

الاستعداد للزلازل

**TAKE
FIVE
TO SURVIVE**

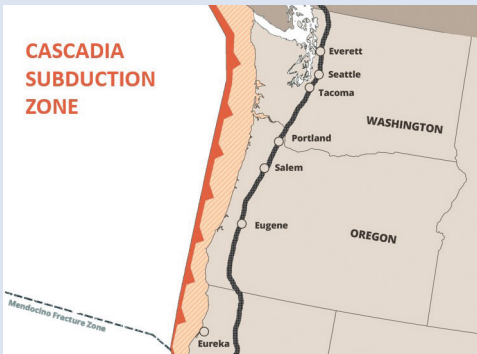
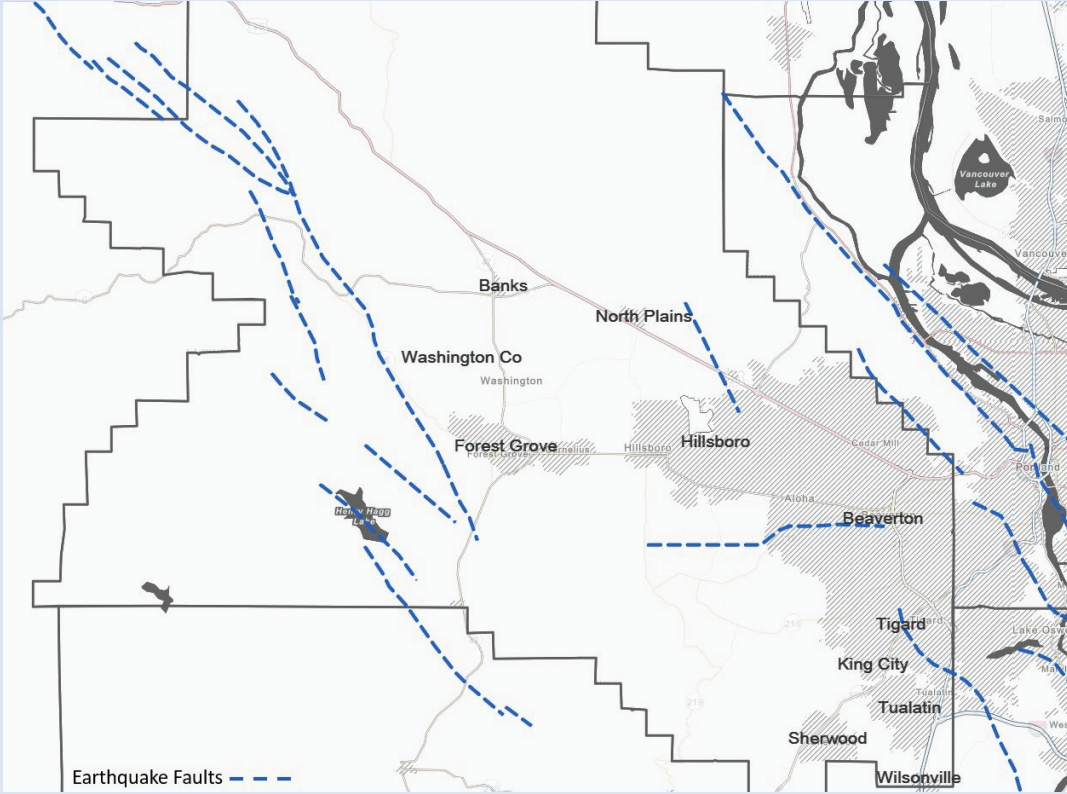
الاستعداد للزلازل

منذ عام 2010، حيث ضربت أربعة زلازل محلية مقاطعة واشنطن. في عام 1700، ضرب زلزال كبير منطقة شمال غرب المحيط الهادئ بالكامل وكان قادمًا من منطقة انغراز كاسكاديا، وهي عبارة عن صدع بطول 600 ميل يمتد بمحاذاة طول الخطوط الساحلية في أوريغون وواشنطن. وقد أسفر عن 40 زلزالاً بقوة 8 أو 9 رختر خلال 10,000 سنة المنصرمة.

تعرف على المزيد من النشرات
الإعلانية ذات الصلة:

- المون اللازمة لحالات الطوارئ
- استعداد الأفراد والعائلات للكوارث
- تهيئة المنزل

لمزيد من المعلومات، تفضل
بزيارة Take5toSurvive.com



(أعلى) يوجد العديد من الصدوع الموجودة في مقاطعة واشنطن وما حولها.

(Left) تمتد منطقة انغراز كاسكاديا إلى 600 ميل بطول الخطوط الساحلية في أوريغون وواشنطن ويمكنها أن تسفر عن أقوى الزلازل في العالم.

الموارد الإضافية
كل عام في شهر أكتوبر، ينضم الآلاف من سكان أوريغون إلى تدريب "الانحناء والاحتماء والثبات" في The Great Oregon ShakeOut، الذي يمثل أكبر تدريب على الزلازل على مستوى الولاية. اجعل أصدقاءك وزملاءك في العمل ينضمون إلينا! اشترك في www.ShakeOut.org

Join Us

in the
World's Largest
Earthquake Drill.

**Shake
Out**

www.ShakeOut.org

لزلزل عبتت ديرت له
؟يلعفا لتقولا يف
لزلزل طئارخ ثدح أ عجار
تايالولا ةسسؤم نم
حسملل ةدحتمل
(USGS) يجولويجلا
<https://earthquake.usgs.gov/earthquakes/map/>



انحني! احتمي! اثبت في مكانك!

بالداخل

انحني على يديك وركبتك واحمي رأسك ورقبتك وتمسك بشيء ثابت وابق في مكانك حتى يتوقف الاهتزاز. يمكن أن يستمر اهتزاز الأرضية أثناء الزلزال لمدة تصل إلى ست دقائق.

بالخارج

إذا كان بإمكانك القيام بذلك بأمان، فانتقل إلى منطقة خالية لا يوجد بها أي شيء قد يسقط فوقك ثم انحني واحتمي واثبت في مكانك.

بالقرب من خط الشاطئ الساحلي



بمجرد ما إن يكون الوضع آمناً للمشي، انتقل إلى أرضية أعلى. اسلك مسار الإخلاء في حالات تسونامي.

بعد توقف الاهتزاز

تحقق من المخاطر والأضرار.



تحقق من الإصابات وساعد الآخرين.



تحقق من أسرتك وجيرانك.



استعد لتوابع الزلزال.



لأجل نفسك

- اجمع مؤنًا من الطعام والماء لحالات الطوارئ تكفي لمدة أسبوعين (اقرأ النشرة الإعلانية بخصوص مؤن الطوارئ من 5 Take).
- قم بإعداد منزلك للزلزال: www.bit.ly/2rAnRrQ
- تعلم مهارة من مهارات الإنقاذ مثل الإسعافات الأولية.
- انضم إلى فريق محلي للاستجابة في حالات الطوارئ أو تطوع مع مجموعة محلية للإغاثة وقت الكوارث.
- اقرأ العيش على أرض غير مستقرة: كيف تنجو من الزلزال وتسونامي في أوريغون www.bit.ly/2NmFAS5

مع أسرتك وجيرانك

- تحدث مع أسرتك حول ما يجب فعله عندما يضرب زلزال. وقوموا بوضع خطة معًا.
- كن اجتماعيًا وتحدث إلى جيرانك. استضيف حفل شواء أو ليلة للمرح لمناقشة الاستعداد وتحدث عن جهودك للاستعداد للزلزال.
- تدرب على الانحناء والاحتباء والثبات سنويًا مع www.ShakeOut.org

- حدد جهة اتصال خارج البلدة في حالة كانت اتصالات المنطقة المحلية مشغولة. تعرف على كيفية إنشاء خطة اتصالات في حالة الطوارئ في ready.gov/make-a-plan
- فكر في تأمين ضد الزلزال. لا يقدم التأمين العادي لأصحاب المنازل تغطية لأضرار الزلزال.