

## آمادگی خانواده در برابر مخاطرات طبیعی

### تالbloی ۲ : آمادگی برای زلزله

روز ملی ایمنی و زلزله در مدارس

دبستان دخترانه امام حسین علیه السلام دوره دوم

#### تهیه کننده و تایید کننده مطالب :

#### زهره همتی نژاد مربی بهداشت



وسایل سنگین و شکستنی را در طبقات پایین نگهداری کنیم، آبینه، شیشه و سایل سنگین را بالای سرمان نگذاریم و درب کابینت و کمد را قفل نگذاریم.



خانواده ایمنی سازه ای و غیرسازه ای منزل را بررسی می کند. هتل بررسی محکم بودن کابینت و کمد به دیوار، محکم بودن لوستر و پنکه به سقف واستحکام چاه فاضلاب



خانواده ایمنی سازه ای و غیرسازه ای منزل را بررسی می کند. هتل بررسی مقاومت دیوار و سقف، اتصال برق و نشت گاز.



در هنگام زلزله زیر میز محکم، سه گوش دیوار، بغل یخچال بزرگ پناه بگیریم و از پنجره، شیشه، کمد و هر آنجه که پرت می شود یا می افتد دوری کنیم.



در هنگام زلزله زیر میز محکم، سه گوش دیوار، بغل یخچال بزرگ پناه بگیریم و از پنجره، شیشه، کمد و هر آنجه که پرت می شود یا می افتد دوری کنیم.



هر خانه باید دارای یک کپسول آتش نشانی باشد که همه روش استفاده را بدانند. ضمناً همه خانواده مسیر خروج اضطراری خانه را بشناسند.

## روز ملی ایمنی و زلزله در مدارس

# آمادگی خانواده در برابر مخاطرات طبیعی

## تabelوی ۲ : آمادگی برای زلزله



فقط زیر چهارچوب های محکم پنله بگیریم، مثل خانه های قدیمی که چهارچوب پخشی از دیوار است. در زمان زلزله از آسانسور استفاده نکنیم.



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



هر اگب پنکه سقفی و لوسترها باشیم.



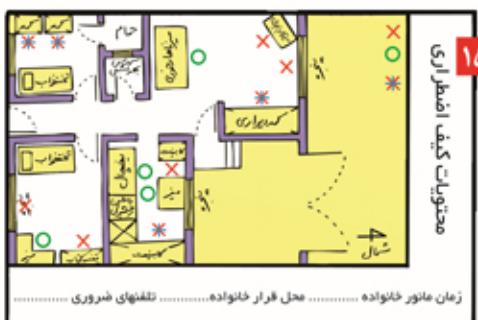
راه هوایی مصدوم را باز کرده و محل خودت زی را با دستعمال فشار دهیم. اندام ها و کردن را با آتلی بی حرکت نکنیم. برای جلوگیری از صدمه شکاعی، مصدوم را با احتیاط از زیر آوار بیرون آورده و حمل کنیم.



اگر زیر آوار گیردیم گرفت روشن نکنیم، دهان را با چارچه بپوشانیم، سک و اجسام فلزی زده یا سوت بزنیم، فریاد زدن آفرین کار است.



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



بعد از زلزله، کایینت را با احتیاط باز کنیم، سالم بودن اوله بخاری را بررسی کنیم و ابل از برگشت به داخل ساختمان از این بنده مطمئن شویم.

