



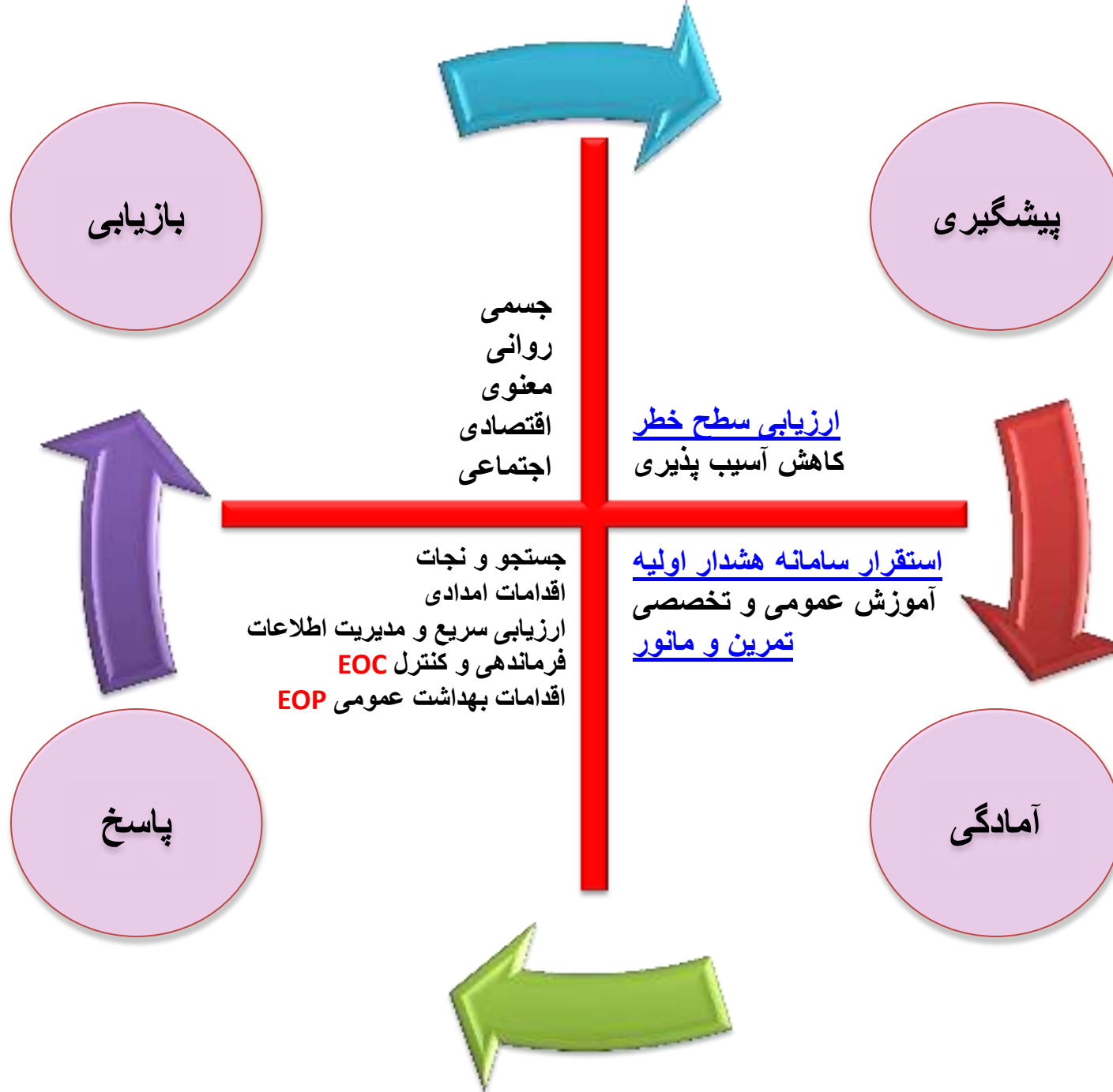
اسلامیہ ایجوکیشنل سوسائٹی

برنامہ آمادگی خانوار در برابر بلایا

Disaster Assessment of Readiness and Training

(DART)

معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی گیلان
واحد مدیریت خطر بلایا





SARA



ارزیابی آسیب پذیری

SAFETY AND RISK ASSESSMENT

DSS



نظام مراقبت وقوع بلایا

DISASTER SURVEILLANCE SYSTEM

SNS



کاهش آسیب پذیری غیرسازه ای

STRUCTURAL & NON-STRUCTURAL SAFETY

EOP



پاسخ نظام سلامت در برابر بلایا

EMERGENCY OPERATION PLAN

DART



ارزیابی و آموزش خانوار در برابر بلایا

DISASTER ASSESSMENT OF READINESS AND TRAINING

ادغام مدیریت خطر بلایا در نظام شبکه



شرح وظایف دفتر مدیریت خطر بلایا

الف) فاز قبل از وقوع بلایا:

- ارزیابی و آموزش خانوارها برای بلایا (DART)
- اجرای برنامه ارزیابی خطر و ایمنی مرکز در برابر بلایا (SARA)
- اجرای برنامه کاهش آسیب پذیری فیزیکی مرکز در برابر بلایا (SNS)
- تدوین و اجرای برنامه آمادگی مرکز برای بلایا (EOP)

ب) فاز بعد از وقوع بلایا:

- اجرای برنامه نظام مراقبت بلایا (DSS)
- اجرای عملیات پاسخ بهداشتی به بلایا بر اساس EOP تدوین شده در فاز "الف"

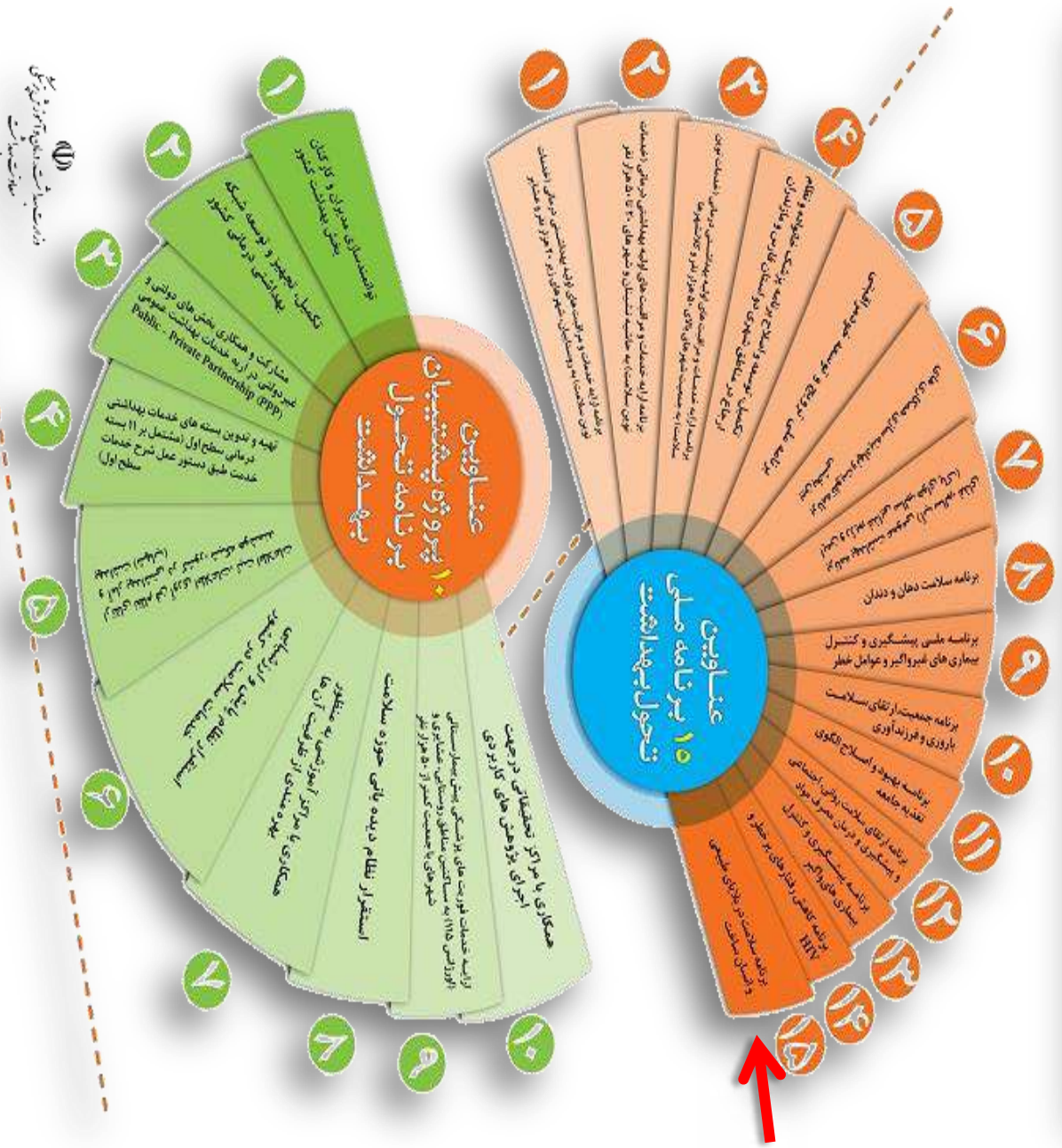


Training of Trainer workshop series (TOT)



پروژه تحول سلامت در حوزه پرهیما

برنامه سلامت در بلایای طبیعی و انسان ساخت



در دسترس است برای آشنایی بیشتر



ارزیابی و آموزش آمادگی خانوار

Disaster **A**ssessment of **R**eadiness and **T**raining

(DART)





۳۱ نوع از انواع بلایای طبیعی که در ایران رخ میدهند

- | | |
|---|-------------------------------------|
| ۱۷ - طوفان | ۱ - زلزله |
| ۱۸ - آلودگی اب و هوا محیط زیست | ۲ - روانگرانی |
| ۱۹ - آفات و بیماریهای نباتی | ۳ - تسونامی (موج لرزه ای بزرگ دریا) |
| ۲۰ - خشکسالی | ۴ - نوسانات زمین |
| ۲۱ - خودسوزی جنگلها | ۵ - روانه های گلی |
| ۲۲ - صانقه | ۶ - زمین لغزشها |
| ۲۳ - خطرات ژئوترمال (زمین گرانی) | ۷ - سنگ ریزش ها |
| ۲۴ - ریزش های کارستی (حوضه های آهکی) | ۸ - ریزشهای سطحی |
| ۲۵ - نشستهای زمین در نواحی استخراج مواد معدنی | ۹ - فرسایش خاک |
| ۲۶ - ریزشهای زیر دریایی | ۱۰ - نفوذ و پیشروی آب دریا |
| ۲۷ - لغزشهای زیر دریایی | ۱۱ - رسوب زدانی |
| ۲۸ - باتلاق زانی | ۱۲ - دگر شکلی سواحل |
| ۲۹ - سیل | ۱۳ - مرداب زانی |
| ۳۰ - آتشفشان | ۱۴ - کویر زانی |
| ۳۱ - خودسوزی میدانهای ذغالی | ۱۵ - انجماد و سرمازدگی |
| | ۱۶ - بهمن |



خدمات سلامت سطح اول

ویژه استفاده در شهر، حاشیه شهر و مناطق روستایی

پاییز ۱۳۹۳

پاییز ۱۳۹۳
خدمات سلامت سطح اول
سازمان آموزش و پرورش و آموزش فنی و حرفه‌ای
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



ب- آموزش و ارتقای سلامت (پیوست یک)

- آموزش سلامت
- ترویج شیوه زندگی سالم با تاکید بر جنبه های تغذیه، فعالیت بدنی، استرس و دخانیات
- خودارزیابی و خودمراقبتی
- ارزیابی آمادگی و آموزش خانوار در برابر بلایا
- منظور از بلایا و شرایط اضطراری عبارتند از: زلزله، سیل، خشکسالی، طوفان، رانش زمین، سرما یا گرمای شدید، آتش سوزی و غیره
- لازم است ارزیابی آمادگی در برابر بلایا حداقل سالی یکبار برای هر خانوار تحت پوشش برنامه انجام گیرد.
- لازم است هر خانوار حداقل سالی یکبار بر اساس بسته آموزشی تدوین شده برای آمادگی در برابر بلایا مورد آموزش قرار گیرد.
- برنامه آموزش توسط اعضای معرفی شده تیم پزشک خانواده و بر اساس بسته آموزشی و فلوجارت های مربوطه انجام می گیرد.
- گزارش اجرای برنامه بر اساس شاخص های تعریف شده به سطوح بالاتر ارسال می گردد.



Figure 1: A person is sitting in a boat on a river. The boat is pink and has a small cabin. The person is looking out at the water.

Figure 2: A person is sitting in a boat on a river. The boat is pink and has a small cabin. The person is looking out at the water.

Figure 3: A person is sitting in a boat on a river. The boat is pink and has a small cabin. The person is looking out at the water.

Figure 4: A person is sitting in a boat on a river. The boat is pink and has a small cabin. The person is looking out at the water.

Figure 5: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 6: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 7: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 8: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 9: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 10: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 11: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 12: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 13: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.

Figure 14: A person is sitting in a room. The room has a desk and a chair. The person is looking at a book.



انواع روش های آموزش

❖ چهره به چهره (فردی)

❖ گروهی (گروه های کوچک در واحد بهداشتی)

❖ استفاده از ظرفیت رابطین



ضرورت آموزش مردمی

مردم هر محله بهتر از هر کسی محله خود را می شناسند.

هر کس خانه خود را بهتر از دیگران می شناسد.

مردم اولین کسانی هستند که در صورت وقوع حادثه به اعضاء خانواده و همسایگان کمک می کنند.



آموزش عمومی

- a. جلسه برنامه ریزی خانوار در برابر بلایا
- b. رسم نقشه خطر
- c. ارزیابی خطر سازه ای
- d. ارزیابی خطر غیر سازه ای
- e. کیف اضطراری خانوار
- f. برنامه ارتباطی خانواده در شرایط اضطراری و بلایا
- g. برنامه تخلیه منزل در شرایط اضطراری
- h. طراحی مانور خانواده
- i. برنامه کمک به اعضای آسیب پذیر خانواده
- j. اطفای حریق
- k. کمکهای اولیه پزشکی
- l. برنامه مدیریت بلایا در سطح محله





جلسه برنامه ریزی خانوار در برابر بلایا

- چه مخاطراتی خانوار را تهدید می کنند؟
- مهمترین این مخاطرات کدامند؟
- خانواده چه راه حل هایی را باید اتخاذ کند تا برای این مخاطرات آماده باشد؟



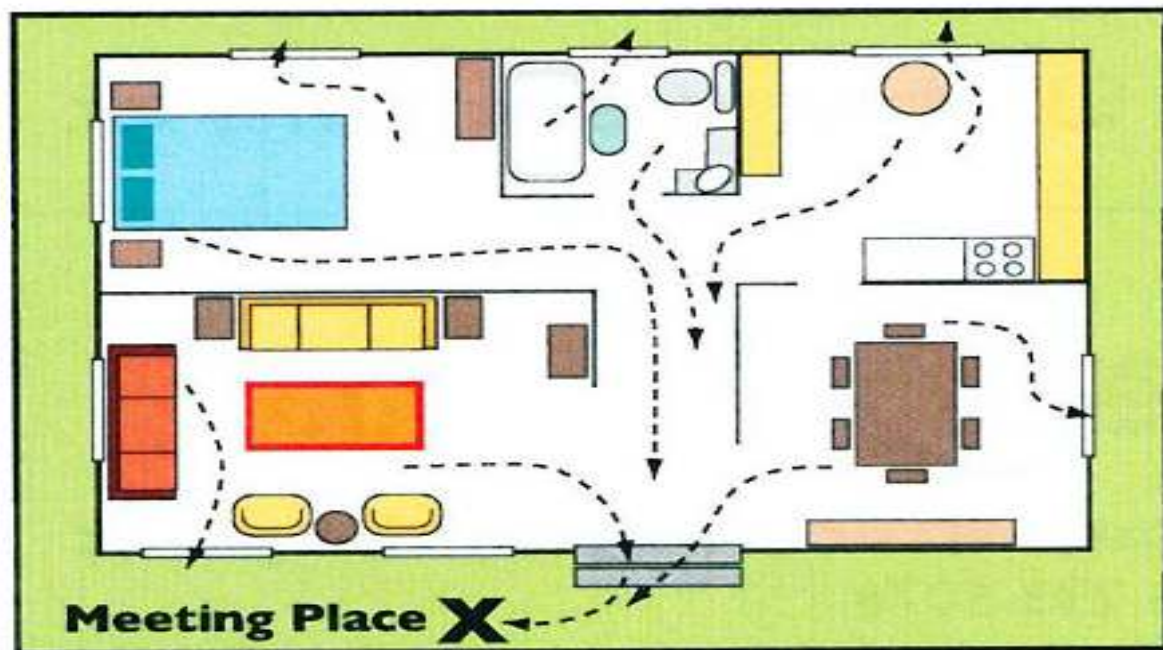
دقت نمایید که در این جلسه باید تمام اعضای خانوار حضور داشته باشند، شامل پدر، مادر، فرزندان، پدر بزرگ و مادر بزرگ و هر کس دیگری که با آن خانواده زندگی می کند.



رسم نقشه خطر

رسم نقشه خطر، روش آموزشی است که در کشورهای مختلف از جمله ژاپن و همچنین کشور خودمان در استان های گلستان، کرمان و تهران بسیار موثر بوده است. در این روش شما مشارکت تمام خانواده را جلب می کنید و خانواده شرایط خطر خود را با تصویر می بیند. ضمناً در اطراف

نقشه به خانواده موارد مهم را یادآوری می کنید. به



○ نقشه را با مشارکت اعضای خانواده بخصوص کودکان رسم کنید.

○ فضای سفید دور نقشه برای ثبت اطلاعات مهم استفاده می شود.

○ نقشه را روی درب یخچال نصب کنید تا همه همیشه آنرا ببینند.



آسیب پذیری همان شرایطی است که باعث می شود ما در اثر یک مخاطره آسیب ببینیم.

آسیب پذیری سازه ای

- وضعیت ساختمان

آسیب پذیری غیر سازه ای

- چیدمان
- مهارسازی

آسیب پذیری عملکردی

- فقدان برنامه

آسیب پذیری فردی

- محدودیت سن
- بیماری



کاهش آسیب پذیری سازه ای

سازه هر منزل عبارت است از دیوارها، سقف ها و ستون ها. لازم است مقاومت سازه هر منزل در برابر مخاطرات مهم (بخصوص زلزله، سیل و طوفان) توسط یک فرد متخصص سنجیده شود. توصیه می شود این کار سالانه تکرار شود. در صورتی که به نظر یک متخصص، منزل شما از مقاومت لازم برخوردار نیست، اقدام به مقاوم سازی آن نمایید. البته بهتر است در زمان خرید یا ساخت یک منزل معیارهای مقاومت در برابر بلایا بدقت سوال و رعایت شود. لازم است که هر خانوار با موارد زیر آشنا باشد و آنها را از آژانس مسکن، سازنده و یا مهندس مربوطه سوال نماید:

- استاندارد ساخت ساختمان ها در خصوص زلزله به آیین نامه ۲۸۰۰ معروف است.
- در خصوص سیل لازم است که ساختمان در حریم رودخانه ها ساخته نشود و در مناطق سیل خیز یا محاسبه اینکه در صورت وقوع سیل، سطح آب به چه میزان بالا خواهد آمد، ارتفاع ساختمان از زمین محاسبه می شود. معمولا از این اصطلاح استفاده می شود که "ارتفاع آب یک سیل ۵۰ ساله چند متر خواهد بود؟" بسته به استانداردهای یک منطقه، دوره های زمانی سیل، ۲۵، ۵۰ یا ۱۰۰ ساله تعریف می شود.
- در خصوص طوفان بسته به پیش بینی سرعت باد، مقاومت مورد نیاز سازه توسط مهندسی تعیین می شود.



کاهش آسیب پذیری غیر سازه ای



- حذف
 - اشیاء غیر ضروری
 - جابجا کردن
 - اشیاء سنگین و سبک
 - محکم کردن
 - کمد - یخچال
- تغییر شکل
 - دربهای ورود و خروج
 - سامانه هشدار اولیه (نصب سنسور)
 - دود - گاز
- تعمیرات
 - برق - آب - گاز

وسایل کیف اضطراری

جعبه کمک های اولیه

۱

پول

۲

مدارک مهم (شناسنامه، اسناد زمین، ...)

۳

مواد غذایی خشک / کنسرو

۴

کنسرو بازکن

۵

وسایلی مانند چاقو، طناب و ...

۶

آب

۷

رادیو یا باتری اضافه

۸

چراغ قوه یا باتری اضافه

۹

وسایل ویژه نوزادان / سالمندان / بیماران

۱۰

وسایل زنان (نوار بهداشتی، قرص ضد بارداری)

۱۱

کفش محکم

۱۲

لباس (گرم، زیر، ...)

۱۳

آنچه که برای خود عزیز است

۱۴





برنامه ارتباطی خانواده در شرایط اضطراری و بلایا

– لازم است هر خانواده برنامه ارتباطی خود را برای شرایط اضطراری و بلایا تعریف و تمرین نماید. معمولاً راهکارهای زیر توصیه می شوند:

- همه افراد خانواده باید شماره تلفن یکی از بستگان قابل اطمینان در سایر نقاط شهر یا شهرهای دیگر را از حفظ بدانند.
- محل تجمع خانواده بعد از وقوع یک حادثه از قبل تعیین شود تا در صورت تخریب منزل و گم شدن افراد نهایتاً در یکجا بتوانند همدیگر را پیدا کنند. مثلاً یک میدان، مسجد محل و غیره.
- تعیین محلی که اعضای خانواده بتوانند برای یکدیگر پیغام بگذارند و آنرا روی دیوار یا درختی نصب کنند تا بتوانند از اوضاع هم با خبر شوند.





برنامه تخلیه منزل در شرایط اضطراری

• در هر خانواده باید برنامه تخلیه در شرایط اضطراری تعریف شود و توسط افراد خانوار تمرین گردد. تخلیه منزل در موارد زیر صورت می گیرد:

• پس از وقوع یک زلزله. البته بعد از اطمینان از تمام شدن لرزش های آن. در هنگام وقوع زلزله فقط در نقاط امن ساختمان پناه بگیرید. مگر در منازل یک طبقه ای که مطمئن هستند بلافاصله وارد حیاط می شوید.

– قبل از وقوع یک زلزله بر اساس هشدار رسانه ها و مسئولین

– قبل از وقوع سیل یا طوفان بر اساس هشدار رسانه ها و مسئولین

– در برنامه تخلیه موارد زیر باید مد نظر باشند:

– از قبل محلی را برای جمع شدن خانواده مشخص کنید. در خصوص سیل یک منطقه مرتفع را مشخص نمایید

– با آرامش خارج شوید

– قبل از خروج کیف اضطراری خود را بردارید

– به افراد آسیب پذیر کمک کنید

– شیرگاز را ببندید

– کنتور برق را قطع کنید

– در را پشت سر خود قفل کنید





برنامه کمک به اعضای آسیب پذیر خانواده

- در هر خانواده باید افراد آسیب پذیر در برابر بلایا تعیین و برای کمک به آن ها برنامه ریزی شود. مثال های زیر برخی از روش های کمک به این افراد هستند:
 - تعیین یک فرد به ازای هر فرد آسیب پذیر برای کمک به وی در زمان تخلیه اضطراری
 - اطمینان از ذخیره سازی و برداشتن داروهای مورد نیاز افراد بیمار
 - جابجا کردن افراد بستری از مجاورت عوامل غیر سازه ای خطرناک منزل.
 - جابجا کردن تخت یک بیمار بستری از زیر کمدمی سنگین یا شیشه ای.





طراحی مانور خانواده

- هر چقدر که دانش داشته باشیم تا وقتی که عمل نکنیم، بی فایده است. برای اینکه مطمئن شویم یک خانواده تمام آموزش ها را فرا گرفته است، باید یک مانور را اجرا و ارشیابی کند. بهتر است هر خانوار حداقل سالی یکبار (ترجیحا دو بار) مانور انجام دهد. می توانید مراحل زیر را به خانواده توصیه کنید:
 - تمام اعضاء خانواده جمع شوند.
 - هدف مانور را بیان کنند: مثلا آمادگی در برابر زلزله
 - بگویند که چه کارهایی باید انجام شود، مثلا اعلام شروع مانور، رفتن زیر میز، بسته بودن آسانسور، برداشتن کیف اضطراری، کماک
 - به فرد سالمند و ...
 - هر عضو خانواده یک کار را تقبل کند
 - با اعلام آغاز مانور، هر کس وظیفه خود را انجام دهد
 - مثلا با زدن روی میز یا زنگ زدن ساعت کوک شده
 - کل زمان انجام مانور ۳ تا ۱ دقیقه طول می کشد
 - بعد از مانور همه با هم بحث کنند که چه اشکالاتی وجود داشت و برای رفع آن باید چه کرد



اجزاء سیستم هشدار اولیه موفق

خوشبختانه می توانیم از خطر وقوع مخاطرات آب و هوایی مانند سیل، طوفان، آتش سوزی جنگل و غیره زودتر مطلع شویم، خود و خانواده مان را نجات دهیم.
به این امر **هشدار اولیه** می گویند.



یکی از دلایل نقش بسیار ضعیف سیستم مدیریت بحران کشور، نداشتن رویکردهای مبتنی بر جامعه در مدیریت بحران از قبیل سامانه هشدار عمومی است.
برای جامعه ما هنوز سطوح هشدار و آماده باش به طور رسمی تعریف نشده و آموزش های لازم به مردم ارائه نشده است و سیستم های لازم برای اینکه هشدار به سمع افرادی که در معرض خطر هستند، برساند وجود ندارد. (



مرحله	عنوان	اقدام لازم
زرد	معادل "اطلاعیه" سازمان هواشناسی	1. جلسه ستاد بحران منطقه یا محله را تشکیل دهید. 2. مطمئن شوید که سیستم ارتباطی شما با بالادست، پایین دست و مردم منطقه یا محله خودتان برقرار است.
نارنجی	معادل "اخطاریه" سازمان هواشناسی	1. اقدامات مرحله زرد را انجام دهید. 2. با بالادست تماس بگیرید. 3. با ایستگاه های پیش بینی تماس بگیرید. 4. به مردم بگویید که آماده باشند. 5. به ستاد شهرستان و سایر مراکز ارتباطی اطلاع دهید.
قرمز	معادل تصمیم گیری ستاد بحران منطقه یا محله برای تخلیه	1. از مردم بخواهید که منازل را تخلیه کنند و به مناطق امن پناه ببرند. 2. خطر سیل را به پایین دست اطلاع دهید. 3. مردم را به نقاط امن هدایت کنید. 4. به ستاد شهرستان و سایر مراکز ارتباطی اطلاع دهید.
	شرایط تخلیه: 1. اطلاع از وقوع مخاطره در بالادست 2. اعلام ستاد حوادث شهرستان 3. اعلام بالادست 4. توافق ستاد بحران منطقه یا محله بر احتمال وقوع مخاطره	



مراحل اطفاء حریق روش PASS

Pull - Aim - Squeeze - Sweep

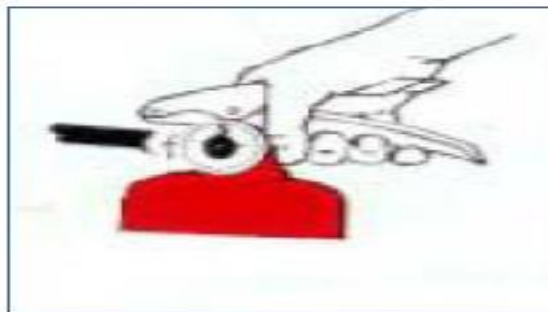
1

2

5

- ۱- ضامن را بکشید
- ۲- هدف گیری کنید
- ۳- دسته را بفشارید
- ۴- شعله را جارو کنید

برای اطلاع به آتش نشانی شماره ۱۲۵ را به خاطر داشته باشید.





کمک های اولیه پزشکی

- در هر خانوار باید حداقل یک نفر آموزش کمک های اولیه را دیده باشد. این آموزش باید بطور سالانه تکرار شود.
- البته توصیه می شود تک تک اعضای بالای ۶ سال خانوار این آموزش ها را دریافت نمایند.



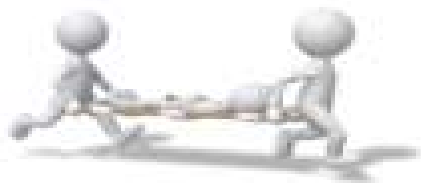
- طرح سفیران سلامت
- طرح هر خانواده یک امدادگر (هلال احمر)



برنامه مدیریت بلایا در سطح محله

- توسط برخی سازمان ها مثلا شهرداری، هلال احمر و غیره ممکن است برنامه ای برای مدیریت بلایا در محله شما در جریان باشد. مثلا آموزش جستجو و نجات، کمک های اولیه، شناسایی نقاط پرخطر، نصب کانکس های ذخیره لوازم شرایط اضطراری، تمرین و مانور و غیره. توصیه می شود تمام اعضای خانوار بطور فعال در این برنامه ها مشارکت کنند. در اینصورت نه تنها ممکن است خود شما از یک حادثه نجات پیدا کنید بلکه می توانید به سایر اعضای خانواده و همسایگان نیز یاری برسانید و ناجی جان آنها شوید.

مثال برنامه محب در بهزیستی



Presenter Media



Presenter Media



Presenter Media



Presenter Media



Presenter Media

فرم بررسی آمادگی خانوار در برابر بلایا

ردیف	سوال	راهنما	بلی	خیر
۱	آیا طی یکسال گذشته در خانواده شما جلسه برنامه ریزی برای مقابله با بلایا انجام شده است؟	بلایا مانند زلزله، سیل، خشکسالی، طوفان، رانش زمین، سرما یا گرمای شدید، آتش سوزی و غیره		
۲	آیا خانواده شما نقشه خطر بلایای مهم را رسم کرده است؟	-		
۳	آیا مقاومت ساختمان منزل شما در برابر زلزله طی یکسال گذشته توسط یک فرد متخصص ارزیابی شده است؟	شامل دیوارها، سقف ها و ستون ها		
۴	آیا در صورت مقاوم نبودن ساختمان منزل تان در برابر زلزله، اقدامی را برای مقاوم سازی آن انجام داده اید؟	-		
۵	آیا طی یکسال گذشته آسیب پذیری عوامل غیرسازه ای محل سکونت خود را برای زلزله ارزیابی کرده اید؟	عوامل غیرسازه ای شامل تاسیسات (آب، برق و گاز)، لوازم منزل و دکوری، شیشه ها و غیره		
۶	آیا طی یکسال گذشته اقدامی را برای کاهش آسیب پذیری عوامل غیرسازه ای منزل خود انجام داده اید؟	-		
۷	آیا در خانواده شما کیف شرایط اضطراری و بلایا وجود دارد؟	-		
۸	آیا خانواده شما برای شرایط اضطراری و بلایا دارای برنامه ارتباطی است؟	-		
۹	آیا خانواده شما برای شرایط اضطراری و بلایا برنامه تخلیه دارد؟	-		
۱۰	آیا در خانواده شما برای کمک به گروه های آسیب پذیر در شرایط اضطراری و بلایا برنامه خاصی وجود دارد؟	شامل زنان، کودکان، سالمندان و بیماران		
۱۱	آیا اعضای خانواده شما با هشدارهای اولیه مخاطرات مهم منطقه مانند سیل، طوفان و غیره آشنا هستند؟	-		
۱۲	آیا وسایل اطفای حریق آماده در منزل شما وجود دارد؟	منظور از آماده، وجود حداقل یک کپسول آشنشانی شارژ شده است که اعضای خانواده روش استفاده از آن را می دانند		
۱۳	آیا حداقل یکی از اعضای خانوار شما طی یکسال گذشته برای کمک های اولیه پزشکی آموزش دیده است؟	-		
۱۴	آیا خانواده شما در برنامه های مدیریت بلایا در محله خود مشارکت دارد؟	-		
۱۵	آیا طی یکسال گذشته، خانواده شما تمرین شرایط اضطراری و بلایا را انجام داده است؟	-		

فرم ارزیابی آمادگی خانوار در برابر بلایا



شاخص های برنامه

ردیف	شاخص	محاسبه شاخص
۱	پوشش ارزیابی آمادگی خانوار در برابر بلایا	<u>تعداد خانواری که ارزیابی آمادگی خانوار برای آنها انجام شده است</u> $\times 100$ تعداد کل خانوارها
۲	پوشش آموزش آمادگی خانوار در برابر بلایا	<u>تعداد خانواری که آموزش آمادگی خانوار برای آنها انجام شده است</u> $\times 100$ تعداد کل خانوارها
۳	میزان آمادگی خانوار در برابر بلایا	<u>جمع امتیاز آمادگی خانوارها</u> $\times 6.7$ تعداد خانوارهای ارزیابی شده





هدف پیش بینی شده

۲۵٪ از خانوارهای تحت پوشش در هر سال





سپاس از توجه شما