

البرق والعواصف الرعدية



إذا استطعت سماع الرعد، فأنت على مسافة قريبة من العاصفة بما يكفي لأن يصعقك البرق.

اجلس القرفصاء في وضع منخفض، وضع يديك فوق ركبتيك مع وضع رأسك بينهما. ولا تترقد منبسطة على الأرض!



اذهب إلى ملجأ آمن على الفور، واستمع إلى محطات الإذاعة والتلفزيون المحلية للحصول على المعلومات والتعليمات. وتأكد من تشغيل جهاز راديو الطقس الخاص بالإدارة الوطنية لدراسة المحيطات والغلاف الجوي.



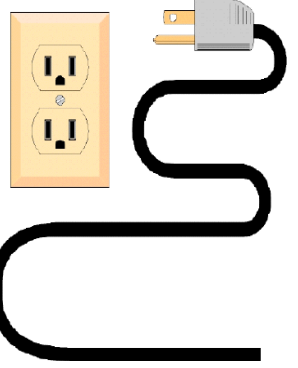
بعد مرور العاصفة، ابق بعيداً عن المناطق التي دمرتها العاصفة. استمع إلى محطات الإذاعة أو التلفزيون المحلية للحصول على المعلومات والتعليمات.



إذا صعق البرق شخصاً، فهذا الشخص ليس حاملاً لشحنة كهربائية، ويمكن معالجته بأمان. اتصل بالرقم 911 وقم بتقديم الإسعافات الأولية.



عند اقتراب العاصفة، افصل الأجهزة عن الكهرباء وأطفئ جهاز تكييف الهواء.



تجنب استعمال الهاتف أو أي أجهزة كهربائية، ولا تأخذ حماماً أو حماماً رشاشاً "دُشاً".

إذا كنت موجوداً في الغابات، احتمي بالوقوف تحت الأشجار الصغيرة.



مهارات الإسعاف الأولي لا تقدر بثمن، فبادر إلى تعلمها الآن. ابحث في "دليل التليفون الأصفر" عن قائمة بمقدمي الخدمة الذين يعقدون دورات لتعليم الإسعافات الأولية.

تذكّر: إذا كان باستطاعتك سماع الرعد، فأنت قريب من العاصفة بما يكفي لأن يصعقك البرق. ابحث عن ملجأ على الفور.

وإذا كنت تركب قارباً أو تمارس السباحة، اصعد إلى اليابسة وابحث فوراً عن ملجأ!



إذا لم تتمكن من العثور على ملجأ، اتجه إلى مكان منخفض ومفتوح، بعيداً عن الأشجار أو الأعمدة أو الأجسام المعدنية.



Public Health
Prevent, Promote, Protect
Fargo Cass Public Health

Text from "Are You Prepared?" by the Cass (ND) and Clay (MN) Emergency Planning Partnerships. Created with funding provided by Fargo Cass Public Health through the Cities Readiness Initiative (CRI) Adapted by Healthy

Roads Media (www.healthyroadsmedia.org)