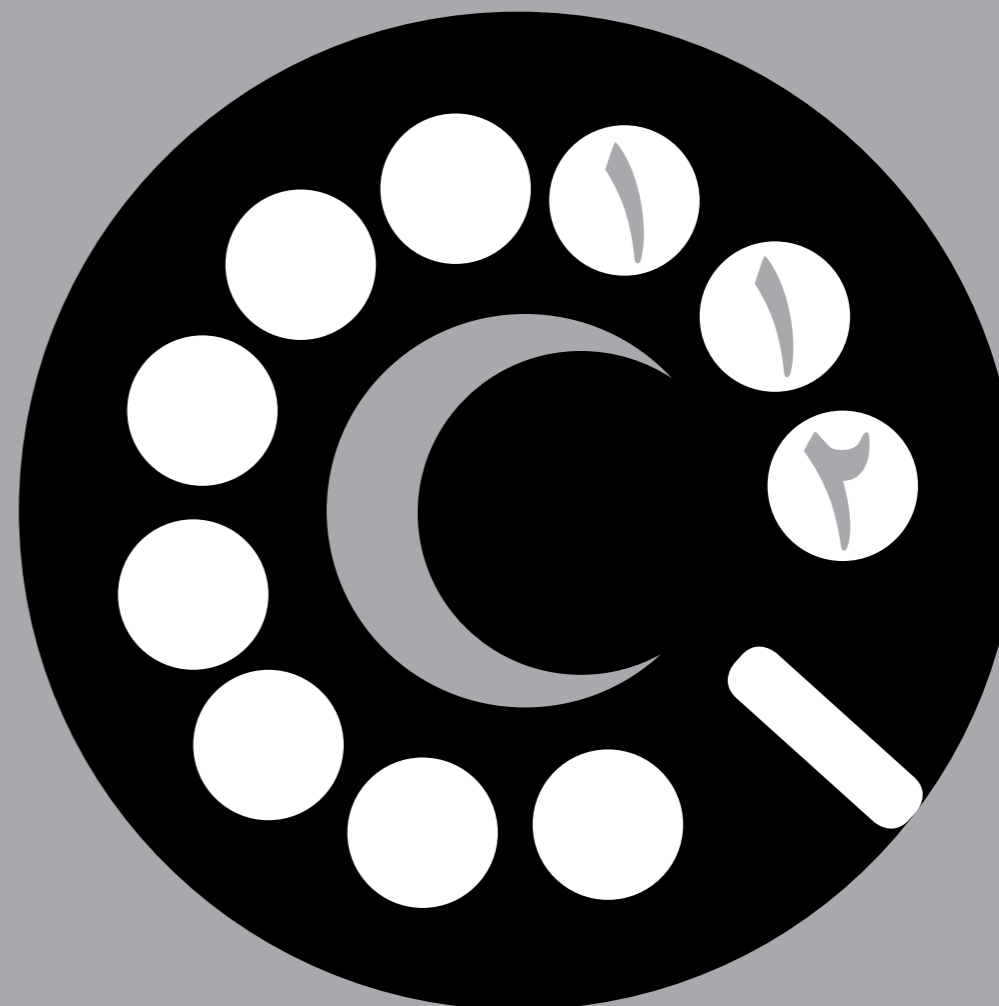


سفیر نجات

گاهنامه داخلی

مرکز آموزش های تخصصی - میدانی جمعیت هلال احمر خراسان رضوی

شماره هفتم | مرداد ماه ۱۳۹۴



امداد و نجات
هلال احمر



پیام رهبر معظم انقلاب
به مناسبت آغاز سال ۱۳۹۴

سال ۹۴، سال «دولت و ملت، همدلی و هم‌زبانی» / آرزوهای بزرگ فراوری ایران با همکاری و اعتماد متقابل دولت و ملت دست یافتنی است.

ارادت ملت ما به خاندان پیغمبر و دخت گرامی پیامبر اعظم (ص) اقتضائاتی دارد که یقیناً مردم این اقتضائات را رعایت خواهند کرد و امید است سال جدید از برکات فاطمی سرشار و برخوردار باشد و یاد آن بزرگوار تأثیرات عمیق و ماندگار خود را در زندگی مردم ما بگذارد.

«پیشرفت اقتصادی»، «اقتدار و عزت منطقه‌ای و بین‌المللی»، «جهش‌های علمی به‌معنای واقعی»، «عدالت قضایی و اقتصادی» و از همه مهمتر، «ایمان و معنویت» آرزوهای بزرگی هستند که در این سال برای ملت ایران داریم و البته همه‌ی این خواسته‌ها و آرزوهای نیز دست یافتنی است و خارج از ظرفیت عظیم ملت ایران و سیاستهای نظام نیست.

دولت، کارگزار ملت، و ملت کارفرمای دولت است، و هر چه همکاری دولت و ملت بیشتر باشد، کارها بهتر پیش خواهد رفت، بنابراین هم دولت باید واقعاً ملت را قبول داشته باشد و ارزش، اهمیت و تواناییهای مردم را به‌درستی بپذیرد، و هم ملت باید به معنای واقعی کلمه به دولت اعتماد کند.

شعار «عزم ملی و مدیریت جهادی» با توجه به همین چالشها برای سال ۹۳ انتخاب شد و ملت ما نیز همت و عزم راسخ خود را هم در تحمل برخی مشکلات و هم حضور در مناسبت‌های مهم از جمله راهپیمایی‌های ۲۲ بهمن و روز قدس و راهپیمایی عظیم اربعین نشان دادند.

هر جا مدیریت جهادی بروز داشت، پیشرفت‌ها نیز آشکار بود، ضمن اینکه عزم ملی و مدیریت جهادی مخصوص سال ۹۳ نیست، بلکه برای امسال و همه سالهای پیش رو، مورد نیاز ملت عزیز ایران است.

سفیر نجات / گاهنامه داخلی مرکز آموزشهای تخصصی - میدانی

جمعیت هلال احمر خراسان رضوی

شماره هفتم / مرداد ماه ۱۳۹۴

مدیر مسئول: دکتر سیدمجتبی احمدی

(مدیر عامل جمعیت هلال احمر استان خراسان رضوی)

سر دبیر: سید رسول شخصی زارع

(رئیس مرکز آموزش‌های تخصصی - میدانی استان)

مدیر طرح و اجرا: ناهید احمدی زاده

هیأت تحریریه: سید رسول شخصی زارع، ناهید احمدی زاده

سید حسام الدین زمانیه شهری

ویراستار: سید حسام الدین زمانیه شهری

صفحه آرایی و چاپ: موسسه فرهنگی هنری مقداد (عاطفه شیدمودب)

۰۹۱۵۳۲۹۰۴۶۳

منتخب فعالیت‌های
مرکز آموزش‌های تخصصی - میدانی هلال احمر استان
به روایت تصویر



بیست و ششمین دوره مسابقات
رفاقت مهر کشوری



دوره تخصصی نجات
در جاده تربیت حیدریه



دوره آموزشی مهارتی
مسئولین امداد و نجات کشور



تربیت مربی کد ۳
نجات در آوار



دوره تربیت مربی کشوری برادران
کد ۲ امداد و کمک‌های اولیه



دوره تربیت مربی کشوری خواهران
کد ۲ امداد و کمک‌های اولیه



دوره تخصصی
نجات در سیلاب



دوره تخصصی
اسکان اضطراری خواهران



دوره استانی تربیت مربی کد ۳
امداد و کمک‌های اولیه خواهران

آشنایی با سازمان های امدادی: برنامه ی عمران ملل متحد United Nation Development Programme

دکتر سید مجتبی احمدی

پیام مدیر عامل استان دکتر سید مجتبی احمدی مدیر عامل جمعیت هلال احمر خراسان رضوی



کارگزاران و برنامه سازمان ملل متحد در هر کشور در مجموع «تیم کشوری سازمان ملل متحد» را تشکیل می دهند، هماهنگی این کارگزاران و تیم ها در هر کشور به عهده هماهنگ کننده مقیم سازمان ملل متحد است، که در عین حال سمت ریاست «نماینده مقیم برنامه عمران ملل متحد» را در آن کشور بر عهده دارد. نماینده مقیم نماینده منتصب از سوی دبیر کل سازمان ملل می باشد.

برنامه عمران ملل متحد در سال ۱۹۶۵ میلادی تأسیس شد. ایجاد تحول در کشور ها برای توسعه و کمک به مردم برای ساختن زندگی بهتر و نظارت بر روند توسعه در کشور ها و اتصال دانش، تجربه و منابع همه مردم جهان از اهداف اولیه این برنامه است. این برنامه توسط یک هیئت اجرایی ۱ که ۳۶ عضو دارد اداره می گردد. برنامه عمران ملل متحد، در حال حاضر در ۱۶۶ کشور جهان فعالیت دارد و این کشور ها را برای مقابله با چالش های جهانی، ملی و در زمینه توسعه یاری می دهد.

مقر اصلی برنامه در شهر نیویورک ایالات متحده آمریکا قرار دارد و گزارش سالانه جهانی «توسعه انسانی» ۲ را برای تمام دول جهان منتشر می نماید.

در زمان بروز حوادث و سوانح و بلایای طبیعی هماهنگی بین کارگزاران ملل متحد (کمیساریا، یونسف و ...) و دولت ها و فدراسیون بین المللی صلیب سرخ و هلال احمر و دیگر سازمان های امدادی و حمایتی به عهده UNDP است.



آموزش کارکنان یکی از وظایف اصلی و حیاتی در هر سازمانی محسوب می شود. زیرا داشتن کارکنان ورزیده یکی از مهمترین عوامل در میزان کارایی و کارآمدی هر سازمان می باشد.

آموزش سرمایه گذاری پرسودی است که ماحصل آن تحقق اهداف هر سازمان را بدنبال دارد و یکی از راه های اصولی و منطقی هدایت تلاش های کارکنان در سازمان است و باعث بکارگیری استعداد های نهفته، به کاراندازی توان و بوجود آمدن حس انعطاف پذیری فکری لازم در کارکنان خواهد شد. آموزش هر چه مفیدتر و بهینه تر باشد، به طور وسیعی جامعه معینی را به سوی هدف هایی از قبیل توسعه، مهارت، تغییر و اصلاح هدایت می کند. و همین تغییرات باعث می شود که کارکنان یک سازمان در انجام وظایف شان به صورت موفق تری عمل نمایند و به حفظ تداوم و بقای سازمان منجر شوند.

جمعیت هلال احمر استان خراسان رضوی هم در راستای ماموریت سازمانی خود و بمنظور هر چه بهتر ارائه نمودن خدمات به زائرین و مجاورین امام رثوف حضرت علی بن موسی الرضا (ع) و آسیب دیدگان از حوادث و سوانح با بالا بردن توان نیروها و ایجاد آمادگی کامل اقدامات آموزشی مناسبی را در برنامه های خود قرار داده است.

با توجه به اولویت های تعیین شده آموزشی در سال ۹۴ امیدواریم بتوانیم با برگزاری دوره های متعدد عمومی و همگانی، تخصصی و تربیت مربی و آموزش ضمن خدمت کارکنان با توانمندی بالاتری کار خود را دنبال نمایم.

امیدوارم با افزایشی که در تعداد شعب و نمایندگی هایی که در استان ایجاد شده در ادامه سال ۹۴ شاهد حضور بموقع و کارآمد تری جهت ارائه خدمات برای هموطنانمان باشیم. از خداوند منان توفیقات روز افزون برای خدمتی سرشار از شور و نشاط و مملو از توکل الهی را برای تمامی عزیزان آرزو مندیم.

دکتر سید مجتبی احمدی

مدیر عامل



کانون فعالیت های برنامه عمران ملل متحد یاری رساندن به کشور ها در یافتن راهکار ها و سهیم کردن آن ها در راهکار های یکدیگر در زمینه چالش های زیر است :
حکومت مداری مردم سالاری ، کاهش فقر ، جلوگیری از بروز بحران و باز سازی خدمات ناشی از آن ، انرژی و محیط زیست ، فن آوری اطلاعات و ارتباطات و بیماری ایدز .



فعالیت های برنامه عمران در کشورهای فقیر آسیایی

در جمهوری اسلامی ایران ، برنامه عمران ملل متحد از سال ۱۳۴۵ هجری شمسی حضور مستمر و چشمگیری داشته است و با شرکای فعال در امر توسعه شامل دولت ، شوراهای محلی ، دانشگاهیان ، سازمان های جامعه مدنی و بخش خصوصی همکاری نزدیک داشته است .

در زمینه ی کاهش فقر ، برنامه عمران ملل متحد ، پروژه ابتکاری نمونه رادر استان سیستان و بلوچستان به عنوان محروم ترین استان کشور از طریق احداث مؤسسه های محلی ، ارائه آموزش های عملی و اجرای برنامه های پس انداز و اعطای وام بر عهده دارد .

در سال ۱۳۸۱ هجری شمسی جمهوری اسلامی ایران با کمک برنامه عمران ملل متحد اولین طرح جامع ملی مدیریت بلایای طبیعی را تدوین نمود و در همان سال اولین سمینار پیشگیری از سیل و کاهش اثرات آن رادر استان سیل خیز گلستان برگزار نمود .

اهداف توسعه هزاره Millenium Development Goals

در سپتامبر سال ۲۰۰۰ میلادی سران و رهبران بیش از یکصد و نود کشور جهان در اجلاسی برای دستیابی به «اهداف توسعه هزاره» اصولی را مشخص نمودند .

دستیابی به این اهداف تا سال ۲۰۱۵ میلادی یعنی :

نسبت مردمی که در فقر و گرسنگی شدید رنج می برند و با روزی کمتر از یک دلار زندگی می کنند به نصف کاهش یابد .

همه پسران و دختران از آموزش ابتدایی بهره مند گردند .

حذف نابرابری های جنسیتی در آموزش ابتدایی و متوسطه و ایجاد فرصت های برابر تحصیلی برای زنان و دختران .

خطر مرگ و میر کودکان زیر پنج سال به دو سوم میزان فعلی کاهش یابد .

مرگ و میر مادران باردار به سه چهارم میزان فعلی کاهش یابد .

متوقف نمودن گسترش ویروس و بیماری ایدز و شیوع مالاریا و سایر بیماری های عمده و شروع کاهش رشد آن ها .

نسبت مردمی که به آب آشامیدنی سالم دسترسی ندارند به نیم کاهش خواهد یافت .

بهبود چشمگیری زندگی حداقل یکصد میلیون زاغه نشین تا سال ۲۰۲۰ میلادی .

بر اساس این اهداف تمامی کشورهای جهان موظفند برای رسیدن به این چشم انداز تحت نظر برنامه ها و کارگزاری های ملل متحد در آن کشور و به ویژه برنامه عمران ملل متحد ، همکاری نمایند .

آن که با دانش دارایی نیافت ، از آن زیبایی یافت .

امام علی (ع) / شرح غررالحکم ۴۱۰/۵

آموزش سر آغاز کار با کیفیت و کار با کیفیت شرط بقاست

هر کس (بدون تخصص لازم) به کار طبابت بپردازد (شرعا) ضامن است. پیامبر اسلام (ص) فرمودند:

میاد ابرو شو درست کنه
میزنه چشمشو کور میکنه
ضرب المثل:

۲ توجه به ارزش معنوی و الهی

یک نجاتگر باید ارزش معنوی حرفه مقدس خود را حفظ کند و اجازه ندهد هیچ عاملی آن را تحت الشعاع قرار دهد. (کمک کردن به نیازمندان و مصدومان از دستورات خاص اسلام است).

هیچ مسلمانی نیاز مسلمان دیگری را برآورده نمی کند مگر آنکه خداوند به او خطاب می کند پاداش تو به عهده من است و کمتر از بهشت برای تو نمی پسندم. همچنین میفرمایند:

یکی از عواملی که موجب شد حضرت یوسف (ع) را نیکو کار بخوانند این بود که در زندان به بیماران کمک میکرد

در گیسو دار جنگ به عنوان یک امدادگر وارد صحنه شد و برای بستن زخم پدرش که خون بند نمی آمد حصیری خواست و آن را آتش زد و خاکسترش را بر زخم نهاد که خون بند آید و سپس زخم را پانسمان نمود

حاضرم ارزش کار همه عمرم را با ثواب همدمی یک شب با مریض معاوضه کنم.
علامه طباطبائی صاحب تفسیر المیزان میگوید:

اخلاق نجاتگری و امدادگری

سیدرسول شخصی زارع

امدادگری و نجاتگری از کارهای مقدس و مورد تائید عقل و دین است که اگر با اخلاق پسندیده انجام شود جهشی در درون برای رسیدن به سعادت بوجود می آورد.

پیش نیازهای یک نجاتگر برای حضور در صحنه حادثه

- ۱ علم و آگاهی به عمل (دانش مورد نیاز)
- ۲ توجه به ارزش معنوی و الهی
- ۳ انگیزه الهی (قصد قربت)

۱ علم و آگاهی به عمل

برای هر شغل و حرفه ای مهارتهای خاصی مورد نیاز است که صاحب آن حرفه باید بکوشد تا به آن مهارتها دست یابد. نجاتگری به دلیل اینکه با جان و سلامت انسانها در ارتباط است درعین ارزش بسیار پر مخاطره می باشد و اغلب خطا و اشتباه در آن غیر قابل جبران است.

هر صاحب صفت و حرفه ای برای مورد توجه واقع شدن به سه ویژگی نیازمندا است.
امام صادق (ع) می فرمایند:
۱ در کار خود حاذق و ماهر باشد.
۲ در آن کار حق امانت را ادا کند.
۳ نسبت به مراجعان خوشرو و مهربان باشد.

آنانی که بدون دانش لازم به درمان لازم بپردازند را محکوم کرده و میفرمایند:
حاکم اسلامی باید پزشکان جاهل (بدون اینکه بهره ای و تخصصی در این رشته داشته باشند به طبابت و درمان مپردازند) رازندانی کند.



۳ انگیزه الهی

کار امداد رسانی و نجات آنگاه موجب رشد و تعالی است که به قصد قربت الهی انجام گیرد و انگیزه امدادگر تنها کسب رضایت خداوند باشد. تعریف ها و تمجیدها و منافع مادی و حتی سرزنش و کار شکنی دیگران در اراده او خللی ایجاد نکند و این معنی اخلاص است.

ارزش و بقای عمل را در اخلاص

دانسته و میفرماید:

هر کاری تباه خواهد بود جز آن عمل که تنها برای رضای خداوند و خالصانه انجام شود.

امام علی (ع) می فرماید:

قسمت اول

آینده پژوهی در مدیریت بحران

ناهد احمدی زاده / کارشناس امداد و نجات

اندیشیدن به سرانجام هر کار باعث

سقراط می گوید: رستگاری است.

مقدمه

باتوجه به تنوع حوادث و بالایای طبیعی در ایران، و نیز زلزله های مخرب و بزرگی که تقریباً هر ده سال یکبار در ایران رخ داد، خسارتهای بسیار هنگفتی بر بخش های تولیدی، صنعتی و وکلا زیرساختهای کشور وارد می شود که باید مدیران با شناسایی عوامل تهدیدزا پیش بینی های لازم برای مقابله و کاهش خسارتهای احتمالی انجام دهند. آینده پژوهی و برنامه ریزی بر مبنای تحلیل داده ها زیربنای مدیریت راهبردی حوادث و بحران ها است. شناخت وضعیت موجود و تجزیه و تحلیل عوامل موثر در ایجاد شرایط بحرانی در زمان وقوع حوادث، فرصت و توانایی لازم برای مدیریت کارآمد بحران را فراهم می کند. داشتن یک برنامه دقیق و اصولی و آمادگی همه جانبه برای مقابله با بحران مهمترین اصل جهت کاهش خسارات در زمان وقوع حوادث غیر مترقبه است. پیش از هر چیز باید بدانیم که تحول و تغییر، یک روند دائمی و طولی است که از گذشته تا حال و تا آینده امتداد داشته و خواهد داشت. آینده نگری علمی در حقیقت پاسخی حکیمانه به چالش های پیش روی ماست. چالش هایی که علایم ظهور آنها در زمان حال مشهود است، اما هنوز تحقق نیافته است.

تعریف

آینده پژوهی مشتمل بر مجموعه تلاش هایی است که با استفاده از تجزیه و تحلیل منابع، الگوها و عوامل تغییر و یا ثبات، به تجسم آینده های بالقوه و برنامه ریزی برای آنها می پردازد. آینده پژوهی منعکس می کند که چگونه از دل تغییرات (با تغییر نکردن) «امروز»، واقعیت «فردا» تولد می یابد. آینده پژوهی معادل لغت لاتین «Futures Study» است. کلمه جمع Futures به این دلیل استفاده شده است که با بهره گیری از طیف وسیعی از مدل‌های و بجای تصور «فقط یک آینده»، به گمانه زنی های سیستماتیک و

معامله با خداوند

انگیزه الهی برای کسب رضایت خداوند باعث میشود امدادگر از کارش لذت ببرد و توانش مضاعف خواهد شد و دیگر قدر ناشناسی ها ناکامی ها و عدم همکاری دیگران اراده او را سست نخواهد کرد و بدلیل اینکه با خداوند معامله کرده خداوند دست توانمندش را به یاری او دراز خواهد کرد و او در کارها توانمند و موفق خواهد بود.

نتیجه هر کاری را می توان از شروع آن تشخیص داد

خردورزانه، در مورد نه فقط «یک آینده» بلکه «چندین آینده متصور» مبادرت می‌شود. موضوعات آینده پژوهی دربرگیرنده گونه‌های «ممکن»، «محتمل» و «مطلوب» برای دگرگونی از حال به آینده می‌باشند. آینده پژوهی به ما می‌گوید که چگونه از منابع موجود و در دسترس برای رسیدن به آینده مطلوب استفاده نماییم.

تاریخچه آینده پژوهی

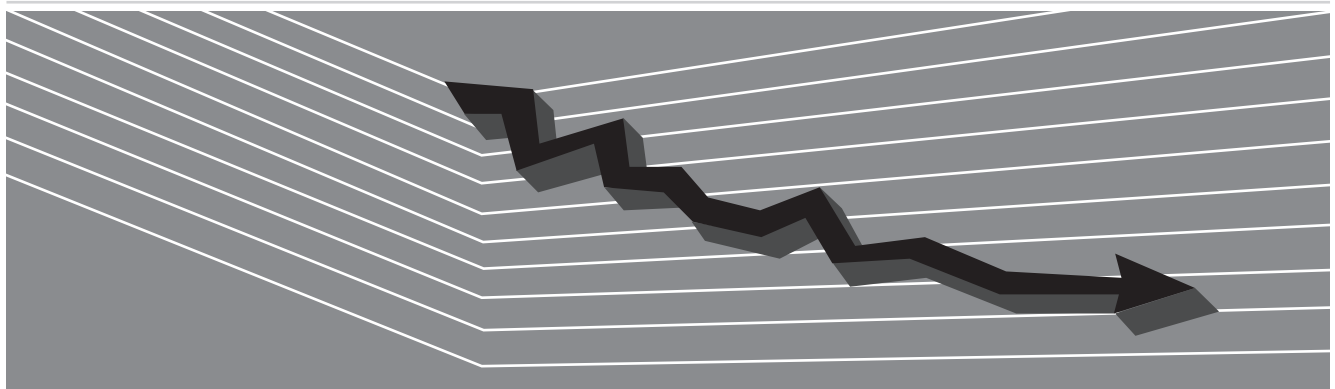
بشر در طول تاریخ و از عهد باستان علاقه بسیار زیادی به دانستن حوادث و اتفاقات آینده داشته. البته در آن زمان از مدل، روش تخمین، کامپیوتر، داده‌ها و آمار و اطلاعات... استفاده نمی‌شد، بلکه از ابزارهای متناسب آن زمان مانند رمل و اسطرلاب!! استفاده می‌گردید. وجود ساحران، رمال‌ها، فالگیران خود تائید کننده آن است. نخستین نشانه‌های جدی تر توجه بشر به آینده در عصر روشنگری دیده می‌شود، دورانی که بشر باور داشت که علوم برای هر چیزی راه حلی خواهند یافت. قوانین نیوتن در مورد حرکت، درک و تحلیل بسیاری از پدیده‌ها را ممکن ساخته بود. در اثر رشد شتابان علوم در این دوره، اندیشمندان عصر روشنگری واقعاً به این نتیجه رسیده بودند که تنها زمان می‌خواهد تا همه قوانین و قواعد جامعه و محیط پیرامون بشر معلوم و آشکار شود. نخستین فعالیت آینده پژوهی در قالب یک بررسی علمی در سالهای ۱۹۳۰ تا ۱۹۳۳ توسط گروهی از پژوهشگران و با سرپرستی ویلیام اف آگبرن در زمینه جامعه‌شناسی که علم نوپایی شناخته می‌شد، در آمریکا انجام گردید. این گروه برای نخستین بار روش‌شناسی علمی همچون برون‌یابی و بررسی‌های علمی را در مورد روندهای اجتماعی روز آمریکا به انجام رسانده و ضمن انتشار اولین کاتالوگ روندها در آن کشور، موفق به آینده بینی‌های مهمی از جمله افزایش نرخ مهاجرت و ازدیاد طلاق شد. همچنین بلافاصله پس از جنگ جهانی دوم، و به دنبال تجزیه و تحلیل فناوریهای مورد استفاده در آلمان و ژاپن، شیوه‌های نوینی برای آینده پژوهی ابداع شد و در نتیجه آن دستاوردهای مهم فناوری در دهه‌های ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ شامل رادار، موشک‌های بالیستیک قاره پیمای و

حمل و نقل هوایی از قبل پیش بینی شد.

در ایران سابقه آینده نگری به برنامه‌های پنج ساله کشور برمی‌گردد و سند چشم‌انداز توسعه کشور در افق ۱۴۰۴ که دو دهه آینده را نشانده گرفته است اولین سند تفکر استراتژیک و آینده نگارانه ایران است که براساس آن محورهای توسعه کشور در بخش‌های مختلف طراحی و تدوین شده.

لزوم آینده پژوهی در مدیریت بحران

گستره آینده پژوهی و آینده نگاری بسیار وسیع است، چرا که این بخش با حوزه‌های فراوانی از دانش و مطالعات بشری سروکار دارد. عدم قطعیت نهفته در آینده برای برخی، توجیه‌کننده نداشتن دوراندیشی آنان است و برای عده‌ای دیگر منبعی گرانبها از فرصت‌ها. آیا ما می‌توانیم آینده را به طور دقیق پیش بینی کنیم؟ قطعاً پاسخ خیر است. ولی با توجه به پیچیدگی دنیای امروز با این همه اطلاعات و واقعیاتی که ریشه در گذشته و حال دارند، میتوانند رهنمون ما به آینده باشند، و یقیناً اتفاقاتی که در گذشته افتاده و یا در زمان حال می‌توانند در آینده هم بیفتند. به طور مثال در زلزله‌شناسی ما نمی‌توانیم دقیقاً پیش بینی کنیم چه زمانی زلزله می‌آید و نقطه کانونی آن را مشخص کنیم، اما با بررسی‌های دقیقی که از زلزله‌های گذشته (گذشته پژوهی) تاکنون انجام گرفته (کشف دلایل رخداد آن‌ها) می‌توان مناطق لرزه خیز را مشخص و آمادگی بیشتری برای مواجهه با آن کسب کرد. ایلیا پریگوگین، برنده جایزه نوبل می‌گوید: «نمی‌توانیم آینده را پیش‌گویی کنیم اما می‌توانیم برای آن آماده باشیم». شاید بتوان بزرگترین هنر آینده‌اندیشی و آینده‌پژوهی را ایجاد آمادگی برای رویارویی با آینده دانست. بزرگترین دستاورد دانش نوپای آینده‌پژوهی نیز این است که امروز به خوبی درک می‌کنیم فرآیند تکامل آینده، بسیار پیچیده‌تر از آن است که بتوان آن را پیش‌گویی کرد.



ارگونومی کامپیوتر

سید رسول شخصی زارع

ارگونومی چیست؟

ارگونومی به عنوان رشته ای از علوم با بدست آوردن بهترین ارتباط میان کاربران و محیط کار تعریف می شود.

ارگونومی با ارزیابی قابلیت ها و محدودیت های انسان (بیومکانیک و آنتروپومتری) ارگونومی شغلی تلاش می کند تا با بازبینی سیستم های کاری، آنها را در جهت کاهش استرس های حرفه ای تغییر دهد.

جنبه های بهداشتی ارگونومی عبارتند از:

- | | |
|---|---|
| ۱ | پیشگیری از بیماری ها و اختلالات ناخواسته |
| ۲ | طراحی بهینه ایستگاه های کاری |
| ۳ | بهترین استفاده از منابع و قابلیت های کارمندان |

ارگونومی کامپیوتر

ارگونومی کامپیوتر یعنی مطالعه و بررسی عوامل انسانی در ارتباط با کامپیوتر، یکی از اهداف اصلی ارگونومی کامپیوتر، تضمین مناسب بودن دستگاه برای استفاده انسان است، رعایت اصول ارگونومی در کار با کامپیوتر مانند صفحه کلید، ماوس، میز و صندلی و سایر وسایل کامپیوتر.

رعایت اصول ارگونومی سبب کاهش ضایعات چشم، سردرد و کمردرد اپراتورها و کاربران کامپیوترها می شود.

کاربرد کامپیوتر در زندگی بشر بسیار زیاد است و تعداد زیادی از افراد ساعت های متعددی با کامپیوتر کار می کنند، به همین دلیل شناخت عوامل مؤثر در محیط کار با کامپیوتر اهمیت زیادی دارد.

وجود شرایط نامناسب در محیط کاری و عدم توجه به موارد ایمنی هنگام کار با کامپیوتر ممکن است در بلند مدت سبب بروز بیماری ها و ناهنجاری ها شود.

روش ها در آینده پژوهی

آینده نگری با توجه به این که یک کوشش علمی و هدفمند به منظور کسب آگاهی از آینده و رویدادهای آینده صورت می گیرد، به روش شناسی مناسب خویش نیاز دارد. آگاهی از روش ها و به بیان بهتر روش شناسی آینده می تواند دیدگاهی علمی را در اختیار علاقمندان به امور آینده قرار دهد و آنان را در کوشش های آینده گرای خود یاری نماید. این روش شناسی آینده نگری است که پژوهش های آینده محور و به طور کلی آینده پژوهی را از ارزش و جایگاه شایسته فعالیت های علمی برخوردار می سازد. از این رو آگاهی از شیوه های آینده نگری را می توان گام نخست در هر کوشش علمی که با هدف گذاشتن سنگ بنایی برای آینده به عمل می آید، به شمار آورد. آینده پژوهی فراتر از پیش بینی است و ادعای پیش گویی هم ندارد. آینده پژوهی هنر شکل دادن به آینده است، به آن شکل که آینده را می خواهیم. کسانی که این دانش را در دست دارند هم اکنون هم به آینده جهان به دلخواه و مطلوب خود، شکل می دهند. می توان کشورها و جوامعی را دید که نتوانستند خود را با تحولات سازگار کنند و از این جهت از هم فروپاشیدند. آنها ذات تغییر را درست نشناختند. آینده شناسی از این منظر دانش شناخت تغییرات است. شناخت آینده از حیاتی ترین علوم مورد نیاز هر ملتی است.

روش های مورد استفاده در آینده پژوهی

دلفی	نقشه راه
تجزیه و تحلیل روند ها	پس نگری
تجزیه و تحلیل پیشران ها	ملینگ
سناریو پردازی	شبیه سازی
چشم انداز سازی	ترکیبی از روش های فوق

در قسمت دوم ما به ۲ روشی که در امر مدیریت بحران و آمادگی در برابر حوادث به آن بیشتر پرداخته شده یعنی سناریو پردازی و شبیه سازی می پردازیم.

منابع

روش های آینده نگاری تکنولوژی، گروه آینده اندیشی بنیاد توسعه فردا، بنیاد توسعه ی فردا.

الفبای آینده پژوهی: علم و هنر کشف آینده و شکل بخشیدن به دنیای مطلوب فردا، عقیل ملکی فروهمکاران، تهران، کرانه علم.

مقاله، آینده شناسی و آینده نگری، موسی اکرمی، منبع: سایت آینده نگری.

شوکت آینده الوین تافلر؛ ترجمه: حشمت الله کامرانی، نشر سعیم.

معاونت آینده پژوهی، مرکز تبیین و ترویج سند چشم انداز.

مقاله "برنامه ریزی برای آینده، پیش بینی یا آینده نگاری؟" - نوشته ی: نادر زالی

برگرفته از سایت مدیریت بحران <http://www.bohraan.com>

- ۱ دارای پشتی باشد ، به صورتی که گودی کمر را در بر گیرد و پشتی از نظر افقی و عمودی تراز باشد
- ۲ چرخان باشد
- ۳ از هر نظر زوایا و فواصل قابل تنظیم باشد
- ۴ دارای پایه ای محکم باشد
- ۵ روکش آن از جنسی باشد که هوا را از خود عبور داده و سبب تعریق نشود و لغزنده نیز نباشد
- ۶ لایه داخلی آن ۲ تا ۳ سانتیمتر ضخامت داشته باشد
- ۷ حداقل عرض آن ۴۰ سانتیمتر باشد
- ۸ چرخ آن قابلیت حرکت بر جنس کفپوش اتاق را داشته باشد
- ۹ ارتفاع آن با ارتفاع میز متناسب باشد
- ۱۰ بر اساس اصول ارگونومی که از سوی سازمان بین المللی توصیه شده ، ارتفاع نشیمنگاه صندلی باید ۱۲۵ الی ۳۲۵ سانتیمتر پایین تر از سطح میز کار در نظر گرفته شود

میز کار

- ۱ ارتفاع سطح میز کار باید قابل تنظیم باشد
- ۲ فضای در نظر گرفته شده برای پاها در زیر میز باید مناسب باشد
- ۳ سطح میز کار نباید سفید یا خیلی تیره باشد ، چون به نامساعد شدن شرایط روشنایی کمک می کند
- ۴ سطح میز کار باید به اندازه ای بزرگ باشد که جای کافی برای تمامی اشیاء و وسایل موجود باشد

وسایلی که در هنگام کار بیشترین موارد استفاده را دارند ، باید در نزدیکی اپراتور و در دسترس وی قرار داشته باشد و سایر وسایل نیز باید به صورتی منظم در جای خود قرار گیرند .

لازم به ذکر است که اگر امکان استفاده از یک میز بزرگ وجود نداشته باشد ، یا فضای روی میز کوچک باشد ، می توان با استفاده از پایه متحرک مانیتور ، ضمن تنظیم فواصل و ارتفاع مانیتور در بهترین حالات مطابق با اصول ارگونومی ، از فضای موجود نیز حداکثر استفاده را نمود که این وسیله با امکان چرخش ۳۶۰ درجه به دور محور خود حرکت وضعی و انتقالی ، قابلیت تنظیم محیط کار را تا حد بسیار زیادی افزایش می دهد و در اثر افزایش قابلیت تنظیم فواصل و ارتفاعات مورد نیاز از خستگی ستون مهره ها و سایر اندام ها جلوگیری می شود .

کمترین ویژگی های يك محیط کاری مناسب برای کاربران کامپیوتر به قرار ذیل است :

- نور کافی و مناسب
- استفاده از میز مخصوص که دارای ابعاد استاندارد باشد
- استفاده از صندلی مخصوص کامپیوتر با ارتفاع قابل تنظیم برای جلوگیری از ناراحتی ستون فقرات کاربر
- استفاده از زیرپایی برای جلوگیری از بی حسی پا
- کف پوش چوبی یا پلاستیکی برای جلوگیری از ایجاد الکتریسیته ساکن

با وجود رعایت نکات فوق ، باز امکان بروز بیماریهای خاص برای اپراتور وجود دارد کم تحرکی هنگام کار با کامپیوتر ، چشم دوختن در مدت طولانی به صفحه مانیتور و حرکات یکنواخت مچ دست ، ممکن است سبب بروز انواع ناهنجاری ها شوند .

ارگونومی اجزای موجود در محیط کار با کامپیوتر

اگر برای انجام فعالیتهای در محیط کار از کامپیوتر استفاده می شود ، به منظور جلوگیری از عوارض ناشی از کار با کامپیوتر ، توصیه می شود که اصول ساده ای که در مورد تجهیزات موقعیت و مکان کار با کامپیوتر در ذیل ذکر گردیده ، رعایت گردد تا بتوان تا حدودی از این عوارض جلوگیری کرد .



صندلی

صندلی مورد استفاده در محیط کار با کامپیوتر باید از خصوصیات زیر برخوردار باشد :

مانیتور

بطور کلی مانیتورها، ممکن است دو نوع خطر را برای افراد به وجود آورند که عبارتند از:

الف خطر درخشندگی نور و یا انعکاس و بازتاب نور محیط اطراف به چشمان فرد

ب خطر تشعشع از لحاظ اصول ارگونومی، در هنگام کار با مانیتورها، خصوصیات و اصول زیر باید مورد توجه قرار گیرند.

- ۱ بالاترین قسمت صفحه مانیتور در امتداد دید اپراتور قرار گیرد
- ۲ فاصله بین چشم ها تا صفحه مانیتور بین ۳۰ تا ۶۰ سانتی متر و در بعضی موارد در بهترین حالت، ۴۶ سانتی متر توصیه شده است
- ۳ صفحه مانیتور نباید درخشندگی داشته باشد و نور را نیز نباید منعکس کند
- ۴ تصاویر روی صفحه مانیتور باید واضح و خوانا باشند
- ۵ جهت کاهش و انعکاس نور محیط اطراف در مانیتور، باید ضمن تنظیم مانیتور، درخشندگی را نیز در منبع تولید آن کنترل نمود (کاهش داد)
- ۶ مانیتورها باید در مکانی دورتر از پنجره و در امتداد قائم با آنها قرار گیرند
- ۷ برای جلوگیری از انعکاس نور، پس از تنظیم محیط کار می توان از

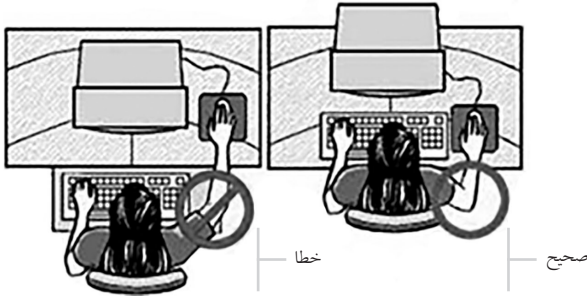
یک فیلتر شیشه ای یا نوری استفاده نمود

- ۸ برای جلوگیری بک زاویه دید مناسب به صورتی که صفحه مانیتور در میدان دید فرد واقع شود، گردن باید راست نگاه داشته شود و مسیر دید نیز باید به سمت پایین باشد

- ۹ جهت افزایش قابلیت تنظیم مانیتور نیز می توان از پایه متحرک استفاده نمود. این وسیله به ما امکان می دهد که با افزایش قابلیت تنظیم فواصل بر اساس اصول ارگونومی، ضمن قراردادن مانیتور در محل مناسب (از نظر قرار گرفتن در امتداد دید)، فاصله مناسبی را نیز بین فرد و مانیتور به وجود آورد و در نتیجه با پدید آوردن مناسب ترین شرایط دید، از خستگی چشم و سایر عوارض چشمی و هم چنین سایر ناراحتی ها و عوارض استخوانی ماهیچه ای در اثر وضعیتی که فرد برای مانیتور به خود می گیرد جلوگیری نمایم

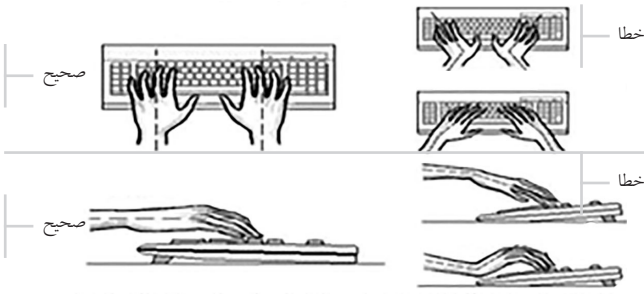
- ۱۰ در مواقعی که از کامپیوتر برای اموری چون تایپ یا حروفچینی استفاده می شود، باید از یک نگهدارنده قابل تنظیم (copy holder) در کنار مانیتور استفاده نمایم

- ۱۱ برای جلوگیری از خطرات میدان الکترومغناطیسی، هیچ گاه نباید در پشت مانیتور قرار گرفت



صفحه کلید

- ۱ صفحه کلید مورد استفاده باید در دسترس فرد و در محلی قرار گیرد که در هنگام کار با آن، ساعد و بازوها زاویه ای بین ۸۰ تا ۱۰۰ درجه ایجاد نمایند در این حالت باز و باید به زمین عمود باشد و مچ نباید هیچ گونه فشاری را متحمل شود و نباید به بالا، پایین یا داخل خم شود. برای این منظور می توان از تکیه گاه مخصوصی استفاده نمود
- ۲ صفحه کلید باید از بدنه کامپیوتر مجزا باشد
- ۳ صفحه کلید باید بطور دقیق در جلوی فرد قرار گیرد



ماوس

امروزه ماوس ها با شکلهای مختلف وارد بازار شده اند.

- ۱ بنابراین انتخاب ماوس عامل مهمی در هنگام کار با کامپیوتر می باشد
- ۲ حتی المقدور ماوس و صفحه کلید هم سطح باشند
- ۳ در هنگام کار با ماوس، مچ دست و ساعد بایستی دارای تکیه گاه باشند
- ۴ از کلیدهای میانی به جای استفاده از ماوس کمک بگیرند
- ۵ از پدهایی (صفحه های مخصوص ماوس) که امروزه به عنوان پد طبی مطرح می باشد، استفاده گردد



کشش گردن

ماهیچه های گردن را راست و کشیده نگه دارید و آن را منقبض و محکم نگیرید. این روش ناراحتی های ناشی از حالت های قرار گرفتن بدن را بر طرف می کند.

راحت بنشینید، به شانه ها استراحت دهید و چانه خود را به طرف سینه متمایل کنید. چانه را تا جایی که می توانید به طرف شانه راست بچرخانید، طوری که هیچ فشاری به پشت گردن وارد نشود.

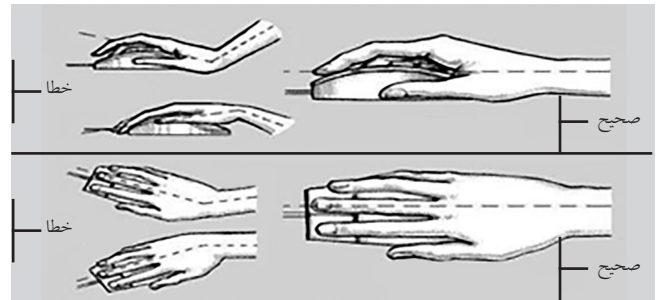
۳۰ ثانیه در این حالت بمانید این حرکت را برای سمت چپ نیز انجام دهید.

راحت بنشینید به شانه ها استراحت دهید گوش های خود را به طرف شانه راست خم کنید گردن را تا جایی که می توانید شل کنید و با این کار احساس کششی در سمت مخالف خواهید کرد برای ۳۰ ثانیه در این حالت بمانید این حرکت را برای سمت چپ نیز تکرار نمایید.

جناغ سینه و چانه را به بالا ببرید سرتان را تا جایی که راحت هستید به عقب بکشید و شانه ها را شل نمایید. هوا را به بیرون داده و بازدم کنید و سر را از عقب به مرکز آورده و سپس چانه را به طرف سینه متمایل کنید طوری که پشت گردن کشیده شود و مدتی در این حالت بمانید.

ورزش های شانه

از مزایای ورزش های شانه این است که انقباض و گرفتگی شانه و گردن را بر طرف کرده و از فوز کردگی شانه ها به جلو، جلوگیری می کند.



نورپردازی محیط کار

قرار دادن روشنایی و انتخاب میزان مناسبی از نور می تواند توانایی شخص را در هنگام دیدن تصاویر بر روی مانیتور افزایش دهد. اگر روشنایی بسیار زیاد باشد و یا نور بیش از اندازه مناسب بر روی صفحه مانیتور بیفتد، برای دیدن تصاویر بر روی مانیتور دچار مشکل شده و نمی توان تصاویر را به وضوح مشاهده کرد، بنابراین موجب خستگی چشم و سردرد میگردد.

۱. میز کامپیوتر و مانیتور خود را به گونه ای در محیط کار قرار دهید که پشت به پنجره محیط کار باشد و نور بیرون از اتاق بر روی مانیتور تابیده نشود و یا از پرده و نورگیر در پشت پنجره ها استفاده شود تا از ورود نور درخشان جلوگیری بعمل آید
۲. از نورهای مهتابی و خورشیدی بطور ترکیبی در محیط کار استفاده گردد تا روشنایی مناسبی جهت خواندن در اختیار داشته باشید
۳. در صورت استفاده از چراغ های مطالعه، منبع نور را به موازات خط دید خود قرار دهید
۴. در صورتی که از مانیتور LCD استفاده می گردد، میزان روشنایی بیشتری مورد نیاز می باشد
۵. منابع روشنایی درخشان که در پشت صفحه نمایش قرار دارند می توانند برای کاربران با کامپیوتر مشکل ایجاد کنند و در واقع دیدن صفحه کار را بطور واضح برایتان مشکل می سازد.

ورزش های مفید جهت گردن و شانه

یکسری از تمرینات و ورزش های می تواند از ضایعات کامپیوتر در گردن و شانه جلوگیری نماید این تمرینها بایستی مرتباً تکرار شود تا اثر آن نمایان گردد.



واژه شناسی کاهش خطر بلایا

سیدرسول شخصی زارع

خطر قابل قبول Acceptable risk

تعریف واژه: سطحی از خسارت بالقوه است که یک جامعه آن را با توجه به شرایط موجود اجتماعی، اقتصادی، سیاسی، فرهنگی، فنی و محیطی، قابل قبول تلقی می کند.

توضیح: در مباحث مهندسی، خطر قابل قبول برای ارزیابی و تعیین آن دسته از اقدامات سازه ای و غیرسازه ای به کار می رود که برای کاهش خسارت احتمالی به مردم، دارایی ها، خدمات و سامانه ها عملکردهای پذیرفته «یا» کدها «به سطح قابل تحمل تعریف شده، مورد نیاز هستند. این امر با توجه به و احتمال وقوع مخاطرات و سایر عوامل مرتبط انجام می گیرد».

سازگاری Adaptation

تعریف واژه: عبارت است از تطابق سامانه های طبیعی یا انسانی در پاسخ به محرک های فعلی یا پیش بینی شده اقلیمی یا اثرات آن ها، بگونه ای که منجر به تعدیل خسارات یا بهره مندی از فرصت های سودمند گردد.

توضیح: این تعریف به نگرانی های مربوط به تغییرات اقلیمی اشاره دارد و از دبیرخانه کنوانسیون تغییرات اقلیمی سازمان ملل متحد اقتباس شده است. مفهوم جامع تر سازگاری درباره مسایل غیراقلیمی نیز کاربرد دارد، مانند فرسایش خاک و نشست های سطحی. سازگاری می تواند به شکل مستقل مثلاً با تغییرات بازار یا به دنبال سیاست ها و طرح های آگاهانه روی دهد. بسیاری از اقدامات کاهش خطر بلایا می توانند بطور مستقیم به شرایط سازگاری بهتر بیانجامند.

مخاطره زیستی Biological hazard

تعریف واژه: عبارت است از فرآیند یا پدیده ای با منشأ ارگانیك یا منتقله از طریق ناقلین زیستی، که ممکن است باعث تلفات جانی، صدمات، بیماری یا دیگر اثرات سوء بر سلامت، خسارت به دارایی ها، آسیب به معیشت و خدمات، از هم

- ۱ شانه و گردن را شل کنید و حالت قوز و خمیدگی شانه را از بین ببرید
- ۲ روی صندلی نشسته و پاها را صاف روی زمین بگذارید
- ۳ مهره های کمر را صاف نگه داشته و هوا را به داخل تنفس کنید و شانه ها را به طرف بالا و عقب بکشید هوا را بیرون داده و شانه هایتان را پائین بیاورید
- ۴ دست های خود را روی شانه ها گذاشته سپس آرنج ها را جلو سینه قرار دهید و سپس آنها را به طرف بالا ببری تا جایی که می توانید آنرا بکشید و سپس پایین بیاورید. با این روش احساس راحتی و کم شدن فشار بر استخوان شانه می کنید. چندین بار این کار را تکرار نمایید
- ۵ ماهیچه های ستون مهره ها را با خم کردن مهره ها به طرفین بکشید
- ۶ به راحتی روی صندلی بنشینید و پاها را روی زمین بگذارید
- ۷ نفس گرفته دستچپرا بالای سرتان ببرید با دست راست خود میچ دست چپ را بگیرید (کف دست چپ به طرف جلو باشد) (دوباره نفس بگیرید. سپس بازدم کرده و به سمت راست خم شوید احساس کششی در سمت چپ خود خواهید کرد
- ۸ نفس خود را حبس کنید و در همان حال به سمت دیگر خم شوید و هوا را بیرون دهید دوباره نفس گرفته و به مرکز حرکت کنید و این عمل را برای سمت دیگر نیز تکرار کنید
- ۹ روی صندلی نشسته، پاها را به صورت موازی و صاف روی زمین بگذارید انگشت های خود را در هم قفل کرده و کف دست را به طرف بالا ببرید سپس آرنج ها را خم کرده بازو ها را به طرف سر خم کنید نفس بگیرید و شانه ها را به طرف عقب ببرید، نفس را بیرون داده و بازو ها را صاف بکشید و همچنان کف دست به طرف بالا باشد. به آرامی نفس بکشید و بعد هوا را بیرون داده و بازو ها را شل کنید.

از همین امروز کاربرد صحیح وسایل حفاظت فردی را فرا بگیرید

در طول زمان بطور منظم به تشویق و توسعه ظرفیت ها می پردازند تا به اهداف اجتماعی و اقتصادی خود از طریق ارتقای دانش، مهارت ها، سامانه ها و نهادها دست یابند.

توضیح: توسعه ظرفیت، مفهوم واژه ظرفیت ها در طول زمان بسط می دهد. این واژه نه تنها شامل فراگیری و انواع آموزش ها می شود، بلکه تلاش های مداوم جهت توسعه سازمان ها، منابع اقتصادی، سامانه های فناوری، محیط های توانمندتر اجتماعی و فرهنگی و آگاه سازی سیاسی را نیز در بر می گیرد.

تغییر اقلیمی Climate change

تعریف واژه: «این واژه را بدین صورت تعریف می کند: تغییری است در وضعیت اقلیمی که بتوان آن را (مثلاً با استفاده از آزمون های آماری) بر اساس تغییر در میانگین و/ یا خصوصیات اقلیمی مشخص کرد و ضمناً برای مدتی طولانی، بطور واضح چندین دهه یا طولانی تر، ادامه یابد. تغییر اقلیمی می تواند بدلیل فرآیندهای داخلی طبیعی، فشارهای خارجی یا تغییرات مداوم ناشی از مداخله انسان در ترکیب اتمسفر یا کاربری زمین ایجاد شود.

طرح ریزی رویدادهای احتمالی Contingency Planning

تعریف واژه: فرآیندی مدیریتی است که وقایع خاص بالقوه یا شرایط ناپذیری را که ممکن است جامعه یا محیط را تهدید کنند، تحلیل کرده و تمهیدات لازم جهت پاسخ دهی به موقع، موثر و مناسب به آن ها را از پیش مهیا می سازد.

توضیح: طرح ریزی رویدادهای احتمالی، بر اساس شرح وظایف سازمانی، منابع، ساز و کارهای اجرایی و فرایند مدیریت اطلاعات، منجر به رشته اقدامات نظام مند و هماهنگ مشخصی می شود که در زمان نیاز در اختیار مجریان قرار می گیرند. بر اساس سناریوهای تولید شده در این برنامه ریزی، افراد کلیدی قادرند تا مشکلاتی که ممکن است در زمان وقوع بلایا و فوریت ها روی دهند را پیش بینی نموده، با آنها روبرو شوند و حل نمایند. طرح ریزی رویدادهای احتمالی جزء مهم فاز آمادگی است و نیاز به بازبینی و تمرین دوره ای دارد. بجای این واژه، از واژه ی طرح ریزی اقتضایی استفاده می شود.

گسیختگی اجتماعی و اقتصادی یا خسارت زیست محیطی گردد. این نوع مخاطره شامل مواجهه با ریزجاندارهای آسیب زا، سموم و مواد زیست فعال است.

توضیح: مثال هایی از مخاطره های زیستی عبارتند از: طغیان بیماری ها، آلودگی مسری گیاهان یا حیوانات و هجوم گسترده حشرات و دیگر حیوانات و آفات.

کدهای ساختمانی Building codes

تعریف واژه: عبارت است از مجموعه احکام، قوانین و استانداردهایی که برای نظارت بر طراحی، ساخت، نوع و کیفیت مواد، شرایط بکارگیری و سکونت در سازه و هرگونه تغییر در آن ضروری هستند. هدف این کدها تضمین ایمنی و رفاه مردم و تاکید آن بر مقاومت سازه در برابر آسیب و ویرانی ناشی از انواع مخاطرات است.

توضیح: کدهای ساختمانی هر دو نوع استاندارد فنی و عملکردی را شامل می شوند و باید مبتنی بر تجربه های بین المللی بوده و متناسب با موقعیت های ملی و محلی تنظیم شوند. وجود یک سازوکار نظام مند به منظور اطمینان از اعمال کدهای ساختمانی در سطح جامعه بسیار ضروری است.

ظرفیت Capacity

تعریف واژه: عبارت است از ترکیبی از تمامی نقاط قوت، خصوصیات و منابع در دسترس یک جامعه، اجتماع یا سازمان که می توانند جهت نیل به اهداف مورد توافق، بکار گرفته شوند.

توضیح: ظرفیت می تواند شامل زیرساخت ها، امکانات فیزیکی، نهادها، توانایی انطباق پذیری اجتماعی و همچنین دانش بشری، مهارت ها و خصوصیات از قبیل ارتباطات اجتماعی، رهبری و مدیریت باشد. ظرفیت را می توان به عنوان «قابلیت نیز توصیف کرد، «ارزیابی ظرفیت»، واژه ای است که برای توصیف فرایند بررسی ظرفیت ها و خلاء های موجود برای دستیابی به اهداف مورد نظر و انجام اقدامات بعدی استفاده می شود.

توسعه ظرفیت Capacity development

تعریف واژه: عبارت است از فرآیندی که بر اساس آن، افراد، سازمان ها و جامعه



اثرات سوء گسترده انسانی، اقتصادی یا محیطی می شود، بطوری که تطابق با آن فراتر از توانایی جامعه تحت تاثیر با اتکا بر منابع داخلی است.

توضیح: بلایا حاصل ترکیب مواجهه با مخاطره، وجود آسیب پذیری و ظرفیت یا اقدامات ناکافی برای کاهش یا تطابق با پیامدهای ناگوار ناشی از وقوع مخاطره ها هستند. اثرات يك بلا را می توان به شرح زیر بر شمرد: تلفات جانی، مصدومیت، بیماری و دیگر تاثیرات منفی بر جسم، روان و اجتماع پیرامون انسان، آسیب به دارایی ها، از بین رفتن خدمات، از هم گسیختگی اجتماعی و اقتصادی و تخریب محیط زیست.

در محاوره روزمره فارسی بجای کلمه بلا (بلایا)، گاه از واژه های بلیه، حادثه و بحران نیز استفاده است. برخی مخالفت ها Crisis و بحران، معادل واژه Incident می شود. البته حادثه، معادل واژه به بار معنایی آن بر می گردد. باید ذکر کرد که Disaster برای استفاده از واژه بلا، بلایا یا بلیه بجای است که بطور قراردادی هم اکنون نیز در سراسر جهان «ستاره بد» نیز Disaster ترجمه دقیق واژه الزامات ارتباطی با علل وقوع آن ندارد، بلکه همانند واژه «بلا» استفاده می شود. بنابراین استفاده از واژه اصلی آن در زبان انگلیسی، موضوعی قراردادی است. در جامعه علمی مدیریت و کاهش خطر بلایا همگان معتقدند که يك مخاطره بدلیل ستاره بد منجر به وقوع بلایا نمی شود، بلکه آسیب پذیری بالا و ظرفیت پایین جامعه است که آن را ایجاد می کند.

در اینجا برای معادل واژه مفرد Disaster «واژه جمع» بلایا نیز آورده شده است. این امر بدلیل استفاده رایج و پذیرفته شده آن در محاوره فارسی است بطوری که Disaster management معمولاً مدیریت بلایا می گویند نه «مدیریت بلا».

ادامه دارد...

منابع

کتاب واژه شناسی کاهش خطر بلایا
مترجمین دکتر علی اردلان-دکتر محمد حسین رجایی-دکتر سید علی آذین

کار خوب را باید خوب انجام داد

ظرفیت تطابق

Coping capacity

تعریف واژه: عبارت است از توانایی مردم، سازمان ها و سامانه ها در به کارگیری مهارت ها و منابع برای مواجهه و مدیریت شرایط نامطلوب، فوریت ها و بلایا.

توضیح: ارتقای ظرفیت تطابق، نیازمند آگاه سازی مستمر، منابع و مدیریت خوب، هم در شرایط طبیعی و هم در مواقع بحرانی یا شرایط نامطلوب است. ظرفیت تطابق نقش مهمی را در کاهش خطر بلایا ایفا می کند. پیشنهاد برخی صاحب نظران بجای عبارت «ظرفیت تطابق» «ظرفیت رویارویی» است.

مدیریت خطر اصلاحی بلایا

Corrective disaster risk management

تعریف واژه: عبارت است از فعالیت های مدیریتی که هدف آن ها اصلاح یا کاهش خطر بلایایی است که از قبل وجود دارند.

توضیح: هدف از این واژه، افتراق بین خطرهایی است از قبل وجود دارند و باید هم اکنون مدیریت شده و کاهش یابند، با خطرهایی که ممکن است در صورت عدم رعایت سیاست های مناسب کاهش رجوع نمایند، خطر، در آینده ایجاد شوند.

تسهیلات حیاتی

Critical facilities

تعریف: واژه عبارتند از سازه های فیزیکی اولیه، تسهیلات فنی و سامانه هایی که از لحاظ اجتماعی، اقتصادی یا عملیاتی برای عملکرد جامعه، هم در شرایط روزمره و هم در مواقع اضطراری ضروری هستند.

توضیح: تسهیلات حیاتی جزء زیرساخت های جامعه بوده و از ارایه خدمات اساسی حمایت می کنند. مثال های این تسهیلات عبارتند از: سامانه حمل و نقل، بندر و فرودگاه ها، نیروگاه های برق، تاسیسات تصفیه و انتقال آب، مراکز مخابراتی، بیمارستان ها و مراکز بهداشتی درمانی، مراکز آتش نشانی، پایگاه های پلیس و مراکز خدمات عمومی.

بلایا

Disaster

تعریف واژه: از هم گسیختگی جدی عملکرد يك جامعه است که منجر به خسارات و

۴



قرار دادن لانگ بک برد در پهلو مصدوم و از طرف سر آن را تنظیم می کنیم.

۵



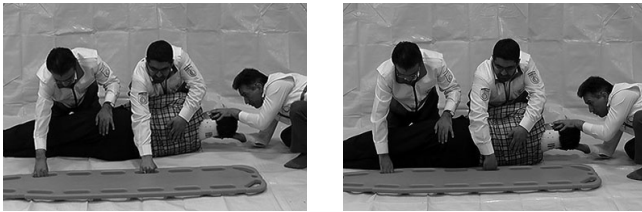
نحوه قرار گرفتن دو نجاتگر در پهلو مصدوم و قرار دادن دستهای خود در نواحی که در شکل مشخص گردیده است.

۶



روش غلتاندن مصدوم بر روی یک شانه با هماهنگی تمامی نجاتگران که باید در یک راستا صورت گیرد.

۷



نحوه نزدیک کردن لانگ بک برد به بدن مصدوم

روش غلتاندن مصدوم بر روی لانگ بک برد توسط سه نجاتگر

سیدرسول شخصی زارع

۱



به منظور عدم حرکت سر مصدوم به طرفین ابتدا یک نفر از جلو با مصدوم ارتباط برقرار می کند و متقاضی این می شود که به او نگاه کند و از حرکت کردن سر به طرفین خودداری کند.

۲



در این هنگام یک نجاتگر ترجیحا با تجربه ترین فرد گروه سر و گردن مصدوم را با باز کردن پنجه ها کنترل می کند.

۳



با توجه به کنترل سر و گردن توسط یک نجاتگر بدون اینکه سر و گردن را به سمت بالا حرکت دهیم یک نفر اقدام به بستن کولار گردنی می نماید. کولار را از سمت راست و زیر کردن مصدوم عبور می دهیم.



قسمت چهارم ارزیابی سانحه ۲

دکتر مهرباب شریفی سده

در شماره پیشین، تعاریف، چارچوب ها و اصول ارزیابی مورد بررسی و کنکاش قرار گرفت و به تقسیم بندی انواع ارزیابی پرداخته و حیطه های آن را توصیف و تبیین نمودیم. در نوشتار قبلی آوردیم که ارزیابی از نظر زمان انجام آن به دو دسته تقسیم می شود:

-ارزیابی سریع اولیه (Rapid initial Assessment)

-ارزیابی با توصیف جزئیات یا ارزیابی مشروح (Detailed Assessment)

ارزیابی سریع اولیه از آن جهت که مجموعه ای از مهمترین و حیاتی ترین داده ها و اطلاعات در خصوص سانحه را فراهم می آورد حایز اهمیت ویژه است.

زیرا این اطلاعات مهم و ارزشمند درست در زمانی که مدیران در فقر شدید اطلاعاتی قرار دارند تامین و در اختیار آنان قرار گرفته و آنان را از سردرگمی و بی تصمیمی رهایی می بخشد.

اکنون ضرورت دارد درخصوص یکی از مهمترین و فوری ترین انواع ارزیابی را مورد بحث و بررسی قرار داده، و مبحث را به شکل عینی تری ارائه نماییم.

ارزیابی وضعیت (Situation Assessment) یا ارزیابی سریع اولیه (Rapid initial Assessment) حیاتی ترین نوع ارزیابی پس از وقوع سانحه است و اطلاعاتی اساسی و فوری را از سانحه در اختیار تصمیم سازان و تصمیم گیران سانحه قرار می دهد.

به بیان دیگر گزارش ارزیابی وضعیت، گزارش مختصر اجمالی و شفافی است، از آنچه که به وقوع پیوسته و عواقبی که به دنبال داشته و نیازهای فوری که ایجاد می کند و ضرورت دارد سریعاً به آنها پرداخته شده و پاسخگویی لازم فراهم آید.

ارزیابی سریع اولیه در برخی از متون امداد و نجات با عنوان ارزیابی وضعیت اشاره می شود، و هدف از آن برآورد احتمالی و فوری از تأثیرات یک سانحه بر جامعه سانحه دیده است.

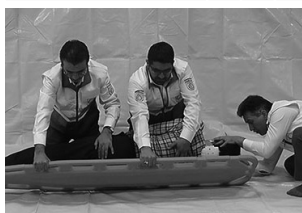
ارزیابی سریع اولیه

Rapid initial Assessment

اهداف

- الف بدانیم دقیقاً چه اتفاقی افتاده یا می تواند رخ دهد.
- ب بسیج منابع به میزان نیاز
- ج سازماندهی واقع بینانه مدیریت میدان

۸



در این مرحله لانگ بک برد را به پشت مصدوم نزدیک کرده و با دستان دیگر مصدوم را همزمان با برگشت لانگ بک برد به سمت زمین روی آن قرار می دهیم.

۹



در صورتی که مصدوم در مرکز لانگ بک برد قرار نگیرد می توان با سر داده مصدوم اول به سمت پا و بعد به سمت سر او را به مرکز لانگ بک برد جابجا کرد.

۱۰



تثبیت کردن مصدوم بر روی لانگ بک برد از ناحیه قفسه سینه از زیر دستان، استخوانهای لگنی، بالای زانو، سر، مچ پا، دستان توسط یک حلقه

۱۱



نحوه گرفتن و بلند شدن و جهت حرکت کردن لانگ بک برد توسط سه نفر طبق عکس در شماره های بعدی نحوه خارج کردن مصدوم از داخل خودرو ارائه خواهد گردید.

ادامه دارد...

«ارزیابی سریع اولیه یکی از ضروری ترین اقداماتی است که در مراحل اولیه پاسخگویی باید به انجام رسد.» (EMA)

«اطلاعاتی درباره چگونگی و ویژگی های ضربه و محیط و اینکه کدام پاسخ امدادی مورد نیاز است که (بایستی) تأمین شود.»

اینکه در ارزیابی سریع اولیه، چه اطلاعاتی باید تأمین و ارایه گردد، بستگی به نوع شدت، گستر، صدمات و خسارات مخاطره دارد. همچنین میزان آسیب پذیری جامعه نیز دارای اهمیت است.

و در این ارزیابی میزان و ماهیت اثرات سانحه مورد بررسی قرار گرفته و نیازهای بخش جستجو و نجات، آسیب ها به شریان های حیاتی (Life Line) و خدمات اساسی مورد بررسی قرار می گیرد.

اهمیت ارزیابی

ارزیابی سانحه جزء اساسی پاسخگویی موفقیت آمیز به سوانح است.

اهداف ارزیابی سوانح عبارتند از:

- ۱ برای نجات کسانی زندگی شان به مخاطره افتاده است.
- ۲ تعیین نیازهای قربانیان
- ۳ کمک به اولویت بندی برای اجرای پاسخ
- ۴ برای تأمین داده های مورد نیاز برای برنامه ریزی «ویسکانسین»

چگونگی انجام ارزیابی سریع اولیه

«قتی که شما يك ارزیابی سریع را در میدان هدایت می کنید شما بایستی اقدامات زیر را انجام برسانید.

- ۱ ملاقات با مسئولان محلی، برای اینکه [به آنها بگویید] شما کی هستید [معرفی خود]
- ۲ تاحدی که می توانید سرتاسر میدان را قدم بزنید
- ۳ بازدید از مراکز فروش، مدراس، مراکز اجتماعی
- ۴ گوش دادن به مردم [به سخنان مردم]
- ۵ سوال پرسیدن
- ۶ مثلثی کردن اطلاعات (اطلاعات سه گوش) با گروه های دیگر از مردم

در ارزیابی صدمات، روش هایی را می آزماییم که کدامیک از مخاطرات جامعه یا جوامع تحت تأثیر خود قرار داده است.

اطلاعات لازم برای تهیه گزارش اولیه از وضعیت

(Situation Reports):

- | | | | |
|-----|-----------------|---|-----------------------|
| الف | محل دقیق حادثه | د | تعداد تقریبی قربانیان |
| ب | زمان وقوع حادثه | ه | خطرات بالقوه |
| ج | نوع حادثه | و | جمعیت در معرض خطر |

«ارزیابی سریع اولیه یکی از ضروری ترین اقداماتی است که در مراحل اولیه پاسخگویی باید به انجام رسد.» (EMA)

"بلافاصله پس از آنکه مخاطره ای در يك جامعه به وقوع پیوست، نیازهای به وجود می آید برای شناسایی آنچه که بوقوع پیوسته و آنچه که ضرورت دارد که انجام شود و برای اطمینان از حیات (زندگی) ایمن و دارایی ها و بازگشت جامعه به وضعیت طبیعی، این وظیفه سازمان مدیریت کننده و ضعیف های اضطراری برای ارزیابی همه جانبه صدمات (ضربات) مخاطره شناسایی و برای ارزیابی همه همه جانبه نیازها و مدیریت منابع در دسترس برای پرداختن به این نیازها به طور مؤثر و انجام شدنی، می باشد." (EMA)

برای انجام این ارزیابی، ضرورت دارد، بازید میدانی از منطقه حادثه دیده به عمل آمده و شرایط به وجود آمده با وضوح و بصورت عینی توصیف و گزارش شود.

در ارزیابی سریع اولیه، فرایند ارزیابی به دو بخش اصلی

تقسیم می شود:

- الف ارزیابی صدمات و ضربات
- ب ارزیابی نیازها

در ارزیابی سریع اولیه در ابتدا و به فوریت صدمات و ضرباتی مورد بررسی قرار می گیرد که پرداختن به آنها در الویت قرار داشته باشد. بعنوان مثال برآورد، تخمین و جمع آوری داده ها و اطلاعات مرتبط و مورد نیاز در عملیات جستجو و نجات در بسیاری از سوانح از مواردی است که نیازمند بررسی فوری و در الویت اول ارزیابی قرار دارد.

« در ارزیابی اولیه، جمع آوری (گردآوری) اطلاعات باید سریعاً آغاز گردد، ارزیابان باید در جستجوی الگوها و شاخص هایی از مشکلات بالقوه باشند. مثال هایی شامل اینکه چه چیزی مورد مشاهده قرار گیرد، گزارش بوسیله اطلاعات کلیدی در يك گفتگو (بحث)، جمع آوری اطلاعات از بوسیله چک لیست و غیره. اگر به يك منبع (منبع خبر) اشاره شود برای آنهایی که این اطلاعات را تعریف و تبیین می کنند، اطلاعات معنادار خواهد شد. (UNDAC, ۲۰۰۶)

در ارزیابی سریع اولیه آنچه بیش از هر چیز اهمیت دارد این است که در اسرع وقت داده ها و اطلاعاتی مفید، موثر و موثق از جنبه های دارای الویت سانحه جمع آوری و برای مراجع تصمیم ساز ارسال گردد.



شناسایی مخاطرات ثانویه که امکان دارد يك تهديد را درآينده نزديك مطرح نمايد.

تهدیدات سلامت محیط و بهداشتی

دسترسی پذیری ذخایر غذایی در خانواده و سطح جامعه

در دسترس بودن کارکنان پزشك، تسهیلات و تداركات در داخل مناطق تحت تأثیر قرار گرفته و فعالیت هایشان.

منابعی که از آسیب سانحه مصون مانده و ممکن است در عملیات پاسخگویی مفید باشند

ظرفیت دولت محل و ساختار مدیریت بحران باری تدبیر پاسخگویی محل

فعالیت های دولت، جامعه و ویژگی سازمان های عمل کننده در منطقه و نوع فعالیت هایشان.

ویژگی اصل ارزیابی اولیه سریع آن است. که اطلاعات و داده های آن اجمالی، کلی و بخی نیز بر اساس تخمین توسط افراد مجرب بدست می آید، زیرا مدیران سانحه بدنبال آن اند که هر چه سریعتر مبنایی را برای تصمیم گیری خود در دست داشته و بر این اساس تصمیماتی را اتخاذ نمایند که برای اتخاذ آنها و انجام اقدامات عملی در فشار هستند، بطوری که می توان گفت که ارزیابی اولیه سریع بدنبال جمع آوری، اولویت بندی و تجزیه و تحلیل اطلاعاتی در خصوص نیازهای حیاتی و فوری سانحه است و از این روی این ارزیابی را می توان مبنای اصلی برای انجام عملیات جستجو و نجات و امداد اضطراری دانست که فوری ترین بخش های پاسخگویی به سانحه است.

اطلاعاتی که بعد از سانحه بایستی در جای ارزیابی نیازها به وفوریت جستجو شود، می تواند شامل کارکنان، منابع و تجهیزات مورد نیاز برای:

جستجو و نجات

تخلیه پزشکی [تخلیه مصدومان]

تخلیه باز ماندگان

پشتیبانی پزشك و بهداشتی (سلامت)

بهداشت محیط

تدارك آب و پالایش

سرپناه (شامل پوشاك، اثاثیه و ...)

غذای انسان و حیوان (شامل ذخیره سازی پخت و پز، تحویل و ...)

ترمیم مجدد شریان های حیاتی

و تحویل [توزیع کمک ها]

این نوع از ارزیابی اطلاعاتی را فراهم می آورد در خصوص:

ویژگی های ضربه (Impact)

محیطی که این صدمات و ضربات در آن ایجاد شده است

چه پاسخ امدادی ضروریات دارد فراهم شود

اطلاعات حیاتی مورد نیاز برای برنامه ریزان، دولت ها، آژانس های تخصصی انجام برنامه ریزی راهبردی برای سانحه

اطلاعاتی برای توجه مدیران وضعیت های اضطراری در توسعه و پیشبرد استراتژی ها

اطلاعاتی برای اندیشمندان که توسعه بخشند داشته هایشان را در خصوص

ویژگی های مخاطره و اثرات آن بر روی محیط فیزیکی

بنابراین گروه ارزیابی پس از دسترس به منطقه سانحه دیده وظیفه دارند اطلاعات و داده های در خصوص صدمات و خسارات ضربه سانحه و ویژگی های این ضربه فراهم آورده و در قالب گزارش وضعیت به مراجع مربوطه ارائه نمایند.

«هنگامی که اطلاعات ارزیابی ضربات سانحه به نگارش در می آید، تا آنجا که ممکن است بایستی گزارش حاوی اطلاعات در خصوص مصدومان و مجرومان و با تفکیک بچه ها از بزرگسالان باشد.»

اطلاعات جمع آوری شده می تواند شامل موارد ذیل باشد:

مناطق تأثیر پذیرفته [از سانحه]، بر اساس موقعیت جغرافیایی و گستره آن [با تفکیک به مناطق با شدت های مختلف اگر ممکن باشد]

علل اصل مصدومیت ها و آسیب ها (خسارات)

اثرات انسانی و مصدومیت شامل:

مردم تحت تأثیر قرار گرفته

کشته ها (و مرگهایی که به دنبال می آید)

جراحات و انواع آن (بزرگ یا کوچک) افراد مفقود شده

مردمی که تخلیه شده یا آواره شده اند یا آنهایی که نقل مکان کرده اند

مردمی که بی خانمان شده یا نیازمند سرپناه با تخلیه اند

صدمات (خسارات مادی) شامل:

جزئیات خانه های تخریب شده یا صدمه دیده (شرح کامل)

شرحی کامل از ساختمان های جمعی

شرحی کامل از ساختمانه های تجارتي و ساختمان های تهیه کننده

نیازهای مردمی که تخریب شده اند

خسارات به شریان های حیاتی و دیگر زیر ساخت های مهم و کلیدی

خسارات وارد شده به سیستم برابری

خسارات وارد شده به سیستم کشاورزی و ذخیره غذایی

خسارات وارد شده به منابع اقتصادی کلیدی از قبیل ساختمان های صنعتی