

آمادگی خانواده در برابر مخاطرات طبیعی

تابلوی شماره ۲: آمادگی در برابر زلزله

Family Disaster Preparedness Earthquake preparedness



تمام اعضاء خانواده سالی ۲ بار آمادگی برای مخاطرات طبیعی را تمرین می کنند (مانور خانواده) .



خانواده سالی دو بار درباره خطرات طبیعی که تهدیدش میکند، گفتگو می کند. در این گفتگو همه اعضاء خانواده شرکت می کنند.



خانواده محلی را برای ملاقات بعد از حادثه تعیین می کند .



در کاغذی اطلاعات شخصی خود را بنویسید و آنرا در کیف اضطراری و جیبتان بگذارید



هر خانواده حداقل یک کیف اضطراری داشته و در دسترس قرار داده است . بهتر است یک کیف اضطراری نیز در صندوق عقب ماشین بگذاریم.

پروژه طراحی و بررسی اثر بخشی برنامه مردم – محور کاهش خطر و آمادگی مخاطرات طبیعی در جمهوری اسلامی ایران به منظور کاهش بار پیامدهای سلامتی

(رویکرد پیش فعال نظام سلامت به مدیریت خطر بلایا)

Family Disaster Preparedness

Earthquake preparedness

آمادگی خانواده در برابر مخاطرات طبیعی

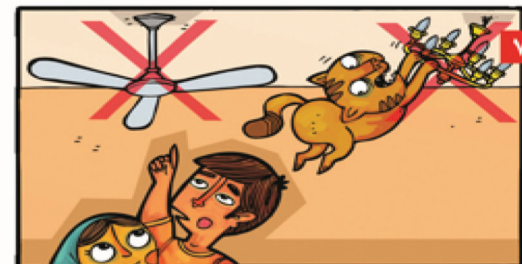
تابلوی شماره ۲: آمادگی در برابر زلزله



فقط زیر چهار چوب های محکم پناه بگیریم . مثل خانه های قدیمی که چهار چوب بخشی از دیوار است. در زمان زلزله از آسانسور استفاده نکنیم.



اگر در زمان زلزله خواب هستیم ، سرمان را با بالش تکیه می کنیم . اما اگر خطر اصابت جسم سنگین یا برنده ای وجود داشت ، از آن فاصله می گیریم.



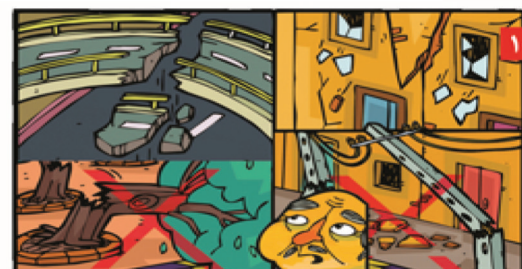
مراقب پنکه سقفی و لوستر ها باشیم .



راه هوایی مصدوم را باز کرده و محل خونریزی را با دستمال فشار دهیم اندام ها و گردن را با آتل بی حرکت کنیم . برای جلوگیری از سدمه نخاعی مصدوم را با احتیاط از زیر آوار بیرون آورده و حمل کنیم.



اگر زیر آوار گیر کردیم کبریت روشن نکنیم . دهان را با پارچه بپوشانیم . با سنگ به اجسام فلزی زده یا سوت بزنییم . فریاد زدن آخرین کار است.



اگر در زمان زلزله بیرون از ساختمان هستیم از دیوار ها ، درخت های بلند تیر برق و زیر پل ها دوری کنیم .



می توانیم از فضای خالی دور نقشه برای نوشتن اطلاعات ضروری استفاده کنیم . مثل : محتویات کیف اضطراری ، زمان مانور خانوار و غیره



بعد از زلزله کابینت را با احتیاط باز کنیم . سالم بودن لوله بخاری را بررسی کنیم و قبل از برگشت به داخل ساختمان از ایمن بودن آن مطمئن شویم.