

دستورالعمل اجرایی سومین تمرین سراسری زلزله و ایمنی

مدیران و مربیان گرامی با توجه به نزدیک شدن به اجرای سومین تمرین سراسری زلزله و ایمنی خواهشمند است مطالب ذیل را در ابتدا مطالعه نمایید و سپس تمرین زلزله و ایمنی را در مه‌ماه خود اجرا کنید. در صورت امکان از نحوه اجرای تمرین گزارشی مکتوب همراه با عکس تهیه کرده و در اختیار کارشناسان مربوطه سازمان بهزیستی قرار دهید.

مقدمه

یکی از انواع سوانح طبیعی که کشور ما همواره با آن مواجه است زلزله‌های کوچک و بزرگی است که در نقاط مختلف به وقوع می‌پیوندد. در پی رخداد این زلزله‌ها شاهد تلفات انسانی و خسارات اقتصادی جبران‌ناپذیری بوده ایم.

با توجه به تجارب بدست آمده کودکان و نوجوانان همواره یکی از آسیب‌پذیرترین اقشار جامعه در برابر زلزله بوده‌اند. آسیب‌پذیری این گروه از یک سو و ضرورت تدوین برنامه‌هایی برای هدایت مدیریت بحرانی مانند زلزله در مهدهای کودک از سوی دیگر موجب شد که پژوهشگاه بین‌المللی زلزله‌شناسی و مهندسی زلزله در تاریخ ۸۰/۱۱/۱ طی امضاء تفاهم‌نامه‌ای ۵ ساله با سازمان بهزیستی کل کشور حرکتی را در راستای آموزش کودکان، مربیان و اولیاء مهدها آغاز کند.

این تفاهم‌نامه پس از تدوین و اجرای دوره‌های آموزشی و تمرین‌های ویژه در سال ۱۳۸۵ مجدداً به مدت ۵ سال تمدید شد که خود حاکی از اثربخشی، ضرورت و استمرار این فعالیت است. این تمرین هر ساله در تهران با مشارکت فتر امور کودکان استان تهران و شهر داری مناطق ۳،۶ و ۱۶ و در سایر استانها با همکاری سازمان بهزیستی کشور و مدیریت بحران هر استان برگزار می‌شود. با این رویکرد انتظار می‌رود مدیران، مربیان و اولیاء مهدهای کودک در اجرای هر چه بهتر فعالیت‌های آگاهی و آمادگی گام‌های مؤثری برداشته و در روز اجرای تمرین که نمود عینی این آموزشها است مشارکتی پررنگ داشته باشند.

تمرین زلزله و ایمنی در روز ۲۰ اردیبهشت ماه (۱۸+۲) برگزار خواهد شد

تمرین زلزله و ایمنی را چگونه انجام دهیم؟

مربیان عزیز می‌توانند طی یک برنامه و الگوی مشخص و با استفاده از کتاب راهنمای تدریس مفهوم زلزله و ایمنی و نوار شعر و قصه (انتشارات پژوهشگاه بین‌المللی زلزله‌شناسی و مهندسی زلزله) مفاهیم زلزله، پناهگیری صحیح و نکات ایمنی در برابر زلزله را به کودکان کلاس خود آموزش دهند. روز تمرین زلزله و ایمنی

فرصت مناسبی است برای اینکه کودکان آنچه را در مورد زلزله آموخته‌اند به دیگر افراد منتقل کنند و در اشاعه فرهنگ ایمنی در جامعه نقش موثری داشته باشند. تمرین زلزله و ایمنی به یکی از دوشکل زیر انجام می‌شود:

– اجرای تمرین زلزله و ایمنی در داخل مهد



مدیران و مربیان می‌توانند با هماهنگی‌های لازم، تمرین زلزله و ایمنی را در داخل مهد با دعوت از اولیاء کودکان برگزار کنند و با اجرای برنامه‌های نمایشی، شعر و... مرتبط با موضوع زلزله و ایمنی نکات آموزشی را از زبان کودکان برای اولیاء و دیگر مهمانان بیان کنند.

– اجرای تمرین زلزله و ایمنی در داخل پارک



هر ساله تعدادی از مهدهای علاقه‌مند با توجه به توانایی و خلاقیت خود به صورت داوطلب و با هماهنگی سازمان بهزیستی در تمرین زلزله و ایمنی که در داخل یک یا چند پارک بزرگ شهر برگزار می‌شود شرکت می‌کنند و برنامه‌های نمایشی متنوعی را اجرا می‌کنند

تمرین زلزله و ایمنی در پارکها شامل سه مرحله می‌باشد:

- ۱- راهپیمایی کودکان از محله‌های تعیین شده در پارک؛ در این مرحله کودکان شعر زلزله و ایمنی را به صورت دسته جمعی می‌خوانند و پلاکاردهای پیام‌های ایمنی را حمل می‌کنند.
- ۲- استقرار کودکان در جایگاه تعیین شده و اجرای برنامه ویژه از جمله قرائت قرآن، سرود ملی، شعر زلزله و ایمنی، نمایش مرتبط با موضوع.
- ۳- انجام فعالیتهای جنبی مرتبط با موضوع زلزله و ایمنی مانند نقاشی خمیربازی و... توسط تعدادی از مهدهای کودک به صورت غرفه‌های مجزا در کنار محل برگزاری تمرین.

مدیران و مربیان علاقه مند لازم است برای شرکت در تمرین زلزله و ایمنی نکات زیر را در نظر داشته باشند:

- از هر مهد باید ۱۵ تا ۲۰ کودک در تمرین شرکت کنند؛
- همه کودکان باید شعر زلزله و ایمنی را حفظ باشند و بتوانند به طور دسته جمعی بخوانند؛
- هر یک از مهدها می‌توانند با هماهنگی سرگروه و کارشناس مسؤلان بهزیستی مناطق خود برنامه نمایشی، بازی عروسکی یا مسابقه‌ای با موضوع زلزله و ایمنی را ترتیب دهند و در روز تمرین اجرا کنند

- برای تمامی کودکانی که در تمرین شرکت خواهند کرد باید گردنبند شناسایی تهیه شود؛ (توضیحات مربوط به گردنبند شناسایی در زیر ارائه شده است)
- پیامهای ایمنی به صورت پلاکارد در مقواهای بزرگ یا بوم‌های نقاشی کوچک تهیه شود؛ (پیام‌های ایمنی ضمیمه این دستور العمل است).
- تعدادی از کودکان باید برای مصاحبه با خبرنگاران تلویزیون از قبل آماده باشند.



اطلاعات مورد نیاز داخل کیف (گردنبند): نام و نام خانوادگی کودک، سن، گروه خونی کودک، شماره تلفن و نشانی منزل، نام و نام خانوادگی و شماره تلفن یکی از بستگان کودک و چنانچه کودک بیماری خاصی دارد یا به دارویی حساسیت دارد بر روی کارت نوشته شود.

به والدین یادآوری کنید گردنبند شناسایی کودک باید همیشه بخصوص هنگام ورود کودکان به مهد در گردنشان باشد.

اقدامات صحیح هنگام وقوع زلزله:

- ۱- خونسردی و آرامش خود را حفظ کنید زیرا نگرانی و اضطراب، شما را از عکس‌العمل صحیح باز می‌دارد؛
- ۲- اگر در طبقه همکف بوده و به در خروجی ساختمان نزدیک هستید به فضای باز رفته و به دور از ساختمانها و دیوارها فرار بگیرید؛
- ۳- از پنجره‌ها و درهای شیشه‌ای فاصله بگیرید؛
- ۴- اگر در فضای داخل ساختمان هستید بلافاصله از وسایلی که امکان سقوط دارند مانند (تابلوه‌ها، قفسه‌ها و...) دور شوید و در یکی از محل‌های مناسب مانند زیر میز محکم، کنار یا گوشه دیوار داخلی مطابق تصویر پناه‌گیری کنید؛



- ۵- اگر در فضای باز مانند حیاط هستید از وسایل بازی، درختان و ساختمان دور شوید و یک زانوی خود را به زمین زده و وسط حیاط بنشینید.

پیامهای ایمنی در برابر زلزله

- ۱- کشور عزیز ما یکی از نواحی لرزه خیز دنیاست. با رعایت نکات ایمنی همواره در برابر وقوع این پدیده طبیعی آماده باشیم؛
- ۲- زلزله بلا نیست، پدیده طبیعی است که بی توجهی و عدم آمادگی ما از آن بلا می‌سازد؛
- ۳- بیاموزیم که چگونه با زمین لرزه زندگی کنیم؛
- ۴- با رعایت نکات ایمنی، نتایج نامطلوب ناشی از وقوع زلزله را در جامعه کاهش دهیم؛
- ۵- ایمن سازی خانه در برابر وقوع زلزله نیاز به همکاری و آمادگی تمام افراد خانواده دارد؛
- ۶- سرعت عمل و پناهگیری مناسب به هنگام وقوع زلزله، ایمنی شما را افزایش می‌دهد؛
- ۷- به کودکان نحوه ایمن زیستن در مناطق زلزله خیز را بیاموزیم؛
- ۸- به ما نحوه ایمن زیستن در مناطق زلزله خیز را بیاموزید؛
- ۹- کودکان خود را پیش از وقوع زلزله با اماکن مناسب و نحوه صحیح پناه گیری هنگام وقوع زلزله آشنا کنیم؛
- ۱۰- افراد خانواده خود را تشویق کنید تا نکات ایمنی در برابر وقوع زلزله را مورد توجه و عمل قرار دهند؛
- ۱۱- آیا خانه هایمان در برابر زلزله مقاوم هستند؟
- ۱۲- هنگام وقوع زلزله از پنجره ها و قفسه های بلند دور شوید؛
- ۱۳- هنگام وقوع زلزله زیر میز بروید و پایه های آن را محکم بگیرید؛
- ۱۴- محل استراحت و نشستن خود را جایی دور از پنجره و لوازم قابل سقوط قرار دهید؛
- ۱۵- ساختمان مقاوم، ایمنی شما را در برابر وقوع زلزله افزایش می‌دهد؛
- ۱۶- ما کودکان در ساخت و ساز خانه هایمان نقشی نداشته ایم اما در زمان زلزله بیشتر از بزرگترها در اثر خرابی خانه هایمان آسیب می‌بینیم.

متن شعر زلزله و ایمنی

بچه خوب و مهربون	آی بچه جون ، آی بچه جون
برات بگم از زلزله	گوش بده خوب با حوصله
زمین به لرزه در میاد	زلزله بی خبر میاد
آدما رو می ترسونه	خونه هارو می لرزونه
با ایمنی آشنا باشی	اما اگه دانا باشیم
می ترسه اونکه غافله	ترسی نداره زلزله
اونیکه غافل کیه	می پرسی ایمنی چیه
برات بگم یکی یکی	پس گوش بده با زیرکی
یا دیگران رو هول بدی	بدون اینکه هول بشی
فورا سرت رو پیوشون دو دستی	اگر گه نزدیک دیوار نشستی
زود برو زیر اون بمون بی حرکت	اگر که نزدیک میزی یا نیمکت
بایستی که دور بشین ای بچه ها	از لوستر ها ، پنجره ها، قفسه ها
جاهای امنن توی ساختمونها	کنج دیوارها پیش ستون ها
کار خطرناکیه آی بچه جون	دویدن از تو ساختمون به بیرون
خطرناکه وقتی میاد زلزله	رفتن توی آسانسور و راه پله
خیلی خوبه از اون محل دور نشین	توی فضای باز اگر که باشین
یا روی تاب و سرسره نشستی	اگر که نزدیک درختها هستی
هم از تیرهای برق و ساختمونها	فورا بایستی دور بشی از اونها
بخونین و یاد بگیرین	پس بچه های نازنین
برین تو خونه ها بگین	وقتی که خوب بلد شدین
به فامیلهاو آشناها	به مامانها و باباها
گوش بکنین پیام ما	بزرگترا بزرگترا
چاره کار رعایت ایمنیه	که ترسیدن از زلزله بی معنیه