

Պաշարի Տոպրակ , շարունակություն...

- Օճառ կամ հակամիկրոբային օճառահեղուկ
- Չուգարանի թուղթ
- Կանաչի պիտույքներ
- Անձնական հիգիենայի առարկաներ, ինչպիսիք են ատամի խոզանակը և ատամնաքսուքը
- Աղբի պլաստիկ տոպրակներ
- Զլոր պարունակող սպիտակացնող հեղուկ
- Կանխիկ գումար (փոքր գումարի թղթադրամներ և մետաղադրամներ: Եթե էլեկտրականությունը վթարված է, դուք չեք կարող օգտագործել ATM սարքավորումները կամ վարկաքարտերը)

Կենդանիների Պաշարը

- Սնունդ
- Ջուր
- Դեղամիջոցներ
- Շնակապ
- Պիտակները
- Կեղտամանը
- Պատվաստումների մասին տեղեկությունը

Հագուստը և անկողինը

Պաշարի տոպրակի մեջ ընդգրկվեք առնվազն մեկ ձեռք ամբողջացրած հագուստի փոխնորդ և մեկ գույգ ամրակազմ կոշիկներ:

- Վերմակներ և ննջապարկեր

Հատուկ իրեր

- Մանկական սնունդ
- Մանկական խանձարուր (Diapers)
- Շշեր
- Կոնտակտ տեսապակիներ և պիտույքներ
- Տեսողության լրացուցիչ ակնոցներ
- Չվարճացնող խաղեր, գրքեր

Ընտանիքի Կարևոր Փաստաթղթերը

Այս արձանագրությունները պահպանեք անջրանցիկ, փոխադրելի անոթի մեջ

- Կտակները, ապահովագրության վկայականները, պայմանագրերը, վավերագրերը, արժեթղթերը և պարտատոմսերը
- Անձնագրերը, սոցիալական ապահովագրության քարտերը, պատվաստումների գրանցումները
- Բանկային հաշվեհամարները
- Վարկաքարտերի հաշվեհամարները և ֆինանսական հաստատությունների տեղեկությունը
- Տան թանկարժեք իրերի գույքացուցակը, կարևոր հեռախոսահամարները
- Ընտանեկան տվյալների գրառումները (ծննդյան, ամուսնության, մահվան վկայականները)

Լուս Անջելեսի Ամերիկյան Կարմիր Խաչի Կազմակերպությունը և Լուս Անջելոս Շրջանի Առողջապահության Բաժինը ցանկանում են, որպեսզի անհատները և ընտանիքները պատրաստ լինեն հաղթահարելու բոլոր կարգերի վթարները: Մենք հավատում ենք, որ վթարը հաղթահարելու պատրաստվածությունը կարող է կյանք փրկել և քաջալերում ենք ամեն մեկին հնարավորին չափով դիմել այս գրքույկում նշված քայլերին իրենց անձնական անվտանգությունը ապահովելու համար:



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

Վթարը հաղթահարելու պատրաստվածության վերաբերյալ լրացուցիչ տեղեկություն ստանալու համար այցելեք www.redcrossLA.org, www.labt կամ www.lapublichealth.org ինտերնետ էջերը:

This publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

Ծայրահեղ Անհրաժեշտության Ընտանեկան Պաշարի Տոպրակը



Ի՞նչ է Ձեզ Անհրաժեշտ երբ Աղետը Հարվածի



Ծայրահեղ Անհրաժեշտության Պաշարի Տոպրակ
 Վթարը կարող է պատահել ցանկացած ժամանակ
 և հաճախ այն պահանջում է, որ ընտանիքները
 մի քանի օր շարունակ հոգան իրենց կարիքների
 մասին: Վթարի հարվածի պահին
 ուշ է ծրագրելը, թե ինչպես դուք
 և ձեր ընտանիքը կհաղթահարեք
 այն, կամ կպատրաստեք այն
 իրերը, որոնք ձեզ անհրաժեշտ
 կլինեն կենդանի մնալու
 համար: Մեծ աղետի դեպքում
 ծայրահեղ անհրաժեշտության
 ծառայությունները հնարավոր
 է, որ գերզբաղված լինեն և
 կկարողանան պատասխանել միայն կյանքին
 վտանգ սպառնող ծայրահեղ դեպքերին: Եթե
 օգնությունը մի քանի ժամ կամ, գուցե և օր
 ուշանա, արդյո՞ք ձեր ընտանիքը պատրաստ
 կլինի հաղթահարելու:



Վթարին պատրաստվելը մինչ այն հարվածի, դա
 ձեր կենդանի մնալու հաստատուն ուղին է: Մի
 շատ կարևոր քայլ է Ծայրահեղ Անհրաժեշտության
 Պաշարի Տոպրակի նախապատրաստելը:
 Նախօրոք ծայրահեղ անհրաժեշտության պաշարը
 նախապատրաստելով, ձեր ընտանիքը ավելի
 պատրաստված կլինի էվակուացիային կամ տանը
 տևական ապրելուն:

Սկզբից ամենակարևորը.

Որոշեք, թե ինչպիսի անոթ եք օգտագործելու ձեր
 պաշարը պահպանելու համար: Դա կախված
 է նրանից, թե քանի հոգու համար եք պաշարը
 նախատեսում: Այնպիսի անոթ ընտրեք, որը
 հնարավոր լինի էվակուացիայի դեպքում
 բարձրացնել կամ գլորել: Օրինակ՝ մեծ, ծածկվող
 աղբաման, պլաստիկ պահեստաանոթ կամ
 թիկնապայուսակ:

**Որոշեք, թե ո՞րտեղ եք պահպանելու ձեր
 պաշարի տոպրակը**

Ձեր պաշարի տոպրակը պահպանեք հարմար
 մի տեղ, որը հայտնի է ձեր ընտանիքի բոլոր
 անդամներին:



**Ձեր ավտոմեքենայի
 բազաժատեղում
 պահպանեք Ծայրահեղ
 Անհրաժեշտության
 Պաշարի Տոպրակի
 փոքր օրինակը:**

Ծայրահեղ Անհրաժեշտության Պաշարի Տոպրակի Ստուգման Թերթիկը

Պաշարի տոպրակի էական իրերի թվին են պատկանում յուրաքանչյուր անձի համար առնվազն երեք օրվա ջրի և սննդի պաշարը, առաջին բժշկական օգնության պիտույքները, հագուստը և անկողինը, գործիքները, ծայրահեղ անհրաժեշտության պիտույքները և հատուկ իրերը:

Ստուգեք ձեր պաշարի տոպրակը վեց ամիսը մեկ: Փոխեք սնունդը և ջուրը, ու ձեր ընտանիքի կարիքների փոփոխություններին համատեղ ավելացրեք անհրաժեշտ իրերը:

Ջուրը

- Պահպանեք մեկ օրվա համար մեկ գալոն ջուր յուրաքանչյուր անձի (կամ կենդանու) համար:
- Ջուրը պահպանեք պլաստիկ անոթների մեջ, ինչպիսիք են ոչ ալկոհոլային խմիչքների շշերը: Խուսափեք կոտրվող անոթներն օգտագործելուց, ինչպիսիք են ապակե շշերը:

Սնունդը

Ընտրեք այնպիսի սնունդ , որը սառեցում, նախապատրաստում կամ պատրաստում չի պահանջում, և շատ քիչ ջուր է պահանջում կամ ընդհանրապես ջուր չի պահանջում: Սնունդի այնպիսի տեսակներ ընտրեք, որոնք կոմպակտ և թեթևաքաշ են: Ամենից կարևորը՝ ընտրեք այն կերակուրներ, որոնք դուր են գալիս ձեզ և ձեր ընտանիքին:

- Պատրաստի պահածոյած մսեղեն, մրգեղեն և բանջարեղեն
- Պահածոյած հյութեր, կաթ, սուպ
- Կենսական էներգիա պարունակող ուտելիքներ, ինչպիսիք են գետնանուշի (արախիսի) կարագը, ժելեն, կոեկերը (crackers), գրանոլա ձողիկները (granola bars), թրեյլ միքսը (trail mix)
- Հատուկ սնունդ մանուկների, տարեց անձանց կամ հատուկ դիետայով սնվող անձանց համար
- Դյուրահարմարություն պարգևող սնունդ, ինչպիսիք են թխվածքները, քախցրավենիքները և այլն

Առաջին Բժշկական Օգնության Պիտույքների Տոպրակը

Նախապատրաստեք առաջին բժշկական օգնության պիտույքների տոպրակ ձեր տան և յուրաքանչյուր ավտոմեքենայի համար:

- Ըստ չափսերի տեսակավորված մանրեագերծ կպչուն բինտ
- 2- մատնաչափ չափի մանրեագերծ մարլյա բարձիկներ (4-6)
- 4-մատնաչափ չափի մանրեագերծ մարլյա բարձիկներ (4-6)
- Հակաալերգիկ կպչուն ժապավեն
- Եռանկյունի բինտ (3 հատ)
- 2-մատնաչափ չափի մանրեագերծ բինտի թոփեր (3 թոփ)
- 3-մատնաչափ չափի մանրեագերծ բինտի

- թոփեր (3 թոփ)
- Մկրատ
- Պիկցետ
- Ասեղ և թել
- Խոնավացրած սրբիչներ
- Հականեխիչ
- Ջերմաչափ
- Լեզուն սեղմելու մածկիչ (2 հատ)
- Նավթի ժելե կամ այլ քսուք
- Ըստ չափսերի տեսակավորված քորոցներ
- Մաքրելու հեղուկ/օճառ
- Լեյթթես (Latex) ձեռնոցներ (2 զույգ)
- Արևի ճառագայթումից պաշտպանող քսուք

Առանց դեղատոմսի/ դեղատոմսով ձեռք բերված դեղամիջոցները

- Ասպիրին կամ ասպիրին չպարունակող ցավազրկիչներ
- Փորլուծությունը կանխող դեղամիջոց
- Հակաթթվային (Antacid - ստամոքսի խանգարման դեմ)
- Իփեկակ արմատի անուշախյութ (օգտագործեք ործկում կամ փսխում առաջացնելու համար, եթե այդպիսի խորհուրդ եք ստացել Թունավոր Նյութերի Վերահսկման Կենտրոնի կողմից)
- Լուծողական
- Ակտիվացրած ածուխ (օգտագործեք, եթե այդպիսի խորհուրդ եք ստացել Թունավոր Նյութերի Վերահսկման Կենտրոնի կողմից)
- Դեղատոմսերով ձեռք բերված դեղամիջոցներ

Գործիքները և Պաշարները

- Ճաշելու համար նախատեսված պիտույքներ՝ բաժակներ և ափսեներ
- Կրեգակնային, ձեռքով կամ էլեկտրական մարտկոցի միջոցով գործող ռադիո և լրացուցիչ էլեկտրական մարտկոցներ
- Գրպանի էլեկտրական լապտեր և լրացուցիչ էլեկտրական մարտկոցներ
- Պահածոյի տուփի ոչ էլեկտրական բացիչ
- Սուլիչ
- Պլաստիկ ծածկոց
- Խողովակային ժապավեն (Duct tape)
- Քարտեգ
- Ձեռնոցներ
- Պտուտակաբանալի (ջուրը և գազը անջատելու համար)
- Լինգ