

کیف مواقع اضطراری

ذوالفقار دانشی

زلزله دقت کنید! بنابراین بهتر است تا فرصت داریم، آموزش‌های لازم را برای بقا در چنین حوادثی فراگیریم، مهارت‌های لازم را تمرین کنیم و تجهیزات ضروری و حیاتی را از قبل برای چنین پیشامدهایی آماده کنیم.

یکی از اقدامات مهم برای زنده ماندن در موقعیت‌های دشوار خطرناک، این است که کیف مواقع اضطراری که در کشور ما به «کوله‌پشتی زلزله» معروف شده آماده کنیم. در این دو صفحه، تجهیزات لازم این کیف را فهرست کرده‌ایم.

کشور ما در ناحیه‌ای از زمین واقع شده که حوادث طبیعی مختلفی در آن اتفاق می‌افتد: زمین‌لرزه، سیل، بهمن، رانش زمین، ریزش کوه، ریزگرد، توفان شن، آتش‌فشان، توفان دریایی، تندباد و سونامی، بخشی از این پدیده‌های طبیعی مخرب را تشکیل می‌دهد. متأسفانه فناوری بشر هنوز آن قدر پیشرفت نکرده است که بتواند همه این پدیده‌ها را از قبل پیش‌بینی و از وقوع آن‌ها جلوگیری کند. هیچ‌یک از کشورهای جهان نتوانسته‌اند چاره‌ای بهتر از هم‌زیستی با این حوادث بیابند (به سبک زندگی ژاپنی‌ها و آمادگی در برابر وقوع



۱
کیف

مواقع اضطراری

۳

آب

(چهار لیتر

به‌ازای هر نفر

در روز)

۴

غذا (فاسدنشدنی)

۲

طوری برنامه‌ریزی کنید که حداقل سه شبانه‌روز بتوانید بدون هیچ کمکی دوام بیاورید؛ البته کارشناسان توصیه می‌کنند که برای هفت تا ده روز تدارک ببینید.



۵

دارو



۶

تجهیزات پزشکی ضروری

۷ کیف کمک‌های اولیه



۸ کفش مقاوم (پوتین، کفش کوه و...)



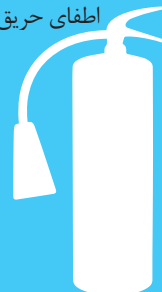
۹ باتری اضافی



۱۰ لباس گرم



۱۱ کپسول اطفای حریق



۱۶ لوازم بهداشتی شخصی



۱۷ شارژر موبایل (انواع مختلف)، تلفن ثابت (در مواقع اضطراری، خطوط ثابت مطمئن‌تر از آنتن‌های موبایل هستند)



۱۴ پول خرد



۱۵ جعبه‌ابزار کوچک یا چاقوی همه‌کاره



۱۲ مدارک شناسایی



۱۳ دستمال توال، دستمال کاغذی

۱۵ درباره اینکه چطور می‌توانید بهترین کمک را به دیگران ارائه دهید، آگاهی کسب کنید.

۱۴ به یکدیگر کمک کنید.



۱۳ دوست، فامیل یا آشنایی که در خارج از ناحیه حادثه زده زندگی می‌کند، می‌تواند پل ارتباطی بین اعضای خانواده‌تان باشد.

۱۲ باتری‌های اضافی و شارژرهای اضافی (حتی شارژر خودرو) همراه داشته باشید.



۱۱ برقراری تماس تلفنی پس از حادثه معمولاً به دشواری انجام می‌شود، اما ارسال پیامک مطمئن‌تر است.



۶ مدرسه فرزندان‌تان



۷ بیمارستان و درمانگاه محلی، حمل‌ونقل عمومی



۸ دیگر مراکزی که اعضای خانواده‌تان، به‌طور منظم به آنجا رفت‌وآمد می‌کنند.



۹ برای ارتباطات پس از حادثه برنامه‌ریزی کنید.

۱۰ اطلاعات تماس اضطراری را روی کاغذ و گوشی‌های همراه ذخیره کنید و در اختیار همه اعضای خانواده قرار دهید.



۵ محل کار

۴ از راهنمای مواقع اضطراری در محل‌های فوق آگاه باشید:

۳ از قبل، مکانی را تعیین کنید که اگر مجبور به ترک خانه، مدرسه یا محل کار شدید، اعضای خانواده در آنجا جمع شوند.



۲ برای مواقع اضطراری، برنامه‌ریزی کنید.

۱ کیف بزرگ را که برای هفت تا ده روز آماده کرده‌اید، در خانه نگهداری کنید؛ جایی که هنگام وقوع حادثه بتوانید سریع آن را بیابید. کیف‌های کوچک‌تری را نیز در خودرو و محل کار خود نگه دارید.

چند نکته



۱۸ چراغ‌قوه



۱۹ در بازکن

