

# برای سونامی‌ها آماده شوید

آیا از موارد ذیل مطلع هستید؟

- امواج سونامی در آب‌های کم‌عمق می‌توانند با سرعت تا **50 کیلومتر در ساعت** حرکت کرده و در عرض چند دقیقه به ساحل برسند.
- در سال 1994، یک سونامی **300 متر به داخل خشکی** در منطقه Onslow-Exmouth در استرالایای غربی پیشروی کرد.
- سونامی‌ها می‌توانند باعث سیلاب‌های شدید شوند که خانه‌ها و اموال را تخریب می‌کند.

**فامیل و خانه خود را  
برای سونامی‌ها  
آماده کنید.**



## چطور برای سونامی آماده شویم

آماده شدن امروزتان می‌تواند به شما کمک کند تا در صورت وجود یک سونامی مصئون بمانید. با همگی در خانه تان صحبت کنید و با هم آماده شوید تا هر شخص بداند که چه باید بکند.

**جهت آماده شدن برای یک سونامی، شما باید:**

یک پلان ایمرجنسی ایجاد کنید



یک بسته ایمرجنسی را بسته بندی کنید



با همسایه‌ها و جامعه محلی خود  
صحبت کنید



## سونامی چیست؟

سونامی‌ها امواج بسیار بزرگی هستند که بر اثر زلزله، فوران‌های آتشفشانی یا لغزش زمین در نزدیکی یا داخل اقیانوس ایجاد می‌شوند. امواج بسیار سریع حرکت می‌کنند و می‌توانند ساحل و بخش زیادی از زمین‌های فراتر از آن را غرق در آب کنند.

سونامی می‌تواند:

- باعث جراحت یا مرگ شود
- سواحل، مناطق پایین‌تر از سطح دریا، خانه‌ها و سرک‌ها را غرق در آب کرده و ماندن در نزدیکی ساحل یا کناره دریا را خطرناک می‌سازد
- خدمات ترانسپورت، برق، آب و تلفون را مختل کند
- آوارها را به داخل خشکی کشانده و عملیات نجات و بازسازی را خطرناک کند.

## آیا من در معرض خطر قرار دارم؟

احتمال وقوع سونامی در امتداد سواحل شمال-غربی و شرقی استرالیا بیشتر است. اما، سونامی‌ها می‌توانند در هر مکانی رخ دهند.

اگر در مناطق ذیل زندگی می‌کنید، کار می‌کنید یا از آنجا بازدید می‌کنید، در معرض خطر بیشتر قرار دارید:

- مناطق ساحلی یا مکان‌های هم‌سطح یا پایین‌تر از سطح دریا
- سواحل و پارک‌های ساحلی
- خلیج‌ها، بنادر و دریاچه‌های دارای فراز و نشیب.

اگر وقوع یک سونامی حتمی شود، یا تاثیر احتمالی آن کمتر از 90 دقیقه فاصله داشته باشد، اداره هواشناسی (BOM) هشدارهایی را برای شما صادر خواهد کرد تا اقدامات فوری اتخاذ کنید.

جهت کسب معلومات بیشتر، به این وبسایت مراجعه کنید

[getready.gov.au/dari](https://getready.gov.au/dari)





## یک بسته ایمرجنسی را بسته بندی کنید

یک بسته ایمرجنسی بشمول یک جعبه یا کیسه از موارد ضروری میباشد که شما میتوانید امروز بسته بندی کنید تا در صورت وقوع یک سونامی یا دیگر وضعیت ایمرجنسی آمادگی لازم را داشته باشید.

در صورتیکه شما باید بدون برق یا آب در خانه بمانید، حداقل برای سه روز لوازم داشته باشید.

بسته خود را در یک مکان خشک و قابل دسترس نگهدارید و مطمئن شوید که در خانه تان همگی میدانند که این بسته در کجا قرار دارد.



## چه چیزی را در بسته ایمرجنسی خود بسته بندی کنید

این اشیاء را همین حالا بسته بندی کنید تا بسته شما همیشه آماده باشد. شما ممکن نیاز داشته باشید تا بر اساس نیازمندی های به خصوص فامیل خود موارد بیشتری را به بسته تان اضافه کنید.

- ☐ البسه
- ☐ کمپل های پشمی
- ☐ لوازم پاک کاری و کاغذ تشناب
- ☐ کرم ضد آفتاب و مواد ضد عفونی کننده دست
- ☐ ادویه و یک بسته کمک های اولیه
- ☐ آب (حداقل 3 لیتر برای هر نفر، در هر روز)
- ☐ غذا (غذای غیرقابل فاسد شدن و یک بازکننده قوطی)
- ☐ رادیوی بیطری-خور
- ☐ چراغ دستی با بیطری اضافی

اگر ضرورت به ترک کردن آنجا را دارید، مطمئن شوید که موارد ذیل را با خود بردارید:

- ☐ تلفون موبایل و چارجر
- ☐ اسناد مهم
- ☐ وسایل قیمتی
- ☐ پول نقد و کارت های بانکی
- ☐ ادویه



## علائم هشدار را بشناسید

اگر هر یک از این علائم را مشاهده کردید، فوراً اقدام کنید: به مناطق دورتر از آب یا زمین های مرتفع بروید.

### اگر لرزش زمین را احساس کردید

زلزله زیردریایی ممکن است قبل از یک سونامی احساس شود، گرچند زلزله های دورتر ممکن است قابل تشخیص نباشند.

### اگر پایین رفتن سطح آب اقیانوس را مشاهده کردید

ممکن است سطح آب قبل از وقوع سونامی به طور ناگهانی (اما نه همیشه) پایین برود. سپس به صورت یک موج با حرکت سریع باز می گردد.

### اگر صدای غرش غیرعادی شنیدید

یک صدای غرش بلند اقیانوس می تواند نشانه ای از نزدیک شدن سونامی باشد.



## یک پلان ایمرجنسی ایجاد کنید

با فامیل تان در مورد اینکه اگر یک سونامی اتفاق بیفتد چه خواهید کرد، صحبت کنید.

آماده شدن امروز تان میتواند به شما کمک کند تا مصئون بمانید و استرس را در زمان وقوع یک سونامی کاهش دهید. کسانی که آمادگی دارند زودتر بهبود می یابند.

**یک پلان ایمرجنسی** عبارت از یک سند نوشته شده میباشد. **اینها مواردی اند که در پلان خود بگنجانید:**

### در یک وضعیت ایمرجنسی با چی کسی تماس میگیرید؟

یک لیستی از شماره های تلفون مهم را برای شرایطی که نیاز به کمک پیدا کنید، پیش خود نگهداری کنید.

### چه زمانی ترک خواهید کرد و چگونه رفتن ایمن خواهید ماند؟

- اگر متوجه علائم هشدار شدید، فوراً منطقه را ترک کنید.
- بلافاصله محل را ترک کنید — منتظر هشدارهای رسمی نمانید.
- در صورت هدایت به تخلیه، از دستورالعمل های خدمات ایمرجنسی پیروی کنید.

### به کجا خواهید رفت؟

- حداقل فاصله 1 کیلومتر به مناطق داخلی یا به زمین های مرتفع بروید.
- برای جلوگیری از گیر افتادن در ترافیک، پیاده محل را ترک کنید.
- اگر نمی توانید محل را ترک کنید، به طبقه بالای یک ساختمان محکم با ارتفاع حداقل 10 متر بالاتر از سطح دریا بروید.
- وبسایت های خدمات ایمرجنسی حکومت ایالتی و محلی و رسانه های اجتماعی را جهت دریافت به روز رسانی در مورد شرایط در ساحه تان بشکل منظم چک کنید.



یاد بگیرید که چگونه هشدارها را دریافت کنید و برای سونامی ها و سایر خطرات طبیعی آماده شوید.

در جریان یک سونامی، به هشدارها و به روز رسانی های محلی در رادیوهای ABC یا SBS گوش دهید.

برای خدمات ملی ترجمه شفاهی و کتبی (TIS) با شماره 131 450 تماس بگیرید.

## معلومات بیشتر را از کجا بگیرید

جزئیات تماس خدمات ایمرجنسی ایالت یا قلمرو خود را بیابید.

[getready.gov.au/dari](https://getready.gov.au/dari)

