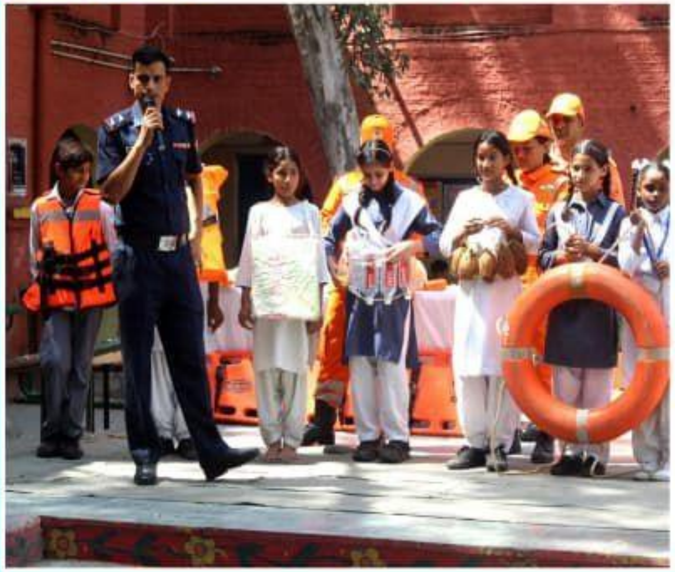
શાળા સુરક્ષા કાર્યક્રમ

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



શાળા સલામતી

પરિચય:—

બાળકો પાસેથી અપેક્ષા રાખીએ કે તેઓ મોટાભાગનો સમય શાળામાં વિતાવે, અને તેમની સલામતી અને સુખાકારી સુનિશ્ચિત કરવા માટે સલામત શાળાઓ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. શાળાઓ વિદ્યાર્થીઓ માટે સલામત આશ્રયસ્થાન બની શકે છે, જે તેમને ધીમે ધીમે સામાન્ય સ્થિતિમાં પાછા ફરવામાં મદદ કરે છે. તેથી, સુરક્ષિત શાળાના પહેલુઓ પર કામ કરવું જરૂરી છે.

આગ : -

આગ લાગે તો શું કરવું:-

- ✓ એલાર્મ વગાડો અને આચાર્ય/મુખ્ય શિક્ષકને સચેત કરો.
- ✓ આગની આસપાસના વિસ્તારમાંથી બધાને બહાર કાઢો.
- ✓ હયાત સાધનો વડે આગ ઓલવો (ફક્ત ત્યારે જ, જો તેમ કરવું સલામત હોય).
- ✓ સ્ટાફ, વિદ્યાર્થીઓ અને મુલાકાતીઓને સમાન ઉપાડવાની મંજૂરી આપો (ફક્ત ત્યારે જ ,જો તેમ કરવું સલામત હોય).
- ✓ ચેતવણીની આસપાસના બધા સ્ટાફ, વિદ્યાર્થીઓ અને મુલાકાતીઓને વ્યવસ્થિત પદ્ધતિઓ દ્વારા બહાર નીકાળો.
- ✓ બધા દરવાજા અને બારીઓ બંધ કરો અને વીજ પુરવઠો બંધ કરી દો.
- ✓ વર્ગ યાદી પ્રમાણે બધા વિદ્યાર્થીઓને અને મુલાકાતીઓને નિયુક્ત રસ્તાથી નિયુક્ત મેળાવડા વિસ્તારોમાં ભેગા કરો.
- ✓ કર્મચારીઓ, વિદ્યાર્થીઓ અને અપંગતા અથવા ખાસ જરૂરિયાતો ધરાવતા મુલાકાતીઓને સહાય કરો.
- ✓ વિદ્યાર્થીઓને સમૂહમાં ભેગા કરો અને યાદીમાંથી તેમના નામ પ્રમાણે ચિન્હીત કરો
- ✓ વિદ્યાર્થીઓ સાથે રહો અને ઘટના નિયંત્રક તરફથી આગળના સૂચનાઓની રાહ જુઓ..
- ✓ ઈવેન્ટ કંટ્રોલર દ્વારા સલાહ આપવામાં ન આવે, ત્યાં સુધી ભેગા થશો નહીં.

ભૂકંપ :-

- ✓ જો તમને ભૂકંપના આંચકા અનુભવાય, તો તમારી પહેલી પ્રતિક્રિયા શું હશે?
- ✓ ડ્રોપ , કવર અને હોલ્ડ ઓન.
- ✓

- ❖ શાંત રહો. જો તમે ઘરની અંદર છો, તો ઘરની અંદર જ રહો અને જો તમે બહાર છો, તો બહાર જ રહો.
- ❖ જો તમે ઘરની અંદર હોવ, તો ઈમારતની મધ્યમાં દિવાલના સહારે ઊભા રહો, અથવા કોઈ ફર્નિચર (ડેસ્ક અથવા ટેબલ)ની નીચે ઊભા રહો.
- ❖ બારીઓ અને બહારના દરવાજાથી દૂર રહો.

- ❖ જો તમે બહાર હોવ તો, વીજળીના તાર કે કોઈપણ પડતી વસ્તુથી દૂર રહો. ઈમારતોથી દૂર રહો.
- ❖ દિવાસળી, મીણબત્તીઓ કે કોઈપણ ખુલ્લી જ્યોતનો ઉપયોગ કરશો નહીં. તૂટેલી ગેસ લાઈનને આગમાં ભેળવશો નહીં.
- ❖ જો તમે કારમાં હોવ તો, કાર રોકો અને ભૂકંપ બંધ ન થાય ત્યાં સુધી કારમાં જ રહો.
- ❖ લિફ્ટનો ઉપયોગ કરશો નહીં.

ભૂકંપ પછી શું કરવું?

- ❖ તમારી જાતને અને અન્ય લોકોને લાગેલી ઈજા તપાસો.
- ❖ જરૂરિયાતમંદ લોકોને પ્રાથમિક સારવાર આપો.
- ❖ રેડિયો ચાલુ કરો. જ્યાં સુધી કોઈ ઈમરજન્સી ન હોય તો ફોનનો ઉપયોગ કરશો નહીં.
- ❖ ક્ષતિગ્રસ્ત ઈમારતોથી દૂર રહો.
- ❖ તૂટેલા કાચ અને જોખમી કચરાથી સાવધ રહો.
- ❖ તમારા પગને ઈજાથી બચાવવા માટે બુટ અને મજબૂત પગરખાં પહેરો.
- ❖ આપત્કાલિન યોજનાના કે ઇન્ચાર્જ વ્યક્તિ અથવા તેની સૂચનાઓનું પાલન કરો.
- ❖ ભૂકંપ પછી પણ આફ્ટરશોક્સ આવવાની શક્યતા છે.

ચક્રવાત/પૂર:-

- ➢ ચક્રવાત પ્રભાવિત વિસ્તારોમાં, પ્રિન્સિપાલ/મુખ્ય શિક્ષકોએ તેમના સ્થાનિક રાજ્યનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.
- ➢ ઈમાર્જન્સીની સેવાઓ સાથે સંપર્ક સ્થાપિત કરવો જોઈએ અને દરેક 'ચેતવણી તબક્કા' હેઠળ જરૂરી ચોક્કસ ક્રિયાઓથી પરિચિત થવું જોઈએ.
- ➢ ચક્રવાત પ્રભાવિત વિસ્તારોમાં, પ્રિન્સિપાલ/મુખ્ય શિક્ષકોએ તેમના સ્થાનિક રાજ્યનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.
- ➢ ઈમાર્જન્સીની સેવાઓ સાથે સંપર્ક સ્થાપિત કરવો જોઈએ અને દરેક 'ચેતવણી તબક્કા' હેઠળ જરૂરી ચોક્કસ ક્રિયાઓથી પરિચિત થવું જોઈએ.
- ➢ જો પૂર ચાલુ રહે તો, શક્ય તેટલી વહેલી તકે સ્થાનિક રાજ્ય ઈમરજન્સી સેવા (S.E.S.) અને શિક્ષણ પ્રાદેશિક કાર્યાલયનો સંપર્ક કરો.
- ➢ સુનિશ્ચિત કરો કે સંભવિત વીજળીના જોખમો દૂર કરવામાં આવ્યા છે (એટલે કે અલગ વીજ પુરવઠો) (જો તે કરવું સલામત હોય તો જ)
- ➢ બીજાઓને સુરક્ષિત રાખીને સુરક્ષિત જગ્યાએ ઊભા રહેવું જોઈએ.
- ➢ કોઈને પણ પૂરના પાણીમાં પ્રવેશવા ન દો.

ભૂસ્ખલન:-

- ➢ તમે તાત્કાલિક જોખમમાં છો.
- ➢ તરત જ અસરગ્રસ્ત વિસ્તારને ખાલી કરો.
- ➢ પોલીસ અને ફાયર વિભાગને તાત્કાલિક સૂચિત કરી બોલાવો.

ચેતવણી ચિહ્નો:

- શાળામાંથી અવાજ આવી રહ્યો છે.
- દિવાલો અને ફ્લોર નમેલા હોય છે.
- ઈમારતમાં તિરાડો સક્રિયપણે ખુલી રહી છે.
- દરવાજા અને બારીઓ થોડા સમય માટે ચોંટી જાય છે અથવા અટકી જાય છે.
- બહારની દિવાલ, સાંકડી ગલીઓ અને સીડીઓ ઘરથી દૂર જવા લાગે છે.

શાળાની ટીમોની ભૂમિકા:-

- સંભવિત આપત્તિના કિસ્સામાં જરૂરી યોજનાઓ બનાવવા અને પગલાં લેવા માટે શાળા આપત્તિ વ્યવસ્થાપન સમિતિ (SDMC)ની રચના કરી શકાય છે.

૧. આપત્તિ જાગૃતિ જૂથ:-

- ✓ વિવિધ આપત્તિઓ દરમિયાન શું કરવું અને શું ન કરવું તે અંગેના પોસ્ટરો, પેમ્ફલેટ અને વિવિધ સૂચનો 'શેરી નાટકો' દ્વારા રજૂ કરવા જોઈએ.
- ✓ જાહેર જાગૃતિ માટે પ્રદર્શનોનું આયોજન કરવું જોઈએ.

૨. ચેતવણી અને માહિતી પ્રસારણ ટીમ:-

- ✓ શાળાને સંભવિત જોખમો વિશે ટીવી/રેડિયો/ઇન્ટરનેટ પરથી નિયમિત અપડેટ્સનું નિરીક્ષણ કરવું અને પ્રાપ્ત કરવું, સંભવિત જોખમો જેવા કે પૂર, ભૂસ્ખલન, ચક્રવાતના કિસ્સામાં હવામાન અપડેટ્સ વગેરે.
- ✓ આપત્કાળની સ્થિતિમાં, શાળાને ઘંટડી/સાયરન વગાડીને અથવા જાહેર સંબોધન પ્રણાલી પર મેસેન્જર દ્વારા શાળાને જાણ કરો.
- ✓ આપત્તિ સલામતી સૂચન/માહિતી બનાવો.

૩. આપત્તિ પ્રતિભાવ જૂથ:-

- ✓ આપત્કાલિન સ્થિતિ પસાર થયા પછી લોકો ભેગા થઈ શકે તેવા ખુલ્લા વિસ્તારને ઓળખો.
- ✓ પ્રતિકૂળ હવામાન દરમિયાન સ્થળાંતર જરૂરી હોય ત્યારે વિકલ્પો વિકસાવવામાં આયોજન સમિતિને સહાય કરો.

૪. શોધ અને બચાવ ટીમ:-

- ✓ સપાટી પર પીડિતોને બચાવવા માટે ટીમના સભ્યોને નિયમિત તાલીમ.
- ✓ પ્રાથમિક સારવારમાં નિપુણતા.
- ✓ આપત્તિઓ દરમિયાન બચાવ અને શોધ કામગીરી શરૂ કરવી.
- ✓ ઈજાગ્રસ્તોના સ્થાન વિશે પ્રાથમિક સારવાર ટીમને જાણ કરો.
- ✓ અન્ય સમસ્યાઓના સ્થાન વિશે એસ.ડી.એમ.સી.ને જાણ કરો.

૫. પ્રાથમિક સારવાર ટીમ:-

- ✓ પ્રાથમિક સારવારનો પુરવઠો, ઇમરજન્સી કાર્ડ અને હેલ્થ કાર્ડ હંમેશા અપડેટ અને સંપૂર્ણ હોય તેની ખાતરી કરો.
- ✓ વિદ્યાર્થીઓ/સ્ટાફની ખાસ તબીબી જરૂરિયાતોથી વાકેફ રહો અને ખાતરી કરો કે શાળામાં ચોક્કસ દવાઓ (૧-૨ દિવસની દવા)નો સ્ટોક રાખવામાં આવે અને નિયમિતપણે અપડેટ કરવામાં આવે.
- ✓ શોધ કામગીરી દરમિયાન શોધ અને બચાવ ટીમો સાથે પ્રાથમિક સારવાર ટીમના સભ્યોને તૈનાત કરવા.
- ✓ ગંભીર રીતે ઘાયલ થયેલા લોકોને બહાર કાઢવામાં મદદ કરવી.

૬. ફાયર સેફ્ટી ટીમ:-

- ✓ ખાતરી કરો કે અગ્નિશામક સાધનો (અગ્નિશામક સાધનો વગેરે) કાર્યરત છે અને કર્મચારીઓને તેના ઉપયોગ માટે તાલીમ આપવામાં આવી હોય.
- ✓ બધા બિન-માળખાકીય ભૂકંપના જોખમો આગનું કારણ બની શકે તેવા (દા.ત. રાસાયણિક પ્રયોગશાળાઓ, કાફેટેરિયા રસોડા, ગરમ પાણીની ટાંકીઓ) ઓળખો અને ખાતરી કરો કે તેઓ યોગ્ય રીતે સુરક્ષિત છે.

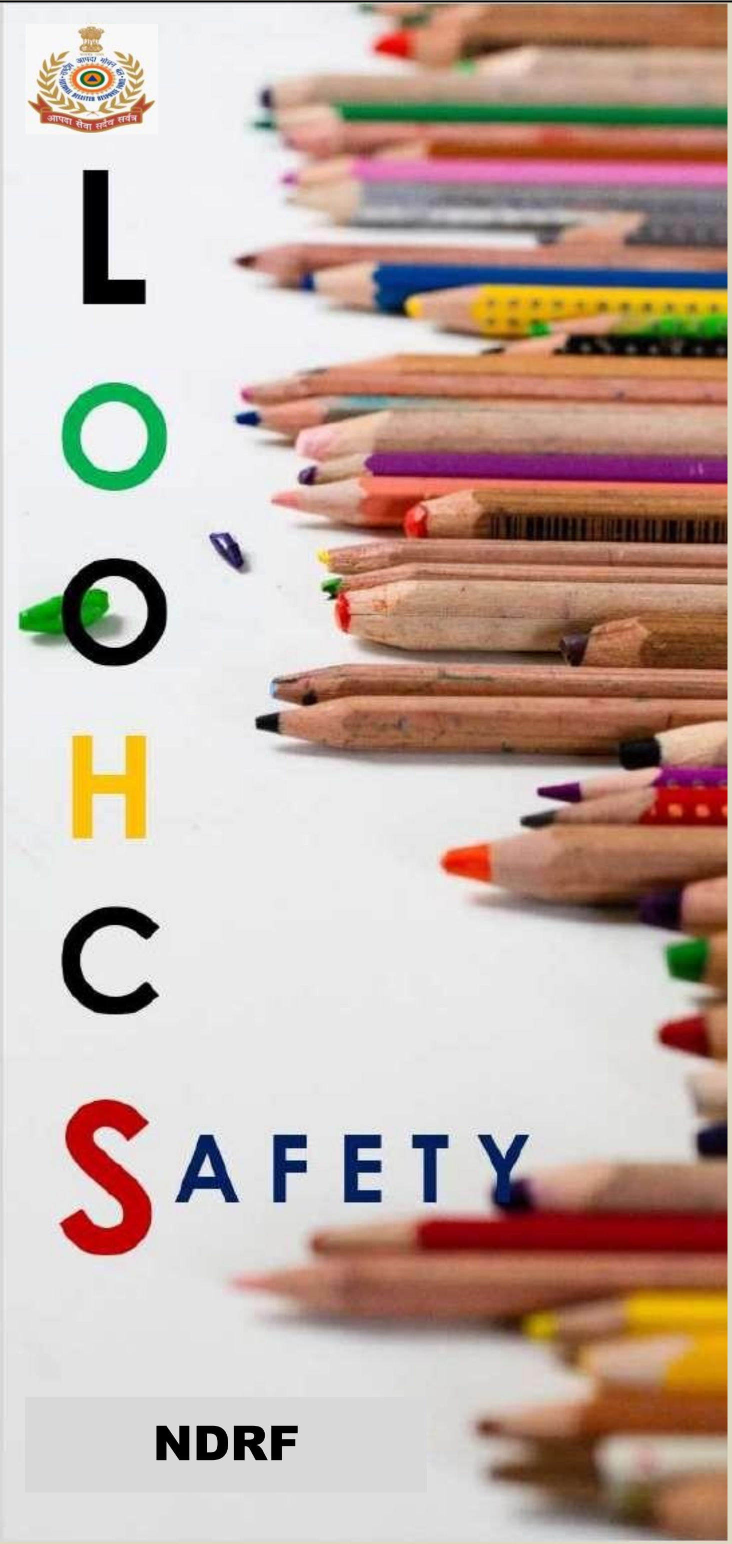
૭. સાઈટ સુરક્ષા ટીમ:-

- ✓ આયોજન સમિતિ, શાળા સંચાલકો અને જિલ્લા અધિકારીઓ સાથે મળીને મુક્તિ નીતિ વિકસાવો અને આ નીતિ વિષે માતાપિતા અને સ્ટાફને આ નીતિની જાણ કરો.
- ✓ બધા પ્રવેશ અને બહાર નીકળવાના બિંદુઓ નક્કી કરો.

૮. બસ સુરક્ષા ટીમ (દરેક બસ માટે):-

- ✓ વિદ્યાર્થીઓ શાળાએ આવતા-જતા હોય ત્યારે ભૂકંપ/આપત્તિની ઘટનાઓ માટે શાળાની નીતિઓને લાગુ કરો.

જો બસ અને ટ્રાફિકની સ્થિતિ બસોની અવરજવરને મંજૂરી આપે, તો સાવધાની સાથે આગળ વધો.



સીપીઆર ની પ્રક્રિયા

C EMS ને ફોન કરો.

P સીપીઆર ની પ્રક્રિયા

R ફરી પ્રયાસ કરો.

મદદ માટે કોલ કરો અને EMS ને જાણ કરો.

રક્ત પરિભ્રમણ, વાયુમાર્ગ અને શ્વાસની તપાસ કરો.

જો પલ્સ ન ચાલી રહી હોય તો તે જગ્યાએ હાથ રાખો અને સી.પી.આર. શરુ કરો.

CPR દર નોંધ કરો.

પુખ્ત અને બાળક

દબાણ -30 (100/min)
બચાવ શ્વાસ-2
ગંભીરતા -2

નાના બાળકો

દબાણ -30 (100/min)
બચાવ શ્વાસ-2 (Puff)
ગંભીરતા -1.5”

EMS પહોંચે ત્યાં સુધી સી.પી.આર ચક્રપુનરાવર્તન કરતાં રહો.

રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

રક્તસ્ત્રાવ નિયંત્રણ

રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

હંમેશા વ્યક્તિગત સુરક્ષા ઉપકરણો જેવા કે લેટેક્સ ગ્લોવ્ઝ પહેરો.

ડ્રેસિંગ લગાવતા પહેલા ઘાને જંતુરહિત ખારા પાણી અથવા સ્વચ્છ પાણીથી સાફ કરો.

ઘા પર સીધું દબાણ કરો.

ઘાને હૃદયના સ્તરથી ઉપર ઉઠાવો.

દબાણ બિંદુઓ પર દબાણ કરો.

જંતુનાશકનો ઉપયોગ કરો અને ડ્રેસિંગ લગાવો

મારી શાળા કેટલી સુરક્ષિત છે?

nidm
Towards disaster free India

મારી શાળા
કેટલી સુરક્ષિત છે?

રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

આપદા ન્યૂનીકરણ દિવસ

દર વર્ષે ઉજવાતો આપદા ન્યૂનીકરણ દિવસ આપદા જોખમ ન્યૂનીકરણ વિશે જાગૃતિ વધારવાનું અને લોકોને તથા સરકારોને સ્થિતિસ્થાપકતા બનાવવામાં સક્રિયપણે ભાગ લેવા પ્રોત્સાહિત કરવાનું કાર્ય કરે છે.

રાષ્ટ્રીય આપદા પ્રબંધન પ્રાધિકરણ (એનડીએમએ) અને રાષ્ટ્રીય આપદા પ્રબંધન સંસ્થાન (એનઆઈડીએમ) દ્વારા 10 ઓક્ટોબરએ 2012 ના રોજ ‘સ્કૂલ સુરક્ષા, વિષય પર રાષ્ટ્રીય ફોકસ દિવસ (National Focus Day) નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતુંએ જેનો ઉદ્દેશ્ય શાળાઓમાં આપદાથી સરક્ષા સંબંધિત જાગતિ વધારવાનો અને આપદા પ્રબંધનની તૈયારીઓને સદૃઢ બનાવવાનો હતો.

સ્કૂલ સુરક્ષા શા માટે ગંભીર છે?

- ✓ લગભગ દર વર્ષે સેંકડો સ્કૂલી બાળકો કુદરતી / માનવસર્જિત આપદાઓથી પ્રભાવિત થાય છે.
- ✓ 2001 માં એવું માનવામાં આવે છે કે ગુજરાત ભૂકંપમાં 971 વિદ્યાર્થીઓ અને 31 શિક્ષકો માર્યા ગયા હતા.
- ✓ 2004 ના કુંભકોણમ અગ્નિકાંડમાં 1,884 ઇમારતો ધરાશાયી થઈ હતીએ 94 બાળકોના મોત થયા હતા.
- ✓ 1997 માં ઉત્તર દિલ્હીમાં યમુના નદીમાં એક બસ પડવાથી 24 બાળકોના મોત થયા હતા.
- ✓ 1995 ના ડબવાલી અગ્નિકાંડમાં 100 થી વધુ બાળકોના મોત થયા હતા.
- ✓ આનાથી સંરચનાત્મક અને બિન-સંરચનાત્મક હસ્તક્ષેપો દ્વારા શાળાની નબળાઈ ઘટાડવી અનિવાર્ય બની જાય છે.

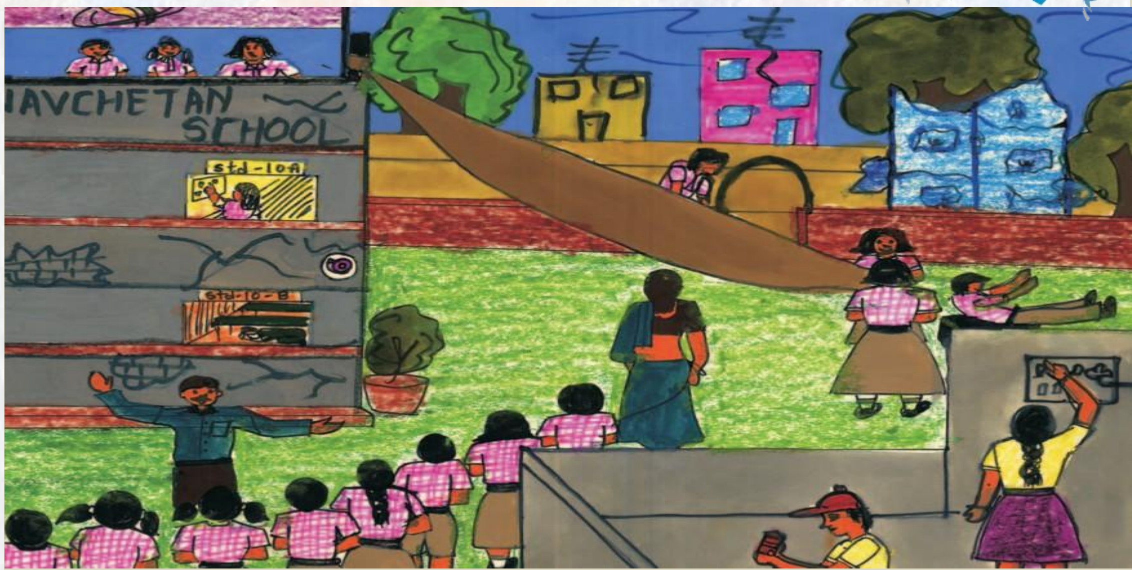
શાળા સલામતી યોજનાઓ તેમાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે!.

શાળા સલામતી: મુખ્ય મુદ્દા

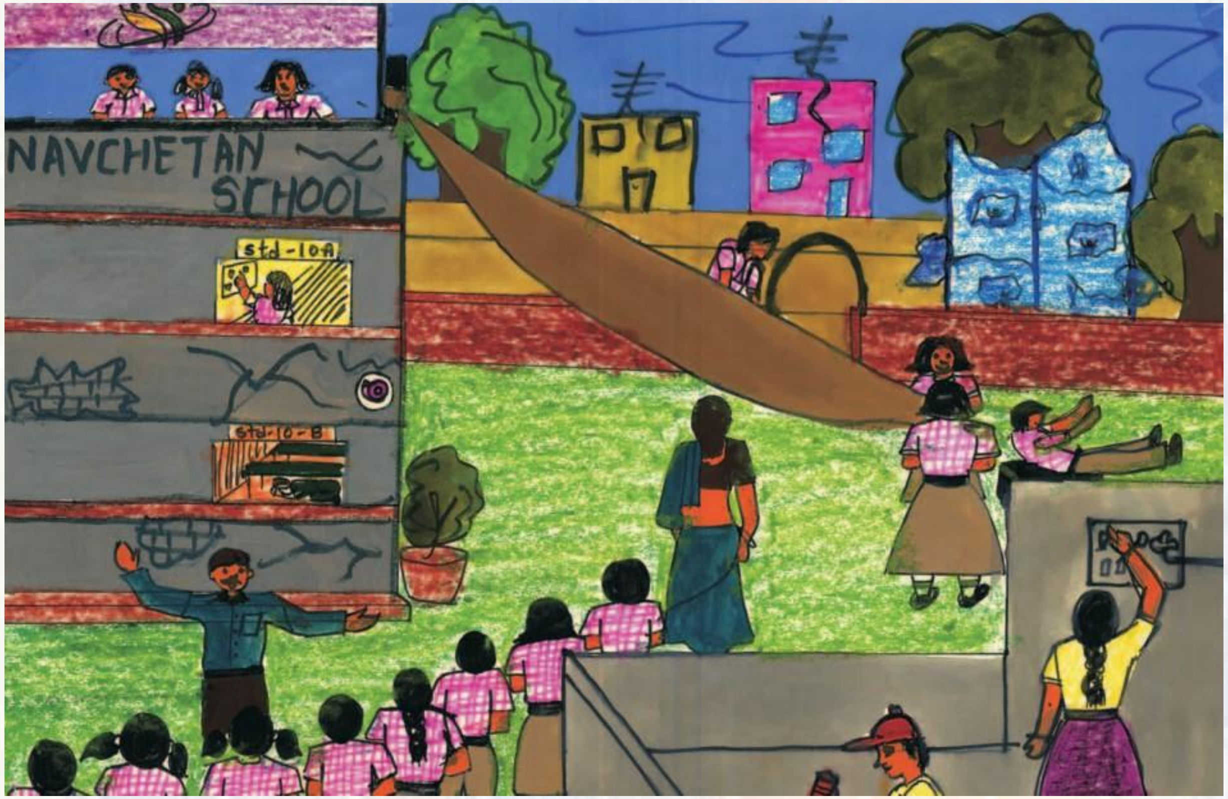
- ❖ આપત્તિ અંગે જાગૃતિ વધારવી.
- ❖ જોખમ. સંવેદનશીલતા અને જોખમનું વિશ્લેષણ.
- ❖ માળખાકીય અને બિન-માળખાકીય સલામતી.
- ❖ સુવિધાઓ અને સંસાધનોનું મેપિંગ.
- ❖ શાળા આપત્તિ વ્યવસ્થાપન સમિતિ અને ટાસ્ક ફોર્સની રચના અને તાલીમ.
- ❖ ચેતવણી પ્રણાલી.
- ❖ શાળાના નકશા, સ્થળાંતર યોજનાઓ અને તૈયારી પ્રવૃત્તિઓનું કેલેન્ડર.
- ❖ મોક ડ્રીલ.
- ❖ આપત્તિગ્રસ્ત બાળકો માટે મનોવૈજ્ઞાનિક સહાય.
- ❖ દિવ્યાંગતા અને લિંગ-આધારિત જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખીને.
- ❖ શાળા આપત્તિ વ્યવસ્થાપન યોજના અને આપત્તિ જોખમ ઓડિટની સમયાંતરે સમીક્ષા

મારી શાળા કેટલી સુરક્ષિત છે?

તમામ શાળાઓમાં શાળા સલામતી યોજનાઓ બનાવવી: દેશભરની તે શાળાઓને, જે મુખ્ય મુદ્દાઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છેએ શાળા સલામતી યોજનાઓ બનાવવા માટે આમંત્રિત કરવામાં આવી હતી. આ યોજના હેઠળ પસંદ કરાયેલી શાળાઓને પુરસ્કૃત કરવામાં આવી.



શાળાને સુરક્ષિત બનાવો



શાળા સુરક્ષા: મુખ્ય મુદ્દા

- આપત્તિ જાગૃતિ વધારવી.
- ખતરો, નબળાઈ અને જોખમ મૂલ્યાંકન.
- માળખાકીય અને બિન-માળખાકીય સુરક્ષા સુવિધાઓ અને સંસાધન મેપિંગ.
- શાળા આપત્તિ વ્યવસ્થાપન સમિતિઓ અને કાર્ય દળોની રચના અને તાલીમ.
- ચેતવણી તંત્ર

આપત્તિ ક્યારેય પણ આવી શકે છે.તેથી, બહુ મોડું થાય તે પહેલાં, સાવચેતી રાખો.

શાળા સુરક્ષા શા માટે જરૂરી છે?

દર વર્ષે ભૂકંપ,પૂર આગ અને અન્ય આપત્તિઓથી સેંકડો બાળકો પ્રભાવિત થાય છે.

- 1995 માં ડબવાલી (હરિયાણા) માં શાળા શરૂ થઈ.
- આગમાં લગભગ 200 વિદ્યાર્થીઓ મૃત્યુ પામ્યા.
- 2001 ના ભુજ ભૂકંપમાં 971 વિદ્યાર્થીઓ અને 31 શિક્ષકોના મોત થયા હતા.
- 2004 માં કુંભકોણમ (તમિલનાડુ) માં આગ દુર્ઘટનામાં 94 બાળકોના મોત થયા હતા.
- દિલ્હીમાં યમુના નદીમાં બસ પડવાથી 24 બાળકોના મોત.
- 2004 ની સુનામીમાં હજારો વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકો મૃત્યુ પામ્યાએ ઘાયલ થયા અથવા પ્રભાવિત થયા.
- 2007 માં કેરળમાં એક શાળા પ્રવાસ દરમિયાન થયેલી હોડી દુર્ઘટનામાં 15 વિદ્યાર્થીઓ અને 3 શિક્ષકોના મોત થયા હતા.
- આ માટે માળખાકીય અને બિન-માળખાકીય હસ્તક્ષેપો દ્વારા શાળા સુધારણાની જરૂર છે.
- નબળાઈ ઓછી કરવી જરૂરી બની જાય છે.
- શાળાના નકશા, સ્થળાંતર યોજનાઓ અને તૈયારી પ્રવૃત્તિઓનું કેલેન્ડર, મોક ડ્રીલ, આપત્તિઓમાં બાળકો માટે મનોવૈજ્ઞાનિક સહાયતા, વિકલાંગતા અને લિંગ-આધારિત જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખવી, વ્યાપક શાળા આપત્તિ વ્યવસ્થાપન યોજનાની સામયિક સમીક્ષા અને ઓડિટ ખૂબ જ જરૂરી છે.

રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

ભૂકંપથી લોકો નથી મરતા, પરંતુ બિન-ઈજનેરી ઈમારતો વધુ લોકોને મારે છે.

ભૂકંપની પહેલા:-

- તમારા વિસ્તારના ભૂકંપીય ક્ષેત્રને સારી રીતે જાણો, તમારા ઘરની રેટ્રોફીટીંગ (જો કોઈ હોય) નું આંકલન કરો અને ભારતીય માનક કોડ (આ.ઈ.એસ.: 1893-2002) કે અનુસાર તમારા ઘરને ભૂકંપ વિરોધી બનાવવા માટે એક વિશેષજ્ઞ સિવિલ એન્જિનિયરની સહાયતા સુનિશ્ચિત કરો (વિવરણ www.bis.org.in અને www.bmtpc.org પર ઉપલબ્ધ છે)
- બે 'સુરક્ષિત' જગ્યાઓ નક્કી કરો જ્યાં પહોંચવું સરળ હોય. જે કોઈ મજબૂત ટેબલ / ડેસ્કની નીચે કે અંદરની દીવાલ પાસે હોઈ શકે છે. દરેક સુરક્ષિત જગ્યા પર મહિનામાં ઓછામાં ઓછી એક વાર ડ્રોપ , કવર અને હોલ્ડનો અભ્યાસ કરો.
- ઘર, શાળા યા કાર્યસ્થળ પર ભૂકંપ વિષે બુનિયાદી સુરક્ષા સાવધાનીઓ ને બતાવવા અને શીખવા માટે બેઠકો / સેમિનારને આયોજિત કરો.
- ભૂકંપથી બચાવ માટે તમારી કીટ પાસે રાખો. તેમાં ઓછામાં ઓછા ત્રણ દિવસ સુધી તમારી સલામતી અને આરામ કરવા માટે જરૂરી બધી સામગ્રીઓ હોવી જોઈએ. આજ સુધી ભૂકંપની કોઈ આગાહી કરવામાં નથી આવી. અફવાઓ સાંભળવી નહીં કે ફેલાવશો નહીં.

ભૂકંપ દરમિયાન :-

- શાંત રહો ! જો તમે પથારીમાં હોવ, તો તમારા માથાને ઓશીકું વડે ઢાંકીને ત્યાં જ રહો. (વધુ માહિતી માટે, www.imd.gov.in અને અન્ય ઓનલાઈન સેવાઓ/નેટવર્કની મુલાકાત લો).
- જો તમે બહાર હોવ, તો ઈમારતો, વૃક્ષો, સ્ટ્રીટ લાઇટ અને વીજળીના તારોથી દૂર એક સાફ જગ્યા શોધો. જમીન પર સૂઈ જાઓ અને ધ્રુજારી બંધ ન થાય ત્યાં સુધી ત્યાં જ રહો.
- જો તમે વાહનમાં હોવ, તો ખાલી જગ્યા પર વાહન રોકીને ઊભા રહો અને ધ્રુજારી બંધ થાય ત્યાં સુધી સીટ બેલ્ટ બાંધીને ત્યાં જ રહો. ભૂકંપથી નુકસાન થયેલા પુલ, ફ્લાયઓવર અથવા રેમ્પથી દૂર રહો.
- બહુમાળી ઈમારતોમાં, ફાયર એલાર્મ અને સ્પ્રિંકલર વાગવાની અપેક્ષા રાખો. નાની-મોટી આગ લાગવા પર તાત્કાલિક તપાસ કરો અને તેને બુઝાવી દો. જો તમારે બહાર નીકળવું હોય, તો લિફ્ટનો ઉપયોગ કરવાનું ટાળો, પણ સીડીનો ઉપયોગ કરો, અને બહાર નીકળવા માટે ઉતાવળ ન કરો.
- જો તમે દરિયાકાંઠાના વિસ્તારોમાં છો, તો ઊંચી જગ્યાએ જતા રહો અને સુનામી ચેતવણીઓ પર ધ્યાન આપો (વિગતો www.incols.gov.in અને www.mha.gov.in પર ઉપલબ્ધ છે).

ભૂકંપ પછી :-

- તમારી જાતને અને અન્ય લોકોને ઈજાઓ તપાસો અને તમારા સંબંધીઓ અને મિત્રોને ફોન કરવા માટે ટેલિફોનનો ઉપયોગ ન કરો, ફક્ત તબીબી સહાય માટે ફોન કરો. સાવધાની સાથે આગળ વધો અને આસપાસ અસ્થિર વસ્તુઓની તપાસ કરો.
- આપત્કાળની માહિતી અને સલામતી માર્ગદર્શન માટે રેડિયો, ટીવી સાંભળો (વધુ જાણકારી માટે www.ndma.gov.in અને www.nidm.gov.in જુઓ).
- તૂટી ગયેલી વીજળીની લાઇનો અથવા તૂટેલી ગેસ લાઇનો પર નજર રાખો અને ક્ષતિગ્રસ્ત વિસ્તારોથી દૂર રહો. જો ધ્રુજારી ચાલુ રહે તો આફ્ટરશોકની અપેક્ષા છે.
- ક્ષતિગ્રસ્ત ઈમારતોથી દૂર રહો. તીવ્ર ભૂકંપના ઝાટકાઓ ઈમારતોને વધુ નુકસાન પહોંચાડી શકે છે અને નબળા બાંધકામો ધરાશાયી થઈ શકે છે.
- ક્ષતિગ્રસ્ત વિસ્તારની પાસે તમારી બાઇક/કારનો ઉપયોગ કરશો નહીં.
- ભૂકંપ પછી તમારા પરિવારને મળવા માટે યોજના બનાવો કે અગર તમને તમારું ઘર ખાલી કરવું પડે તો તેમને સંદેશ મારફતે દર્શાવો કે તમે કયા છો.
- નુકસાનનું મૂલ્યાંકન કરો અને છત, બીમ, સ્તંભ અને પાયામાં કોઈપણ ઊંડી તિરાડો હોય તો અને તેનું સમારકામ કરો.

ભૂકંપ

DCH-

D-Duck: ઝૂક જાઓ -> નમી જાઓ

C-Cover: નીચે છિપો -> નીચે છુપાઈ જાઓ

H-**Hold:** પકડે રહો -> પકડી રાખો

D

તમે જ્યાં પણ હોવ,તમારા હાથ અને ઘૂંટણ પર બેસી જાઓ.

C

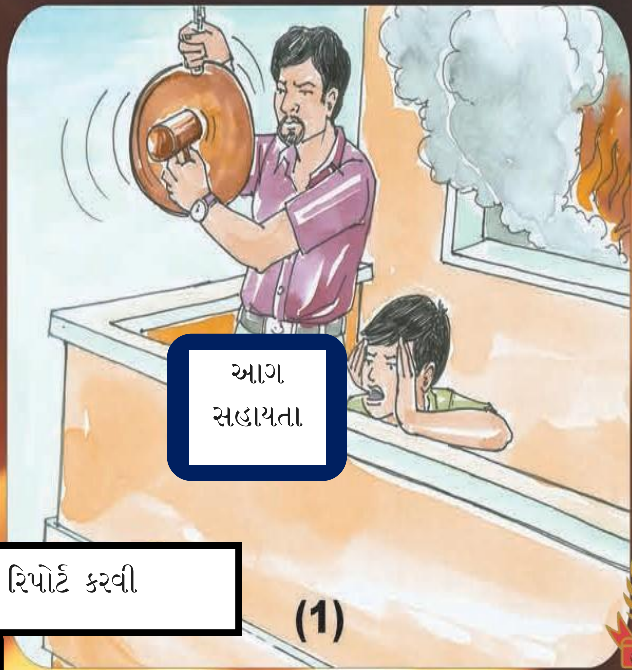
તમારા માથા અને ગરદનને તમારા હાથોથી ઢાંકી દો અને કોઈ ટેબલ નીચે છુપાઈ જાઓ અથવા બારીથી દૂર કોઈ મુખ્ય દીવાલ પાસે સરકીને જાઓ

H

ટેબલ/આશ્રયના પાયાને મજબૂતીથી પકડી રાખો. જ્યાં સુધી ધ્રુજારી બંધ ન થાય, ત્યાં સુધી તેની સાથે ખસવા માટે તૈયાર રહો.

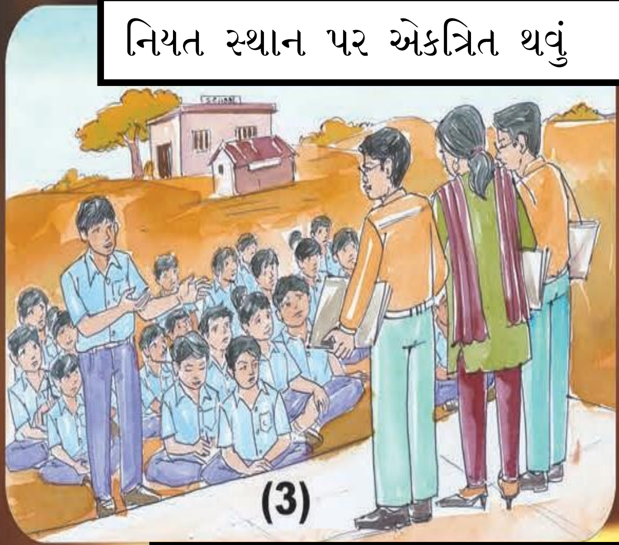
રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

શાળાઓ માટે અગ્નિ સુરક્ષા કવાયતનું આયોજન કરવું



આગ સહાયતા

નિરીક્ષિત સાઈટ ખાલી કરાવવી

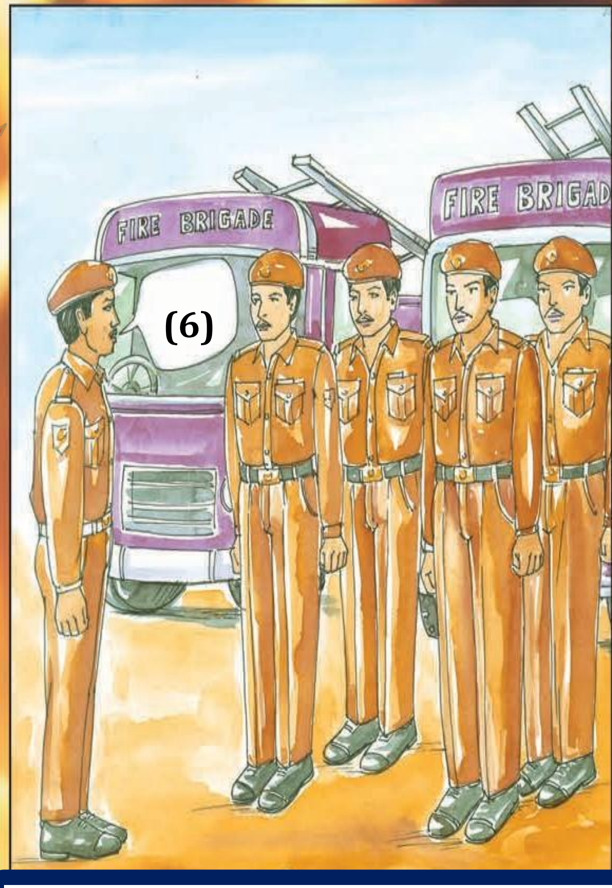


નિયત સ્થાન પર એકત્રિત થવું

ટીમના સભ્યો દ્વારા અગ્નિશમન સેવાઓને રિપોર્ટ કરવી

અને બચાવ કાર્ય કરવું

માથા ગણવા



તમામ ટીમોને સક્રિય કરવી

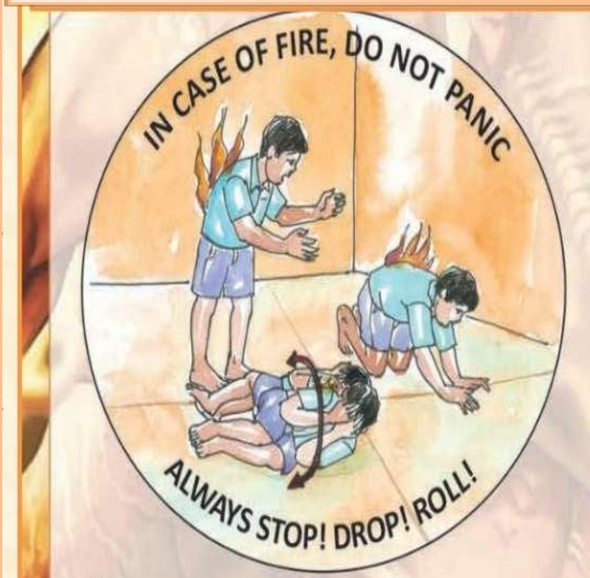
NDRF

સામાન્ય અગ્નિ સુરક્ષા અને સંરક્ષણ ટિપ્સ

- શાળા માટે અગ્નિ આપતકાલીન યોજના વિકસાવો અને ખાતરી કરો કે દરેક જણ તેને જાણે છે.
- તમારી શાળાને સુરક્ષિત રાખવા માટે હંમેશા બિલ્ડિંગ કોડનું પાલન કરો.
- આપતકાલીન ની સ્થિતિમાં ફાયર એલાર્મ સેટ કરો (મેન્યુઅલ એલાર્મિંગ સિસ્ટમનો અભ્યાસ કરો) અને આગ લાગવાની સ્થિતિમાં દરેકને ચેતવણી આપો.
- સામાન્ય સમયમાં તમારી આંખો બંધ કરીને તમારા ભાગી જવાના માર્ગ પર ચાલવાનો અભ્યાસ કરો.
- હંમેશા કોઈપણ અવરોધો ટાળવા માટે તમારા ભાગી જવાના/બહાર નીકળવાના રસ્તાઓ સાફ રાખો.
- સ્ટોરેજ અને કાર્યક્ષેત્રને કચરા મુક્ત રાખો. કેફેટરિયાના કર્મચારીઓએ રસોડામાં કામ કરતી વખતે વધારાની સાવચેતી રાખવી જોઈએ.
- કોઈપણ આપતકાલીન માટે હંમેશા ફર્સ્ટ એઇડ કીટ તૈયાર રાખો. ફર્સ્ટ એઇડ બોક્સને સુલભ જગ્યાએ રાખો.
- કેરોસીન, ગેસ સિલિન્ડર વગેરે જેવા જ્વલનશીલ પદાર્થોને વિદ્યાર્થીઓની પહોંચથી દૂર રાખો.
- આગ લાગવાની સ્થિતિમાં, ઇલેક્ટ્રિકલ ઉપકરણોને તરત જ અનપ્લગ કરો.
- સામાન્ય સમયમાં જૂના વાયરિંગ અને તૂટેલી ઇલેક્ટ્રિકલ ફિટિંગ પર ધ્યાન આપો.
- કોઈપણ જોખમી પરિસ્થિતિની જાણ તમારા ઇલેક્ટ્રિશિયનને કરો.
- અગ્નિશામક ઉપકરણોને કાર્યકારી સ્થિતિમાં રાખો અને તેનો ઉપયોગ કરવાનું શીખો.
- વિદ્યાર્થીઓને અગ્નિ સુરક્ષાના નિયમો શીખવો.
- ગભરાયા વિના વર્ગખંડોમાંથી બહાર નીકળો અને શાંત રહો.

<u>આગ લાગવાની સ્થિતિમાં:</u>

- પોતાની અને તમારા મિત્રોની સુરક્ષા કરો - શાંત રહો, ગભરાશો નહીં.
- એલાર્મ વગાડો અને બધાને સચેત કરો.
- નજીકના અથવા આપતકાલીન રસ્તાનો ઉપયોગ કરો.
- તમારી પાછળના બધા દરવાજા અને બારીઓ બંધ કરો.
- સીડીનો ઉપયોગ કરો, લિફ્ટનો ઉપયોગ કરશો નહીં.
- ક્યારેય ઊભા ન રહો, પરંતુ હંમેશા જમીન પર નીચેની તરફ સરકો અને તમારો ચહેરો ઢાંકો.
- મોટો અવાજ કરીને બચાવ ટુકડીનું ધ્યાન આકર્ષિત કરો.



<u>જો કોઈને આગ લાગી જાય:</u>

- હંમેશા ઉભા રહો, નીચે પડો અને ગબડો. આગ ઓલવવા માટે જમીન પર લોટો.
- કોઈપણ અગ્નિ કટોકટી માટે, અગ્નિશમન સેવાઓને તરત જ 101 નંબર પર કૉલ કરો, જે નિ:શુલ્ક છે, અને નીચેની બાબતોને યાદ રાખો:
- અગ્નિશમન વિભાગને ઘટનાની સૂચના આપતી વખતે શાંત રહો.
- કૉલ કરનારનું નામ અને સાચું સરનામું જણાવો.
- સંપર્ક નંબર આપો.
- કટોકટીના પ્રકાર વિશે માહિતી પ્રદાન કરો - આગની પ્રકૃતિ અને તેનો સ્રોત.
- આસપાસના સ્થળો વિશે માહિતી પ્રદાન કરો.
- ઘટનાસ્થળ સુધી પહોંચવા માટે સૌથી ટૂંકા અને સૌથી સરળ માર્ગની માહિતી પ્રદાન કરો, જેથી અગ્નિશમન સેવાઓને ત્યાં પહોંચવામાં અને પોતાનું કાર્ય કુશળતાપૂર્વક અને અસરકારક રીતે પૂર્ણ કરવામાં મદદ મળશે.
- તમામ કટોકટી સહાય કાર્યોના નંબર પ્રદર્શિત કરો તથા તમામ માળ અને વ્યૂહાત્મક સ્થાનો પર નિકાસી નકશા લગાવો.
- હંમેશા પોતાને, તમારા મિત્રોને અને તમારી શાળાને સુરક્ષિત રાખો.

[redacted]

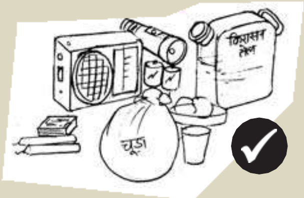
રાષ્ટ્રીય આપદા મોચન બલ

Towards a disaster free India.....

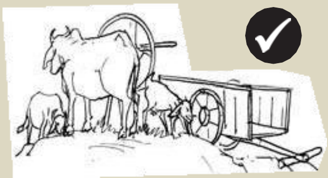
કરો

પૂર

- જો તમે પૂર પ્રભાવિત ક્ષેત્રમાં હોવ તો સિમેન્ટથી ઊંચો અને મજબૂત ઘર બનાવો.
- પરિવારના બધા સભ્યોને નજીકના સુરક્ષિત આશ્રય વિશે ખબર હોવી જોઈએ.
- પર દરમિયાન પીવા માટે ઉકાળેલું અથવા ક્લોરીનયુક્ત પાણી વાપરો.
- ભોજનને ઢાંકીને રાખો અને હલકું ભોજન કરો.



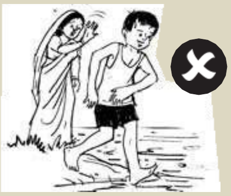
- ઝાડા થવા પર ચા,ભાતનો સૂપ અને નારિયેળ પાણી પીઓ.
- પૂર દરમિયાન જાણકારી, ચેતવણીઓ અને નિર્દેશો માટે રેડિયો અથવા ટેલિવિઝન સાંભળો.
- સૂકો ખોરાક,પાણી, દવા, મીણબત્તી,માચીસ,ટોર્ચ અને કેરોસીન પોતાની સાથે એક આપાતકાલીન કીટમાં રાખો.



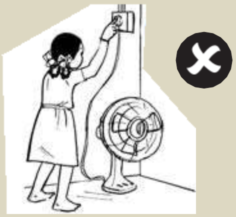
- જો તમારે ઘર ખાલી કરવું પડે, તો કપડાં અને મોંઘી વસ્તુઓ પોલિથીન/વોટરપ્રૂફ બેગમાં રાખો.
- પશુધન,પાલતુ જાનવર,મશીનો,બળદગાડાં અને આવશ્યક વસ્તુઓ તેને સુરક્ષિત સ્થાન પર લઇ જાઓ.

ના કરો

- પ૦ૂર/નદી પાર કરતા પહેલાં પોતાની સામેની જમીનની મજબૂતીની તપાસ કરવા માટે લાકડીની છડીનો પ્રયોગ કરો.



- બાળકોને પૂરના પાણીની પાસે નહાવા કે રમવા ન દો,
- જો તમને પાણીની ગહેરાઈનો અંદાજ ન હોય તો પૂરના પાણીને પાર કરવાનો પ્રયાસ ન કરો.
- જેમ જ પૂરનું પાણી ઘરમાં પ્રવેશ કરેએ તરત બધા વીજળીના કનેક્શન બંધ કરી દો.



- વીજળીના ઉપકરણોનો ઉપયોગ ત્યાં સુધી ન કરો જ્યાં સુધી તેમની તપાસ ન કરી લેવામાં આવે.સામગ્રીનું સેવન ન કરો.
- ગભરાશો નહીં અને અફવાઓ પર ધ્યાન ન દો.