

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

آمادگی در برابر مخاطرات



جمعیت هلال احمر
انسان خدایان رضوی



جلسه اول

ضرورت آمادگی در برابر مخاطرات

چرا آمادگی؟

آماده شوید

جلسه برنامه ریزی مقابله با بلایا



ضرورت آمادگی در برابر مخاطرات چیست؟

- خانواده، همسایگان، دوستان، همکاران و ...
- به شرط آموزش دیده بودن و آماده بودن

- کسب آموزش ها
- تهیه لوازم و تجهیزات
- تمرین و تکرار

چرا باید آمادگی داشته باشیم؟

• مخاطره چیست؟

هرچیزی که بتواند باعث آسیب یا خسارت شود، مخاطره یا Hazard نامیده می شود. این آسیب یا خسارت می تواند جانی یا مالی و یا عامل اختلال در روال عادی کارها و خدمات باشد.



آمادگی چه فوایدی دارد؟



- فواید آمادگی عمومی در برابر حوادث و بلایا
- الف- کاهش ترس و اضطراب مردم
- شهروندان بدانند چه باید بکنند
- مردم باید بدانند به هنگام سوانح به کجا پناه ببرند و چه کنند
- مردم باید بدانند نیازهای اولیه پزشکی خود را چگونه رفع کنند
- ب- کاهش خسارات ناشی از سوانح
- ساخت سیل بند، جابجایی محل سکونت، محکم کردن وسایل منزل
- دور شدن از گزند خطر

آسیب پذیری

- جنبه های آسیب پذیری: جنبه های فیزیکی، اجتماعی، اقتصادی و زیست محیطی
- با یک تقسیم بندی ساده تر در چهار زمینه زیر می توانیم آسیب پذیر باشیم:

۱- آسیب پذیری سازه ای: مثل مقاوم نبودن دیوارها و ترک داشتن سقفها

۲- آسیب پذیری غیرسازه ای: مثل محکم نبودن کمد به دیوار، فرسوده بودن سیمهای برق، بسته بودن مسیرهای خروج اضطراری و غیره

۳- آسیب پذیری فردی: مثل سالمند بودن، باردار بودن، کودک بودن، معلول بودن و بیمار بودن

۴- آسیب پذیری عملکردی: مثل نداشتن برنامه تخلیه، نداشتن کیف اضطراری و غیره

تیم آمادگی چیست و وجود آن چه ضرورتی دارد؟

تیم های آمادگی در محلات از افراد داوطلب آموزش دیده همان مناطق تشکیل می شود. اعضای این تیم ها علاوه بر آموزش، باید ارتباط خود را با دیگر اعضا حفظ کرده و در مانورهای تمرینی شرکت کنند.

ضرورت و فایده وجود تیم های آمادگی :

۱- احتمال دیر رسیدن نیروهای امدادگران به دلایل:

- وسعت زیاد منطقه حادثه دیده

- مسدود شدن راههای دسترسی

- قطع ارتباطات

- کمبود امکانات سازمانها و ...

۲- ساماندهی نیروها و امکانات محلی قبل از رسیدن نیروهای امدادگران

۳- ارزیابی سریع حادثه

آماده شوید
جلسه برنامه ریزی برای مقابله با بلایا

برای آمادگی در برابر مخاطرات، چه کارهایی میتوان در خانواده انجام داد؟

- در پایان هر فصل - چهار بار سالانه - تمام اعضای خانواده دور هم جمع شده و ضمن بحث و گفتگو، جدول برنامه ریزی را تکمیل کنند.
- همه اعضای خانواده در این بحث شرکت کنند.
- باعث می شود که همه افراد خانواده، دغدغه آماده شدن در برابر بلایا پیدا کنند.
- در انتهای هر فصل، این جدول را مرور و به روز کنید.



جدول صفحه بعد را تکمیل کنید

برای کم کردن خطر، چه کاری می‌توانم انجام دهم؟	احتمال وقوع (صفر / کم / متوسط / زیاد)	چه مخاطراتی خانواده ما را تهدید می‌کند؟
		۱- مخاطرات طبیعی
		زمین لرزه
		رانش زمین و گل و لای
		آشفشان
		سونامی
		سیل
		توفان دریایی
		توفان شن
		خشکسالی
		گرمای شدید
		آتش‌سوزی در طبیعت
		بهمن
		زمستان سخت و شدید
		توفان تندی و رعد و برق
		تورنادو
		۲- مخاطرات انسان‌ساخت
		حوادث جاده‌ای
		آتش‌سوزی خانگی
		ریزگردها و آلودگی هوا
		مخاطرات ناشی از مواد خطرناک
		تخریب سد
		مخاطرات ناشی از نیروگاه‌های هسته‌ای
		انفجارات هسته‌ای
		انتشار مواد رادیواکتیو
		انفجارات تروریستی
		تهدیدات شیمیایی
		تهدیدات بیولوژیک

ارزیابی آمادگی خانواده

- ۱. برگزاری جلسه برنامه‌ریزی برای مقابله با بلایا در خانواده طی یک سال گذشته
- ۲. رسم نقشه خطر بلایای مهم توسط خانواده
- ۳. ارزیابی مقاومت ساختمان منزل در برابر زلزله توسط یک فرد متخصص طی یک سال گذشته
- ۴. اقدام برای مقاومسازی ساختمان منزل، در صورت مقاوم نبودن آن
- ۵. ارزیابی آسیب‌پذیری عوامل غیرسازه‌ای محل سکونت در برابر زلزله طی یک سال گذشته





- ۶. اقدام برای کاهش آسیب‌پذیری عوامل غیرسازه‌ای منزل طی یک سال گذشته
- ۷. وجود کیف شرایط اضطراری و بلایا در خانواده
- ۸. داشتن برنامه ارتباطی در خانواده برای شرایط اضطراری و بلایا
- ۹. داشتن برنامه تخلیه در خانواده برای شرایط اضطراری و بلایا
- ۱۰. داشتن برنامه کمک به گروه‌های آسیب‌پذیر خانواده در شرایط اضطراری و بلایا



aparat.com/namyarhelal

۱۱. آشنا بودن خانواده با هشدارهای اولیه
مخاطرات مهم منطقه مانند سیل، توفان و
غیره

۱۲. وجود وسایل اطفای حریق آماده در منزل

۱۳. آموزش کمک‌های اولیه دیدن حداقل
یکی از اعضای خانواده، طی یک سال
گذشته

۱۴. مشارکت خانواده در برنامه‌های مدیریت
بلایا در محله

۱۵. تمرین شرایط اضطراری و بلایا در
خانواده، طی یک سال گذشته



ارزیابی آمادگی خود و خانواده

به جدول صفحات بعدی توجه کنید
هر پاسخ بلی امتیاز یک و هر پاسخ خیر امتیاز صفر
صفر تا پنج: آمادگی ضعیف
شش تا ده: آمادگی متوسط
یازده تا پانزده: آمادگی خوب

ردیف	سوال	راهنما	بله	خیر
۱	آیا طی یکسال گذشته در خانواده شما جلسه برنامه ریزی برای مقابله با بلایا انجام شده است؟	منظور از بلایا مانند زلزله، سیل، آتش سوزی و غیره می باشند . جلسه خانوار عبارت است از جلسه ای که تمام اعضا خانواده شامل والدین، فرزندان، پدر و مادر بزرگ و ... دور هم جمع شده و در مورد مقابله با بلایا با هم صحبت نمایند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲	آیا خانواده شما نقشه خطر بلایای مهم را رسم کرده است؟	نقشه خطر عبارت است نقشه ای که محل های امن و یا پرخطر منزل و یا محله سکونت شما را در صورت وقوع بلایایی مانند زلزله یا سیل مشخص می کند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۳	آیا مقاومت ساختمان منزل شما در برابر زلزله طی یکسال گذشته توسط یک فرد متخصص ارزیابی شده است؟ (ارزیابی خطر سازه‌ای)	منظور از فرد متخصص، فردی است که حداقل دارای مدرک مهندسی ساختمان و دارای اطلاعات کافی در خصوص مقاومت ساختمان در برابر بلایا باشد (ساختمان یا سازه عبارت است از دیوارها، سقف و ستون)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۴	آیا طی یکسال گذشته اقدامی را برای مقاوم سازی ساختمان منزلتان برای زلزله انجام داده اید؟	مقاوم سازی ساختمان شامل اقداماتی است که توسط حضور فرد متخصص و با استفاده از روش های فنی برای افزایش ایمنی سازه ای انجام می شود.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۵	آیا طی یکسال گذشته آسیب پذیری عوامل غیرسازه ای محل سکونت خود را برای زلزله ارزیابی کرده اید؟ (ارزیابی خطر غیر سازه‌ای)	عوامل غیرسازه ای عبارتند از تاسیسات (آب، برق و گاز)، لوازم منزل و دکوری، شیشه ها و غیره) این ارزیابی می تواند توسط خانوار انجام شود. البته بهتر است که از یک فرد متخصص کمک گرفته شود.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ردیف	سوال	راهنما	بله	خیر
۶	آیا طی یکسال گذشته اقدامی را برای کاهش آسیب پذیری عوامل غیرسازه ای منزل خود انجام داده اید؟	عبارت است از اقداماتی که عوامل غیرسازه ای منزل شما را در برابر پرت شدن، شکستن و آسیب دیدن حفظ می کند. این اقدامات عبارتند از جابجا کردن، حذف کردن و یا فیکس و ثابت کردن عوامل غیرسازه ای	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۷	آیا در خانواده شما کیف شرایط اضطراری و بلایا وجود دارد؟	کیف اضطراری کیفی است که در زمان وقوع مخاطره و در هنگام تخلیه منزل در دسترس بوده و توسط اعضا خانواده برداشته می شود. محتویات آن عبارت است از جعبه کمک های اولیه پول مدارک مهم (شناسنامه، اسناد زمین، ...) مواد غذایی خشک / کنسرو چراغ قوه با باتری اضافه رادیو با باتری اضافه و ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۸	آیا خانواده شما برای شرایط اضطراری و بلایا دارای برنامه ارتباطی است؟	برنامه ارتباطی برنامه ای است که اعضا خانواده باید قبل از مخاطره به آن فکر کنند. به عنوان مثال باید محلی را برای ملاقات اعضای خانواده بعد از حادثه تعیین کنند، و همچنین آدرس و تلفن یکی از اقوام در شهر یا روستای دیگری را برای مشخص کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۹	آیا خانواده شما برای شرایط اضطراری و بلایا برنامه تخلیه دارد؟	منظور از برنامه تخلیه، برنامه ای است که خانواده از قبل از وقوع مخاطره مسیرهای امن خروج در شرایط اضطرار را تعیین کنند و در زمان وقوع حادثه از آن مسیر استفاده نمایند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱۰	آیا در خانواده شما برای کمک به گروه های آسیب پذیر در شرایط اضطراری و بلایا برنامه خاصی وجود دارد؟	منظور از گروه های آسیب پذیر زنان، کودکان، سالمندان و بیماران و ... می باشد. در هر خانواده باید فرد یا افرادی تعیین شوند تا در زمان وقوع مخاطره مسئولیت مراقبت (خروج اضطراری، توجه به لوازم و ملزومات آنها و ...) این افراد را به عهده بگیرد.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ردیف	سوال	راهنما	بله	خیر
۱۱	آیا اعضای خانواده شما با هشدارهای اولیه مخاطرات مهم منطقه مانند سیل، طوفان و غیره آشنا هستند؟	منظور از هشدارهای اولیه مخاطرات این است که خانواده باید از حوادثی که آنها و محله آنها را تهدید می کند، آگاه باشند. این هشدارها می تواند به شکل صوتی (آژیر و ...) یا دیداری یا اخبار صدا و سیما باشند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱۲	آیا وسایل اطفای حریق آماده در منزل شما وجود دارد؟	منظور از آماده، وجود حداقل یک کپسول آتشنشانی شارژ شده است که اعضای خانواده روش استفاده از آن را می دانند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱۳	آیا حداقل یکی از اعضای خانوار شما طی یکسال گذشته برای کمک های اولیه پزشکی آموزش دیده است؟	کمک های اولیه عبارت است از آموزش نحوه احیاء کنترل خونریزی، بازکردن راه های هوایی و حمل مصدومین و ... چنانچه از آموزش بیش از یک سال گذشته باشد، امتیاز صفر منظور خواهد شد.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱۴	آیا خانواده شما در برنامه های مدیریت بلایا در محله خود مشارکت دارد؟	منظور این است که در صورت وجود گروه هایی در محله که در خصوص مقابله با حوادث و بلایا فعالیت دارند (مانند شهرداری ها، مساجد و ...) آنها را شناخته و در برنامه آنها مشارکت فعال نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱۵	آیا طی یکسال گذشته، خانواده شما تمرین شرایط اضطراری و بلایا (تمرین آمادگی) را انجام داده است؟	منظور از تمرین، شبیه سازی وقوع یک مخاطره است که خانواده باید در آن اقدامات مناسب بر اساس آموزش ها انجام دهد. این اقدامات عبارتند از: پناه گیری در محل امن، تخلیه اضطراری، کمک به افراد آسیب پذیر و ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

نتایج پژوهش‌ها چه می‌گویند؟

تنها تحقیق انجام شده در کل کشور مطالعه‌ای است که وزارت بهداشت، درمان در سال ۱۳۹۱ در کشور در خصوص آمادگی خانوارها انجام داده است.

❖ آمادگی خانوارهای ایرانی ۸/۵ درصد گزارش شده است.

❖ بعد از مداخلات و آموزش‌های که انجام شده در سال ۹۴ به ۹/۳ رسیده است.

❖ از طرف دیگر عدم تداوم برنامه‌های آموزشی به تدریج باعث برگشت آمادگی‌ها خواهد شد.

طبق نتایج مطالعه دیگری که در شهر تهران در سال ۱۳۹۳ انجام شده:

❖ ۹۳/۳ درصد پاسخ دهندگان میزان آمادگی خود را در زمینه آمادگی «قبل، حین و بعد از بلایا» متوسط و کمتر از متوسط اعلام کرده اند.

❖ ۵۸/۵ درصد اقدام برای آموختن موضوعات مربوطه را نیز در حد کم اعلام کرده اند.

پایان جلسه اول

