

د بېرنيو حالتونو لپاره د چمتووالي څرنگوالي

بېرني داسې شيان شته چې تاسو يې د يو بېرني حالت لپاره د چمتووالي په موخه ترسره کولی شئ - مگر تاسو دا له کومه ځايه پيلوئ؟ تاسو کولی شئ چې د يو بېرني پلان او د خپل ځان او خپلې کورنۍ لپاره د يوې بېرني کڅورې په جوړولو سره يې پيل کړئ.

1. يو بېرني پلان جوړ کړئ

دا بوښتنې په پام کې ونيسئ او د هرې يوې لپاره پلان جوړ کړئ!

تاسو به څنگه خبرتياوې
ترلاسه کوئ؟ (لاندې 3 شماره وکړئ)

د بېرني حالت پرمهال به
تاسو چيرته اوسېږئ؟

ستاسو د تخليپ/وتلو
لاره کومه ده؟

تاسو به له خپلې کورنۍ
سره څنگه اړيکه نيسئ؟

2. د بېرني حالت يوه کڅوره جوړه کړئ

د بېرني حالت د لوازمو يوې لومړنۍ کڅورې جوړولو لپاره ددې توکو سپارښتنه کېږي.

3. په Alert Spokane
کې ځان ثبت کړئ



د خپلې ساحې لپاره بېرني
خبرتياوې ترلاسه کړئ.



نغدې روپۍ
(کوچني نوټونه)



د بوتل اوبه



د لومړنۍ مرستې
کڅوره



لانده کاغذونه يا د
لاسونو عفونت ضد
مواد (سنيټايزر)



نه خرابېدونکي خواړه



درمل او طبي وسايل



د مهمو اسنادو
کاپي گانې



څراغ او بټرۍ



د اهلي حيواناتو لوازم
(د درملو په گډون)



د تليفون چارجر



د ماشومانو د
پاملرنې توکي
(د ايبړ، وچې شيدې)



کميل يا د خوب
کولو کڅوره



کتابونه، کيمونه
(لوې)، فعاليتونه



اضافي جامې،
قوي بوتان



د شخصي حفظ الصحې
توکي، تشناب کاغذ



راډيو



د قطعۍ خلاصوونکي



د بېرني حالت لپاره چمتووالی
srhd.org | 509.324.1673

د جوړېدو نېټه: اگست 2024