স্কুল নিরাপত্তা কর্মসূচি

रा. आ. मो. बल – भारत
NDRF - INDIA
जीवन रक्षा से भी आगे . . .
Saving Lives & Beyond...

CAUTION
DO NOT ENTER
STOP
DANGER

GOVT. BOYS SEC. SCHOOL
ECO CL

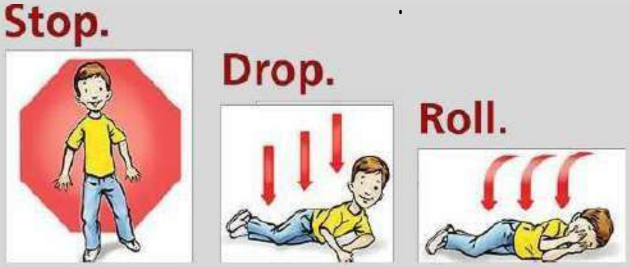
FAMEX
NATIONAL DISASTER RESPONS
1077

স্কুলের নিরাপত্তা

ভূমিকা:-

শিশুরা তাদের বেশিরভাগ সময় স্কুলে ব্যয় করবে বলে আশা করা হয় এবং তাদের সুরক্ষা এবং সুস্থতা নিশ্চিত করার জন্য নিরাপদ স্কুল অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। স্কুলগুলি শিক্ষার্থীদের জন্য নিরাপদ আশ্রয়স্থল হতে পারে যা তাদের ধীরে ধীরে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসতে সহায়তা করে। অতএব, নিরাপদ স্কুলিংয়ের দিকগুলি নিয়ে কাজ করা গুরুত্বপূর্ণ।

আগুন লাগার সময় অনুশীলন করুন: :- **S.D.R.**



আগুন:

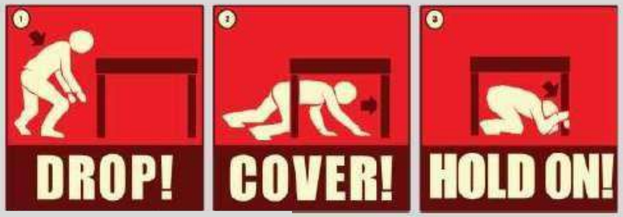
আগুন লাগলে যা করবেন:-

* অ্যালার্ম বাজান এবং প্রিন্সিপাল/হেডমাস্টারকে জানিয়ে দিন।
* আগুনের আশেপাশের এলাকা থেকে সবাইকে বাইরে নিয়ে যান।
* নিরাপদ হলে উপলব্ধ সরঞ্জাম দিয়ে আগুন নেভানোর চেষ্টা করুন।
* কর্মচারী, ছাত্রছাত্রী ও অতিথিদের প্রয়োজনে জিনিসপত্র নিতে দিন (যদি নিরাপদ হয়)।
* সবাইকে সুশৃঙ্খলভাবে বাইরে বের করে আনুন।
* সব দরজা ও জানালা বন্ধ করুন এবং বিদ্যুতের সংযোগ বন্ধ করুন।
* শ্রেণির রোল অনুযায়ী নির্দিষ্ট পথে সবাইকে নির্ধারিত সমাবেশ স্থানে নিয়ে যান।
* প্রতিবন্ধী বা বিশেষ প্রয়োজন আছে এমন ব্যক্তিদের সাহায্য করুন।
* ছাত্রছাত্রীদের দলবদ্ধ করে রাখুন এবং তালিকা দেখে তাদের উপস্থিতি নিশ্চিত করুন।
* ছাত্রছাত্রীদের সঙ্গে থাকুন এবং পরবর্তী নির্দেশের জন্য অপেক্ষা করুন।
* ইভেন্ট নিয়ন্ত্রকের পরামর্শ না দেওয়া পর্যন্ত জড়ো হবেন না।

ভূমিকম্প:

ভূমিকম্পের পর যা করবেন:
যদি আপনি ভূমিকম্পের কম্পন অনুভব করেন, তাহলে আপনার প্রথম প্রতিক্রিয়া কী হওয়া উচিত?

- ✓ ড্রপ (Drop), কভার (Cover) এবং হোল্ড অন (Hold On)।


1
2
3
DROP!
COVER!
HOLD ON!

* শান্ত থাকুন। যদি আপনি ঘরের ভিতরে থাকেন, তাহলে ভিতরেই থাকুন। যদি বাইরে থাকেন, তাহলে বাইরে থাকুন।

* যদি ঘরের ভিতরে থাকেন, তাহলে ভবনের মাঝখানের কোনো দেয়ালের পাশে দাঁড়ান অথবা শক্ত আসবাবপত্র (ডেস্ক বা টেবিল)-এর নিচে আশ্রয় নিন।

* জানালা ও বাইরের দরজা থেকে দূরে থাকুন।
* যদি বাইরে থাকেন, তাহলে বিদ্যুতের তার বা পড়ে যেতে পারে এমন জিনিস থেকে দূরে থাকুন। ভবন থেকেও দূরে থাকুন।
* সম্ভব হলে কোনো খোলা জায়গায় চলে যান। ভাঙা গ্যাস লাইনের কাছে আগুন জ্বালাবেন না।
* যদি গাড়িতে থাকেন, গাড়ি থামিয়ে দিন এবং ভূমিকম্প থামা পর্যন্ত গাড়ির ভিতরেই থাকুন।
* লিফট ব্যবহার করবেন না।

ভূমিকম্পের পর যা করবেন

* নিজের এবং অন্যদের আঘাত লেগেছে কি না তা পরীক্ষা করুন।

* আহত ব্যক্তিদের প্রাথমিক চিকিৎসা দিন।
* রেডিও শুনুন। জরুরি পরিস্থিতি না হলে ফোন ব্যবহার করবেন না।
* ক্ষতিগ্রস্ত ভবন থেকে দূরে থাকুন।
* ভাঙা কাঁচ ও বিপজ্জনক আবর্জনা থেকে সাবধান থাকুন।
* পা সুরক্ষিত রাখতে বুট বা শক্ত জুতো পরুন।
* জরুরি পরিকল্পনা বা দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তির নির্দেশ মেনে চলুন।
* ভূমিকম্পের পরে আবার কম্পন (আফটারশক) হতে পারে—এ ব্যাপারে সতর্ক থাকুন।

ঘূর্ণিঝড় / বন্যা:-

ঘূর্ণিঝড়প্রবণ এলাকায় স্কুলের প্রধান শিক্ষক/প্রধানকে স্থানীয় প্রশাসনের সঙ্গে যোগাযোগ করা উচিত।

* জরুরি পরিষেবার সঙ্গে যোগাযোগ স্থাপন করা এবং প্রতিটি দায়িত্বশীল ব্যক্তিকে বিভিন্ন কাজের জন্য প্রস্তুত রাখা উচিত।

* যদি বন্যা চলতে থাকে, তাহলে স্থানীয় জরুরি পরিষেবা ও শিক্ষা দপ্তরের সঙ্গে যোগাযোগ করুন।

* যদি স্কুল এখনও পানিতে ডুবে থাকে তাহলে ছাত্র ছাত্রী ও কর্মচারীদের বিশেষভাবে নিশ্চিত করতে হবে যে তারা সেই এলাকায় আছে।

* সম্ভব হলে মূল্যবান যন্ত্রপাতি ও জিনিসপত্র বন্যার জল থেকে দূরে রাখুন।
* সম্ভাব্য বিদ্যুৎ বিপদ দূর করা হয়েছে কি না তা নিশ্চিত করুন (প্রয়োজনে বিদ্যুতের আলাদা সংযোগ বন্ধ করুন)।
* বাকি সবাইকে সুরক্ষা দিয়ে নিরাপদ স্থানে নিয়ে যান।
* কাউকে বন্যার পানিতে ঢুকতে দেবেন না।

ভূমিধস:-

* আপনি যদি তৎক্ষণাৎ বিপদের মধ্যে থাকেন।
* দ্রুত ক্ষতিগ্রস্ত এলাকা খালি করুন।
* পুলিশ ও অগ্নিনির্বাপক বিভাগকে খবর দিন।

সতর্কবার্তার লক্ষণ:-

* স্কুল থেকে অদ্ভুত শব্দ আসছে।
* দেয়াল ও মেঝে বাঁকা হয়ে গেছে।
* ভবনের দরজাগুলো হঠাৎ খুলে যাচ্ছে।
* দরজা ও জানালা কিছু সময়ের জন্য আটকে যাচ্ছে বা খুলতে সমস্যা হচ্ছে।
* ঝুলন্ত দেয়াল, সরু গলি এবং সিঁড়ি ভবন থেকে আলাদা হয়ে যেতে শুরু করছে।

স্কুল টিমের ভূমিকা:-

সম্ভাব্য দুর্যোগের সময় প্রয়োজনীয় পরিকল্পনা তৈরি এবং কার্যকর করার জন্য একটি স্কুল দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি গঠন করা যেতে পারে।

1. দুর্যোগ সচেতনতা গ্রুপ:-

* বিভিন্ন দুর্যোগের সময় কী করা উচিত এবং কী করা উচিত নয়—এই বিষয়ে পোস্টার, চার্ট এবং অন্যান্য তথ্য শিক্ষার্থীদের মধ্যে উপস্থাপন করা উচিত।
* সচেতনতা বাড়ানোর জন্য প্রদর্শনী আয়োজন করা উচিত।

2. সতর্কবার্তা ও তথ্য প্রচার দল:-

* বিদ্যালয়ের সামনে আসতে পারে এমন সম্ভাব্য বিপদের তথ্য টিভি, রেডিও ও ইন্টারনেট থেকে নিয়মিত সংগ্রহ ও পর্যবেক্ষণ করা উচিত।
* যেমন—বন্যা, ভূমিধস, ঘূর্ণিঝড়ের ক্ষেত্রে আবহাওয়ার আপডেট।
* জরুরি অবস্থায় ঘণ্টা বা সাইরেন বাজিয়ে অথবা পাবলিক অ্যাড্রেস সিস্টেমের মাধ্যমে সবাইকে জানানো।
* দুর্যোগ নিরাপত্তা সংক্রান্ত তথ্য ও পরামর্শ প্রদান করা।

3. দুর্যোগ মোকাবিলা গোষ্ঠী:

* খোলা জায়গা নির্ধারণ করা যেখানে দুর্যোগের পরে সবাই একত্রিত হতে পারে।
* খারাপ আবহাওয়ার সময় প্রয়োজন হলে বিকল্প ব্যবস্থা তৈরিতে পরিকল্পনা কমিটির সাহায্য নেওয়া।

4. অনুসন্ধান ও উদ্ধার দল:-

দুর্ঘটনার সময় আহত ব্যক্তিদের উদ্ধার করার জন্য দলের সদস্যদের নিয়মিত প্রশিক্ষণ দেওয়া।

* প্রাথমিক চিকিৎসায় দক্ষতা অর্জন করা।
* দুর্যোগের সময় উদ্ধার ও অনুসন্ধান অভিযান শুরু করা।
* আহতদের অবস্থানের তথ্য প্রাথমিক চিকিৎসা দলকে জানানো।
* অন্যান্য সমস্যার তথ্য প্রশাসনকে জানানো।

5. প্রাথমিক চিকিৎসা দল:-

* নিশ্চিত করতে হবে যে প্রাথমিক চিকিৎসার সরঞ্জাম এবং স্বাস্থ্য কার্ড সবসময় হালনাগাদ ও সবসময় পূর্ণ থাকে।
* ছাত্রছাত্রী ও কর্মচারীদের বিশেষ চিকিৎসা প্রয়োজন সম্পর্কে জানা এবং স্কুলে প্রয়োজনীয় কিছু ওষুধের মজুত রাখা।
* উদ্ধার দলের সঙ্গে সমন্বয় রেখে কাজ করা।
* গুরুতর আহত ব্যক্তিদের উদ্ধার করতে সাহায্য করা।

6 অগ্নি নিরাপত্তা দল:-

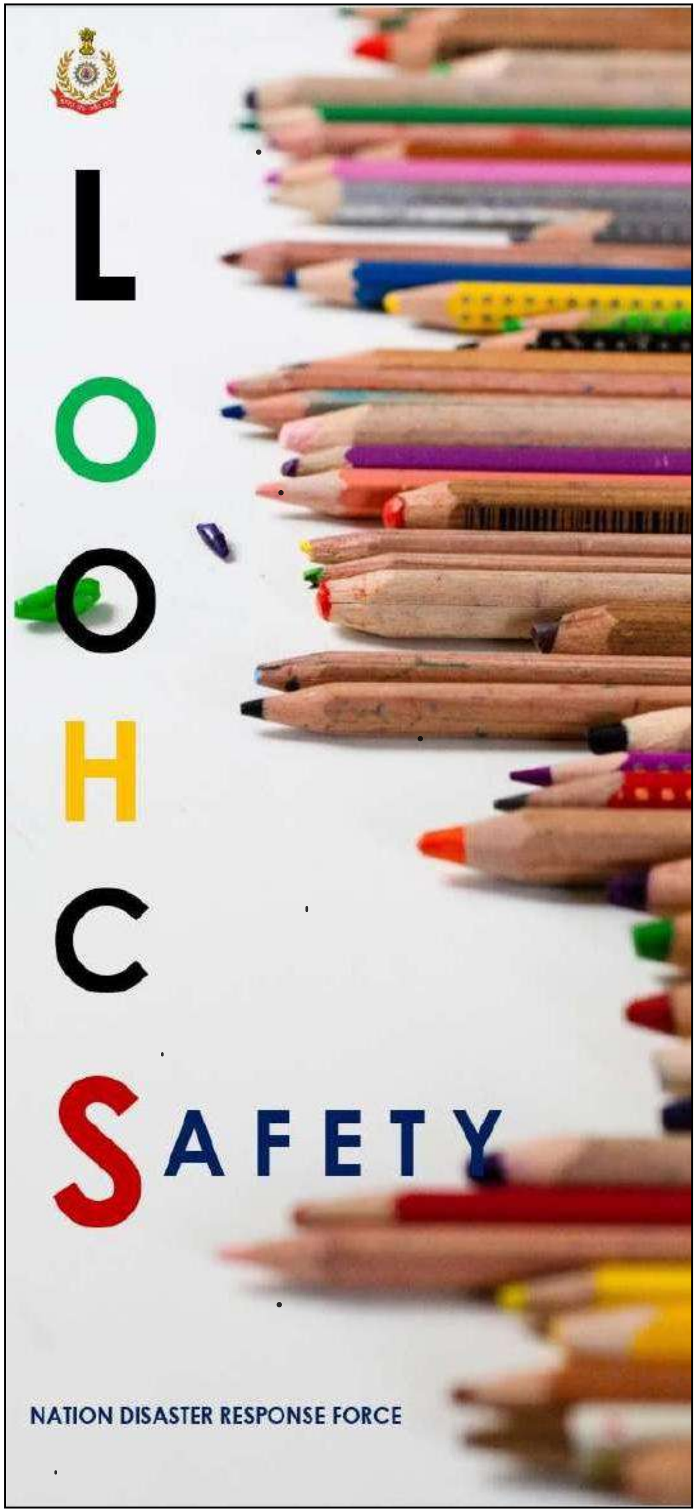
* নিশ্চিত করতে হবে যে অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র সবসময় কার্যকর আছে এবং কর্মচারীরা এগুলো ব্যবহার করতে প্রশিক্ষিত।
* সম্ভাব্য অগ্নিকাণ্ডের ঝুঁকি শনাক্ত করা (যেমন—রাসায়নিক ল্যাব, ক্যান্টিন, রান্নাঘর, গরম পানির ট্যাংক ইত্যাদি) এবং এগুলো নিরাপদ রাখা।

7. সাইট সিকিউরিটি টিম:-

* পরিকল্পনা কমিটি, স্কুল প্রশাসন এবং জেলা কর্মকর্তাদের সঙ্গে মিলে একটি নিরাপত্তা নীতি তৈরি করা।
* কর্মচারীদের এই নীতি সম্পর্কে অবহিত করা।
* সব প্রবেশ ও প্রস্থান হওয়ার পথ নির্ধারণ করা।

8. বাস সিকিউরিটি টিম (প্রতিটি বাসের জন্য):-

* ছাত্রছাত্রীদের স্কুলে আসা-যাওয়ার সময় দুর্ঘটনা বা দুর্যোগের জন্য নিরাপত্তা নীতি তৈরি করা।
* যদি বাস চলাচলের অবস্থা নিরাপদ হয়, তাহলে সতর্কতার সঙ্গে বাস চালানো।



L
O
O
H
C
SAFETY

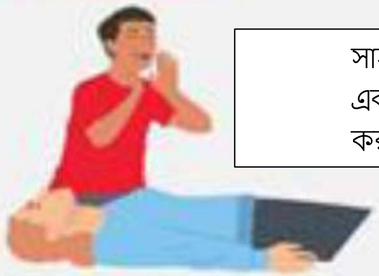
NATION DISASTER RESPONSE FORCE

সি.পি.আর (CPR) প্রক্রিয়া

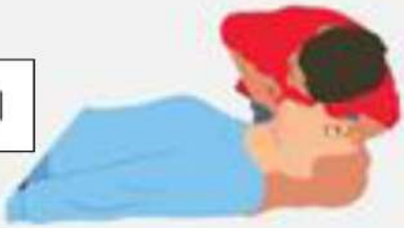
C ই.এম.এস (EMS)-

P সি.পি.আর শুরু করুন।

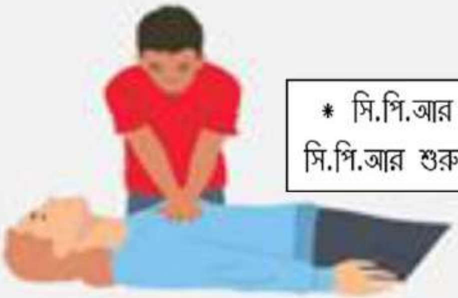
R আবার চেষ্টা করুন।



সাহায্যের জন্য কল করুন: দ্রুত সাহায্যের জন্য লোক ডাকুন এবং ই.এম.এস (EMS)-কে সূচনা দিতে ১০৮ নম্বরে কল করুন।



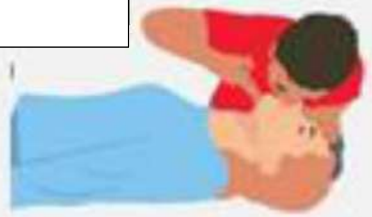
* প্রাথমিক পরীক্ষা: রক্ত সঞ্চালন, বায়ুপথ এবং শ্বাস-প্রশ্বাস পরীক্ষা করুন।



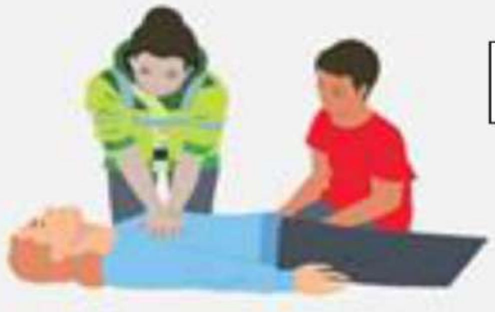
* সি.পি.আর শুরু করা: যদি নাড়ি (Pulse) না চলে, তবে নির্দিষ্ট স্থানে হাত রাখুন এবং সি.পি.আর শুরু করুন।

সি.পি.আর (CPR) এর হার ও নিয়ম:

১. প্রাপ্তবয়স্ক এবং শিশু:
- বুকের চাপ (Compression): ৩০বার (প্রতি মিনিটে ১০০বার গতিতে)
- বাঁচাও শ্বাস (Rescue Breath): ২বার
- চাপের গভীরতা: ২ইঞ্চি।



২. প্রাপ্তবয়স্ক এবং শিশু:
- বুকের চাপ (Compression): ৩০বার (প্রতি মিনিটে ১০০বার গতিতে)
- বাঁচাও শ্বাস : ২বার(হালকা ফুঁ বা Puff)
- চাপের গভীরতা: ১.৫ইঞ্চি।



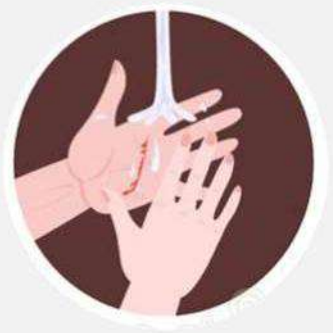
ই.এম.এস (EMS) না আসা পর্যন্ত সি.পি.আর (CPR) চক্রটি পুনরায় চালিয়ে যান।

জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী (NDRF)

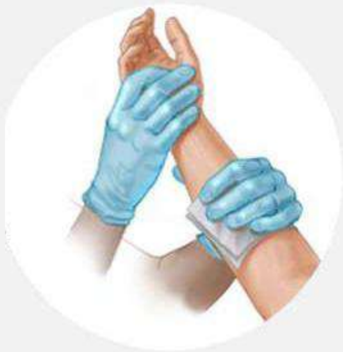
রক্তক্ষরণ নিয়ন্ত্রণ

জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী

সর্বদা ব্যক্তিগত সুরক্ষা সরঞ্জাম যেমন ল্যাটেক্স গ্লাভস পরিধান করুন।

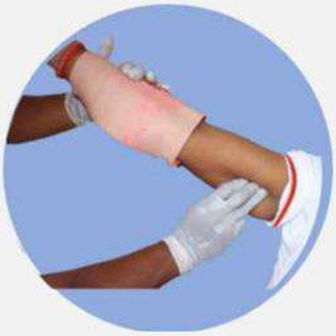


ড্রেসিং লাগানোর আগে ক্ষতস্থানকে জীবাণুমুক্ত লবণাক্ত জল (স্যালাইন) অথবা পরিষ্কার জল দিয়ে ভালোভাবে পরিষ্কার করুন।

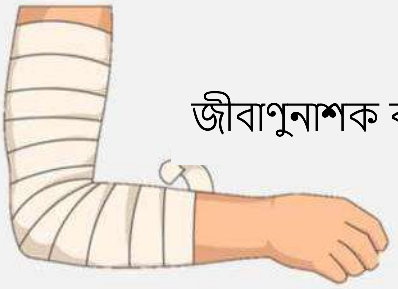


ক্ষতের উপর সরাসরি চাপ দিন।

ক্ষতস্থানকে হৃদয়ের স্তরের উপরে তুলে ধরুন।



চাপের নির্দিষ্ট পয়েন্টগুলিতে চাপ প্রয়োগ করুন।



জীবাণুনাশক ব্যবহার করুন এবং ড্রেসিং করুন।

HOW SAFE IS MY SCHOOL ?

আমার স্কুল কতটা নিরাপদ ?

জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী

আমার স্কুল কতটা
নিরাপদ ?

দুর্যোগ হ্রাস দিবস

প্রতি বছর পালিত দুর্যোগ হ্রাস দিবস দুর্যোগ ঝুঁকি হ্রাস সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করার জন্য পালন করা হয়। এই দিবসের উদ্দেশ্য হলো মানুষ ও সরকারকে দুর্যোগের ঝুঁকি কমানোর কাজে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহিত করা।

জাতীয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কর্তৃপক্ষ (NDMA) এবং জাতীয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা প্রতিষ্ঠান (NIDM) ১০ অক্টোবর ২০১২ তারিখে "স্কুল নিরাপত্তা" বিষয়ের উপর জাতীয় ফোকাস দিবস (National Focus Day) আয়োজন করেছিল। এর উদ্দেশ্য ছিল বিদ্যালয়গুলিতে দুর্যোগ থেকে সুরক্ষা সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা এবং দুর্যোগ ব্যবস্থাপনার প্রস্তুতি আরও শক্তিশালী করা।

কেন স্কুল নিরাপত্তা গুরুতর?

- ✓ প্রায় প্রতি বছর শত শত স্কুল শিশু প্রাকৃতিক/মানবসৃষ্ট দুর্যোগের শিকার হয়।
- ✓ ২০০১ সালের গুজরাট ভূমিকম্পে ৯৭১ জন ছাত্র এবং ৩১ জন শিক্ষক নিহত হন বলে ধারণা করা হয়।
- ✓ ২০০৪ সালের কুম্ভকোনাম অগ্নিকাণ্ডের ফলে ১,৮৮৪ টি ভবন ধসে পড়ে, ৯৪ জন শিশু মারা যায়।
- ✓ ১৯৯৭ সালে, উত্তর দিল্লিতে যমুনা নদীতে একটি বাস পড়ে গেলে ২৪ জন শিশু নিহত হয়।
- ✓ ১৯৯৫ সালের ডাবওয়ালি অগ্নিকাণ্ডে ১০০ জনেরও বেশি শিশু মারা যায়।
- ✓ এর ফলে কাঠামোগত এবং অ-কাঠামোগত হস্তক্ষেপের মাধ্যমে স্কুলের দুর্বলতা হ্রাস করা অপরিহার্য হয়ে ওঠে।

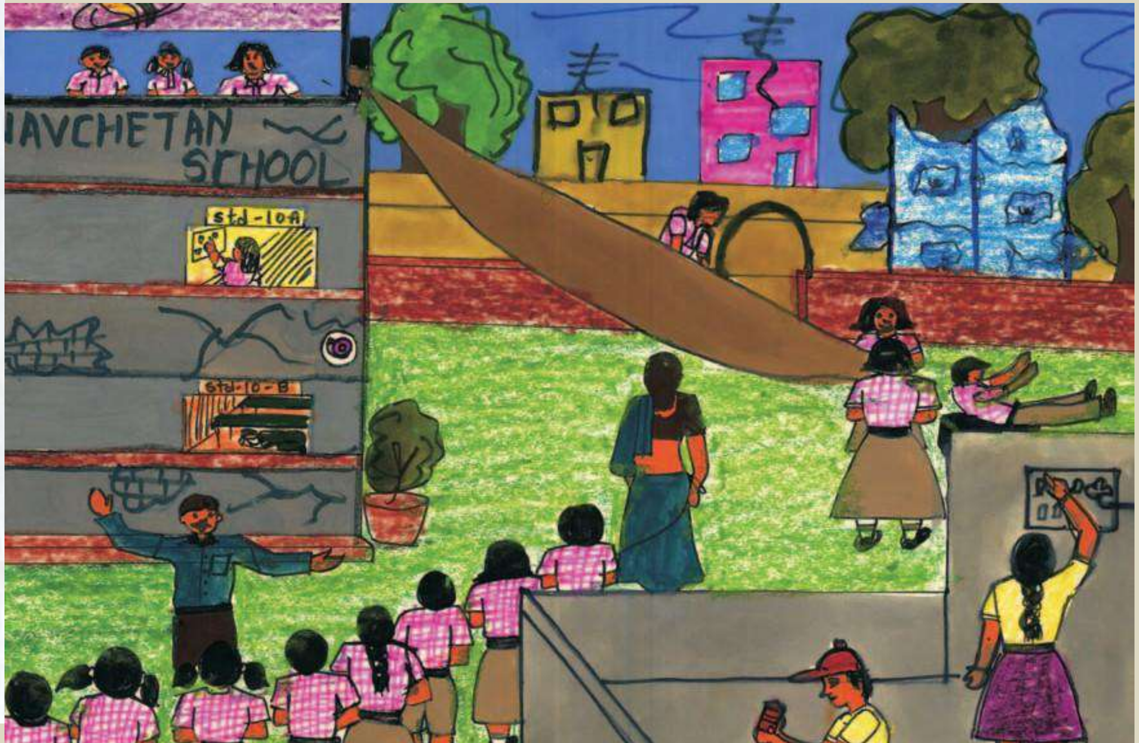
স্কুল নিরাপত্তা পরিকল্পনা এক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।

আমার স্কুল কতটা নিরাপদ ?

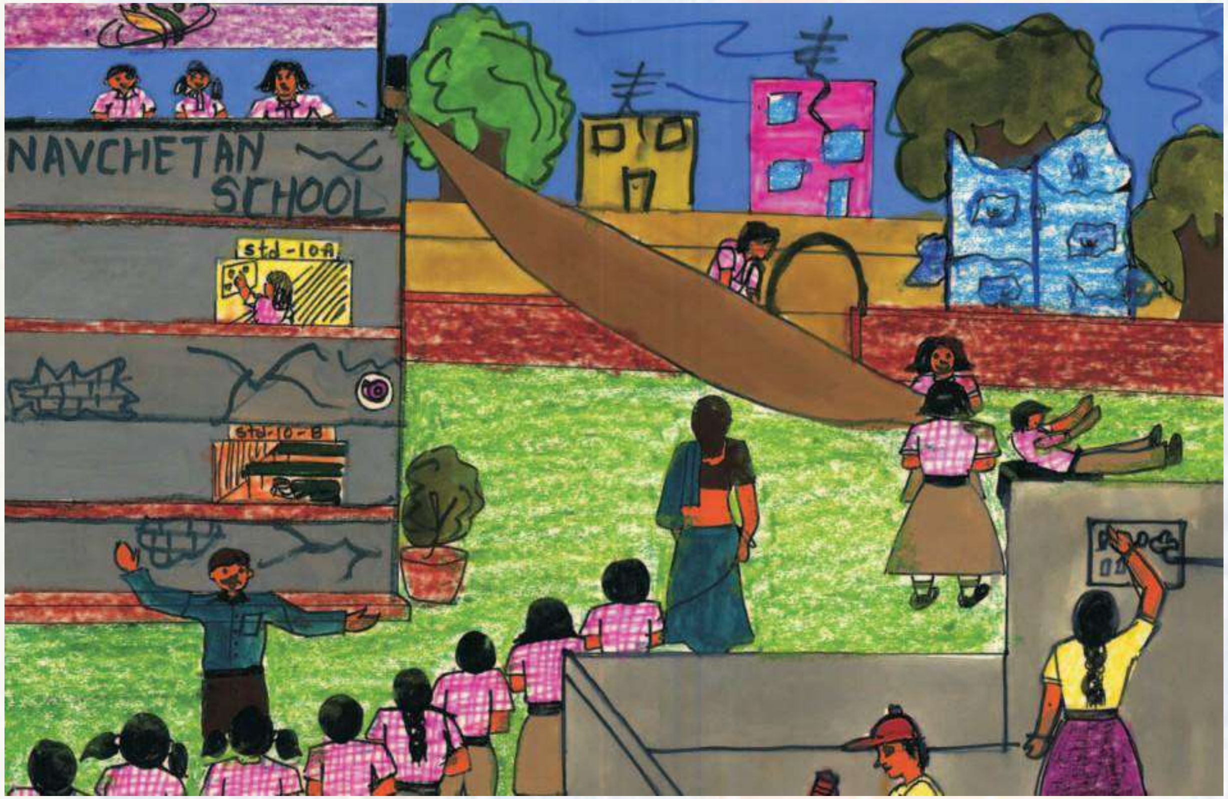
স্কুল নিরাপত্তার প্রধান বিষয়সমূহ

- ❖ দুর্যোগ সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- ❖ বিপদ, ঝুঁকি ও দুর্বলতার বিশ্লেষণ করা।
- ❖ কাঠামোগত ও অ-কাঠামোগত নিরাপত্তা নিশ্চিত করা
- ❖ সুবিধা এবং সম্পদের মানচিত্র তৈরি করা ।
- ❖ স্কুল দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি ও টাস্ক ফোর্স গঠন এবং প্রশিক্ষণ প্রদান।
- ❖ সতর্কীকরণ ব্যবস্থা তৈরি করা।
- ❖ স্কুলের মানচিত্র, নির্গমন (Evacuation) পরিকল্পনা এবং প্রস্তুতি কার্যক্রমের ক্যালেন্ডার তৈরি।
- ❖ মক ড্রিল (Mock Drill) পরিচালনা করা।
- ❖ দুর্যোগে ক্ষতিগ্রস্ত শিশুদের জন্য মানসিক সহায়তা প্রদান
- ❖ তাদের বিকাশ ও লিঙ্গভিত্তিক প্রয়োজনের বিষয়টি মাথায় রেখে।
- ❖ স্কুলের দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনা এবং ঝুঁকি তালিকার নিয়মিত পর্যালোচনা করা।

সকল স্কুলে স্কুল নিরাপত্তা পরিকল্পনা তৈরি করা হচ্ছে। সারা দেশের স্কুলগুলিকে মূল বিষয়গুলি সমাধান করে এমন স্কুল নিরাপত্তা পরিকল্পনা তৈরি করার জন্য আমন্ত্রণ জানানো হয়েছিল। নির্বাচিত স্কুলগুলি এই প্রকল্পের অধীনে পুরষ্কার পায়।



স্কুল নিরাপদ রাখুন



স্কুল নিরাপত্তা: মূল পয়েন্ট

- দুর্যোগ সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি।
- হুমকি, দুর্বলতা এবং ঝুঁকি মূল্যায়ন।
- কাঠামোগত এবং অ-কাঠামোগত নিরাপত্তা বৈশিষ্ট্য এবং সম্পদ ম্যাপিং।
- স্কুল দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি এবং টাস্ক ফোর্স গঠন ও প্রশিক্ষণ।
- সতর্কতা ব্যবস্থা।

যেকোনো সময় দুর্যোগ আসতে পারে, তাই খুব বেশি দেরি হওয়ার আগেই সাবধানতা অবলম্বন করুন।

কেন স্কুল নিরাপত্তা গুরুত্বপূর্ণ?

প্রতি বছর, শত শত শিশু ভূমিকম্প, বন্যা, আগুন এবং অন্যান্য দুর্যোগে ক্ষতিগ্রস্ত হয়।

- ১৯৯৫ সালে ডাবওয়ালি (হরিয়ানা) তে স্কুল শুরু করেন।
- আগুনে প্রায় ২০০ জন শিক্ষার্থী মারা যায়।
- ২০০১ সালের ভূজ ভূমিকম্পে ৯৭১ জন ছাত্র এবং ৩১ জন শিক্ষক নিহত হন।
- ২০০৪ সালে, কুম্বাকোনাম (তামিলনাড়ু) -এ এক অগ্নিকাণ্ডে ৯৪ জন শিশু মারা যায়।
- দিল্লিতে যমুনা নদীতে বাস পড়ে যাওয়ার পর ২৪ জন শিশুর মৃত্যু হয়েছে।
- ২০০৪ সালের সুনামিতে হাজার হাজার ছাত্র ও শিক্ষক নিহত, আহত বা ক্ষতিগ্রস্ত হন।
- ২০০৭ সালে, কেরালায় একটি স্কুল ভ্রমণের সময় একটি নৌকা দুর্ঘটনায় ১৫ জন ছাত্র এবং ৩ জন শিক্ষক নিহত হন।
- এর জন্য কাঠামোগত এবং অ-কাঠামোগত হস্তক্ষেপের মাধ্যমে স্কুলের উন্নতি প্রয়োজন।
- দুর্বলতা হ্রাস করা অপরিহার্য হয়ে ওঠে।
- স্কুলের মানচিত্র, সরিয়ে নেওয়ার পরিকল্পনা এবং প্রস্তুতিমূলক কার্যক্রমের ক্যালেন্ডার, মক ড্রিল, দুর্যোগে শিশুদের জন্য মানসিক সহায়তা, প্রতিবন্ধীতা এবং লিঙ্গ-ভিত্তিক চাহিদা বিবেচনায় নেওয়া, ব্যাপক স্কুল দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনার পর্যায়ক্রমিক পর্যালোচনা এবং নিরীক্ষা অপরিহার্য।

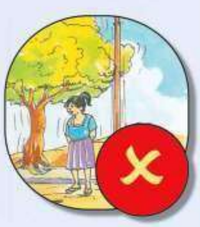
NDRF

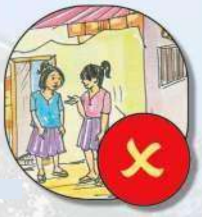
জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী

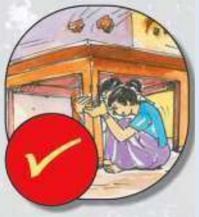
ভূমিকম্প মানুষ হত্যা করে না, কিন্তু দুর্বলভাবে তৈরি ভবনগুলি আরও বেশি মানুষকে হত্যা করে।

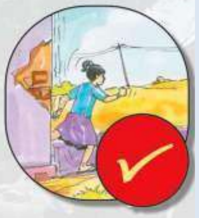
ভূমিকম্পের আগে:

- আপনার এলাকার ভূমিকম্প অঞ্চল সম্পর্কে ভালোভাবে জানুন, আপনার বাড়ির (যদি থাকে) সংস্কার মূল্যায়ন করুন এবং ভারতীয় স্ট্যান্ডার্ড কোড (I.E.S.: 1893-2002) অনুসারে আপনার বাড়িকে ভূমিকম্প প্রতিরোধী করে তুলতে একজন বিশেষজ্ঞ সিভিল ইঞ্জিনিয়ারের সহায়তা নিশ্চিত করুন (বিস্তারিত www.bis.org.in এবং www.bmtpc.org এ উপলব্ধ)।
- দুটি "নিরাপদ" স্থান বেছে নিন যেখানে পৌঁছানো সহজ। এগুলো হতে পারে একটি শক্ত টেবিল বা ডেস্কের নীচে, অথবা কোনও অভ্যন্তরীণ দেয়ালের বিপরীতে। মাসে অন্তত একবার প্রতিটি নিরাপদ স্থানে ফেলে দিন, ঢেকে রাখুন এবং ধরে রাখুন।
- বাড়িতে, স্কুলে বা কর্মক্ষেত্রে ভূমিকম্প সম্পর্কে মৌলিক সুরক্ষা সতর্কতাগুলি ভাগ করে নেওয়ার এবং শেখার জন্য সভা/সেমিনার আয়োজন করুন।
- ভূমিকম্প থেকে বাঁচতে সাহায্য করার জন্য একটি কিট সাথে রাখুন। এতে কমপক্ষে তিন দিনের জন্য আপনার নিরাপত্তা এবং আরাম নিশ্চিত করার জন্য প্রয়োজনীয় সবকিছু থাকা উচিত। এখনও কোনও ভূমিকম্পের পূর্বাভাস দেওয়া হয়নি। গুজবে কান দেবেন না বা ছড়াবেন না।







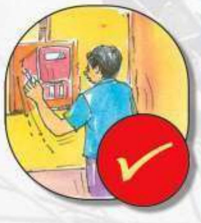


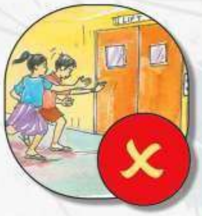
ভূমিকম্পের সময় করণীয়

- শান্ত থাকুন! আপনি যদি বিছানায় থাকেন, তবে বালিশ দিয়ে মাথা ঢেকে সেখানেই থাকুন। (অধিক তথ্যের জন্য www.imd.gov.in এবং অন্যান্য অনলাইন পরিষেবা বা নেটওয়ার্ক দেখুন)।
- যদি আপনি বাইরে থাকেন: তবে বহুতল ভবন, গাছপালা, স্ট্রিট লাইট এবং বিদ্যুতের তার থেকে দূরে কোনো ফাঁকা জায়গা খুঁজুন। মাটিতে শুয়ে পড়ুন এবং কম্পন থামা পর্যন্ত সেখানেই থাকুন।
- যদি আপনি কোনো গাড়িতে থাকেন: তবে কোনো ফাঁকা জায়গায় গাড়ি থামিয়ে অপেক্ষা করুন এবং কম্পন থামা পর্যন্ত সিট বেল্ট বেঁধে সেখানেই থাকুন। ভূমিকম্পে ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া ব্রিজ, ফ্লাইওভার বা র‍্যাম্প এড়িয়ে চলুন।
- উঁচু ভবনে থাকলে: ফায়ার অ্যালার্ম এবং স্প্রিঙ্কলার (জল ছিটানোর যন্ত্র) বাজার সম্ভাবনা থাকে। ছোটখাটো আগুন লাগলে দ্রুত পরীক্ষা করে তা নিভিয়ে দিন। যদি আপনাকে বাইরে বের হতে হয়, তবে লিফট ব্যবহার করবেন না, পরিবর্তে সিঁড়ি ব্যবহার করুন এবং বাইরে বেরোনোর সময় হুড়োহুড়ি করবেন না।
- আপনি যদি উপকূলীয় অঞ্চলে থাকেন: তবে উঁচু স্থানে চলে যান এবং সুনামির সতর্কবার্তার দিকে নজর দিন। (বিস্তারিত বিবরণ www.incois.gov.in এবং www.mha.gov.in-এ উপলব্ধ)।

ভূমিকম্পের পরবর্তী পদক্ষেপ

- নিজের এবং অন্যদের আঘাত পরীক্ষা করুন: আপনার নিজের বা আশেপাশের কারো চোট লেগেছে কি না তা পরীক্ষা করুন। আত্মীয়স্বজন বা বন্ধুদের সাথে সাধারণ গল্প করার জন্য ফোন ব্যবহার করবেন না; ফোনটি শুধুমাত্র জরুরি চিকিৎসার সাহায্যের জন্য ব্যবহার করুন। সাবধানে চলাফেরা করুন এবং আশেপাশে কোনো আলগা বা অস্থিতিশীল বস্তু আছে কিনা তা দেখে নিন।
- জরুরি তথ্য ও সুরক্ষা নির্দেশিকা: সর্বশেষ খবরের জন্য রেডিও বা টিভি শুনুন (আরও বিস্তারিত তথ্যের জন্য www.ndma.gov.in এবং www.nidm.gov.in দেখুন)।
- বিপজ্জনক লাইনের দিকে নজর দিন: ছিঁড়ে পড়ে থাকা বিদ্যুতের তার বা ফেটে যাওয়া গ্যাস লাইনের দিকে কড়া নজর রাখুন এবং ক্ষতিগ্রস্ত এলাকা থেকে দূরে থাকুন। যদি কম্পন চলতেই থাকে, তবে বুঝবেন আরও কম্পন বা 'আফটারশক' (Aftershock) হওয়ার সম্ভাবনা আছে।
- ক্ষতিগ্রস্ত ভবন থেকে দূরে থাকুন: শক্তিশালী কম্পন বা আফটারশক ক্ষতিগ্রস্ত ভবনগুলোকে আরও বেশি ক্ষতি করতে পারে বা দুর্বল কাঠামো ধসিয়ে দিতে পারে।
- যানবাহন ব্যবহার এড়িয়ে চলুন: ক্ষতিগ্রস্ত এলাকার আশেপাশে নিজের বাইক বা গাড়ি ব্যবহার করবেন না।
- পরিবারের সাথে যোগাযোগের পরিকল্পনা: ভূমিকম্পের পর পরিবারের সাথে কোথায় দেখা করবেন তার একটি পরিকল্পনা আগে থেকেই রাখুন। যদি আপনাকে নিজের বাড়ি খালি করে অন্য কোথাও যেতে হয়, তবে একটি বার্তা (Message) দিয়ে পরিবারকে জানান যে আপনি কোথায় যাচ্ছেন।
- ক্ষয়ক্ষতির মূল্যায়ন করুন: আপনার বাড়ির ছাদ, বিম (Beam), স্তম্ভ (Pillars) এবং ভিত বা নেভ (Foundation)-এ কোনো গভীর ফাটল দেখা দিলে দ্রুত তা মেরামত করুন।





बीच में क्या

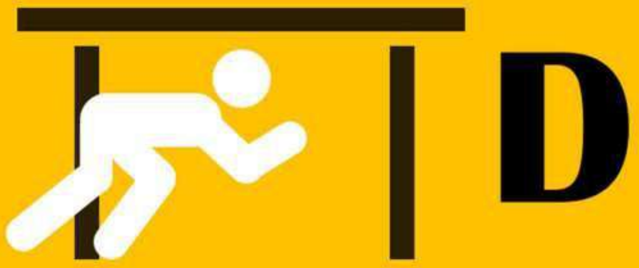
ভূমিকম্প

DCH-

D-Duck: ঝুঁকে পড়ুন

C-Cover: নিচে নিজেকে ঢেকে রাখুন

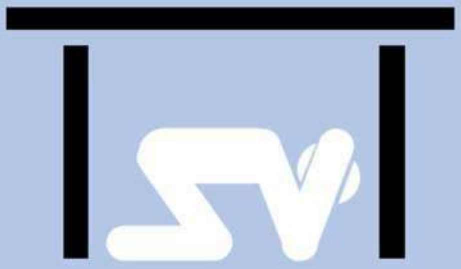
H-Hold: ধরে থাকুন

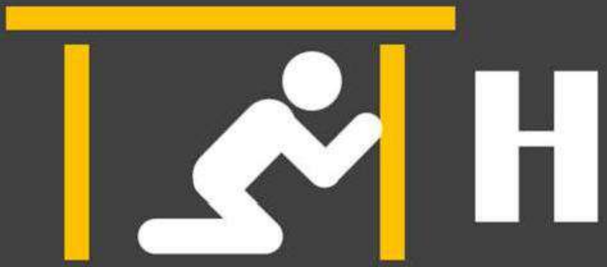


"আপনি যেখানেই থাকুন না কেন, নিজের হাত এবং হাঁটুর ওপর ভর দিয়ে বসে পড়ুন (হামাগুড়ি দেওয়ার ভঙ্গিতে)।"

C

"নিজের হাত দিয়ে নিজের মাথা ও ঘাড় ঢেকে নিন এবং কোনো টেবিলের নিচে লুকিয়ে পড়ুন অথবা জানলা থেকে দূরে কোনো প্রধান (শক্তিশালী) দেওয়ালের কাছে হামাগুড়ি দিয়ে চলে যান।"

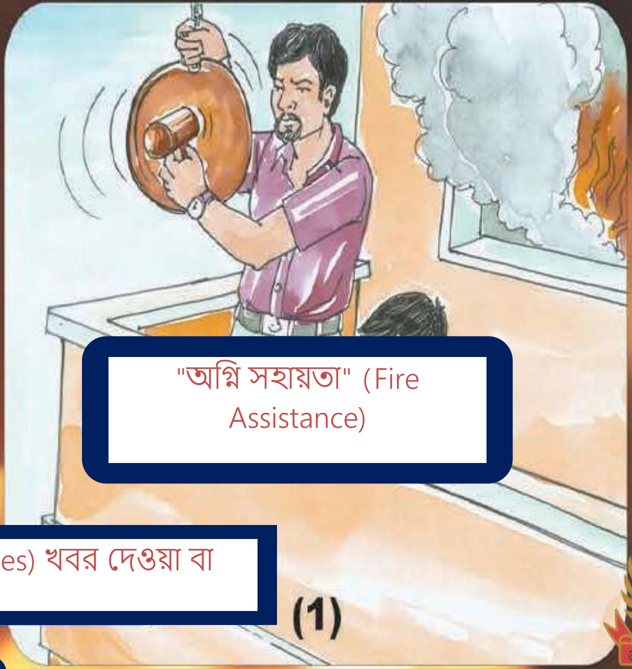




"টেবিল বা আশ্রয়ের পায়াগুলো শক্ত করে ধরে রাখুন। যতক্ষণ না কম্পন বন্ধ হচ্ছে, ততক্ষণ সেটির সাথে নড়াচড়া করার জন্য প্রস্তুত থাকুন।"

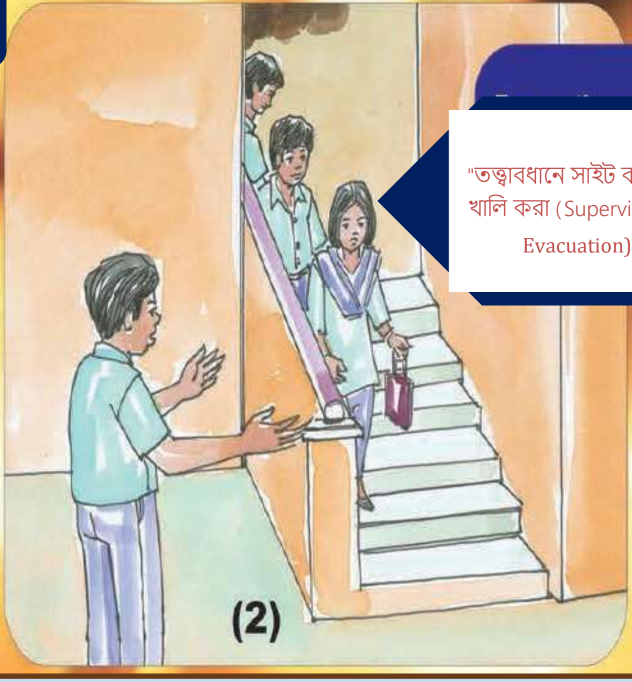
জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী

"স্কুলগুলোর জন্য অগ্নি নিরাপত্তা মহড়া (Fire Safety Drill) আয়োজন করা।"



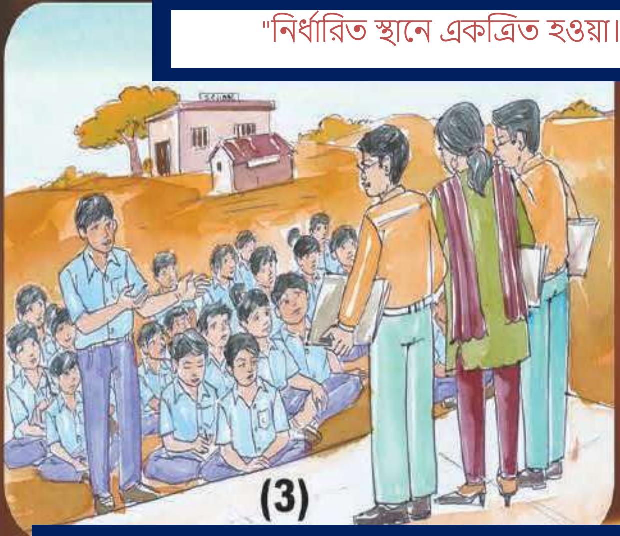
(1)

"অগ্নি সহায়তা" (Fire Assistance)



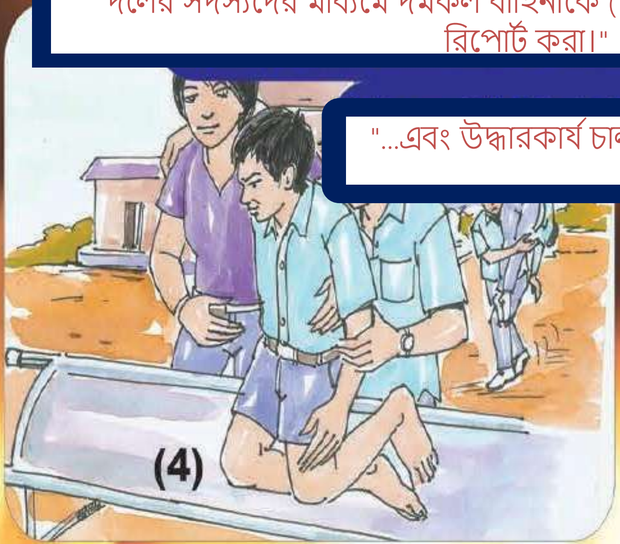
(2)

"তত্ত্বাবধানে সাইট বা এলাকা খালি করা (Supervised Site Evacuation)।



(3)

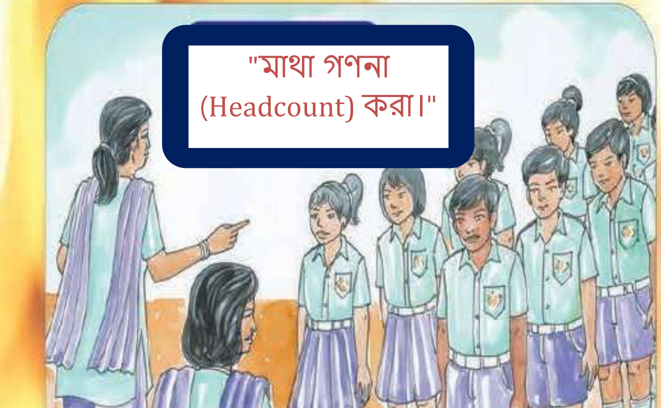
"নির্ধারিত স্থানে একত্রিত হওয়া।"



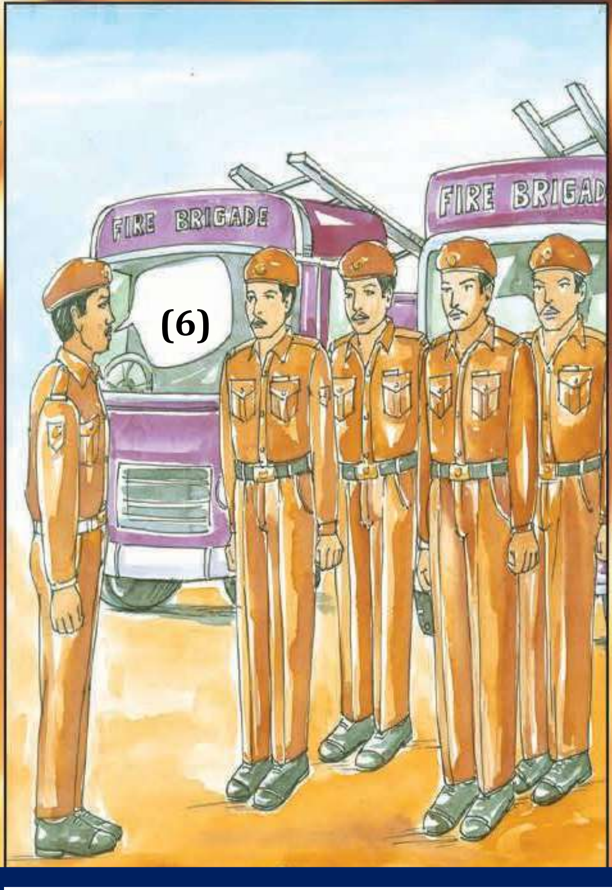
(4)

"দলের সদস্যদের মাধ্যমে দমকল বাহিনীকে (Fire Services) খবর দেওয়া বা রিপোর্ট করা।"

"...এবং উদ্ধারকার্য চালানো।"



"মাথা গণনা (Headcount) করা।"



(6)

"সমস্ত দল বা টিমকে সক্রিয় (Activate) করা।"

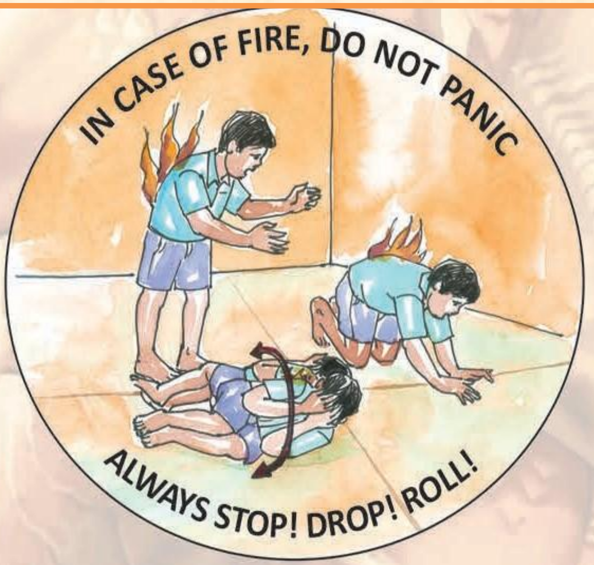
NDRF

সাধারণ অগ্নি নিরাপত্তা ও সুরক্ষা কৌশল

- স্কুলের জন্য একটি অগ্নি জরুরি পরিকল্পনা তৈরি করুন এবং নিশ্চিত করুন যে প্রত্যেকে এই পরিকল্পনা জানে ও বুঝে।
- স্কুলকে নিরাপদ রাখতে সবসময় ভবনের নিয়ম মেনে চলুন।
- অগ্নিকাণ্ডের সময় ফায়ার অ্যালার্ম সেট করুন (জরুরি পরিস্থিতিতে অ্যালার্ম বাজানোর অনুশীলন করুন)।
- ফায়ার এক্সটিংগুইশার ব্যবহারের প্রশিক্ষণ নিন এবং কীভাবে ব্যবহার করতে হয় তা শিখুন।
- ভবনের ভেতরে ও বাইরে সবসময় নিরাপদ পথে চলার অনুশীলন করুন।
- কোনো বাধা এড়াতে প্রবেশ ও বের হওয়ার পথ পরিষ্কার রাখুন।
- আগুন লাগলে সবাই দ্রুত বাইরে বের হয়ে নিরাপদ জায়গায় জড়ো হবে—এমন অনুশীলন করুন।
- বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতি ব্যবহারের সময় সতর্ক থাকুন এবং কাজ শেষে সেগুলো বন্ধ করুন।
- কোনো বৈদ্যুতিক তার পুরোনো বা ক্ষতিগ্রস্ত হলে তা বদলে ফেলুন।
- জরুরি পরিস্থিতিতে কী করতে হবে সে সম্পর্কে সবাইকে সচেতন করুন।
- আগুনের নিরাপত্তার নিয়মগুলো সবার শেখান।

আগুন লাগার পরিস্থিতিতে:

- ভয় না পেয়ে দ্রুত কক্ষ থেকে বের হয়ে যান এবং শান্ত থাকুন।
- নিজের এবং বন্ধুদের নিরাপত্তা নিশ্চিত করুন—ভয় পাবেন না।
- ‘অ্যালার্ম বাজান এবং সবাইকে সতর্ক করুন।
- সম্ভব হলে জরুরি বের হওয়ার পথ ব্যবহার করুন।
- বের হওয়ার সময় দরজা ও জানালা বন্ধ করে দিন।
- লিফট ব্যবহার করবেন না।
- সিঁড়ি ব্যবহার করুন এবং নিচের দিকে নামুন।
- ধোঁয়া ও আগুন দেখলে দ্রুত জায়গা ত্যাগ করুন।
- জোরে চিৎকার করে সবাইকে সতর্ক করুন।


IN CASE OF FIRE, DO NOT PANIC
ALWAYS STOP! DROP! ROLL!

আগুন লাগলে করণীয়

- আতঙ্কিত হবেন না শান্ত থাকুন এবং দ্রুত আগুন নেভানোর চেষ্টা করুন।
- প্রয়োজনে দ্রুত ফায়ার ব্রিগেডকে ১০১ নম্বরে ফোন করুন ;এই কল বিনামূল্যে।
- আগুন লাগার খবর অগ্নিনির্বাপন বিভাগকে জানান।
- আগুন নেভানোর যন্ত্রের নাম ও সঠিক ব্যবহার শিখে রাখুন।
- চারপাশের জায়গা সম্পর্কে সবসময় সচেতন থাকুন।
- ভবনের ভেতর ও বাইরে যাওয়ার সব পথ সম্পর্কে জানুন।
- জরুরি অবস্থায় সাহায্যের জন্য শিক্ষক ও কর্মীদের সঙ্গে যোগাযোগ করুন।
- স্কুলে নিয়মিত অগ্নি নিরাপত্তা মহড়া ;ড্রিল করা উচিত।
- সবাইকে নিরাপদভাবে বের হওয়ার নিয়ম শেখান।

গুরুত্বপূর্ণ নির্দেশ

- আগুন লাগলে দৌড়াবেন না।
- থামুন – মাটিতে শুয়ে পড়ুন – গড়িয়ে আগুন নেভান।
- (Stop – Drop – Roll পদ্ধতি)

[redacted]

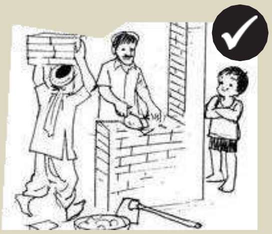
জাতীয় বিপর্যয় মোকাবিলা বাহিনী

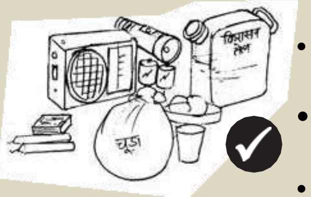
.....

"বন্যা" (Flood)

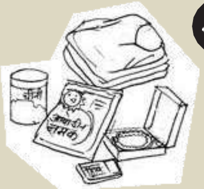
করণীয়

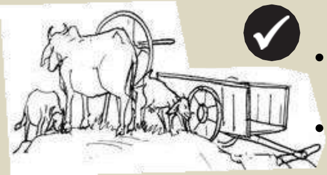
- মজবুত বাড়ি: আপনি যদি বন্যাপ্রবণ এলাকায় থাকেন, তবে সিমেন্ট দিয়ে উঁচু এবং মজবুত বাড়ি তৈরি করুন।
- আশ্রয়স্থল চেনা: পরিবারের প্রতিটি সদস্যের জানা উচিত যে বিপদের সময় নিকটতম নিরাপদ আশ্রয়স্থলটি কোথায়।
- বিশুদ্ধ পানীয় জল: বন্যার সময় সব সময় ফোটানো জল অথবা ক্লোরিনযুক্ত জল পান করুন।

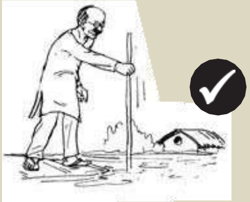




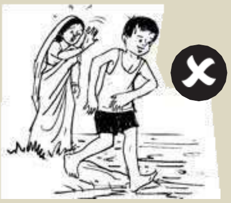
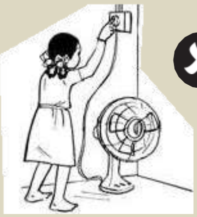
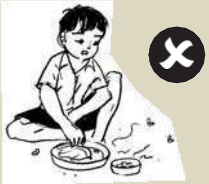
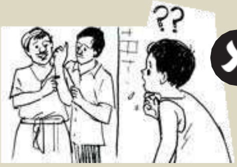
- খাবার: খাবার সব সময় ঢেকে রাখুন এবং সহজে হজম হয় এমন হালকা খাবার খান।
- অসুস্থতায় যত্ন: ডায়রিয়া বা পেটের সমস্যা হলে চা, ভাতের ফ্যান (সুপ) এবং ডাবের জল পান করুন।
- তথ্য সংগ্রহ: বন্যার সময় সর্বশেষ তথ্য, সতর্কতা এবং নির্দেশনার জন্য নিয়মিত রেডিও বা টেলিভিশন শুনুন।
- জরুরি কিট: শুকনো খাবার, পানীয় জল, ওষুধ, মোমবাতি, দেশলাই, টর্চ এবং কেরোসিন তেল একটি জরুরি কিটে (Emergency Kit) গুছিয়ে সাথে রাখুন।
- জিনিসপত্র সুরক্ষা: যদি বাড়ি ছাড়তে হয়, তবে জামাকাপড় এবং দামী জিনিসপত্র পলিথিন বা ওয়াটারপ্রুফ ব্যাগে রাখুন।
- প্রাণী ও সম্পদ: গবাদি পশু, পোষা প্রাণী, মেশিন, গরুর গাড়ি এবং প্রয়োজনীয় সামগ্রী নিরাপদ উঁচু স্থানে সরিয়ে নিন।
- পথ পরীক্ষা: বন্যা বা নদী পার হওয়ার আগে সামনের মাটির গভীরতা ও দৃঢ়তা পরীক্ষা করার জন্য একটি লাঠি ব্যবহার করুন।







কি করবেন না

- শিশুদের সুরক্ষা: শিশুদের বন্যার জলের আশেপাশে যেতে বা খেলতে দেবেন না।
- অজানা জল: জলের গভীরতা জানা না থাকলে বন্যার জল পার হওয়ার চেষ্টা করবেন না।
- বিদ্যুৎ সংযোগ: ঘরে জল ঢুকতে শুরু করলেই তৎক্ষণাৎ সমস্ত বৈদ্যুতিক সংযোগ (Main Switch) বন্ধ করে দিন।
- বৈদ্যুতিক যন্ত্র: ভিজে থাকা বা বন্যায় ক্ষতিগ্রস্ত বৈদ্যুতিক সরঞ্জাম পরীক্ষা না করে ব্যবহার করবেন না।
- দূষিত খাবার: বন্যার জলের সংস্পর্শে আসা খাবার বা সামগ্রী খাবেন ন
- গুজব: আতঙ্কিত হবেন না এবং কোনো ধরনের গুজবে কান দেবেন না।