

# ԱՂԵՏՆԵՐԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՈՒՄՆԵՐ ԶԵՐ ԸՆՏԱՆԻՔԻ ՀԱՄԱՐ

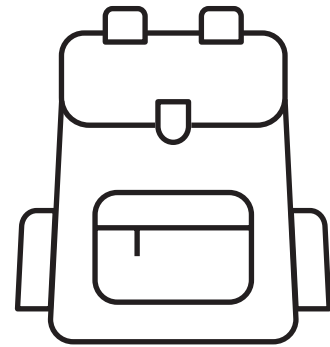
Ողջո՛ւյն, ծնողներ և խնամակալներ,

Ուրախությամբ կիսվում ենք աղետներին պատրաստվածության այս ինտերակտիվ ուղեցույցով: Այս միջոցառումների միջոցով դուք և ձեր ընտանիքը կսովորեք, թե ինչպես միասին պատրաստվել ցանկացած արտակարգ իրավիճակի: Դուք կստեղծեք «Ուղեպայուսակ», կգծագրեք տարիանման ուղիները և կխոսեք երկրաշարժի, անտառային հրդեհի կամ այլ աղետի համար պատրաստված լինելու կարևորության մասին:

Դե ինչ, սկսեցի՛նք:

## Միջոցառում #1. Հավաքեք «Ուղեպայուսակը»

«Ուղեպայուսակ» ունենալը կարևոր է համոզվելու համար, որ ձեր ընտանիքը պատրաստ է ցանկացած արտակարգ իրավիճակի: Այս միջոցառման ընթացքում դուք կառաջնորդեք ձեր երեխային ստեղծել ձեր ընտանիքի համար հարմար պայուսակ:

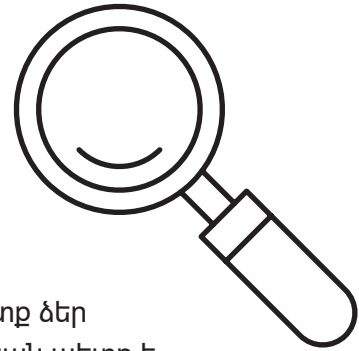


Արտակարգ իրավիճակների կառավարման դաշնային գործակալությունը (FEMA) խորհուրդ է տալիս ձեր ընտանիքի ուղեպայուսակում պահել հետևյալ իրերը. Պարբերաբար ստուգեք ձեր պայուսակը և համոզվեք, որ ձեր ընտանիքը գիտի, թե որտեղ է այն գտնվում:

- 20 ԱՄՆ դոլար կանխիկ գումար (կամ ավելի)
- Կարևոր բժշկական գրառումների պատճենները
- Առաջին բուժօգնության լրակազմ
- Դեղատոմսով դեղեր
- Դեղատոմսով նշանակված ակնոցներ կամ կոնտակտային ոսպնյակներ՝ լուծույթի հետ
- 3-օրյա ջրի պաշար (օրական 1 գալոն մեկ անձի համար)
- Չփչացող սննդամթերքի 3-օրյա պաշար (օր.՝ պահածոյացված բանջարեղեն, չիր, ջերկի, բրինձ)
- Բջջային հեռախոս և լիցքավորիչներ
- Լապտեր և հավելյալ մարտկոցներ
- Ընտանի կենդանիների պաշարներ
- Պահեստային բանալիներ
- Ծածկոցներ
- Անձնական հիգիենայի պարագաներ (օր.՝ անձեռոցիկներ, ատամի խոզանակ, օճառ)
- Նորածինների և երեխաների պարագաներ
  - Կաթնախառնուրդ/մանկական սնունդ
  - Տակդիրներ և անձեռոցիկներ
  - Խաղալիքներ/զբաղմունքի պարագաներ
- Սուվիչ

Այս միջոցառումն ավարտելու համար կարող եք խաղալ երկու խաղ: Տե՛ս յուրաքանչյուր խաղի մանրամասները հաջորդ էջում և օգտագործի՛ր այն, որն ավելի լավ է քո ընտանիքի համար:

## Խաղ #1. Առարկաների որս



### Ցուցումներ.

1. Կտրեք կամ ծալեք կետավոր գծի երկայնքով այնպես, որ ունենաք գրված ցուցակը, իսկ ձեր երեխան ունենա պատկերների ցուցակը:
2. Նախքան այս միջոցառումը սկսելը, քննարկեք, թե ինչ է պետք ձեր ընտանիքին ուղեպայուսակի մեջ. մի մոռացեք, որ ձեր երեխան պետք է ընտրի հարմարավետ իրեր և հագուստ, որը նա կցանկանար բերել: Քննարկումն ուղղորդելու համար օգտագործեք հետևյալ հարցերը.
  - Ձեր կարծիքով, [իր #1]-ը պե՞տք է մտնի ձեր ուղեպայուսակի մեջ: Իսկ [իր #2]-ը՞:
  - Ձեր կարծիքով, ի՞նչ պետք է հավաքեք:
3. Խնդրեք ձեր երեխային գնալ առարկաների որսի՝ գտնելու այն իրերը, որոնք դուք որոշել եք ներառել:
4. Նշեք յուրաքանչյուր տարր ձեր ցուցակում որպես գտնված, երբ դրանք հավաքվում են և նշեք, թե ինչն է բացակայում դատարկ վանդակում:

## Խաղ #2. Կտրել և փակցնել

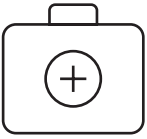
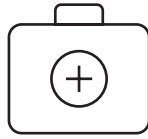
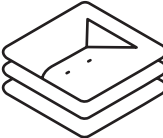
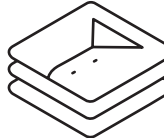
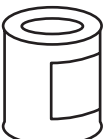







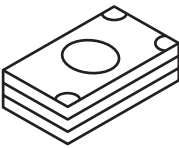
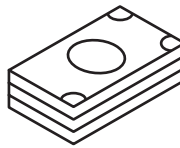
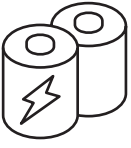
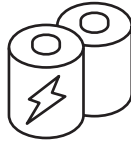






### Ցուցումներ.

1. Կտրեք կամ ծալեք կետավոր գծի երկայնքով այնպես, որ ունենաք գրված ցուցակը, իսկ ձեր երեխան ունենա պատկերների ցուցակը:
2. Նախքան այս միջոցառումը սկսելը, քննարկեք, թե ինչ է պետք ձեր ընտանիքին պայուսակի մեջ՝ ընտրելով այն իրերը, որոնք կարող են անհրաժեշտ լինել ձեր ընտանիքին: Լրացուցիչ պարագաներ կարող են ավելացվել տրամադրված դատարկ տարածքում կամ գրի առնվել: Քննարկումն ուղղորդելու համար օգտագործեք հետևյալ հարցերը.
  - Ձեր կարծիքով, [իր #1]-ը պե՞տք է մտնի ձեր ուղեպայուսակի մեջ: Իսկ [իր #2]-ը՞:
  - Ձեր կարծիքով, ի՞նչ պետք է հավաքեք:
3. Խնդրեք ձեր երեխային պարզել, թե որ պարագաներն են մտնում ուղեպայուսակի մեջ՝ կտրելով և կպցնելով պատկերները, նկարներից գիծ քաշելով դեպի պայուսակը կամ մատնացույց անելով դրանք: Այս խաղը կարելի է խաղալ ցանկացած ձևով, որը հարմար է ձեր երեխայի համար:
4. Այժմ ժամանակն է հավաքել իրական ուղեպայուսակը:

# Միջոցառում #1. Հավաքեք «ուղեպայուսակը»

## Խաղ #1. Առարկաների որս

- |                          |   |  |                               |
|--------------------------|---|--|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> |    |     | Առաջին բուժօգնության լրակազմ  |
| <input type="checkbox"/> |    |     | Փոխևորդ հագուստ               |
| <input type="checkbox"/> |    |     | Պահածոյացված և չփչացող սնունդ |
| <input type="checkbox"/> |    |    | 3-օրյա ջրի պաշար              |
| <input type="checkbox"/> |   |    | Կարևոր փաստաթղթեր             |
| <input type="checkbox"/> |  |   | Լապտեր                        |
| <input type="checkbox"/> |  |   | Կանխիկ գումար                 |
| <input type="checkbox"/> |  |   | Մարտկոցներ                    |
| <input type="checkbox"/> |  |   | Քարտեզ                        |
| <input type="checkbox"/> |  |  | Պահեստային բանալիներ          |

Ո՞րն է բացակայում:

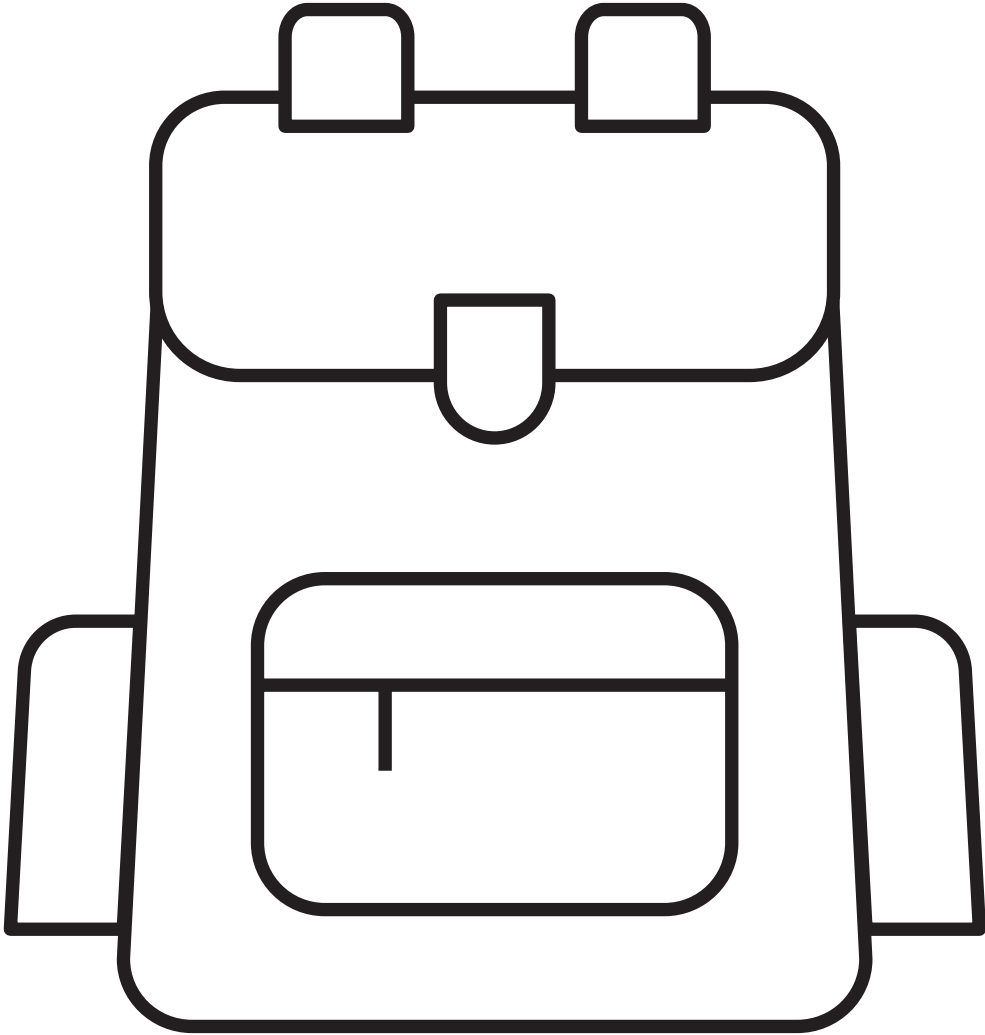
# Միջոցառում #1. Հավաքեք «ուղեպայուսակը»

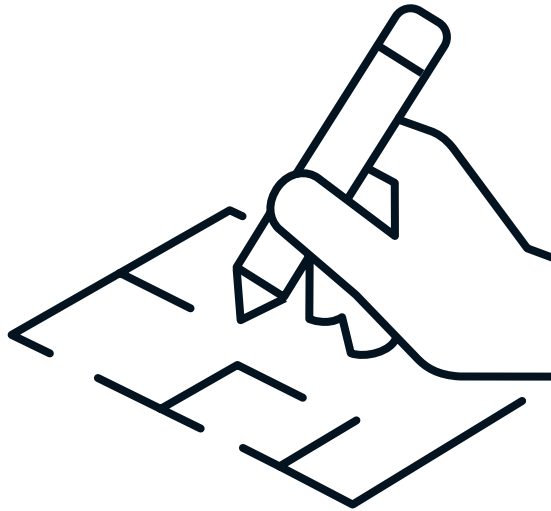
## Խաղ #2. Կտրել և փակցնել

Կտրեք այն պաշարները, որոնք դուք պետք է հավաքեք ձեր ուղեպայուսակում: Այնուհետև փակցրեք դրանք ուղեպայուսակի վրա (հաջորդ էջում): Հիշեք, որ էջի վրա ամեն ինչ էլ, որ կարող է անհրաժեշտ լինել ձեզ:



Միջոցառում #1. Հավաքեք «ուղեպայուսակը»





## Միջոցառում #2. Ես լրտեսում եմ ելքի ուղին

Արտակարգ իրավիճակների դեպքում կարևոր է, որ ձեր ընտանիքում բոլորն իմանան, թե ուր գնալ: Այս միջոցառման ընթացքում դուք կառաջնորդեք ձեր երեխային ելքի ուղիներ գտնելու և ձեր ընտանիքի համար տարիանման պլան ստեղծելու հարցում:

### Ցուցումներ.

1. Բացատրեք աղետների տարբեր տեսակներ և արդյոք՝ տարիանել (դուրս գալ) թե ապաստանել տեղում (մնալ այնտեղ, որտեղ գտնվում եք): Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնը (CDC) խորհուրդ է տալիս **երկրաշարժի** ժամանակ ձեռնարկել հետևյալ քայլերը.

- Վար իջեք ձեր ձեռքերի և ծնկների վրա:
- Ծածկեք ձեր գլուխը և պարանոցը: Անցեք ամուր սեղանի տակ կամ գնացեք ներքին պատի մոտ: Հեռու մնացեք պատուհաններից, ապակուց կամ այն ամենից, ինչը կարող է ընկնել ձեր վրա:
- Սպասեք, մինչև ցնցումը դադարի:

CDC-ն խորհուրդ է տալիս ձեռնարկել հետևյալ քայլերը **անտառային հրդեհների դեպքում**.

- Նվազեցրեք ծխի ազդեցությունը և անհրաժեշտության դեպքում իջեք գետնին մոտ:
- Պատրաստվեք տարիանման՝ հավաքելով «ուղեպայուսակը»:
- Տարիանեք ձեր տունը ամենաանվտանգ ելքի ուղիով:

2. Քննարկելուց հետո խնդրեք ձեր երեխային բացատրել, մատնանշել կամ թղթի վրա նկարել ելքի ճիշտ ուղին յուրաքանչյուր արտակարգ իրավիճակի համար:

3. Քայլեք ձեր երեխայի հետ նրա ծրագրի օգնությամբ և կատարեք ցանկացած շտկում:

## Միջոցառում #2. Ես լրտեսում եմ ելքի ուղին

Ստեղծեք ելքի ուղի յուրաքանչյուր արտակարգ իրավիճակի համար: Ապա առաջնորդե՛ք ձեր ընտանիքին ձեր ծրագրի միջոցով: Տե՛ս օրինակները հաջորդ էջում:




**ԵՐԿՐԱՇԱՐԺ**




**ԱՆՏԱՌԱՅԻՆ  
ՀՐԴԵՅ**

## Միջոցառում #2. Ես լրտեսում եմ ելքի ուղին


Օրինակներ՝



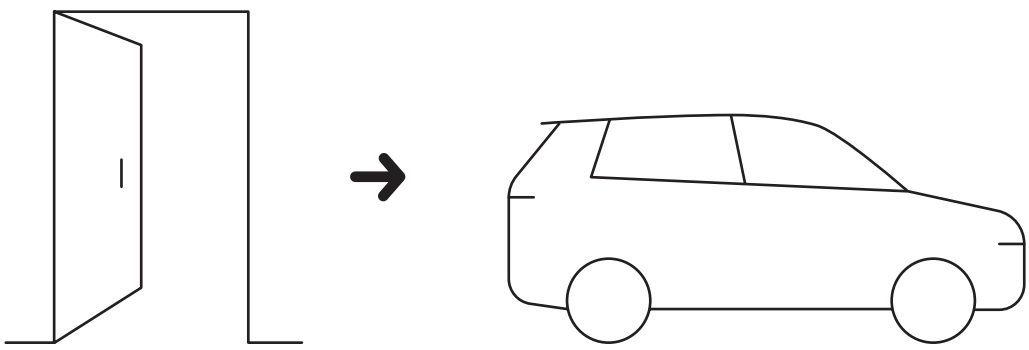
**ԵՐԿՐԱՇԱՐԺ**



Վա՛ր իջեք, պատսպարվեք և սպասեք:



**ԱՆՏԱՌԱՅԻՆ  
ՋՐԴԵՅ**



- Վերցրեք պայուսակները և հանդիպեք մուտքի դռան մոտ
- Տարհանեք հրդեհի տարածքից