسرعة كبيرة ؛ ابتعد واعثر على موقع راقٍ وآمن.

في حالة تساقط البَرَد ، تنطبق التحذيرات المروية التي شوهدت بالفعل فيما يتعلق بزخات المطر ، فيما يتعلق بالعواقب على الحالة الزلقة لسطح الطريق وعلى الانخفاض الكبير في الرؤية .

في الهواء الطلق في حالة البرق

في الهواء الطلق ، لا يوجد مكان آمن ، لذا فإن أول ما يجب فعله هو الوصول بسرعة إلى مكان مغلق أو في حالة عدم وجود مبنى ، داخل السيارة مع إغلاق الأبواب والنوافذ مع احتمال هبوط هوائي الراديو ، والانتظار عند 30 دقيقة على الأقل بعد آخر رعد ، قبل استئناف الأنشطة في الهواء الطلق.

لفهم المكان الذي ستعرض فيه التفريغ الكهربائي بشكل متكرر ، نحتاج إلى النظر في شكل الأشياء ، وليس المواد التي صنعت منها. الأهداف المميزة هي تلك المرتفعة (الأشجار ، الأعمدة ، الأبراج) أو التي تبرز على أي حال من بيئة محيطية منخفضة (حتى شخص واحد في مكان كبير ومسطح ، مثل العشب أو الشاطئ) ، وتلك ذات الشكل المدبب (مظلة ، صنارة صيد ، إلخ).

لذلك: إذا كنت مجبراً على البقاء في الخارج ولم يكن لديك إمكانية الوصول إلى مأوى آمن بسرعة ، ابق بعيداً عن النقاط التي يكون المشروع حساساً لها ، مثل الأعمدة أو الأشجار ، ولا تبحث عن ملجأ أو عدد كبير معزول. حاول بنفسك ألا تشكل أعلى تواجد للمكان الذي يحيط بك. المعدن لا يجذب البرق ، لذلك ليس من الخطر ارتداء أو الاحتفاظ بأشياء معدنية صغيرة (ساعات ، مفاتيح ، قلادات ، أقراط ، وما إلى ذلك). ومع ذلك ، يعد المعدن موصلاً جيداً للكهرباء: من المهم بالتالي الابتعاد عن الأجسام المعدنية الممتدة بشكل خاص (الشبكات أو الأسوار أو القضبان أو السلالم أو الأسقف أو الحبال أو السلالم ، وما إلى ذلك). إذا تم بناء هيكل مثل هذا بواسطة البرق ، فيمكن للمعادن توصيل التيار إلى الشخص المتصل أو في المنطقة الفورية. للسبب نفسه ، من المناسب الابتعاد عن الماء (التحرك بعيداً عن شاطئ البحر أو البحيرة) إذا كان العاصفة الرعدية تتحرك في مكان قريب.

يمكن أن توفر السحابة المؤقتة مكاناً للمواضع حتى بدون توقعات ؛ علاوة على ذلك ، قد يضرب البرق مسافة كيلومترات قليلة من مركز المؤقت. لذلك ، حتى في حالة عدم وجود سحب على رؤسنا ، ولكننا نرى أو نشعر بالعاصفة في مكان قريب ، فإننا نخاطر بأن يتم استهدافنا بالصدمات الكهربائية.

إذا كان الشخص ضحية للمواضع ، فتذكر أن جسده ليس مشحوناً بالكهرباء وبالتالي يمكن إنقاذه على الفور ، دون أي خطر.

في مكان مغلق

يتم تقليل مخاطر الصواعق بشدة ، ومع ذلك ، اتبع بعض القواعد البسيطة أثناء الوقت المؤقت ، مع مراعاة أن المبنى هو مكان آمن ، شريطة ألا تكون على اتصال بأي شيء يمكنه: توصيل الكهرباء

- تجنب استخدام المعدات الموصولة بشبكة الكهرباء والهاتف الأرضي. إذا كنت بحاجة إلى التواصل ، فيمكنك استخدام هاتفك المحمول أو جهازك. احتفظ بالأجهزة التي تعمل بالكهرباء في وضع الإيقاف (من الأفضل ألا تلمس العناصر المعدنية المتصلة بالخارج ، مثل الأنابيب والكابلات والأنابيب والنظام الكهربائي ؛

- تجنب الاتصال بالمياه (يرجى المريض ساعة أو ساعتين في نهاية الوقت المؤقت) ؛

- لا تقم بالبقاء تحت المظلات والبلكنات والمظلات والقاعات والجازيبوس والأراضي التي ليست في أماكن آمنة. قم بالعودة إلى داخل المبنى عن طريق الاحتفاظ بمسافة عن الأبواب والنوافذ ، مع التأكد من إغلاق أحدث النوافذ.





ثلج وصقيع

عندما تقترب درجات الحرارة من الصفر ، يمكن أن يتخذ مطول الأمطار طابع الثلج الذي ، إذا كان شديداً ومستمرًا ، يمكن أن يتسبب في أضرار بالمنطقة ومشاكل في حركة المرور على الطرق. إذا انخفضت درجات الحرارة إلى ما دون درجة التجمد عقب تساقط الثلوج ، فقد يتسبب ذلك في ظهور صفائح جليدية على الطرق والأرصفة ، مما يشكل خطرًا على المركبات والأشخاص.

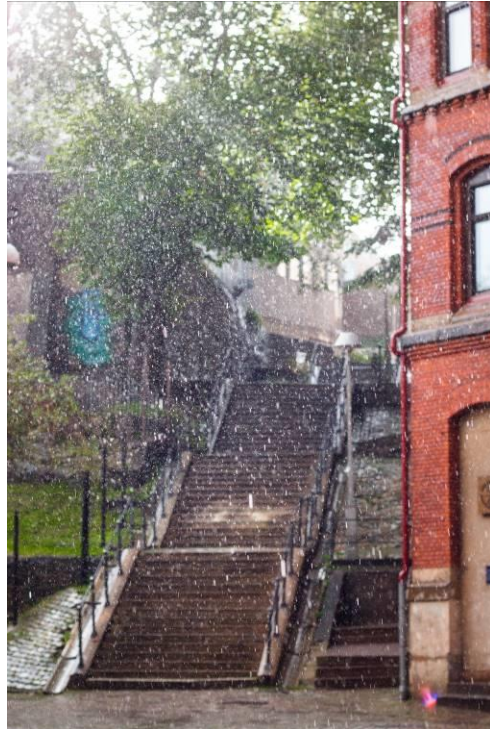
أولا

- عندما يكون الشتاء في الأبواب ، من المهم معرفة تطور حالة الطقس والاستماع إلى الأخبار المحلية أو الأخبار الإذاعية.
- في حالة وجود إعاقات مؤقتة / دائمة أو إذا كان لديك صعوبة في التحرك في الثلج أو الجليد ، قم بإعداد إمداد صغير من المواد الغذائية / المنتجات الطبية ومخزون المياه الذي يمكن أن يضمن بقاءك لفترة طويلة من السقوط ؛
- تحقق مما إذا كان الأشخاص الوحيدون يعيشون بالقرب منك ممن قد يحتاجون إلى المساعدة ؛
- من الجيد الحصول على المعدات اللازمة لمقاومة الثلج والصقيع أو التحقق من الحالة: المجرفة ومخزون الملح أدوات لا غنى عنها لمنزلك أو لممارستك التجارية ؛
- انتبه لسيارتك التي يجب أن تكون جاهزة للثلج والجليد في الشتاء أكثر من أي وقت مضى
- تركيب إطارات ثلجية ، موصى بها لأولئك الذين يسافرون في الشتاء في مناطق ذات درجات حرارة منخفضة ، أو يجلبون سلاسل ثلجية على متن الطائرة ، ويُفضل التجميع
- أجر بعض الاختبارات لتجميع السلاسل: من الأفضل تعلم استخدامها أولاً ، بدلاً من كونها صعبة في ظل ثلوج كثيفة
- التحقق من وجود سائل مانع للتجمد في ماء المشاع
- التحقق من حالة البطارية وفعالية فرش المساحة
- لا تنس الاحتفاظ بالكابلات من أجل الإشعال القسري وقفازات العمل في السيارة

خلال

- انتبه لتراكم الثلج على غطاء المبنى الخاص بك (المنزل أو السقيفة أو أي هيكل آخر) حيث يمكن أن يتسبب ذلك في الانهيار.
- تقلق بشأن إزالة الثلج من وصولك الخاص أو من عربة النقل الخاصة بك. لا ترميه في الشارع ، يمكنك أن تؤدي عمل كناس الثلج
- إذا كنت مضطراً للخروج ، فتأكد من أنك مغطى جيداً بملابس متعددة الطبقات ، وسماعات رأس ، وقفازات ، وأحذية مقاومة للماء ؛
- إذا كان بإمكانك ، تجنب استخدام السيارة عندما تثلج ، وإذا كان ذلك ممكناً ، اتركها في المرآب. من خلال تقليل حركة المرور وعدد المركبات التي تقف على الطرق والمناطق العامة ، ستتمكن من تسهيل عمليات إزالة الثلوج
- إذا أُجبرت على أخذ السيارة ، فاتبع هذه القواعد البسيطة للحد من الحوادث:





- حرر السيارة تمامًا وليس فقط النوافذ من الثلج
- حافظ على الأضواء لتجعل نفسك أكثر وضوحًا على الطريق
- حافظ على سرعة منخفضة ، باستخدام تروس منخفضة لتجنب الكبح قدر الإمكان. بريديليج ، بدلاً من ذلك ، استخدام فرامل المحرك
- تجنب المناورات الصعبة والتوجيه المفاجئ
- تسريع وزيادة مسافة الأمان عن السيارة التي أمامك بلطف
- تذكر أنه من الضروري أن تتم المتابعة دون توقف. بمجرد أن تتوقف ، يصبح من الصعب البدء ، ويمكن أن يؤدي إيقاف سيارتك الإجباري إلى إعاقة عبور المركبات الأخرى
- أوقف سيارتك بشكل صحيح بطريقة لا تعيق عمل محراث الثلج
- تولي اهتمامًا خاصًا لألواح الثلج التي يمكن فصلها من الأسطح ، خاصة أثناء مرحلة التفكير.
- لا تستخدم وسائل النقل ذات العجلتين

بعد،

تذكر أنه بعد الثلج ، يكون تكوين الجليد ممكنًا في الشوارع وعلى الأرصفة. لذلك يجب الانتباه إلى قاع الطريق ، والقيادة بحذر شديد

إذا كنت تمشي على قدميك ، فاختر حذاءك بعناية لتجنب السقوط والانزلاق والتحرك بحذر

المطر المتجمد هو ظاهرة تحدث بسبب وجود هواء أكثر دفئًا (درجات حرارة أعلى من 0 درجة مئوية) فوق وسادة من الهواء البارد (درجات حرارة أقل من 0 درجة مئوية) تقع على مستوى الأرض. يذوب الترسيب الذي يبدأ على شكل ندفة ثلجية في الطبقة الدافئة وعندما ينزل ويصل إلى الأرض يتجمد على الأسطح التي يصادفها: الأشجار ، الإسفلت ، أسلاك الضوء ، السيارات. والنتيجة في الشوارع زجاج جليدي خطير للغاية لأنه غير مرئي وزلق للغاية.

لذلك من الضروري توخي الحذر الشديد عند المشي على قطرات المطر المتبلورة وأكثر من ذلك عندما تكون خلف عجلة القيادة ، حيث تتضاعف المخاطر وتتطلب أقصى درجات الحذر.

تذكر:

- إذا تم إجبارك على أخذ السيارة ، فأبلغت ، من خلال القنوات المتاحة لك ، بالمخاطر التي قد تحدث على طريقك نوبات من المطر الذي يتجمد ، أو أنه قد حدث بالفعل. إذا كان الأمر كذلك ، ففكر بجدية في فرضية التخلي عن القيادة. إذا لم يكن ذلك ممكنًا:
- تجنب المناورات الصعبة والتوجيه المفاجئ.
- حافظ على سرعة منخفضة ، باستخدام تروس منخفضة لتجنب الكبح قدر الإمكان.
- احتفظ بمسافة أطول بكثير من السيارات قبل القيادة على الطريق الجاف.

رياح

يمكن أن تتسبب هبوب الرياح القوية المصاحبة للإعصار في رفع الأشياء والهيكل ، حتى الكبيرة منها ، وسقوطها ، وتحطيم النباتات والأغصان ، والنوافذ ، ونوافذ المتاجر . قبل الحدث وأثناءه وبعده ، من الضروري اتباع تعليمات السلطات المحلية عبر الإنترنت والراديو والتلفزيون .

في الهواء الطلق

- البحث عن موقع محمي فيما يتعلق باحتمال فصل الأجسام المكشوفة أو المعلقة وما يترتب على ذلك من سقوط ؛
- تجنب بشكل خاص المناطق الخضراء والشوارع التي تصطف على جانبيها الأشجار . تتعلق أكثر الإصابات شيوعًا المرتبطة بهبوب الرياح بانكسار الأغصان ، حتى الكبيرة منها ، والتي يمكن أن تؤثر بشكل مباشر على السكان وتهبط وتحتل الطرق بشكل خطير ، مما يؤدي إلى مخاطر جسيمة حتى بالنسبة لراكبي الدراجات النارية وسائقي السيارات ؛
- تجنب الوقوف بالقرب من الهياكل والأشياء التي يمكن أن تسقط (مثل أعمدة الإنارة والسقالات وما إلى ذلك) بشكل عام ، جميع الهياكل المتحركة معرضة للخطر بشكل خاص ، لا سيما تلك التي تتطلب ملاءات أو مظلات ، مثل السقالات أو شرفات المراقبة أو المعارض الخارجية المؤقتة أو التجارية المساحات التي يجب اختبار ضيقها وتأمينها .
- إذا كنت تقود سيارة أو مركبة ، انتبه بشكل خاص لأن هبوب الرياح قد تتسبب في انزلاق السيارة . تمهل وانتقل إلى أقرب مكان آمن
- إبقاء اهتمام خاص لأقسام الطريق المكشوفة ، والمركبات الأكثر تعرضًا للخطر هي الشاحنات الصغيرة والقماش المشمع والقوافل ، والتي تعرض سطحًا كبيرًا للرياح ويمكن أن تحركها الرياح حرفيًا ، حتى عندما لا تصل شدتها إلى قمم عالية جدًا
- من الممكن أيضًا فصل الكابلات الكهربائية . إذا كنت في سيارة وأصبحت ، ابق داخل السيارة وانتظر المساعدة .
- الحد من استخدام الهواتف المحمولة . إبقاء الخطوط واضحة يسهل عملية الإنقاذ ؛

في مكان مغلق

- يُصلح النظام والمناسب بشكل مناسب جميع الأشياء الموجودة في منزل ، أو مكان عملك ، في المناطق المفتوحة المعرضة لتأثيرات الريح والمخاطر التي يتعين نقلها من قبل (المزهريات والأشياء الأخرى الموجودة على الجوانب / إلخ) .
- لا تخرج أبدًا ، حتى لتأمين البضائع أو المركبات .
- أغلق الأبواب والنوافذ والأبواب .
- إذا كان ذلك ممكنًا ، تجنب الذهاب إلى الطابق الأخير . قد تتسبب الكسور القوية في الرياح في إتلاف أسطح المباني الأكثر عرضة للخطر .
- دع الحيوانات الأليفة إلى المنزل .
- الحد من استخدام الهاتف المحمول . الحفاظ على الخطوط مساعدة أسهل .
- حتى إذا ظهرت لك الظاهرة ، لا تغادر المنزل ولكن انتظر توجيهات السلطات .





الضباب

في حالة وجود ضباب أو تحسباً له ، يُنصح بتجنب الجلوس خلف عجلة القيادة ، أو على الأقل إجراء تقييم موضوعي للحاجة الفعلية للسفر بالسيارة ؛ إذا أمكن ، فمن الأفضل تفضيل القطار على السيارة.

في الواقع ، في ظل وجود ظاهرة الأرصاد الجوية هذه ، فإن السلامة الشخصية مشروط ليس فقط بسلوك الفرد ، ولكن قبل كل شيء بسلوك الآخرين. تقدم التكنولوجيا أجهزة ، بعضها لا يزال تجريبيًا ، قادرة على مساعدتنا أو إعلامنا أثناء القيادة في الضباب حتى لو كان من الأفضل عدم الاعتماد عليها بالكامل ؛ هناك دائمًا خطر وقوع حوادث بالنسبة لأولئك الذين ليس لديهم واحد ، أو حدوث أعطال أو عدم استجابة الجهاز بسبب المواقف الشاذة.

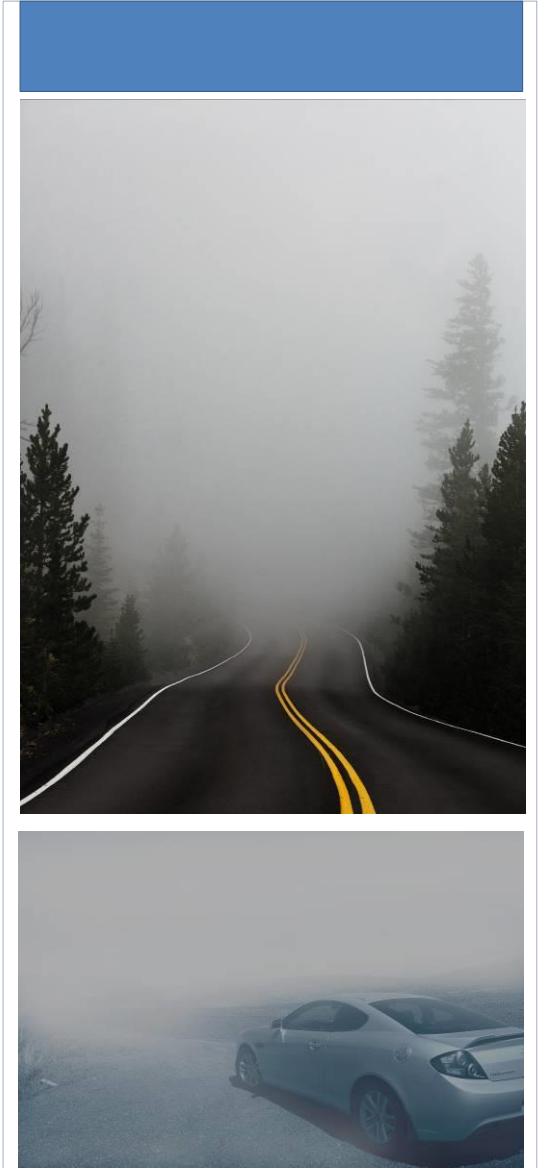
تذكر:

- خفض السرعة ، فمن الطبيعي أن تظهر الأشياء المرئية بشكل جيد فجأة ، في اللحظة الأخيرة ، دون أن يكون لديك إمكانية تجنبها. هذا المظهر هو أكثر خطورة من ظروف الطريق ، والتي ، في حالة الضباب ، عادة ما تكون زلقة. علاوة على ذلك ، يتم تقييم فرق السرعة مع السيارة قبل أن تصبح أكثر صعوبة مع الضباب. احترام المؤشرات الموجودة على اللوحات المضيئة للرسالة المتغيرة وعلى العلامات التي تجدها على طول الطريق. على وجه الخصوص ، حدود السرعة الملاحظة ، متغيرة اعتمادًا على الرؤية المتاحة.

يزيد من مسافة الأمان. إذا تابعت سيارة في الضباب ، فلا يجب أن تركز على سرعتها فقط وتحاول "البقاء خلفها" في الاتفاقية التي يتمتع بها أولئك الذين يقفون خلفك بشكل أفضل من رؤيتك. من الأفضل دائمًا الحفاظ على السرعة وفقًا للتوصيات الواردة في إشارات الرسائل المتغيرة وخاصة القيادة بحيث تشعر بالأمان. إذا كانت السيارة التي أمامك تبدو أنها تسير بسرعة لا تجعلك مريحة ، وتبطئ من سرعة السيارة وتقلدها كمقترحات حذرة.

اجعل نفسك مرئيًا ، حتى نهارًا ، عن طريق قلب الضوء المنخفض ، ومصابيح الضباب والمصابيح الخلفية للضباب ، وليس الضوء العالي. في الضباب ، الشيء الأكثر أهمية هو الرؤية والاطلاع. ضوء قوي ومركز حيث أن الشعاع العالي يقاوم تمامًا إنتاجه ، منذ أن يعكسه الضباب ، مما يخلق نوعًا من "الجدار الساطع" ويقلل بشكل أكبر من الرؤية المنخفضة بالفعل. يتم تثبيت المصابيح الأمامية للضباب على مستوى أقل من المصابيح الأمامية ذات الشعاع المنخفض ، وقد تم تصميمها بحيث يكون لها انبعاث محدود للغاية ، وذلك لتخطيط شعاع الضوء الخاص بها على الأرض ، حيث يكون الضباب أكثر تأثيثًا. مصابيح الضباب الأمامية رائعة لتحسين رؤية العلامات الأفقية (شرائط تقسيم الطريق أو الشرائط الجانبية) ، لكنها قد تكون غير كافية لعرض أي عوائق موجودة على الطريق ، مثل أي شيء. لتمكين أتباعك من تحديد موقع سيارتك ، احتفظ دائمًا بمصابيح الضباب الخلفية. ركز انتباهك على الطريق والقيادة. عند السفر في حركة مرور طويلة بدون حركة مرور في ضباب كثيف ، تميل العين - التي تفتقر إلى المنبهات - إلى التركيز على مسافة "راحة" تبلغ حوالي ثلاثة أمتار: احرس على الانتباه كثيرًا.

- تجنب المرور على شوارع النقل ذات الاتجاهين. يجب أن تتجنب عبور المركبات الأخرى عند القيادة على طرق مزدوجة الاتجاه بدون سبارتيترافيكو المركزية. في الواقع مع الضباب ، يمكن رؤية السيارة التي تصل إلى المسار المقابل فقط على مسافة قصيرة.





- إذا كنت بحاجة إلى التوقف ، فافعل ذلك خارج عربة النقل ، مع إبطاء السرعة تدريجيًا ؛ في أي حال ، قم بتنشيط إشارة ضوء الخطر (مؤشرات الاتجاه المتزامنة) واحتفظ بالضباب الخلفي. إذا كان هذا بمثابة توقف لحالات الطوارئ ، فيرجى اتباع احتياطات إضافية حيثما كان ذلك.
- لا تسافر مطلقًا على الشريط الجانبي للطريق. في الواقع ، يعتبر خطر تجاوز سيارة أخرى مثل الدراجة البخارية أو وقوف السيارات مرتفعًا جدًا.
- ابق على اطلاع دائم. إذا كنت تسافر في طريق عالي الاتصال ، أو في طريق سريع ، فمن الجيد إبقاء الراديو موصولًا على معلومات المرور. وبهذه الطريقة ، من الممكن اكتشاف الأقسام المحتملة التي تتعلق بضعف الرؤية أو بسبب ضعف الرؤية ، وإذا كان ذلك ممكنًا ، فاختر طريقًا بديلًا.

موجات حرارة

تسبب الحرارة مشاكل صحية عن طريق تغيير نظام تنظيم درجة حرارة الجسم. عادة ما يبرد الجسم عن طريق التعرق ، ولكن في ظروف بيئية معينة لا تكون هذه الآلية كافية. على سبيل المثال ، إذا كانت الرطوبة عالية جدًا ، فإن العرق يتبخر ببطء وبالتالي لا يبرد الجسم بكفاءة ويمكن أن ترتفع درجة حرارة الجسم إلى قيم عالية جدًا مما يؤدي إلى إتلاف الأعضاء الحيوية. إن قدرة الشخص على التنظيم الحراري مشروطة بعوامل مثل العمر والحالة الصحية وتناول الأدوية. الأشخاص المعرضون للخطر هم: كبار السن أو الأشخاص الذين لا يتمتعون بالاكفاءة الذاتي ، والأشخاص الذين يتناولون الأدوية بانتظام ، والرضع والأطفال الصغار ، والذين يمارسون الرياضة أو يقومون بعمل مكثف في الهواء الطلق.

خلال فصل الصيف ، على الموقع الإلكتروني للحماية المدنية (<http://www.comune.parma.it/protezionecivile>) ، نُشر التحذيرات المتعلقة بموجات الحرارة وجميع النشرات التي تحتوي على تنبؤات بعدم الراحة المناخية لليوم الحالي وللحالة الايام القادمة.

لهذا الغرض ، خلال الأيام التي يُتوقع فيها وجود مخاطر عالية من موجات حرارية وخلال 24 أو 36 ساعة التالية ، نوصيك باتتباع هذه القواعد البسيطة للسلوك:

- لا تخرج في أشد الأوقات حرارة ، من 12 إلى 18 ، خاصة بالنسبة لكبار السن ، الأطفال الصغار جدًا ، الناس غير مؤهلين لأنفسهم أو مقنعين ؛
- في منزلك ، احم نفسك من حرارة الشمس بالسائتر أو المصاريح واحتفظ بمكيف الهواء بدرجة حرارة تتراوح من 25 إلى 27 درجة. إذا كنت تستخدم مروحة ، فلا تعالجها مباشرة على الجسم ؛
- حاول أن تبرد من خلال أخذ الحمامات أو الاستحمام بماء نقي ؛
- اشرب كميات كبيرة (حتى إذا لم تكن في المركز الثالث) ، وتناول الكثير من الفاكهة وتجنب المشروبات الكحولية والكافيين. بشكل عام ، تستهلك وجبات خفيفة.
- ارتداء الملابس والقبعات ذات الألوان الفاتحة في الهواء الطلق ، وتجنب الألياف الاصطناعية التي تمنع التنفس وبالتالي تشتت الحرارة.
- إذا كان هناك شخص مريض معك في المنزل ، فاحرص على عدم تغطيته أكثر من اللازم.
- تأكد من ظروفك الصحية وقدم المساعدة للأقارب والجيران والأصدقاء الذين يعيشون بمفردهم.





أزمة المياه

فيما يلي بعض المؤشرات الصالحة دائماً لتوفير المياه.

- املأ الحنفيات بكسر الأجهزة النفاثة التي تسمح لك بتوفير المياه ؛
- تحقق من عدم وجود تسريبات. إذا ، مع إغلاق جميع الصنابير ، فإن العداد يتحول إلى شركة متخصصة قادرة على التحقق من أي أخطاء أو تسريبات في الأنابيب والأدوات الصحية ؛
- لا تدع مياه الصنبور تتدفق بلا فائدة ، ولكن لا تفتحها إلا عند الضرورة ، على سبيل المثال عند تنظيف أسنانك بالفرشاة أو عند حلق اللحية ؛
- لا تستخدم المياه الجارية لغسل الفاكهة والخضروات: من المناسب تركها في الماء مع قليل من البيكربونات ؛
- عندما يكون ذلك ممكناً ، أعد استخدام المياه المستخدمة: الماء من المعكرونة في طهي ، على سبيل المثال ، لإلغاء الأطباق ، التي تستخدم لغسل الفاكهة والخضروات في النباتات والزهور المائية ؛
- استخدام الغسالات أو غسالات الصحون ، ربما في ساعات الليل ، فقط عند التحميل الكامل ، وتذكر إدخال برنامج الاقتصاد إذا كانت الكتان أو الأطباق المراد غسلها قليلة ؛
- استخدام صهاريج التدفق المزدوج في خدمات المراحيض. يسمح بتوفير حوالي 60% من المياه المستخدمة حالياً مع خزانات ثابتة وعالية الحجم ؛
- يفضل الاستحمام في الحمام: إنه أسرع ويقلل من استهلاك واحد ثالث ؛
- عندما تذهب في العطلات أو تبتعد عن المنزل لفترات طويلة ، أغلق صنوبر المياه المركزي ؛
- لا تستخدم مياه الشرب لغسل السيارات.

في حالة توقف توريد المياه

- قبل التعليق ، اصنع كمية قليلة من الماء للحمام والمطبخ واملأ الأطباق والسكاكين والنظارات التي يمكن التخلص منها والخشو والكحول ؛
- استخدم مخزونك من المياه لأغراض أساسية فقط.
- أغلق سخان الماء الكهربائي وقم بتبديله بعد عودة الطاقة لتجنب تلف مقاومات التسخين ؛
- حالما يتم استعادة توزيع المياه ، تجنب استخدام آلة الغسيل وغسالة الصحون وسخان المياه حتى تعود الحالة الطبيعية ، لأن ظاهرة المياه المظلمة قد تحدث.
- قبل شرب الماء من الصنبور ، تحقق دائماً من الرائحة واللون ، إذا كانت هذه الجوانب لا تبدو طبيعية بالنسبة لك ، فأبلغ مدير الشبكة بالحالة.

الزلازل

المقدمة

في الألف سنة الماضية ، تسبب حوالي 3000 زلزال في أضرار جسيمة أكثر أو أقل. ما يقرب من 300 من هؤلاء (مع "شدة" أكبر من 5) كان لها آثار مدمرة وحتى واحدة كل عشر سنوات كانت لها آثار كارثية ، مع طاقة مماثلة لزلزال لاكويلا في عام 2009. يمكن أن تعاني جميع البلديات الإيطالية من أضرار من الزلازل ، ولكن أقوى الزلازل تتركز في بعض المناطق المحددة للغاية: في شمال شرق إيطاليا (فريولي فينيتسيا جوليا وفينيتو) ، في غرب ليغوريا ، في جبال الأبينيني الشمالية ، وقبل كل شيء على طول المنطقة الوسطى والجنوبية بأكملها الأبينيني ، في كالابريا وشرق صقلية. أنت أيضا تعيش في منطقة خطرة ، حيث حدث بالفعل زلازل في الماضي أو شعرت بآثارها. وقد يحدث هذا مرة أخرى في المستقبل.

ما هو الزلزال؟

في الجيوفيزياء ، الزلازل (من اللاتينية: والتي تعني "حركة الأرض") ، والتي تسمى أيضا الزلازل أو الزلازل (من اللاتينية ، إلهة الأرض الرومانية) ، هي اهتزازات أو مستوطنات مفاجئة في قشرة الأرض ، ناتجة عن إزاحة مفاجئة لكتلة صخرية في باطن الأرض: يؤدي إزاحة الكتلتين إلى اهتزازات في المنطقة المحيطة بأكملها تنتشر على شكل موجات زلزالية. الاهتزازات ليست أكثر من إطلاق الطاقة المرنة المتراكمة أثناء التشوه والتي تنطلق فجأة مسببة الزلازل.

ماذا يحدث للمبنى؟

تسبب الصدمة الزلزالية اهتزازات معقدة ، أكثر أو أقل قوة ، والتي تهز المبنى بطرق مختلفة والتي يمكن أن تسبب إصابات أو انهيارات حقيقية خاصة في المباني القديمة وفي المباني غير المصممة لمقاومة القوى الأفقية. إن الخطر الذي يهدد الناس هو احتمال انهيار المنازل ، وليس الزلزال نفسه. اليوم ، يجب بناء جميع المباني الجديدة وفقًا للوائح الزلازل.

هل الزلزال القادم سيلحق الضرر أيضا؟

يعتمد بشكل أساسي على ضعف المبنى وكذلك على قوة الزلزال (يحدث الآلاف منها كل عام ، معظمها ذات طاقة متواضعة).

في المنطقة التي كنت تعيش فيها بالفعل في الماضي ، هل تسببت الزلازل في إلحاق الضرر بالأشياء والناس؟

لهذا السبب ، من المهم جدًا الحصول على المعلومات واتخاذ إجراءات الوقاية والاستعداد لزلزال محتمل. متى سيحدث الزلزال القادم؟ لا أحد يعلم ، لأنه يمكن أن يحدث في أي وقت. نحن نعرف أشياء كثيرة عن الزلازل ، ولكن ليس من الممكن حتى الآن التنبؤ على وجه اليقين بموعدها وبأي قوة وأين بالتحديد.





سوف يتحقق. ومع ذلك ، فنحن نعلم ما هي أكثر المناطق خطورة وما يمكن أن نتوقعه من الزلزال: الاستعداد هو أفضل طريقة لمنع وتقليل عواقب الزلزال.

هل آثار الزلزال هي نفسها في كل مكان؟ تعتمد شدة الاهتزاز الناجم عن الزلزال على ظروف المنطقة ، ولا سيما على نوع التضاريس وشكل المناظر الطبيعية. بشكل عام ، يكون الاهتزاز أكبر في المناطق التي تكون فيها التربة ناعمة ، وأقل في التربة الصلبة مثل الصخور ؛ يؤثر الموضع أيضًا على شدة الاهتزاز ، والتي تكون أكبر في الجزء العلوي من النقوش وعلى طول حواف الجروف.

في أي منطقة تسكن؟ إيطاليا بلد زلزالي بالكامل ، لكن أراضيها مصنفة في مناطق ذات مخاطر مختلفة. يجب على كل من يبني أو يعدل هيكل المنزل أن يحترم اللوائح الزلزالية لمنطقته ، لحماية حياة أولئك الذين يعيشون هناك. لمعرفة المنطقة الزلزالية التي تعيش فيها ، تحقق من خطة الحماية المدنية على الرابط:

<https://www.comune.parma.it/protezionecivile>

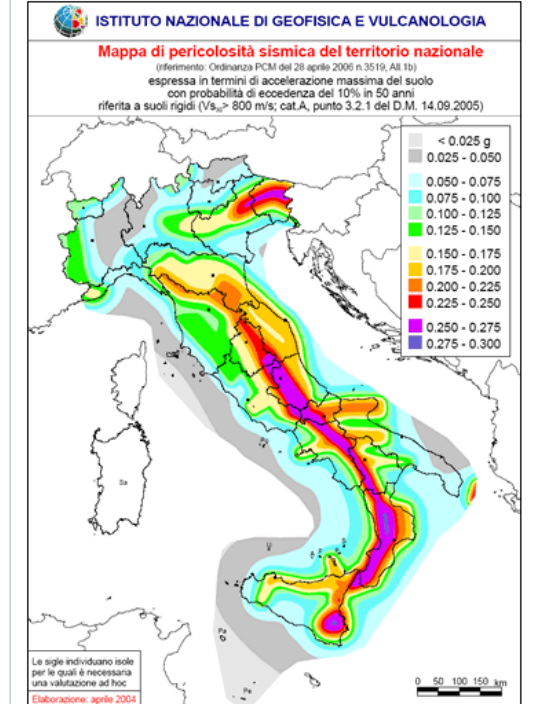
كيف تدافع عنا : سلامة منزلك:

من الضروري أن يتبنى السكان تدابير وقائية وقواعد سلوكية خاصة في المناطق المعرضة للزلازل. من المهم معرفة متى وكيف تم بناء منزلك ، وعلى أي نوع من الأرض ، وما هي المواد ، وخاصة إذا تم تعديله لاحقًا وفقًا للوائح الزلازل.

إذا كانت لديك بعض الشكوك أو إذا كنت تريد معرفة المزيد ، فيمكنك الاتصال بقطاع الحماية المدنية أو للحصول على شهادة زلزالية لمبنىك ، اتصل بفني مؤهل (مهندس ، مهندس ، مهندس معماري) للثقة .

قبل الزلزال:

- الحصول على التحقق الذي تم إجراؤه بواسطة فني متخصص في الهندسة الزلزالية والحصول على استراتيجية تدخل موصى بها.
- يزيل الأثاث الثقيل من الأسرة أو الأرائك. تأكد من أن الأثاث والأجهزة والأشياء الثقيلة كلها مثبتة جيدًا على الجدران لتقليل مخاطر السقوط أو التدفق الزائد ؛
- مثبتة على جدران الرفوف وأكياس الكتب وغيرها من الأثاثات العالية. صور معلقة ومرايا ذات خطافات مغلقة ، والتي تمنعهم من الفصل من الجدار
- ضع أشياء ثقيلة على الرفوف السفلية للأرفف ؛ على ارتفاع هؤلاء ، يمكنك صقل الأشياء بشريط مزدوج الجوانب.
- في المطبخ ، استخدم قفلاً لفتح أبواب الأثاث حيث توجد الألواح والنظارات ، حتى لا يتم فتحها أثناء الصدمة.
- تعرف على مكان وجود الغاز وحفريات الماء ومفتاح الإضاءة الرئيسي وكيفية الإغلاق ، حتى تتمكن من مقاطعة الإمدادات بعد حدوث صدمة.
- تحديد النقاط الآمنة للمنزل ، حيث يجب رفضها في حالة وقوع زلزال: حجرات الأبواب ، وزوايا الحائط ، تحت الطاولة أو السرير.
- ينظم بشكل مسبق خطة الطوارئ العائلية وحقيبة أمان.
- اعلم إذا كان موجودًا وما الذي توفره خطة الحماية المدنية لبلدتك ، لذا فأنت تعرف كيف تتصرف في حالة الطوارئ. تحقق بشكل خاص من موقع مناطق الطوارئ والمستشفيات وأفضل الطرق للوصول إليها ؛
- في المدرسة أو في مكان العمل ، تحقق من إعداد خطة الطوارئ الداخلية وتعرف على المحتويات حتى تعرف كيف تتصرف في حالة وقوع حدث زلزالي
- تقييم الاشتراك في سياسة تأمين ضد أضرار الزلازل
- المشاركة في تمارين الحماية المدنية التي تنظمها السلطات المحلية.





أثناء الزلزال:

يمكن أن يضرب الزلزال مفاجأة في المنزل ، في العمل ، في الشارع ، أثناء السفر بالسيارة ؛ القاعدة الأساسية هي التزام الهدوء وتجنب مظاهر الهلع.

في المنزل:

- اللاجئون في أكثر النقاط صلبة من المبنى (تحميل الجدران ، والمعمار ، والمقصورات في الأبواب) أو إذا كان من المستحيل الوصول إلى هذه الهياكل ، يمكنك العثور على مأوى تحت الأثاث المقاوم (سرير ، طاولة)؛ في أي حالة، الابتعاد عن الأثاث والأشياء التي قد تسقط، من الزجاج الذي قد ينكسر ومن الأنظمة الكهربائية المتطايرة
- احذر من الأشياء التي يمكن أن تصيبك عند السقوط (الجنس، الأسقف المزيفة ،الزجاج ،الأثاث ،الأشياء ، إلخ...)
- انتبه إلى استخدام السلالم: غالبًا ما تكون منخفضة المقاومة ويمكن أن تتلف. إذا اضطرت إلى مغادرة المبنى بعد الصدمة ، فتحقق من التماسك بعناية ؛
- تجنب المصعد ، يمكن حظره عن طريق الاصطياح في الداخل ؛
- انتبه للعواقب المحتملة الأخرى للزلزال (مثل تسرب الغاز)

في الهواء الطلق:

- يتكون الخطر الرئيسي من انهيار أو سقوط المواد من أعلاه ، حيث تكون البنايات والأشجار والمصابيح والخطوط الكهربائية بعيدة.
- تجنب الشوارع الضيقة والذهاب نحو الأماكن الواسعة.
- الابتعاد عن النباتات الصناعية •

إذا كنت في السيارة:

- لا تقم أبدًا بالعبور عبر الجسور أو التجاوزات أو الساحات الأرضية ؛
- ابق في سيارتك واحصل على مكان مفتوح دون إعاقة الدورة •

بعد الزلزال:

- إطفاء الحرائق المضاعة وعدم إضاءة المباريات أو الشموع التي قد تتسرب الغازات ؛
- أغلق صنابير المياه والغاز والكهرباء .
- لا تستخدم المياه التي قد تكون ملوثة ؛
- لا تترك خطوط الهاتف مشغولة ،
- اخرج بحذر وارتداء حذاءك: في الشارع قد تؤدي نفسك بنظارة مكسورة أو رمل.
- احضر دائمًا حقيبة الأمان والضرورية معك للتغطية والاستعداد حتى وصول الإنقاذ ؛
- الوصول إلى مناطق الانتظار التي توفرها خطة الطوارئ البلدية .
- إذا لم يكن ضروريًا ، تجنب استخدام السيارة لتجنب مرور المساعدات ؛
- إذا لاحظت وقوع إصابات / تشققات ، فلا تدخل المبنى مرة أخرى ما لم يتم التحقق من السلامة من قبل فني مؤهل.

الحرائق

النار (من اللاتينية Incedere Bruciare) هي مظهر من مظاهر بدء تفاعل مؤكسد لمادة قابلة للاحتراق في وجود درجة حرارة مناسبة.

يمكن أن يحدث الحريق لأسباب مختلفة ، طبيعية (برق) ، غازات ناتجة عن تحلل المواد العضوية المعرضة لدرجات حرارة عالية ، وما إلى ذلك) وتتعلق بفعل بشري (من خلال أعمال عرضية أو متعمدة أو خبيثة)

في المنزل (حريق محلي)

كيفية منع نشوب حريق

- من الضروري تطبيق بعض الحيل الصغيرة التي يمكن تلخيصها على النحو التالي:
- لا تدخن ، إذا كنت لا تدخن في السرير.
- لا تترك الأواني غير المراقبة على أفران مضاءة واحتفظ بالمواد القابلة للاشتعال بعيدًا ؛
- تقديم فحص دوري بواسطة فني مؤهل لنظام التدفئة ، والمدفأة والمطبخ ؛
- لا تحتفظ بالمباريات والولاعات في متناول الأطفال ؛
- لا تحتفظ بالسوائل القابلة للاشتعال بالقرب من مصادر الحرارة ؛
- لا تستخدم الغاز أو أجهزة اللهب المفتوحة (بما في ذلك المواقد النارية) في الغرف بدون تهوية كافية.

ماذا تفعل في حالة نشوب حريق

- للتعامل مع بداية الحريق ، يكفي تطبيق بعض النصائح البسيطة:
 - إذا احترق وعاء على النار ، لتمديد ، عليك فقط وضع غطاء عليه ، حتى يدخن اللهب ؛
 - إذا بدأ ارتداء الملابس للحريق ، فلا يجب أن تشتعل (يغذي الهواء النيران) ، يجب أن تحاول خلع ملابسك أو تدخينها عن طريق الالتفاف على الأرض أو تغطية نفسك بغطاء ؛
 - في حالة اشتعال النيران في أحد الأجهزة الكهربائية أو جزء من النظام الكهربائي ، يجب عليك فصل الطاقة قبل محاولة فصلها.
- تذكر عدم استخدام الماء لإطفاء حريق من مصدر كهربائي: قد تصاب بصدمة قوية! لا ينبغي استخدام الماء حتى لإطفاء حرائق النفط أو البنزين ، لأن هذه المواد تطفو على الماء ويمكن أن تنشر النيران في أماكن أخرى.





ماذا تفعل أثناء نشوب حريق بالمنزل

- إذا كان بإمكانك محاولة الخروج أو نقل نفسك إلى مكان آمن - بهذه الطريقة ستجنب استنشاق الدخان والتورط في الحريق.
- إذا كان الدخان في الغرفة ، قم بترشيح الهواء من خلال قطعة قماش ، أفضل إذا كانت مبللة ، واستلقي على الأرض - الهواء أكثر قابلية للتنفس على مستوى الطابق
- إذا كانت النيران خارج الباب ، فحاول سد أي صدع بخرق مبلل محتمل - بهذه الطريقة تقيد دخول الدخان إلى أقصى حد وتسمح للباب بالاحتواء على الحريق قدر الإمكان ؛
- إذا كنت تعيش في مسكن ، فتذكر أنه في حالة نشوب حريق ، يجب ألا تستخدم المصعد أبدًا - فقد يصدم المصعد ويصطادك بداخله ؛
- اعتن بالأشخاص غير الأكفاء وساعدهم في سلامتهم إذا كنت تستطيع
- إذا كنت في مبان عامة أو مبان شائعة جدًا ، فانتقل إلى أقرب مخرج آمن ، دون دفع أو صراخ.

بعد الحريق

- إذا كنت تشعر بأنك مريض ، اتصل على 118 فورًا - قد تصاب بالتسمم عن طريق استنشاق الأبخرة أو المواد الأخرى الموجودة في البيئة ؛
- قبل العودة إلى الشقة ، استشر لواء النار - قد لا تزال هناك حالات خطر محتمل
- الوصول إلى الغرف المتضررة من الحريق فقط بعد تبريدها وتهويتها - التهوية الوفيرة ضرورية لساعات قليلة على الأقل.
- لم يعد يُنظر إلى المنتجات الغذائية التي تتلامس مع الحرارة أو الدخان الناجم عن الحريق بعد الآن على أنها صالحة للأكل.

حرائق الغابات

يمكن تعريف حريق الغابات بأنه "حريق يميل إلى الانتشار فوق المناطق الحرجية أو الشجيرات أو في الأراضي المزروعة (أو غير المزروعة) والمراعي المجاورة لهذه المناطق" ولكي تتطور ، فإن العناصر الثلاثة التي تشكل ما يسمى "مثلث النار" : الوقود (العشب الجاف ، أوراق الشجر ، الخشب ، إلخ) ، السائل (الأكسجين الموجود في الهواء) ، والحرارة (اللازمة لجلب الوقود إلى درجة حرارة الاشتعال). يمكن أن تساعد الظروف الجوية الخاصة (على سبيل المثال ، الأيام الحارة والرياح بشكل خاص في فترة انخفاض هطول الأمطار) على الانتشار السريع للحريق.

يمكن أن تكون أسباب الحريق:

- طبيعي: مثل البرق. هم الأقل تكرارا للجميع
- من أصل أنثروبي ، ويعزى ذلك إلى الأنشطة البشرية (عرضي ، على سبيل المثال ، ماس كهربائي ، ارتفاع درجة حرارة المحركات ، إلخ ... : بسبب بعض الممارسات الزراعية والرعية ، وبعض السلوك غير المسؤول في المناطق السياحية ، وإهمال رمي المواد المضاءة (أعواد الثقاب ، السجائر ، إلخ ...) : ضارة عندما يبدأ الإنسان النار طوعًا لإحداث أضرار ، وهي الأسباب الأكثر شيوعًا لحرائق الغابات).

لتجنب حريق الخشب

- لا ترم أرجل السجائر أو المباريات أثناء الإضاءة - يمكن أن تشعل العشب الجاف أو الأوراق
- لا تشعل النار في الأخشاب (محظورة وخطيرة) - استخدم فقط المناطق المجهزة. لا تتخلي أبدًا عن النيران وقبل الابتعاد ، تأكد من أنها مطفأة تمامًا
- إذا كان عليك إيقاف السيارة ، فتأكد من أن المفلر ليس على اتصال بالعشب الجاف - المفلر عنصر ساخن جدًا في السيارة ، فمن السهل أن يتجاهل العشب الجاف
- لا تترك نفايات في الأخشاب أو في مدافن النفايات السيئة - يمكن أن تمثل وقودًا خطيرًا

ماذا تفعل عندما يكون الحريق قيد التقدم

- الهاتف 1515 على الفور لإعطاء الإنذار إذا حذرت من اللهب أو حتى الدخان فقط - لا تعتقد أن الآخرين قد فعلوا ذلك بالفعل. قم بتوفير المعلومات اللازمة لتحديد موقع الحريق
- ابحث عن هروب آمن: طريق أو مسار مياه. لا تبق في الأماكن التي تهب فيها الرياح - قد يتم عزلك بين اللهب ولن يكون لديك بعد الآن طريقة هروب
- استلقي على الأرض في مكان لا يوجد فيه خضار قابل للاشتعال - يميل الدخان إلى الارتفاع وبهذه الطريقة تتجنب استنشاقه
- إذا لم يكن لديك خيار آخر ، فحاول عبور النيران حيث تكون أقل كثافة وانتقل إلى الجزء المحترق بالفعل - مما ينقلك إلى مكان آمن. لكن تذكر: فقط إذا لم يكن لديك خيار آخر !!!
- الحريق ليس عرضًا ، لا تبق على طول الشوارع - ستدخل المساعدة والاتصالات اللازمة لإدارة الطوارئ.





انقطع الكهرباء

انقطاع التيار الكهربائي هو انقطاع التيار الكهربائي. يمكن أن يكون محليًا ، إذا كان يتعلق بجزء صغير من الإقليم ، أو ممتدًا ، إذا كان يؤثر على بلدية واحدة أو أكثر أو حتى مناطق أكبر بكثير ، إلى حد افتراض النطاق الإقليمي أو حتى الوطني. يمكن أن يكون ناتجًا عن الانقطاعات المفاجئة أو الأحمال الزائدة في الشبكة الكهربائية ، بسبب أعطال في محطات الطاقة أو الخطوط.

ماذا تفعل أولاً

- إذا كنت أنت ، بعض أفراد أسرتك أو أي شخص تعرفه ، يستخدم معدات كهربائية لإنقاذ الحياة ، حدد مع خدمة الرعاية الصحية خطة يتم تنفيذها في حالة خروج أسود طويل الأمد. تحافظ دائمًا على الدليل على رقم الهاتف الخاص بخدمة الصحة الطارئة (118) والرقم الفردي لحالات الطوارئ (112) ؛
- حدد بدقة مدة بقاء الأدوية التي تتطلب التبريد في درجة حرارة الغرفة. خطط بالضبط لما يجب أن تفعله بشكل خاص مع الأدوية المنقذة للحياة ؛
- تجهز ببطاريات احتياطية أو أدوات أخرى لتلبية احتياجاتك الكهربائية الأساسية عند تعطل الكهرباء ؛
- تثبت أجهزة الاستشعار ، مع البطارية الاحتياطية ، لتحديد الوجود المحتمل لأحادي أكسيد الكربون.
- احتفظ دائمًا بمقبض كهربائي لكل مكون من أفراد الأسرة وجهاز راديو للبطارية بكفاءة
- تأكد أيضًا من أن لديك بطاريات إضافية ومياه وأطعمة غير قابلة للتلف.
- احتفظ بمقياس حرارة واحد في الثلاجة وآخر في الفريزر ، بهذه الطريقة ، عند استعادة الكهرباء ، ستكون قادرًا على معرفة درجة الحرارة التي يصل إليها الطعام وتقرر ما إذا كنت ستفصلها أو تستخدمها ؛
- اشترك في هاتفك المحمول (وجميع أفراد عائلتك) في نظام تنبيه الهاتف المحلي لتلقي أي اتصالات أو تنبيهات. يتم توفير الخدمة من قبل بلدية بارما وهي مجانية.

ماذا تفعل أثناء

- إذا كنت أنت أو أي من أفراد أسرتك أو أي شخص تعرفه تستخدم معدات طبية تعتمد على إمداد الكهرباء ، يتم تنشيطها للإبلاغ عن الحاجة إلى الدعم ؛
- ضع في خطط بديلة صممها مسبقًا لتخزين الأدوية التي تحتاج إلى تبريد ؛
- تجنب فتح المجمدات والثلاجات بدون فائدة. يمكن أن يتغير الطعام الموجود في الطعام ويصبح خطرًا على الصحة ، قم بمراقبة درجة الحرارة باستخدام مقياس الحرارة. يمكن للثلاجة الاحتفاظ بالطعام طازجًا لمدة 4 ساعات تقريبًا ، في الثلاجة حوالي 48 ساعة ؛
- استخدم الأطعمة والمشروبات التي لا تتطلب التبريد ؛
- لتجنب مخاطر التسمم بأول أكسيد الكربون ، تذكر أنه يجب استخدام المولدات أو الأفران الميدانية أو الشوايات الفحم دائمًا في الخارج وعلى الأقل 8 أمتار من النوافذ. لا تستخدم الموقد أو الفرن الغازي لتدفئة منزلك ؛





- انتبه لاستخدام الشموع ومصادر الإضاءة الأخرى مثل الغاز ، ومصابيح البترول ، وما إلى ذلك. يمكن أن يؤدي فتح اللهب عند الاتصال بالمواد القابلة للاشتعال إلى نشوب حريق ؛
- التحقق من حالة جيرانك. كبار السن والأطفال هم أكثر المواد عرضة للخطر في حالة الأحداث الحرجة ؛
- إذا كان الوضع آمنًا وممكنًا ، فقم بتقييم إمكانية الانتقال إلى هيكل آخر حيث لا توجد المشكلة (على سبيل المثال ، هيكل عام مجهز بالحماية المدنية) ، إذا لم تتمكن من التنقل بنفسك ، فاتصل برقم 112 لحالة الطوارئ ؛
- افصل أجهزتك الكهربائية : يمكن أن يعود التيار فجأة مع ذروة الجهد وتلف المعدات الخاصة بك ؛
- تجنب استخدام هاتفك إلا في حالة الطوارئ. من الجيد تجنب التحميل الزائد لخطوط الهاتف عندما تكون مفيدة للمساعدة
- تجنب استخدام المصاعد. هناك خطر الوقوع في الداخل
- إذا بقيت مغلقًا ، تجنب الخروج من المصعد بأي ثمن. مقصورات المصعد ليست مقاومة للماء ، وبالتالي لا يوجد نقص في الهواء.
- إذا كنت في الشارع ، فعليك الانتباه إلى عبور ضوء المرور. في حالة إيقاف تشغيل مصابيح المرور ، يقوم بعض السائقين بإجراء مناورات غير صحيحة أو غير متوقعة

ما العمل التالي

- عند عودة الطاقة ، لا تقم بإعادة تنشيط جميع الأجهزة الكهربائية في المنزل معًا حتى لا تزيد من تحميل الخط الكهربائي.
- تخلص من جميع الأطعمة التي لم يتم حفظها بشكل صحيح ، إذا كان لديك شكوك حولها ، فمن الآمن التخلص منها.
- احذف جميع الأدوية التي لم يتم تبريدها بشكل صحيح ، ما لم يظهر ملصق الدواء بشكل مختلف. إذا كانت الحياة تعتمد على الأدوية المبردة ، فاستشر الطبيب أو الصيدلي واستخدم الدواء فقط حتى يتوفر مخزون جديد.

المخاطر الكيميائية الصناعية

نقصد بالمخاطر الصناعية احتمال حدوث انبعاث أو حريق أو انفجار أو سحابة سامة عقب وقوع حادث في موقع صناعي ، بما في ذلك مادة خطيرة أو أكثر ، يمكن أن تؤدي آثارها إلى خطر خطير ، فوري أو متأخر للبشر ، داخل أو خارج الممنوع ، و / أو

من أجل البيئة. يتم التخفيف من هذه الآثار من خلال تنفيذ خطط الطوارئ المناسبة ، الداخلية (التي وضعتها الصناعة للتعامل الفوري مع الحادث) والخارجية (التي وضعتها الهيئة للتعامل مع الآثار المحتملة على المنطقة المحيطة) ؛ وينص هذا الأخير على تدابير وسلوكيات الحماية الذاتية الكافية التي يتعين على السكان تبنيها.

دواعي الإستعمال

إذا كانت هناك نباتات معرضة للخطر في المنطقة التي تعيش فيها أو تعمل فيها ، فمن الضروري التحقق من خطة الحماية المدنية لمعرفة ما إذا كانت هناك خطة طوارئ في حالة وقوع حادث. من الممكن الحصول على المعلومات من خلال الرجوع إلى موقع ARPAE.

يمكن الاطلاع على قائمة المنشآت الصناعية المعرضة لخطر الحوادث الكبرى على:

<https://www.arpae.it/index.asp?idlivello=111>

بالنسبة لحالات الحريق و / أو الانفجار ، يرجى الرجوع إلى التوصيات الواردة في الفصول المعنية.

ماذا تفعل في حالة الحدث

- اتبع التعليمات الواردة في صحائف المعلومات الخاصة بالسكان الحاليين في خطة الحماية المدنية ؛
- في حالة إطلاق المواد السامة من إنشاء اللاجئين في مكان مغلق.
- لتقليل التعرض للمواد السامة: أغلق الأبواب والنوافذ التي تغلق الحلزونيات بالأقمشة الرطبة ، وقم بإيقاف تشغيل مكيفات الهواء ، وأجهزة التهوية لتجنب تبادل الهواء مع الخارج ؛
- إذا كنت في الخارج ، قم بتغطية أنفك وفمك بمقبض يدوي حتى لا تستنشق أبخرة الدخان السامة ؛
- في أقرب وقت ممكن للاستحمام على الفور مع العناية الخاصة بغسل الوجه والعينين وجميع الأجزاء المكشوفة ؛
- يجب حذف الملابس الملوثة .
- الاهتمام بالمعلومات التي تقدمها السلطات من خلال المتحدثين ، أو وسائل الاتصال الأخرى (الراديو والتلفزيون والرسائل النصية القصيرة لأولئك الذين تم تسجيلهم) حول الإجراءات التي يجب اعتمادها وحول الوضع حتى يتوقف الإنذار
- عند توقف الإنذار ، قم بتهوية البيئات واستمر في ضبطها على الراديو المحلي لإجراء تغيير مناسب للهواء ومتابعة تطور ما بعد الطوارئ
- إذا كان منزلك مجهزًا جيدًا ، فلا تستخدم الماء للشرب أو لأي غرض آخر.
- أثناء الحدث (ولكن بعد ذلك أيضًا) تجنب تناول الفواكه والخضروات ، وكذلك المنتجات المعرضة للهواء ، وفضل الأطعمة المعبأة في فراغ وشرب الماء من الزجاجات المغلقة ؛ لفترة معينة (حدتها السلطات الصحية) ، قد يكون من الضروري عدم استهلاك اللحوم والمنتجات المشتقة من الحيوانات التي تربي في المناطق الملوثة .

الإخلاء

عندما تكون مخاطر التلوث عالية ، يجوز للسلطات المسؤولية عن الاندماج الإلكتروني أن تطلب الإخلاء وفقًا لخطة الطوارئ الخارجية الموضوعية مسبقًا ، والتي تقدم أيضًا مؤشرات حول طرق التجميع وطرق التسوية.





الأنفلونزا الوبائية / الوباء

الإنفلونزا مرض تنفسي حاد يسببه عدوى فيروس الأنفلونزا ، ويحدث بشكل رئيسي في فصل الشتاء. إنه يمثل مشكلة صحية عامة كبيرة بسبب انتشاره وانتشاره ووجود مستودعات للحيوانات والمضاعفات المحتملة. يدخل الفيروس المسؤول عن الأنفلونزا الجسم عن طريق الجهاز التنفسي وهو شديد العدوى.

تحدث أوبئة الأنفلونزا في بلدنا ، وتسبب في المتوسط 5 ملايين مريض. من سمات فيروسات الأنفلونزا الميل الملحوظ للتنوع بطريقة تمكنها من تجاوز الحاجز الوقائي الذي تشكله الدفاعات المناعية الموجودة في السكان. هذا يعني أن الدفاعات التي تم تطويرها ضد فيروس الأنفلونزا الذي ينتشر خلال موسم معين قد لا تكون فعالة بعد الآن للفيروس الذي ينتشر خلال العام التالي. لهذا السبب ، يجب تحديث تركيبة لقاح الأنفلونزا كل عام ، كما أن مراقبة النظام الصحي ضرورية لإعداد اللقاح المناسب للموسم التالي.

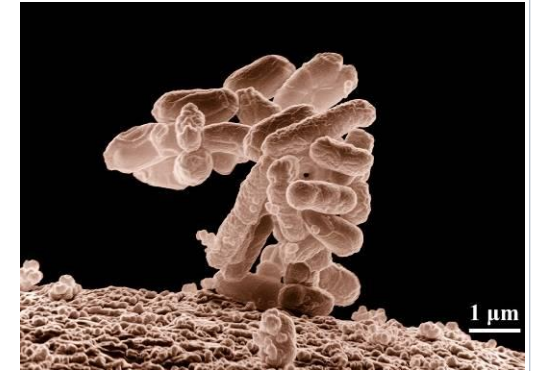
يشير جائحة الإنفلونزا إلى انتشار فيروس إنفلونزا جديد بين السكان في جميع أنحاء العالم.

ماذا تفعل لمنع

يعد الحصول على اللقاح ، خاصة بالنسبة لأولئك المعرضين للخطر ، أفضل طريقة للوقاية من الأنفلونزا ومكافحتها لأن فرص الإصابة بالمرض تقل بشكل كبير ، وإذا ظهرت أعراض الأنفلونزا ، فإنها تكون أقل حدة ويقل خطر حدوث مضاعفات.

ماذا تفعل في حالة الأنفلونزا أو الوباء المؤثر

- استشر طبيبك الرئيسي أو قسم الوقاية من ASL الخاص بك. الحصول على معلومات موثوقة ومحدثة عن التطعيم والمرض
- إعلام إذا كنت في الفئات المعرضة للخطر التي يوصى بالتطعيم لها: بعض الأشخاص أكثر عرضة للفيروس من الآخرين
- اطلب التطعيم فقط بعد استشارة طبيبك أو ASL. التطعيم يحمي من الفيروسات ، ولكن قد لا ينصح به لبعض الأشخاص
- استشارة المواقع الإلكترونية ومتابعة النشرات الرسمية للمؤسسات. ليتم تحديثها بشكل صحيح على الحالة
- اتبع بعناية توجيهات السلطات الصحية ، لأن التدابير الخاصة لسلامتك قد تكون ضرورية في حالة حدوث جائحة
- إذا كنت تعاني من أعراض ، فاستشر طبيبك على الفور. يساعد التشخيص الفوري في التعافي ويقلل من مخاطر العدوى للآخرين
- ممارسة النظافة الشخصية والمنزل والبيئة المعيشية الصحيحة. لتقليل مخاطر العدوى
- إذا كان لديك شخص مريض في المنزل ، فتجنب مشاركة الأشياء الشخصية لتجنب الإصابة بالتلوث.





لمخاطر النووية

وتجدر الإشارة إلى أنه ليست كل الحوادث التي تحدث في المحطات النووية تسبب إطلاقاً للإشعاع في الخارج. يمكن احتواء الحدث النووي داخل المصنع ولا يشكل أي خطر على السكان. لهذا السبب ، في حالة وقوع حادث ، من المهم الاستماع إلى محطات التلفزيون والراديو المحلية. ستقدم السلطات المحلية معلومات وإرشادات محددة. ستعتمد التحذيرات الصادرة على طبيعة حالة الطوارئ ، ومدى سرعة تطورها ، والكمية المحتملة للإشعاع التي يجب أن تكون قريبة من الانتشار.

في حالة أمر الإخلاء

- إذا صدر أمر بإخلاء المنزل أو مكان العمل ، فمن المهم اتباع السلوكيات التالية:
- قبل المغادرة ، أغلق الأبواب والنوافذ ؛
- احتفظ بنوافذ سيارتك مغلقة ونظام التهوية مغلق ؛
- استمع إلى الراديو للحصول على معلومات حول طرق الإخلاء وغيرها من المعلومات المفيدة.

في حالة طلب الإيواء مغلق

- يمكن لسلطات الصحة العامة إصدار الأمر الموجه إلى المواطنين المقيمين في المنطقة المتضررة ، للاحتماء في مكان مغلق على سبيل المثال. في المنزل أو في المكتب.

نوصي:

- ابق في الداخل.
- أغلق الأبواب والنوافذ.
- قم بإيقاف تشغيل أنظمة تكييف الهواء وجميع أنظمة سحب الهواء الخارجية.
- التحرك إن أمكن إلى مناطق تحت الأرض.

السلوك الواجب اتباعه

يوصى على الفور بما يلي:

- عدم استخدام الآلة: ستخاطر بالتعرض بشكل أكبر للإشعاع وتجنب عبور مركبات الطوارئ ؛
- إدخال الحيوانات الأليفة داخل المبنى ؛
- أو ابق على اطلاع عبر الراديو أو التلفزيون
- الحد من استخدام الهواتف المحمولة لضمان خطوط الهاتف المجانية ؛
- استخدام ماء الصنبور ما لم يُنص على ذلك صراحةً من قبل سلطات الصحة العامة
- قم بتغيير الملابس قبل دخول المكان الذي وجدت فيه مأوى ، ووضع الملابس والأحذية في أكياس بلاستيكية محكمة الغلق بعيداً عن الأماكن التي يرتادها الناس ؛ الاستحمام بالماء الساخن والصابون السائل.
- 0 احتمي في حالة هطول الأمطار ، واتركي المظلة ومعطف المطر والملابس المبللة خارج المنزل.





استهلاك الأغذية والمياه الملوثة

يمكن أن يؤدي استهلاك الأغذية الملوثة إلى زيادة التعرض للإشعاع ، مع ما يترتب على ذلك من مخاطر صحية ، خاصة إذا تم تناولها لفترة طويلة من الزمن. لذلك يمكن للسلطات المختصة أن توصي باستهلاك الأطعمة المعبأة المحمية من النشاط الإشعاعي ، وإن كانت محكمة الغلق. ومع ذلك ، في حالة مياه الشرب الملوثة ، قد تقترح السلطات استهلاك المياه المعبأة في زجاجات

تدابير الحماية الفردية

في حالة وجود كميات خطيرة من اليود المشع في الغلاف الجوي ، قد توصي سلطات الصحة العامة بتناول يوديد البوتاسيوم (iodophylaxis) ، على شكل أقراص ، مما يحمي الغدة الدرقية من امتصاص اليود المشع. في حالة النساء الحوامل أو المرضعات ، يمكن تناول أقراص يوديد البوتاسيوم وفقًا للوائح سلطات الصحة العامة.

مخاطر النقل

يمكن أن يتعرض مستخدمو وسائل النقل المختلفة (الطرق ، والسكك الحديدية ، والجوية ، والممرات المائية ، والوسائط المتعددة) لمخاطر أو حالات خطيرة من الانزعاج بسبب كل من الأحداث المرتبطة بأنشطة النقل نفسها (الحوادث ، والكتل المطولة ، وازدحام المرور ، إلخ.) ومن الظواهر الجوية السيئة بشكل خاص (الثلج والضباب والأمطار الشديدة ، وما إلى ذلك). في الوقت الحاضر ، في إيطاليا ، يسافر البضائع والركاب بشكل رئيسي عن طريق البر. على وجه الخصوص ، في الثلاثين عامًا الماضية ، تضاعفت حركة مرور السيارات والشاحنات على الطريق أكثر من ثلاثة أضعاف ، والاتجاه نحو المستقبل القريب هو لمزيد من النمو.

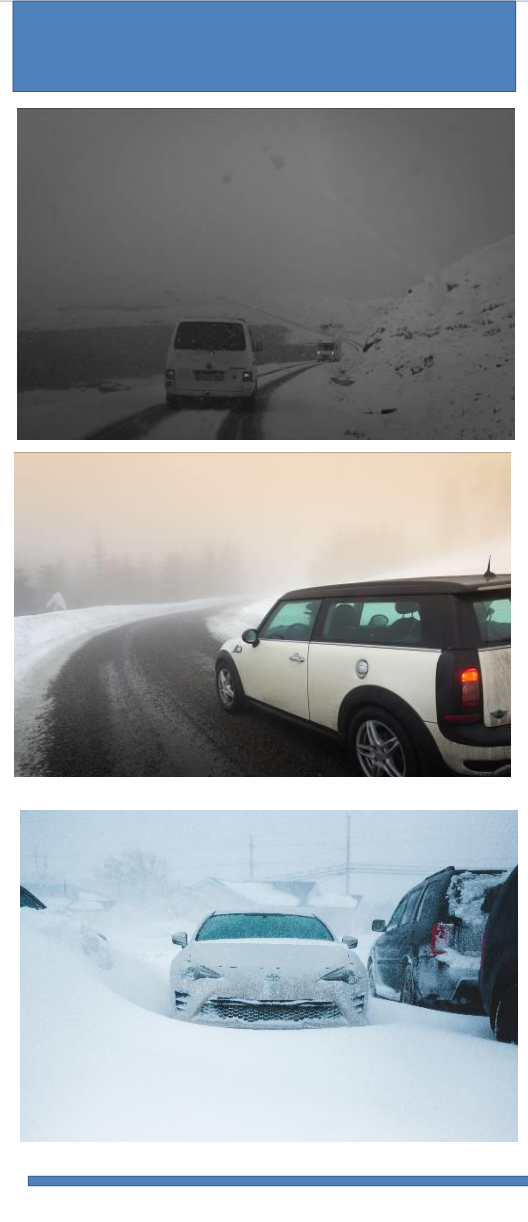
السفر على اطلاع:

من الممارسات الجيدة أن يطلع مستخدمو الطريق على الطقس و / أو أحوال الطريق والمرور قبل الشروع في الرحلة وأثناء الرحلة نفسها. ولهذه الغاية ، يُنصح بضبط ترددات الراديو التي تنقل الأخبار والتحديثات: ISORADIO ، على الشبكة التابعة لـ **Autostrade per l'Italia** ، على قنوات RAI التي تبث أخبار **"Green Wave"** ، على محطات الإذاعة المحلية . يقدم جميع مشغلي الطرق السريعة تقريبًا أخبارًا عن ظروف حركة المرور على مواقعهم الإلكترونية ، في الوقت الفعلي ، وفي بعض الحالات تتيح أيضًا الوصول إلى كاميرات الويب المرتبة على طول تخطيط الطريق ؛ بعض المشغلين لديهم أرقام مجانية متاحة. هناك مصدر مهم آخر للمعلومات يتمثل في غرف العمليات الإدارية لشرطة المرور ومراكز تشغيل الطرق السريعة ، التي تديرها **Polstrada** مع مديري الطرق.

في حالة الظروف الجوية السيئة:

رمز الطريق عبارة عن مجموعة من القواعد التي تضمن سلامتك كهدف: فهي تشير إلى السلوك والحس العام الضروريين للسفر بأمان مع هطول أمطار غزيرة ، وثلوج ، وضباب ، يمكن أن يحسم السفر حتى يصبح سيئًا للغاية: تذكر أن هدفك هو الوصول إلى الهدف دون إلحاق الضرر بك ولآخرين

- إعلام مقدمًا عن ظروف الطقس وحالات المرور عن طريق الاستماع إلى الراديو: ظروف الطريق تتغير باستمرار
- إذا لم يكن ذلك ضروريًا بشكل صارم ، فقم بعد المغادرة حتى يتم تحسين أي مواقف حرجة قيد التنفيذ: من الأفضل عدم المخاطرة دون فائدة





- في حالة وجود ثلوج قوية ، لا تستخدم السيارة إذا لم تقم بتجميع السلاسل أو إطارات الثلج: يصبح خطر فقدان التحكم في السيارة مرتفعًا جدًا

- تحقق من أنه يمكنك الاعتماد على كمية كافية من الوقود لمواجهة أي توقفات طويلة الأمد: فبدون الوقود ، ستزيد بشكل خطير من حالة الانزعاج

إذا كان الأطفال أو المسنون أو المرضى يسافرون معك ، فاحضر معك ما قد تحتاجه للبقاء في الصف أقل من أن يُنسى: لأن لديك ركاب لديهم احتياجات خاصة على متن الطائرة
احصل على الأرقام المفيدة لطلب المعلومات و / أو المساعدة: قد تحتاج إلى مساعدة فورية-
انتبه كثيرًا إلى الوضع الصحيح للأطفال وتأكد من ثبات أحزمة المقاعد: تعتمد سلامتهم على انتباهك

- احتفظ بالحيوانات التي تنقلها في المساحات المعدة: في حالة الكبح أو وقوع حادث ، يكون رد فعلها غير متوقع وبالتالي يكون خطرًا للغاية.

الهجمات

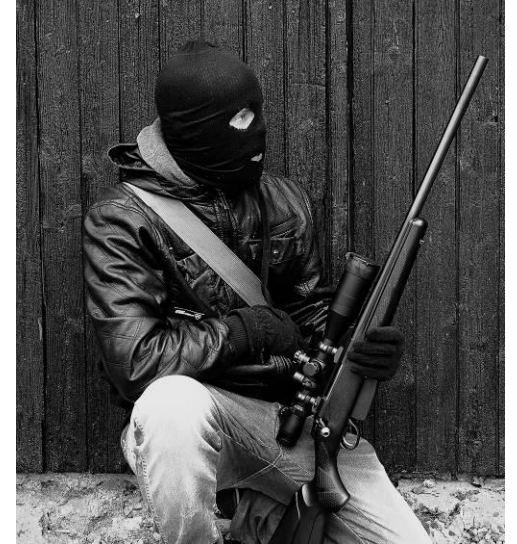
لقد رفعت الأحداث الدولية في السنوات الأخيرة مستوى الاهتمام بالمخاطر المحتملة الناجمة عن الهجمات الإرهابية. هذه مشكلة تدخل في اختصاص نظام الأمن القومي لدينا ، والذي يعمل بشكل أساسي على منع هذا الخطر (الدفاع المدني).

على الرغم من أنه ليس مجالاً للحماية المدنية ، إلا أنه من المهم معرفة المفاهيم الأساسية على الأقل للسلوكيات التي يمكن تجنبها ، لحماية أنفسنا وربما الآخرين ، في حالة حدوث حدث من هذا النوع. هذه مشكلة معقدة وحساسة. ومع ذلك ، دون الرغبة في استبدال المحترفين في هذا المجال ، نعتقد أنه من المفيد توفير بعض العناصر المشتركة الآن على المستوى الدولي. في هذا السياق ، ستتم الإشارة فقط إلى الأحداث التي يشارك فيها عدد كبير من الأشخاص ، دون أدنى مطالبة بتغطية جميع الجوانب ، مع إدراك أنه من الأفضل على أي حال التحدث عنها والإدراك لبعض الاحتياطات البسيطة ، والتي يمكن أن تكون حاسمة لسلامتنا.

العوامل البيولوجية

العوامل البيولوجية (الفيروسات والبكتيريا والفطريات والسموم) موجودة بشكل شائع في الطبيعة ، ولكن يمكن أن ينتشر بعضها عمداً لأغراض إجرامية من خلال الانتشار في البيئة أو تلوث الطعام والماء. يمكن أن تصيب العوامل البيولوجية الأشخاص أو الحيوانات عن طريق الجلد (من خلال الجروح أو الجروح الجلدية) ، أو عن طريق الاستنشاق أو عن طريق الطعام (تناول طعام أو ماء ملوث). من بين العوامل البيولوجية التي يمكن استخدامها لأغراض إرهابية ، يمكن أن ينتقل بعضها من شخص لآخر (مثل الطاعون والجذري) والبعض الآخر لا ينتقل (مثل الجمرة الخبيثة والسموم). بالنسبة لبعض العوامل ، توجد علاجات محددة يمكن تناولها في حالة التعرض للعدوى أو في حالة العدوى ؛ لقاحات محددة متاحة لعدد قليل فقط من العوامل.

قد لا يكون الهجوم البيولوجي واضحاً على الفور ، لأن أي أعراض تحدث في أوقات مختلفة اعتماداً على فترة حضانة المرض. لذلك من الممكن أن تكتشف السلطات الصحية المحلية ، من خلال أنظمة المراقبة الخاصة بها ، الظهور المفاجئ ، في مجموعات كبيرة أو قليلة من الناس ، لحالات أمراض ذات أعراض غير عادية أو غير متكررة ، مما يؤدي إلى إطلاق ناقوس الخطر. ومع ذلك ، فإن تحديد المرض بالضبط ، وكيف ينبغي علاجه ومن هو المعرض للخطر قد يستغرق بعض الوقت. لذلك ، من الأهمية بمكان الالتزام بالبحث الإخباري الرسمي من خلال التلفزيون أو الراديو أو المواقع المؤسسية ، وتجنب منح الفضل لشائعات لا يمكن التحقق منها أو التأثير ببعض الفرضيات التي يمكن لأي شخص أن يستغلها.





ما يهم هو إعطاء والحصول على إجابات للأسئلة التالية:

- هل كنت أو ما زلت في المنطقة المتأثرة بالخطر؟
- ما هي علامات وأعراض هذا المرض؟
- أين تجد المساعدة الطبية في حالة الانزعاج؟
- هل يتم توزيع الأدوية أو اللقاحات؟
- من يجب أن يمددهم بها وأين؟

المواد الكيميائية

على عكس الهجوم البيولوجي ، ينتج عن إطلاق المواد الكيميائية تأثيرات فورية بشكل عام. بالنسبة للعديد من العوامل الكيميائية ، هناك تریاق محدد يسمح بإلغاء الأعراض أو تقليلها. من المهم ملاحظة أن بعض المواد الكيميائية تتطلب إزالة التلوث. إذا اتصل شخص مصاب بالآخرين ، فقد يتسبب ذلك بدوره في حدوث تلوث. يمكن تصور هجوم ذي طبيعة كيميائية في سياق خطر حقيقي عندما يعاني العديد من الأشخاص من تمزق مفرط وواسع النطاق ، ورعاش أو تقلصات ، وإحساس بالاختناق ، وصعوبات في التنفس و / أو فقدان التنسيق الحركي. ضع في اعتبارك أن التأثيرات لا يسبقها دائمًا انفجار وأن العديد من العوامل الكيميائية عديمة اللون والرائحة.

العلاج: في حالة وقوع هجوم ، ستكون المساعدة فورية وسيوفر فريق الرعاية الصحية المرسل إلى الموقع إدارة مضادات نترات معينة.

للحصول على أي معلومات أو في حالة عدم اليقين ، يمكنك الاتصال بمركز مراقبة السموم الأقرب إلى مدينتك.

المواد المشعة

يمكن تشتيت المواد المشعة عمدًا من خلال طريقتين:

(1) إطلاق المصادر المشعة في الأماكن العامة

(2) استخدام المتفجرات التقليدية الممزوجة بمواد مشعة ("القنبلة القذرة").

لا يمكن إدراك النشاط الإشعاعي بالحواس الخمس. من غير المحتمل أن يسبب الإشعاع أعراضًا فورية ، ما لم يكن التعرض الشديد على مسافة قصيرة من المصدر. تنبع المخاطر الصحية من احتمال الإصابة بأمراض في السنوات التالية للتعرض. في حالة الإطلاق المتعمد للمواد المشعة ، فإن اكتشاف المصدر فقط أو مطالبة معينة تسمح بتحديد الحدث. في حالة وجود "قنبلة قذرة" يحدث انفجار كما هو الحال في هجوم تقليدي: سيتحقق رجال الإنقاذ من وجود نشاط إشعاعي في المنطقة المتضررة. كما هو الحال مع أي حالة طوارئ ، قد لا تتمكن السلطات المحلية من تقديم معلومات فورية عما يحدث. على أي حال ، من المهم مشاهدة التلفزيون والاستماع إلى الراديو والتحقق من مواقع الويب الخاصة بالمؤسسات.

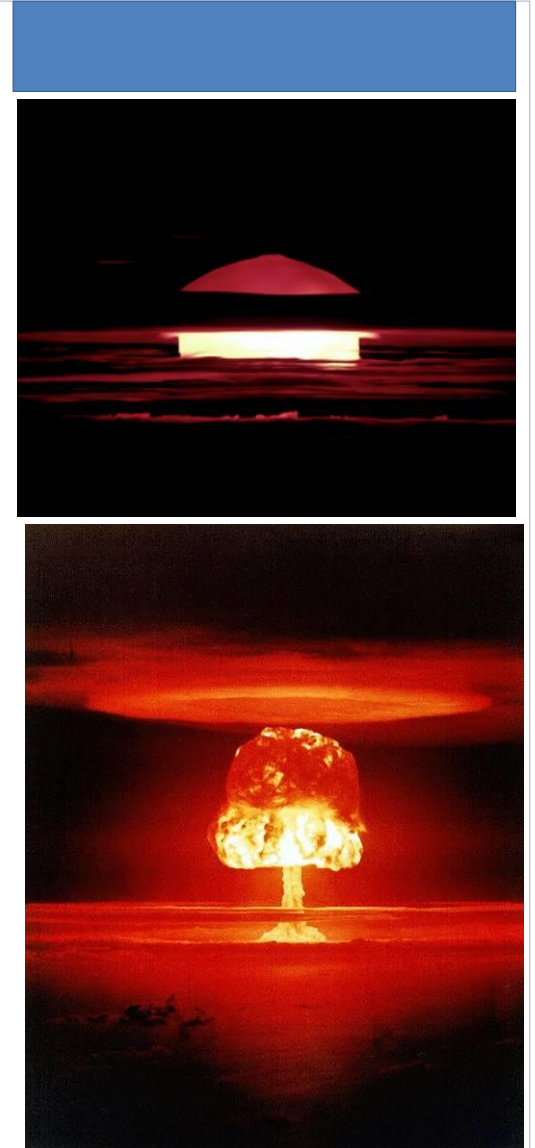
العلاج: لا توجد مضادات للنشاط الإشعاعي. إذا كنت متأكدًا أو متيقظًا من تعرضك للنشاط الإشعاعي ، فيجب عليك الاتصال بطبيبك وشركة USL لإجراء الفحوصات بشكل دوري. في حالة التلوث بواسطة اليود المشع ، ستحدد السلطات الصحية ما إذا كان سيتم التخلص من iodoprofilassi .

المواد المتفجرة

يتميز الانفجار بإطلاق مرتفع للطاقة في وقت قصير نسبيًا تتولد بعده موجة ضغط. يحدث الضرر الأكبر في حالة حدوث انفجار في أماكن مغلقة ، حيث من المحتمل حدوث حرائق وانبعاثات دخان وانهيار الهياكل وأجزاء من المباني. تتشابه السلوكيات التي سيتم تبنيها جزئيًا مع تلك التي تم اقتراحها بالفعل في حالة نشوب حريق أو زلزال.

دائمًا ما تسبب الانفجارات التي تحدث في البيئات المزدحمة و / أو المغلقة الكثير من الدعر. من هذا المنظور ، يجب أن نتذكر أن معظم الأماكن العامة المعرضة للازدحام (المترو والمسارح وما إلى ذلك) مجهزة بخطط الطوارئ وأن الموظفين على استعداد للتعامل مع مثل هذه المواقف. في حالة وقوع هجوم ، تنفذ الهياكل التشغيلية التي تتدخل أولاً (تطبيق القانون ، لواء الإطفاء ، 118 نظام الطوارئ الصحية) استجابة منسقة لإدارة الحدث.

ترتبط فعالية الإجابة على حد سواء بتوقيت التدخل ، ودقة واكتمال المعلومات التي يتم توفيرها للتدخل. لذلك من المهم أن يتعاون أي شخص يشاهد الحدث ، إن أمكن ، مع السلطات المختصة.





كيفية الدفاع عن مخاطر الهجمات

في حالة الطوارئ البيولوجية المعلن عنها

- تقييم ما إذا كنت جزءًا من المجموعة المعتبرة في خطر أو إذا كنت في المنطقة التي تعتبرها السلطات معرضة للخطر.
- لتنفيذ تدابير الحماية المناسبة
- اسأل طبيب الأسرة أو قسم الوقاية من ASL للحصول على المشورة. لتوضيح أي شكوك والحصول على مساعدة من الهياكل المختصة
- إذا كانت الأعراض الخاصة بك كما هي موصوفة وكنتم في المجموعة التي تعتبر معرضة للخطر ، فاطلب المساعدة الطبية على الفور.
- لحماية نفسك والأشخاص الذين تتواصل معهم
- ممارسة النظافة الشخصية الصحيحة وتعقيم المنزل وبيئات الحياة. لتجنب انتشار الجيرمي

في حالة التعرض لعوامل بيولوجية

اتبع نصيحة طبيب الأسرة وسلطات الصحة المحلية. هناك دائمًا حالات تتطلب إجراءات متخصصة

في حالة الاشتباه في هجوم بمواد كيميائية

- إذا شعرت بأعراض حادة ، فقم بإزالة ملابسك فورًا عن طريق لمس ملابسك قدر الإمكان. يتصرف بعض الوكلاء عن طريق ملامسة الجلد لبعض الوقت. يمكن للعوامل الكيميائية أن تلوث البشرة أيضًا من خلال الملابس
- ابق في المنطقة في انتظار عمال الإنقاذ ، ولكن ابق بعيدًا عن المصدر الذي تأتي منه السموم. من الضروري أن يعتني الموظفون الخبراء بك
- استخدم مئكل الإنقاذ لإزالة التلوث ، وإلا ، إذا كنت تستطيع ، اغسله جيدًا دون فرك. يتم استخدامه لإزالة الجلد أو في أي حال لتخفيف العوامل الملوثة

في حالة تأكيد الهجوم بمواد مشعة

- تغطية الأنف والفم في الخارج ، حاول حماية الجلد والبحث عن مأوى آمن في مكان مغلق. يزداد مستوى التعرض باقتراب المصدر وينخفض إذا كنت في موقع محمي
- قم بإزالة الملابس الخارجية من ملابسك واحفظها في حقيبة بلاستيكية. يمكن أن يساهم في تقليل مستوى التلوث
- استخدم مئكل إزالة التلوث المحضر ، وغسله بعناية. للتخلص من الغبار الملوث الذي يلامس بشرتك
- في حالة إطلاق سراحك داخل المبنى أينما كنت ، قم بتغطية أنفك وفمك وبشرتك واخرج فورًا. إن تغطية طرق الاتصال المحتمل مع المادة (الأنف ، الفم ، الجلد) يقلل من مستوى التلوث
- إذا حدث الإطلاق في الخارج وكنتم في مكان مغلق ، فقم بإيقاف تشغيل جميع أنظمة التهوية وإغلاق النوافذ إذا أمكنك ذلك. مستوى التعرض وبالتالي تقل مخاطر التلوث إذا كنت في مكان محمي

في حالة هجوم بالمتفجرات

- استخدم على الفور مخارج الطوارئ. قدم أنسب الطرق للوصول إلى الأماكن المحمية

في حالة هجوم بالمتفجرات

- استخدم على الفور مخارج الطوارئ. قدم أنسب الطرق للوصول إلى الأماكن الآمنة
- تجنب استخدام المصاعد. كان من الممكن أن تتضرر من جراء الانفجار
- تجنب الصراخ والضغط وساعد ، إذا كنت تستطيع ، أولئك الذين هم بالقرب منك (خاصة كبار السن ، الأطفال). المساهمة في الحد من تأثير الذعر
- إذا لم تتعرض لأضرار جسيمة ، فلا تقم بإشراك المنقذين. للسماح بتكريس المساعدة في أكثر الحالات خطورة
- اتبع تعليمات المنقذ. يزودك موظفو المساعدة بالإشارات .

في وجود حريق و / أو دخان

- لا تفتح الباب إذا كان الجو حارًا جدًا وتبحث عن مخرج آخر. الأبواب الساخنة هي إشارة إلى وجود حريق في الداخل مع إنتاج قوي للغاز والأبخرة
- إذا كان هناك دخان ، فاستمر في المشي
- في حالة وجود أبخرة و / أو أتربة قم بتغطية الأنف والفم بالملابس إذا كان من الممكن أن تكون مبللة. بهذه الطريقة يتم تقليل استنشاق الأبخرة و / أو الأتربة

إذا تم محاصرتك

- قم بتغطية أنفك وفمك بأي شيء متوفر في وجود الغبار - بهذه الطريقة تقلل استنشاق الغبار
- وقّع على وجودك باستخدام اللقطات على أنبوب أو جدار - لاستدعاء انتباه المنقذين
- الصراخ فقط باعتباره المورد الأخير لجذب انتباه المنقذين. الصراخ ، في الواقع ، يمكن أن يسبب استنشاقًا شديدًا للهواء القذر ويزيد من الشعور بالذعر والقلق.





روابط مفيدة

فيما يلي أهم الروابط التي يجب استخدامها قبل حالة الطوارئ وأثناءها وبعدها.

<https://www.comune.parma.it/protezionecivile/home-protezione-civile.aspx> الصفحة

الرئيسية للحماية المدنية البلدية)

<https://registrazione.alertsystem.it/parma>. (Pagina per la registrazione GRATUITA al servizio di allerta su piattaforma mobile SMS)

<https://www.arpae.it/index.asp?idlivello=111> (pagina di riferimento per il Rischio INDUSTRIALE in Emilia Romagna)

<http://www.ingv.it> (pagina di riferimento per la geofisica nazionale)

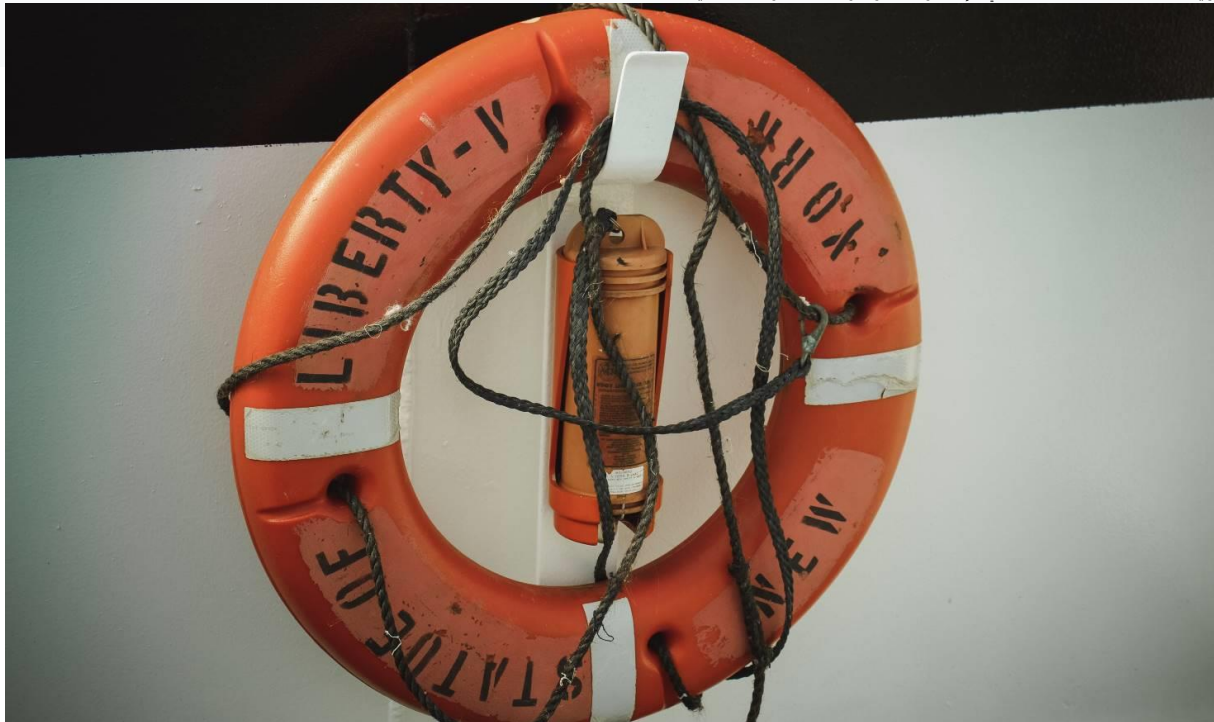


وعلى أي حال ...

اجعل نفسك متاحًا للسلطات المختصة لتقديم أي شهادات. تذكر تقييد استخدام الهواتف المحمولة لتسهيل اتصالات الطوارئ ؛
انتظر المساعدة قبل المغادرة.

إذا ذهبت إلى الإسعافات الأولية للمركبات الخاصة بك ، فاتبع العلامات والتوجيهات بعناية. المستشفيات تضع خططًا محددة
لقبول الأشخاص المشاركين في سيناريو الطوارئ.

التعاون وتقديم المعلومات والمساعدة في الحفاظ على الهدوء: يمكن أن تكون المعلومات والمساعدة التي ستوفرها لك مفيدة
للغاية ويمكنك المساهمة في إدارة طوارئ أكثر فعالية.



جهات الاتصال بقطاع الحماية المدنية



للاتصال بالحماية المدنية في بلدية بارما ، أرقام الهواتف هي

0521.218591 / 0521.031084

protezionecivile@comune.parma.it

<http://www.comune.parma.it/protezionecivile>



Un grazie particolare al Geol. Gianluca Piola per la rivisitazione dei contenuti e la rielaborazione grafica