

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

آمادگی در برابر مخاطرات



جمعیت حلال امر
استان فرامان رضوی



جلسه چهارم

ارزیابی خطر سازه‌ای

ارزیابی خطر غیرسازه‌ای

تهیه کیف شرایط اضطراری

برنامه ارتباطی خانواده در شرایط اضطراری

برنامه تخلیه منزل در شرایط اضطراری

آشنایی با هشدارهای اولیه سازمان های امدادی

برنامه کمک به اعضای آسیب پذیر خانواده

تمرین آمادگی در برابر بلایا

تمرین بلندگویی و خروج اضطراری

مانور چادرزنی





ارزیابی خطر سازه ای:

- تعریف اجزای سازه‌ای:

منظور از اجزای سازه‌ای یک منزل، دیوارها، سقف‌ها و ستون‌های منزل است.

لازم است که **مقاومت** این اجزای سازه‌ای توسط **یک فرد متخصص** در مقابل مخاطراتی که خانواده را تهدید می‌کند، بررسی شود.

اگر طبق نظر این فرد متخصص منزل به اندازه کافی در مقابل آن مخاطره (مثلاً سیل یا زلزله) مقاوم نیست، باید برای **مقاوم‌سازی** آن اقدام کرد.

قبل از خرید یا اجاره منزل به چه نکاتی باید توجه کرد؟

۱- آیا این منزل بر اساس استانداردهای اعلام شده (مثلاً آیین‌نامه ۲۸۰۰)، در مقابل زلزله مقاوم است؟

۲- آیا این خانه، در حریم رودخانه قرار گرفته است؟ معمولاً در هنگام وقوع سیل، سطح آب چقدر بالا می‌آید و این منزل در چه ارتفاعی از سطح زمین ساخته شده است؟

۳- در مورد سایر مخاطرات (مثلاً آتش‌سوزی، توفان و ...)، باید مقاومت خانه ارزیابی شود.

- بهتر است این موارد را یک متخصص ارزیابی کند. عاقلانه‌تر آن است که از ابتدا خانه‌ای را بخرید یا اجاره کنید که در مقابل مخاطرات احتمالی مقاوم باشد چون مقاوم‌سازی سازه‌ای که در مقابل مخاطرات مقاوم نیست ممکن است برای شما هزینه زیادی داشته باشد.

مهمترین علت تلفات در حوادثی مانند زلزله در ایران، مقاوم نبودن سازه‌هاست.

ارزیابی خطر غیر سازه ای:

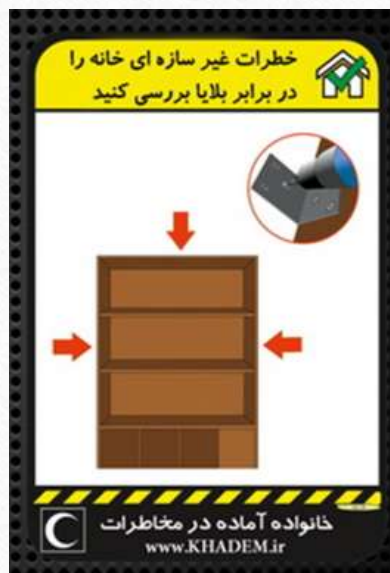
- هر چیزی غیر از سقف، دیوارها و ستونها در یک ساختمان اجزای غیر سازه‌ای آن ساختمان هستند.
- اجزای غیر سازه‌ای معمولاً به دلایل زیر باعث مصدومیت یا مرگ می‌شوند:

جابجا شدن

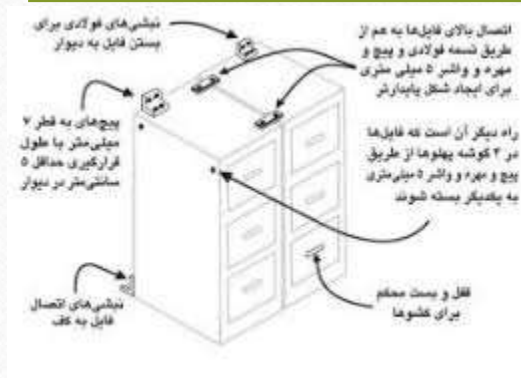
پرتاب شدن

شکستن

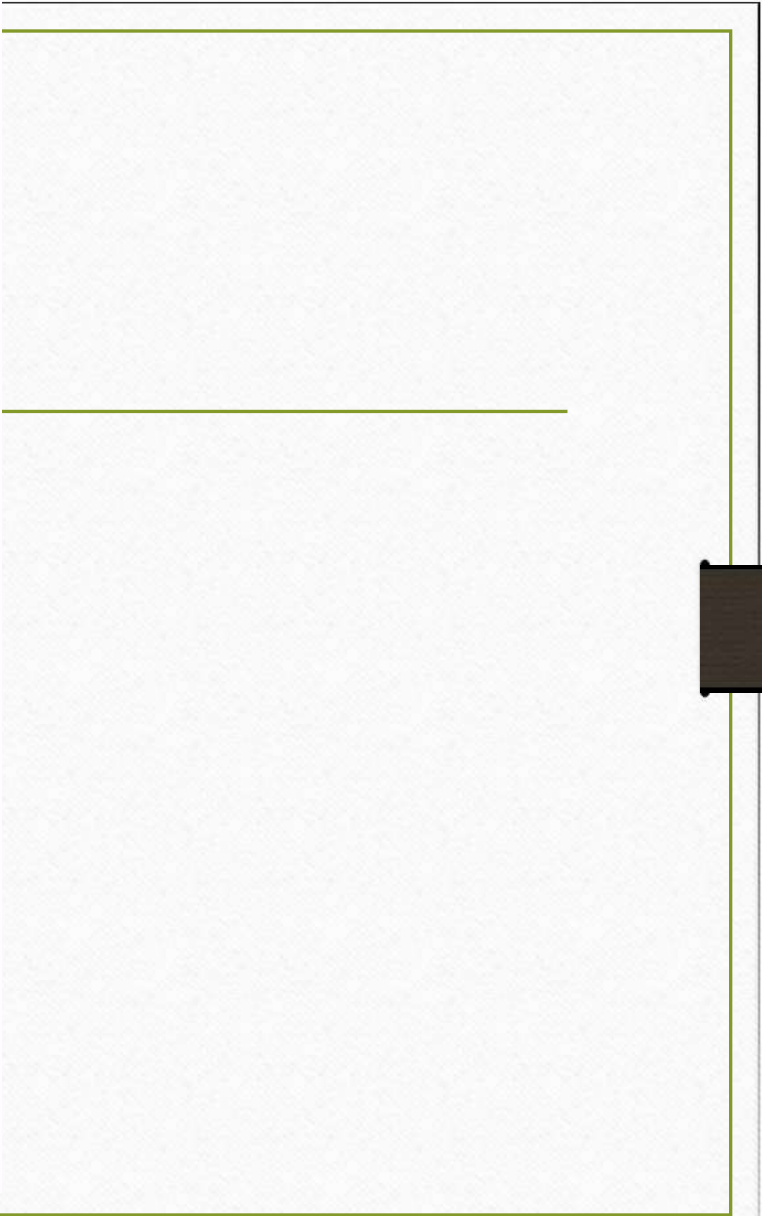
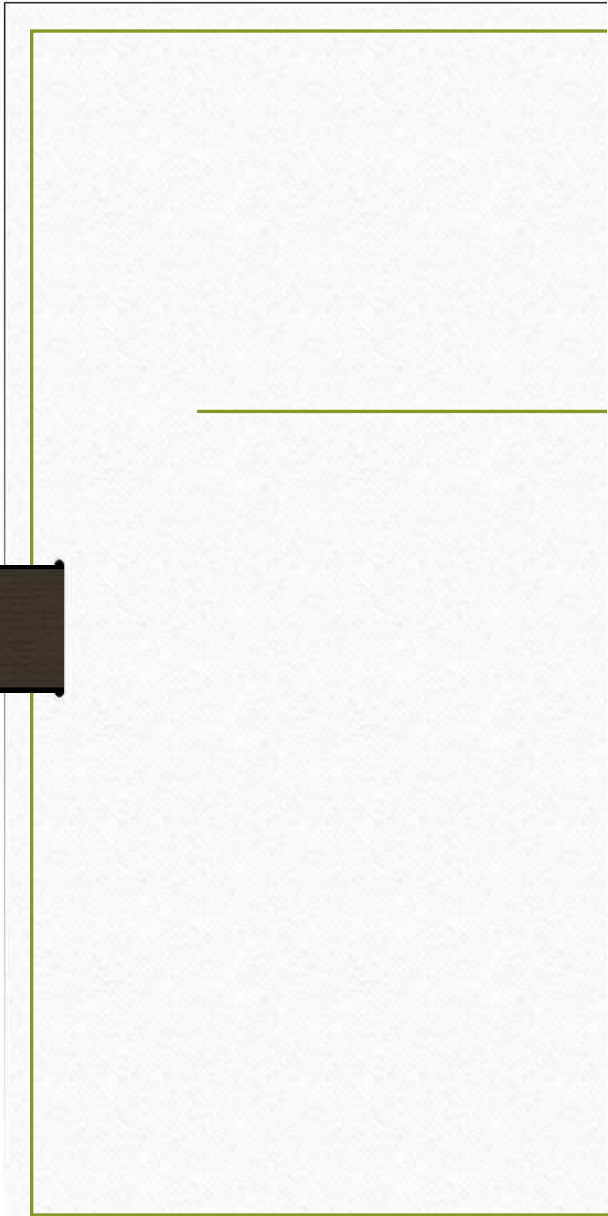
سد راه کردن



برای کاهش خطر اجزای غیرسازه‌ای چه باید بکنیم؟



- ۱- حذف کردن عامل خطر: **مثل حذف وسایل دکوری غیر ضروری**
- ۲- جا به جا کردن عامل خطر: **مانند جا به جا کردن تختخواب از کنار پنجره**
- ۳- محکم کردن عامل خطر در سر جای خود: **مانند محکم کردن بوفه دکوری**
- ۴- تغییر شکل عامل خطر: **مانند تغییر شکل چارچوب درها**
- ۵- نصب سامانه هشدار اولیه: **مانند نصب هشدار دهنده های دود و آتش**
- ۶- تعمیر کردن: **مانند تعمیر و ترمیم سیم کشی برق**



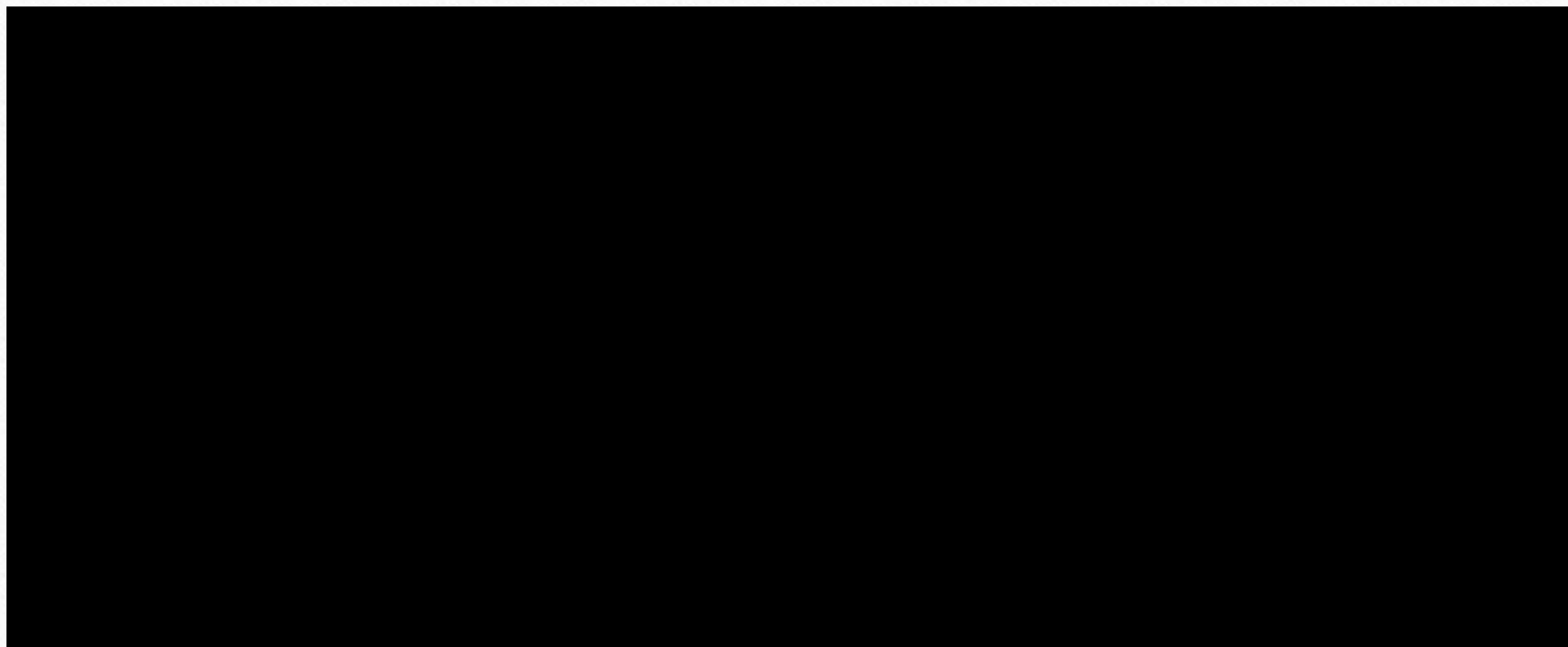
تهیه کیف شرایط اضطراری:





- یک کیف برای شرایط اضطراری آماده کنید هر خانواده، باید یک کیف اضطراری در خانه، محل کار و صندوق عقب خودرو خود داشته باشد.
- کیفی را انتخاب کنید که ضد آب باشد (حتی می‌توانید از یک کیسه نایلونی محکم استفاده کنید) تا در صورت وقوع سیل، محتویات داخل آن خیس نشود.

حداقل محتویات کیف شرایط اضطراری:



برنامه ارتباطی خانواده در شرایط اضطراری

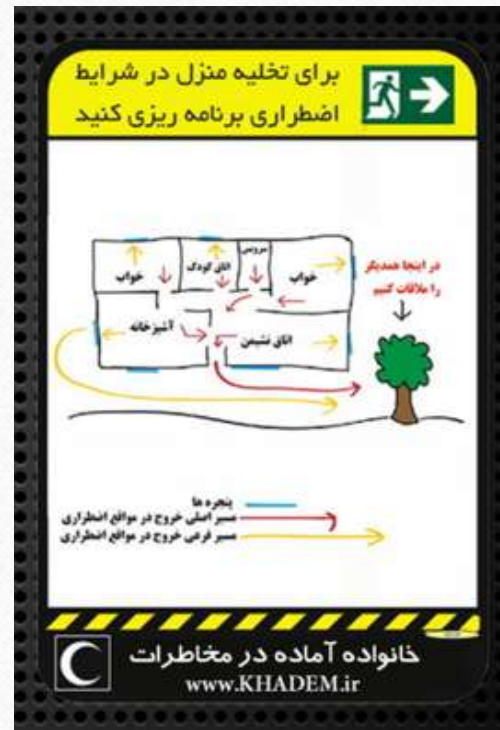
- هر خانواده باید برای شرایط اضطراری و بلایای یک برنامه ارتباطی داشته باشد و آن را تمرین کند



- ۱- حفظ کردن شماره تلفن توسط همه اعضای خانواده
- ۲- تعیین محلی برای جمع شدن اعضاء
- ۳- تعیین مکانی برای گذاشتن پیغام
- ۴- تعیین مکانی برای گذاشتن کلیدها

برنامه تخلیه منزل در شرایط اضطراری

- هر خانواده باید برای تخلیه منزل در شرایط اضطراری و بلایا برنامه داشته باشد و هر چند وقت آن را تمرین کند.



- نکته ۱: هنگام زلزله در محل امنی که قبلاً تعیین کردید پناه بگیرید مگر اینکه خانه یک طبقه باشد و بتوانید سریع وارد حیاط شوید.

- نکته ۲: چه موقعی باید منزل را تخلیه کرد؟

بعد از وقوع زلزله و اطمینان از اینکه لرزش‌های آن از بین رفته است.

اگر مسئولین از طریق رسانه‌ها هشدار داده باشند و از مردم بخواهند که منزلشان را تخلیه کنند.

نکات مهم:

- از قبل محلی را برای جمع شدن اعضای خانواده، مشخص کنید. در مورد سیل باید این محل، مکان **مرتفعی** باشد.
- **خونسردی و آرامش** خود را حفظ کنید.
- قبل از خارج شدن از منزل، **کیف اضطراری** را بردارید.
- به **افراد آسیب‌پذیر** خانواده کمک کنید.
- **شیر گاز** را ببندید.
- قبل از ترک منزل بهتر است **درها و پنجره‌ها را ببندید، وسایل برقی را از برق بکشید** اما فریزر و یخچال را از برق نکشید مگر آنکه خطر سیل وجود داشته باشد.



آشنایی با هشدار های اولیه





- مخاطراتی مانند سیل، توفان، آتش‌سوزی جنگل و از این قبیل به گونه‌ای هستند که به وسیله سیستم‌های هشدار اولیه (مانند سامانه‌های هواشناسی) یا قابل پیش‌بینی هستند یا زود از وقوع آنها مطلع می‌شویم و می‌توانیم خود و خانواده خود را نجات دهیم.

مراحل و اقدامات پیام هشدار اولیه برای یک منطقه یا محله (با هماهنگی مسئولین محلی)

• مرحله زرد:

مرحله	عنوان	اقدام لازم
زرد	معادل "اطلاعیه" سازمان هواشناسی	۱- جلسه ستاد مدیریت بحران منطقه تشکیل دهید ۲- از برقراری ارتباط با مسئولین و مردم مطمئن شوید ۳- گوش به زنگ باشید.

• مرحله نارنجی:

مرحله	عنوان	اقدام لازم
نارنجی	معادل "اخطاریه" سازمان هواشناسی	۱- اقدامات مرحله زرد را انجام دهید ۲- با مسئول بالادست تماس بگیرید ۳- با ایستگاه های پیش بینی تماس بگیرید ۴- به مردم بگوئید که آماده باشند ۵- به ستاد شهرستان یا سایر مراکز ارتباطی اطلاع دهید ۶- گوش به زنگ باشید.

• مرحله قرمز:

مرحله	عنوان	اقدام لازم
قرمز	معادل "تصمیم ستاد مدیریت بحران" منطقه یا محله برای تخلیه شرایط تخلیه: ۱- اطلاع از وقوع مخاطره در بالادست ۲- اطلاع ستاد حوادث شهرستان ۳- اعلام بالادست ۴- توافق ستاد بحران بر احتمال وقوع مخاطره	۱- از مردم بخواهید که پس از تخلیه در مناطق امن پناه بگیرند ۲- خطر سیل را به پایین دست اطلاع دهید ۲- مردم را به نقاط امن هدایت کنید ۳- به ستاد شهرستان یا سایر مراکز ارتباطی اطلاع دهید ۶- گوش به زنگ باشید.

• چه زمانی سیستم هشدار حوادث و آذیرهای اخطار فعال می شود؟

زمانی که بحرانی شدید و خطرناک جامعه را تهدید کند

۱- دانش مردم

۲- پیش بینی مناسب

۳- انتقال به موقع پیام هشدار

۴- عکس العمل مناسب مردم

اجزای یک سیستم هشدار اولیه
خوب و موفق چیست؟

برنامه ی کمک به اعضا آسیب پذیر خانواده:

• اعضای آسیب پذیر عبارتند از:

۱- سالمندان

۲- کودکان

۳- زنان

۴- افراد دارای بیماری جدی و مهم

۵- افراد دارای سابقه بستری اخیر

۶- افراد معلول جسمی یا روانی

شیوه‌های کمک به اعضای آسیب پذیر خانواده:

به ازای هر فرد آسیب‌پذیر، یک نفر تعیین شود تا هنگام تخلیه اضطراری به او کمک کند. در کیف اضطراری، وسایل مورد نیاز آنان - مانند داروهای مورد نیاز بیماران- را قرار دهید. افراد بستری را از مجاورت عوامل غیرسازه‌ای خطرناک (مثلاً کمد‌های سنگین یا شیشه‌ای) دور کنید.



تمرین آمادگی در برابر بلایا(مانور)

• برای جلوگیری از فراموشی آموزش ها، هر شش ماه یکبار با افراد خانواده آنها را تمرین میکنیم.

• مراحل مانور تمرینی:

۱. تمام اعضا خانواده را جمع میکنیم.
۲. هدف تمرین را معلوم میکنیم برای مثال مانور زلزله.
۳. کارهایی که به ترتیب باید انجام شوند را مرور میکنیم.
۴. وظیفه هر کس را مشخص کرده و بعد از شروع تمرین هر کس وظیفه ی خود را انجام میدهد.
۵. بعد از تمرین راجع به اشکالات خود بحث میکنیم.

تمرین پناهگیری

- اگر در خارج ساختمان هستید، به تیرهای برق و ساختمان‌های بلند نزدیک نشوید و به داخل ساختمان‌ها نروید.
- بنشینید و با بازوهای خود سر و گردنتان را بپوشانید و یا اگر داخل خودرو هستید همانجا بمانید.



- اگر در داخل خانه هستید به این موارد توجه کنید:





• روش حفاظت از سر: DCH (Duck and Cover)

افتادن و خیز برداشتن: Drop

پناه‌گیری: Cover

صبر کردن تا اتمام تکان‌های زلزله: Hold on



پناہگیری DCH





خروج اضطراری



- - تخلیه فوری از محل خطر،
- - تخلیه منظم،
- - تخلیه ایمن ساکنین ساختمان،
- - خروج تجهیزات، اسناد و مدارك مهم
- در شرایط و مواقع اضطراری به محل امن می باشد

چگونه مسیر ها یا خروجی های اضطراری را باید پیدا یا ایجاد کنید؟



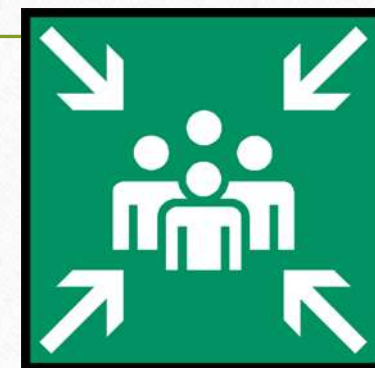
- هنگام آماده سازی طرح عملیات اضطراری، مسیر ها و خروجی های اولیه و ثانویه تخلیه را تعیین کنید.
 - اطمینان کسب کنید که مسیر های تخلیه و خروجی های اضطراری با این شرایط وجود دارند:
 - علامت گذاری واضح و روشنایی مناسب.
 - فضای کافی برای جا دادن افراد یا پرسنل تخلیه شده.
 - تمیز و عاری از آشغال و وسایل اضافه.
 - عدم ایجاد خطر اضافه برای افراد یا پرسنل تخلیه شده.
- اگر نقشه هایی را آماده کردید که مسیر ها و خروجی های تخلیه را نشان می دهند، آنها را در جایی در معرض دید افراد قرار دهید.



• پس از تخلیه، چگونه باید افراد را سرشماری کنید؟

۱. تعیین محلی برای جمع شدن افراد،
۲. پس از تخلیه کامل سرشماری را انجام دهید. نام و آخرین مکان حضور افرادی را که در سرشماری قید نشده‌اند را فوراً به مأموران مسئول ارائه دهید.
۳. شیوه‌هایی را برای سرشماری سایر افراد غیر از کارکنان و همسایگان، مانند مراجعان، مشتریان و میهمانان ایجاد کنید.
۴. شیوه‌هایی را برای تخلیه بیشتر در زمان گسترش حوادث ایجاد کنید. این کار می‌تواند شامل فرستادن افراد به محل‌هایی دیگر و نیز کارمندان به منزل باشد.

تابلو برای نشان دادن محل سرشماری



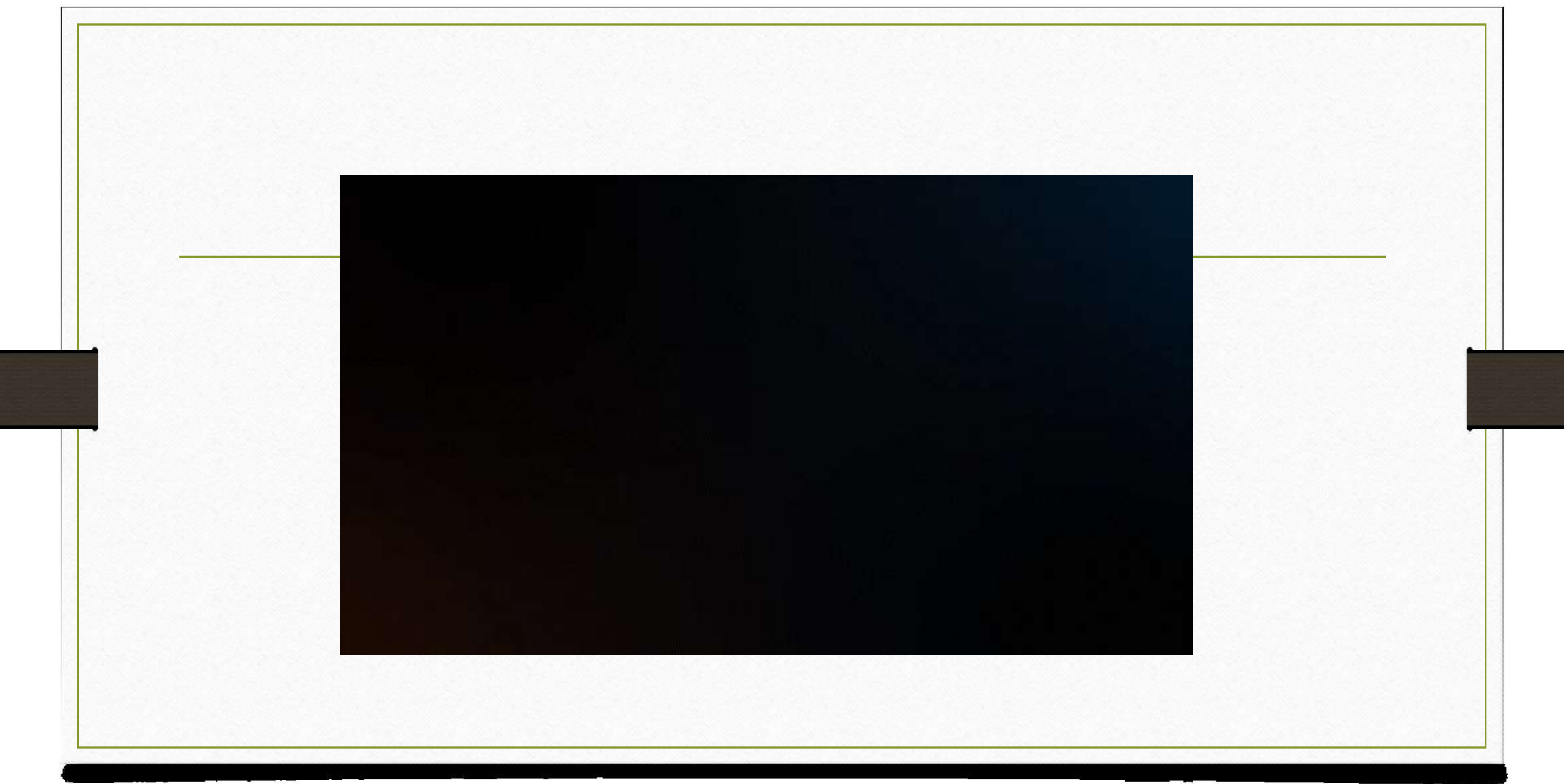
مانور چادر زنی

- چادر امدادی را می‌توان اولین و در دسترس‌ترین سرپناه اضطراری در حوادث و سوانح دانست. در برخی از حوادث اردوگاه‌هایی توسط سازمان‌های امدادی برای اسکان اضطراری آسیب‌دیدگان برپا می‌شود که این اردوگاه‌ها بر اساس استانداردهای مشخص و عمدتاً توسط تیم‌های متخصص برپا می‌گردند.



- اما در بسیاری موارد به دلایل مختلف امکان برپایی اردوگاه به صورت متمرکز وجود ندارد و یا حداقل در ساعات اولیه این شرایط فراهم نخواهد بود، در این وضعیت خانواده‌ها و افراد باید بتوانند با رعایت اصول اولیه چادرهای امدادی تحویلی از سوی امداد رسانیان را برپا کنند، در این بخش توضیحات مختصری در خصوص نحوه برپایی و نکات ضروری در نصب چادرهای امدادی مرور خواهد شد.



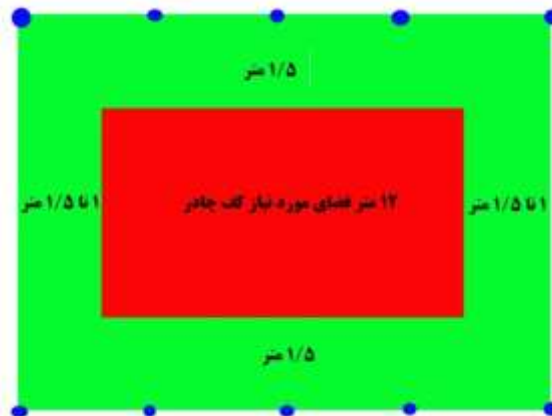


قبل از برپایی چادر محل مناسبی را انتخاب کنید:

- - محل نصب چادر را با توجه به جهت وزش باد منطقه جانمایی کنید.
- - محل برپایی ترجیحاً از مناطق پردرخت یا مکانهایی با پوشش گیاهی بلند و متراکم (علفزارها) دور باشد.
- - محل‌های سفت و سنگلاخی و نیز محل‌های پر گل‌ولای را انتخاب نکنید.
- - محلی را انتخاب کنید که امکان کوبیدن میخ و استحکام میخ در زمین وجود داشته باشد.
- - محل‌هایی که احتمال سیل و طغیان رودخانه وجود دارد (مثل بستر رودها) نباید برای نصب چادر انتخاب شود.
- - از مراکز تولید و تجمع آلودگی‌ها مانند پشه‌ها و توده‌های زباله و فاضلابها فاصله داشته باشد.
- - شیب مناسبی داشته باشد.
- - در محل‌هایی که احتمال سقوط سنگ، مصالح، سیم برق و ... وجود دارد، از نصب چادر خودداری کنید.

نحوه برپایی چادر

- ابتدا محل برپایی چادر را انتخاب می‌کنیم به طوری که حداقل ۱۲ متر مربع باشد.
(حداقل فضای مورد نیاز برای برپایی یک چادر امدادی به شکل صحیح حداقل ۳۶ متر مربع می باشد، زیرا ۱۲ متر مربع کف چادر اسکان بوده و حریم مناسب میخها از هر طرف بین ۱ تا ۵/۱ متر از چادر زده میشود . بنابراین به یک فضایی با طول و عرض ۶ متر نیاز مندیم.)



ادامه

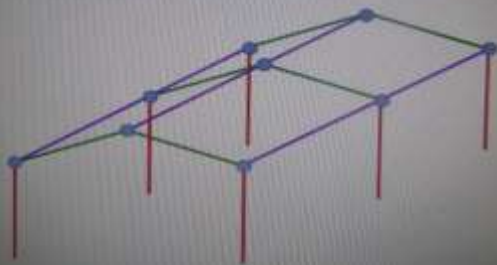
- - سپس بسته بندی چادر را باز نموده و چادر را از داخل کارتن یا پوشش مخصوص خارج کرده و قسمت های مختلف چادر (شامل اسکلت ، بدنه اصلی چادر ، پوشش ضد آب ، میخها و طنابها) را یک به یک از نظر سلامت و تعداد کنترل می کنیم.
- - قبل از نصب چادر، با در نظر گرفتن زاویه باد غالب منطقه، زیر چادر را از سنگ و اشیاء نوک تیز پاک می کنیم.
- - چادر باید به گونه ای برپا شود که باد به پهلوئی آن برخورد کند (زاویه برخورد ۹۰ درجه باشد)
- - ابتدا سه قطعه اصلی بام را که هر قطعه از چهار تکه لوله که با فنر به هم متصل می شوند را نصب می نماییم.
- - بام چادر را توسط ۶ قطعه لوله ارتباطی تکمیل می کنیم. دقت شود تا پیم قفل ها دقیقاً در محل خود قفل شوند .

ادامه

- پایه‌های چادر (۶ قطعه ۲ تکه) را به صورت همزمان و یا از يك طرف به ترتیب در زیر قسمت سقف قرار می‌دهیم. دقت شود تا پیم قفل‌ها در محل نصب پایه به بام دقیقاً در محل خود قفل شوند.

- حال اسکلت چادر شما کاملاً بنا شده، بدنه اصلی چادر را در زیر اسکلت قرار داده و قلاب‌های چادر را در محل‌های مورد نظر، روی اسکلت قرار می‌دهیم.

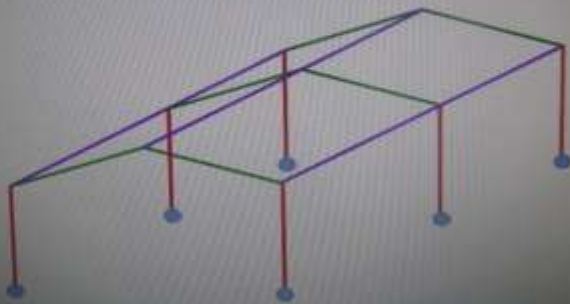
اتصال حلقه‌های سقف چادر به اسکلت



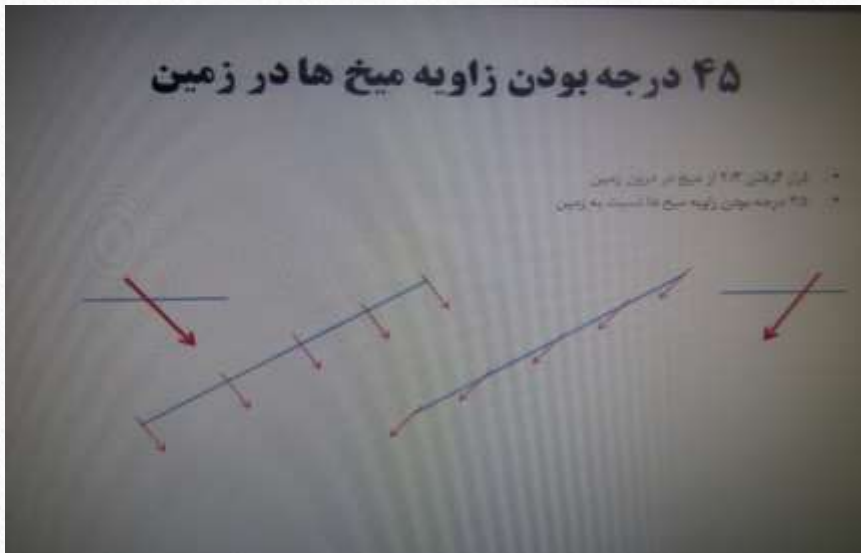
ادامه

- - سپس حلقه‌های کف را در میخ‌های پایه انداخته و بندهای چادر را با استفاده از گره‌های پاپیونی (گره‌ای که به راحتی باز می‌شود) به اسکلت می‌بندیم.

اتصال قلاب‌های کف چادر در پایه‌ها



ادامه



- پوشش ضد آب را روی اسکلت قرار می‌دهیم
- بندهای پوشش ضد آب را به اسکلت می‌بندیم.
- طناب‌ها را به حلقه‌های روکش وصل می‌کنیم.
- میخ‌ها با زاویه ۴۵ درجه در خلاف جهت کشش طناب به طوری که قسمت صلیب یا حلقه‌های آن رو به بیرون باشد به فاصله ۵/۱ تا ۲ متر از چادر به زمین می‌زنیم.

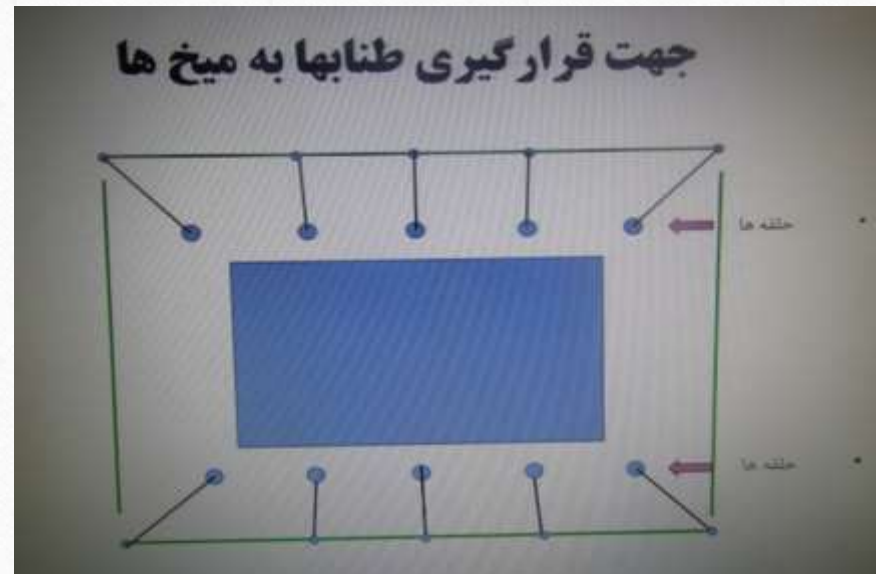
ادامه

- - بهتر است به منظور استحکام میخها در زمین دو سوم از میخها درون زمین فرو رود
- - طنابها را به میخهای چادر متصل نموده و با استفاده از گره مخصوص متحرک (ملوانی) آنها را محکم می‌کنیم.



ادامه

- جهت قرارگیری طنابها به میخهای چادر بایستی بصورت شکل زیر باشد . چهار طناب در گوشه ها با زاویه ۴۵ درجه و سه طناب میانی با زاویه ۹۰ درجه



پایان جلسه چهارم

