

چقدر آماده‌اید اگر رادیاتورها سرد و یخچال گرم شود؟

در صورت وقوع یک طوفان شدید، اختلالات دیجیتالی یا درگیری مسلحانه، ممکن است چیزی که از کارکردش مطمئن هستیم، از کار بیفتد. بنابراین، بهتر است آماده باشیم. مهم‌ترین نکته داشتن غذا، آب آشامیدنی، گرما و فراهم بودن ابزار لازم جهت دریافت اطلاعات مهم است. در صورت وقوع بحران یا جنگ، همه ما نیاز به کمک داریم

یک مسئولیت مشترک

بیشتر ما به خدمات جامعه عادت کرده‌ایم و این خدمات تقریباً همیشه در حال کار هستند. سوند هم از بسیاری از کشورهای دیگر امن‌تر است. اما مسائلی هستند که امنیت و استقلال ما را تهدید می‌کنند. اگر آماده باشید، به ما کمک می‌کنید تا بهتر از پس شرایط سخت و دشوار باییم.

آب‌وهوای گرم‌تر باعث وقوع بیشتر طوفان، سیل و آتش‌سوزی در جنگل می‌شود. ناآرامی در سایر نقاط جهان می‌تواند بر واردات و کمبود مواد غذایی و دارویی تأثیر بگذارد. یک بیماری مسری جدی با تعداد زیاد بیماران می‌تواند منجر به کمبود نیروی انسانی در فعالیت‌های مهم شود. اختلالات در سیستم‌های دیجیتالی می‌تواند تأمین برق را تحت تأثیر قرار دهد.

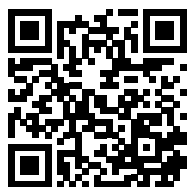
در صورت بروز یک بحران اجتماعی، شهردار محل زندگیتان وظیفه دارد که در کنار مسائل دیگر، تأمین آب، مراقبت از سالمندان، خدمات امدادی و همچنین باز بودن مدارس را تضمین کند. اما شما نیز باید خود را آماده کنید تا بتوانید از پس شرایط سخت برآیید، صرف نظر از اینکه چه چیزی باعث آن شده است. ورق بزنید تا در مورد اینکه داشتن چه چیزهایی در خانه خوب است، نکاتی را بیاموزید.

خانه خود را آماده کنید

در یک بحران اجتماعی، ابتدا به کسانی کمک خواهد شد که بیشتر به کمک نیاز دارند. بیشتر افراد باید آماده باشند تا مدتی از پس هزینه‌های خود بریبایند. اگر فرصت دارید برای چند روز تا یک هفته و بیشتر برنامه‌ریزی کنید. خانه‌تان را به صورتی آماده کنید تا با شرایط شما و عزیزانتان سازگار باشد. در موارد خاص در کنار هم جمع شوید و در مورد اینکه چگونه می‌توانید آماده باشید با اقوام و همسایگان خود صحبت کنید.

نکات!

در بروشور شرایط بحرانی یا جنگی، می‌توانید در مورد اینکه بحران‌های مختلف جامعه چگونه می‌تواند زندگی روزمره شما را تحت تأثیر قرار دهد، کارهایی که خودتان می‌توانید انجام دهید و چیزهایی که می‌توانید در مورد آن‌ها فکر کنید تا بهتر آماده شوید، می‌توانید اطلاعات بیشتری کسب کنید. برای خواندن بروشور به زبان فارسی، کد QR را اسکن نمایید.



آب

آب آشامیدنی پاکیزه از ضروریات است.

برای هر فرد بزرگسال در روز حداقل سه لیتر آب در نظر بگیرید. اگر از کیفیت آن اطمینان ندارید، می‌توانید آب را بجوشانید.

غذا

مهم است غذایی در خانه داشته باشید که انرژی کافی را تأمین کند.

از غذاهای پایداری که به سرعت آماده می‌شوند، به مقدار کمی آب نیاز دارند یا می‌توان آن را بدون پختن مصرف کرد، استفاده کنید.

گرما

اگر در فصل سرما برق برود، خانه به سرعت سرد خواهد شد. همگی در یک اتاق جمع شوید، به پنجره‌ها پرده نصب کنید، زمین را با فرش بیوشانید و برای گرم ماندن هم زیر یک میز، کرسی درست کنید. اگر شمع روشن می‌کنید مراقب خطر آتش‌سوزی باشید.

ارتباطات

در صورت بروز یک حادثه مهم، می‌توانید اطلاعات مهم را از مقامات مسئول و در درجه اول از طریق رادیو P4 سوند و تلویزیون سوند، دریافت کنید.

همچنین برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به وبسایت krisinformation.se مراجعه کرده و یا با شماره تلفن ۱۱۲ تماس بگیرید.

در مواقع اضطراری می‌توانید با شماره ۱۱۲ تماس بگیرید. همچنین به خاطر داشته باشید که می‌توانید با بستگان خود نیز در ارتباط باشید.

چقدر آمادگی دارید؟

در اینجا نکاتی کلی درباره مواردی که در خانه داشتنتان هنگام بحران اجتماعی مفید است، دریافت می‌کنید. دقیقاً از آنچه که مناسب شما و عزیزانتان است استفاده کنید، در موارد خاص دور هم جمع شوید و موارد مورد نیاز را از هم فرض بگیرید.

- رادیویی که با باتری یا سلول خورشیدی کار می‌کند. به رادیو ماشین دسترسی داشته باشید.
- چراغ قوه و چراغ کلاهی با باتری اضافه.
- قوطی و ظروفی تمیز برای ذخیره‌سازی و برداشت آب.
- غذایی که می‌توان آن را خارج از یخچال/ فریزر نگهداری کرد و می‌توان آن را مستقیماً خورد و یا بدون آب پخت.
- اجاق‌گاز قابل حمل و سوخت. ترجیحاً در فضای باز استفاده کنید.
- کیسه خواب، لباس بافتنی و گرم، لباس زیر پشمی.
- کبریت.
- شمع و ظروف شمعی.
- چراغ کروزن و سوخت آن، مثلاً چراغ روغنی یا نفتی. به یاد داشته باشید که به تهویه مناسبی نیاز دارد.
- منبع حرارتی جایگزین که با نفت سفید، گاز مایع، گازوئیل یا هیزم کار کند.
- داروهای خانگی و وسایل بهداشتی (مانند دستمال مرطوب).
- باتری‌های اضافی، پاوربانک‌های شارژشده.
- در صورت قطعی سیستم‌های پرداخت، پول نقد همراه داشته باشید.
- دفترچه تلفن با شماره تلفن خانواده، بستگان، همسایگان، شهرداری، خدمات امدادی، شرکت برق، بیمارستان.

