



# اسکول سیفٹی پروگرام



این ڈی آر ایف - انڈیا  
زندگیان بجانا اور اس سے آگے...



## اسکول کی حفاظت



### تعارف

بچوں سے یہ توقع کی جاتی ہے کہ وہ اپنا زیادہ تر وقت اسکول میں گزاریں، اور ان کی حفاظت اور فلاح و بہبود کو یقینی بنانے کے لیے محفوظ اسکول انتہائی اہم ہیں۔ اسکول ان طلبہ کے لیے ایک محفوظ پناہ گاہ ہو سکتا ہے جو انہیں آہستہ آہستہ معمول کی حالت میں واپس آنے میں مدد دیتا ہے۔ اس لیے محفوظ اسکول کے پہلوؤں پر کام کرنا ضروری ہے۔ آگ لگنے کے دوران اختیار کیے جانے والے اقدامات

Stop.



Drop.



Roll.



### آگ

#### آگ لگنے کی صورت میں کیا کریں

الارم بجائیں اور پرنسپل/ہیڈ ماسٹر کو اطلاع دیں۔ آگ کے قریب کے علاقے سے سب کو باہر نکالیں۔ دستیاب آلات سے آگ بجھائیں؛ صرف اسی صورت میں جب ایسا کرنا محفوظ ہو عملے، طلبہ اور مہمانوں کو سامان لے جانے کی اجازت دیں؛ صرف اسی صورت میں جب یہ محفوظ ہو الرٹ کے قریبی علاقے سے تمام عملے، طلبہ اور مہمانوں کو منظم طریقے سے باہر نکالیں۔ تمام دروازے اور کھڑکیاں بند کر دیں اور بجلی کی فراہمی منقطع کر دیں۔ کلاس رول اور اضافی طلبہ و مہمانوں کو مقررہ راستوں سے مقررہ محفوظ مقامات پر جمع کریں۔ معذور یا خصوصی ضرورت والے عملے، طلبہ اور مہمانوں کی مدد کریں۔ طلبہ کو گروہوں میں اکٹھا کریں اور فہرست کے مطابق ان کے نام چیک کریں۔ طلبہ کے ساتھ رہیں اور واقعہ کے انچارج کی جانب سے مزید ہدایات کا انتظار کریں۔

جب تک ایونٹ کنٹرولر کی جانب سے ہدایت نہ دی جائے، اس وقت تک اکٹھا نہ ہوں۔

### زلزلہ

اگر آپ کو زلزلے کے جھٹکے محسوس ہوں، تو آپ کا پہلا ردعمل کیا ہونا چاہیے؟ ڈراپ، کور اور ہولڈ آن



پرسکون رہیں، اگر آپ گھر کے اندر ہیں تو اندر ہی رہیں۔ اگر آپ باہر ہیں تو باہر ہی رہیں۔

اگر آپ گھر کے اندر ہیں، تو عمارت کے بیچ میں کسی دیوار کے سہارے کھڑے ہو جائیں، یا بھاری فرنیچر، ڈیسک یا ٹیبل کے نیچے کھڑے ہو جائیں۔



#### زلزلے کے دوران کیا کریں؟

کھڑکیوں اور بیرونی دروازوں سے دور رہیں۔ اگر آپ باہر ہیں، تو بجلی کے تاروں یا گرنے والی کسی بھی چیز سے دور رہیں۔ عمارتوں سے دور رہیں۔ ماچس، موم بتی یا کسی بھی کھلی آگ؛ شعلے پھکا استعمال نہ کریں۔ ٹوٹی ہوئی گیس لائن کے قریب آگ نہ لے جائیں۔ اگر آپ کار میں ہیں، تو کار روک دیں اور زلزلہ رکنے تک کار کے اندر ہی رہیں۔ لفٹ کا استعمال نہ کریں۔

#### زلزلے کے بعد کیا کریں؟

اپنے آپ کو اور دوسروں کو لگی ہوئی چوٹوں کی جانچ کریں۔

زخمی افراد کو ابتدائی طبی امداد فراہم کریں۔ ریڈیو آن رکھیں۔ جب تک کوئی ہنگامی صورت حال نہ ہو، فون کا استعمال نہ کریں۔

متاثرہ عمارتوں سے دور رہیں۔ ٹوٹے ہوئے شیشے اور خطرناک کچرے سے محتاط رہیں۔ اپنے پیروں کو چوٹ سے بچانے کے لیے بوٹ اور مضبوط جوتے پہنیں۔ ہنگامی منصوبہ یا ذمہ دار شخص کی ہدایات پر عمل کریں۔ زلزلے کے بعد بھی جھٹکوں؛ آفٹر شاکس پھکا خدشہ رہتا ہے۔

### طوفان سیلاب

طوفان سے متاثرہ علاقوں میں، پرنسپل/ہیڈ ماسٹر کو اپنی مقامی ریاستی انتظامیہ سے رابطہ کرنا چاہیے۔ ہنگامی خدمات کے ساتھ رابطہ قائم کیا جانا چاہیے اور ہر انتہائی مرحلے کے تحت ضروری مختلف اقدامات کے ذریعے خود کو متعارف کروانا چاہیے۔

اگر سیلاب جاری رہتا ہے تو فوری طور پر مقامی ریاستی ہنگامی خدمات؛ ایس ڈی آر ایف پھاور ضلعی دفتر تعلیم سے رابطہ کریں۔ اگر اسکول ابھی تک بھرا ہوا ہے تو طلبہ اور عملے کو محفوظ طریقے سے وہاں موجود رہنے کی یقین دہانی کرائیں۔ جہاں تک ممکن ہو، یہ یقینی بنائیں کہ قیمتی سامان اور لاگت والے آلات کو سیلاب کے پانی سے محفوظ اور دور رکھا جائے۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ ممکنہ برقی خطرات ختم کر دیے گئے ہوں؛ یعنی علیحدہ برقی سپلائی پھ۔ بجلی کی فراہمی بند کرنا محفوظ ہو۔ باقی لوگوں کو تحفظ فراہم کرتے ہوئے خود محفوظ مقام پر موجود رہیں۔

کسی کو بھی سیلاب کے پانی میں داخل ہونے کی اجازت نہ دیں۔

### انخلاء

آپ فوری خطرے میں ہیں۔ فوراً متاثرہ علاقے کو خالی کریں۔ پولیس اور فائر بریگیڈ کو بلائیں۔



L

O

O

H

C

SAFETY

NDRF

### چوکسی کے اشارے

اسکول سے باہر نکلنا مشکل ہو جاتا ہے۔  
دیواریں اور فرش ٹوٹے ہوئے ہیں۔  
عمارت میں اندر داخل ہونا مشکل ہو جاتا ہے۔  
دروازے اور کھڑکیاں کچھ وقت کے لیے پھنس جاتی ہیں یا اٹک جاتی ہیں۔  
گاڑیوں، سڑکوں، بجلی اور ٹیلی فون گھر سے دور ہو جاتے ہیں۔

### اسکول ٹیموں کی تشکیل

ممکنہ آفت کی صورت میں ضروری منصوبہ بندی اور عمل درآمد کے لیے ایک اسکول آفتی نظم و نسق کمیٹی تشکیل دی جا سکتی ہے۔

### آفتی آگاہی گروپ

مختلف آفات کے دوران کیا کریں اور کیا نہ کریں، اس بارے میں پوسٹر، پمفلٹ اور مختلف تجاویز خاکوں کے ذریعے پیش کیے جائیں۔  
عوامی آگاہی کے لیے مظاہرے منعقد کیے جائیں۔

### نگرانی اور اطلاع رسانی ٹیم

اسکول کے قریب آنے والے ممکنہ خطرات کے بارے میں معلومات ٹی وی ریڈیو، انٹرنیٹ سے باقاعدگی سے حاصل کرنا اور نگرانی کرنا، جیسے بارش، موسلا دھار بارش کے نام پر موسم سے متعلق اپ ڈیٹس۔  
ہنگامی صورتحال میں گھریلو موبائل اطلاعات یا عوامی اعلان کے نظام کے ذریعے اسکول کو مطلع کرنا۔  
آفت سے متعلق حفاظتی مشورے، معلومات فراہم کرنا۔

### آفتی ردعمل گروپ

کھلے راستوں کی نشاندہی کرنا تاکہ ہنگامی حالت میں نکلنے کا راستہ موجود ہو۔  
متاثرہ لوگوں کو باہر نکالنے کے لیے ضروری ہونے پر نکاسی؛ کی منصوبہ بندی کمیٹی کی مدد کرنا۔

### تلاش اور بچاؤ ٹیم

ملبے کے نیچے پھنسے افراد کو بچانے کے لیے ٹیم کے ارکان کو خصوصی تربیت دینا۔

ابتدائی طبی امداد فراہم کرنا۔

آفت کے فوراً بعد تلاش اور نگرانی کی کارروائی شروع کرنا۔

آفت کی جگہ کی اطلاع ابتدائی طبی امداد ٹیم کو دینا۔  
ضروری خدمات کے مقام کی اطلاع ایس ڈی ایم سی کو دینا۔

### طبی علاج ٹیم

اس بات کو یقینی بنائیں کہ طبی علاج کا سامان، ہنگامی کٹس اور صحت سے متعلق آلات محفوظ اور ہر وقت دستیاب ہوں۔

بچوں، طلبہ کی خصوصی طبی ضروریات پر خاص توجہ دی جائے، تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ اسکول میں موجود دواؤں کا ذخیرہ دن کے لیے پھم محفوظ رکھا جائے اور باقاعدگی سے اس کی جانچ کی جائے۔

تلاش و بچاؤ کی کارروائیوں کے دوران زخمی افراد کو ابتدائی طبی امداد فراہم کرنے کے لیے طبی ٹیم کے اراکین کو متحرک کرنا۔

شدید طور پر زخمی طلبہ کو ہسپتال منتقل کرنے میں مدد فراہم کرنا۔

### آبی سہولت ٹیم

اس بات کو یقینی بنائیں کہ ہنگامی آبی سہولیات پینے کا پانی وغیرہ پھم دستیاب ہوں اور طلبہ کو ان کے استعمال کا مناسب طریقہ سکھایا گیا ہو۔

تمام غیر ساختہ یا عارضی پانی کے ذخائر کی نشاندہی کریں جو آلودگی کا سبب بن سکتے ہیں، جیسے عارضی ذخائر، ٹینک، گندے پانی کے ذخیرے وغیرہ، اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ محفوظ طریقے سے بند ہوں۔

### نقل و حمل ٹیم

منصوبہ بندی کمیٹی، اسکول انتظامیہ اور ضلعی حکام کے ساتھ مل کر محفوظ نقل و حمل کی پالیسی تیار کریں اور اس پالیسی کے بارے میں تمام اسٹاف اور طلبہ کو آگاہ کریں۔

تمام داخلے اور اخراج کے مقامات کی نشاندہی کریں۔

### ٹریفک کنٹرول ٹیم: اسکول بس کے لیے

بچوں کے اسکول آنے اور جانے کے وقت ٹریفک آفت سے متعلق خطرات کے پیش نظر اسکول کے راستوں کو محفوظ بنائیں۔

اگر راستہ یا ماحول غیر محفوظ ہو تو احتیاط کے ساتھ آمد و رفت کو یقینی بنائیں۔



## سی پی آر کا طریقہ کار

EMS ای ایم ایس فون پر  
سی پی آر کی کارروائی  
دوبارہ کوشش کریں



مدد کے لیے پکاریں اور EMS کو مطلع کریں۔



دوران خون، ہوائی راستہ اور سانس کی جانچ



اگر نبض نہیں چل رہی ہو تو اُس مقام پر ہاتھ رکھیں اور  
سی پی آر شروع کریں۔  
دیں، نوٹ کریں۔

CPR دیں، نوٹ کریں۔

بالغ اور بچہ

چھوٹے بچے

(دباؤ - 100/30 منٹ  
بچاؤ کے سانس: 2 بار) پھونک مارنا  
گہرائی: 2 انچ



(دباؤ: 30/100 فی منٹ کی رفتار سے  
بچاؤ کے سانس: 2 بار) پھونک مارنا  
گہرائی: 1.5 انچ



EMS کے آنے تک سی CPR کا عمل ڈھراتے رہیں۔

( نیشنل ڈیزاسٹر ریسپانس فورس )

# خون بہنے کا کنٹرول



( نیشنل ڈیزاسٹر ریسپانس فورس )

ہمیشہ ذاتی حفاظتی سامان جیسے لیٹیکس  
دستانے پہنیں۔



ڈریسنگ لگانے سے پہلے زخم کو جراثیم سے  
پاک نمکین پانی یا صاف پانی سے صاف کریں۔

زخم پر براہِ راست دباؤ ڈالیں۔



زخم کو دل کی سطح سے اوپر اٹھائیں۔



دباؤ کے نکات پر دباؤ ڈالیں۔



جراثیم کش دوا کا استعمال کریں اور پٹی لگائیں۔



( نیشنل ڈیزاسٹر ریسپانس فورس )



**HOW SAFE IS MY SCHOOL ?**

میرا اسکول کتنا محفوظ ہے؟



आपदा सेवा सदैव सर्वत्र



میرا اسکول  
کتنا محفوظ ہے

## آفات میں کمی کا دن

ہر سال منایا جانے والا آفات میں کمی کا دن، آفات کے خطرات میں کمی کے بارے میں آگاہی بڑھانے اور عوام و حکومتوں کو لچکدار بنانے کے عمل میں سرگرم کردار ادا کرنے کی ترغیب دینے کا کام کرتا ہے۔  
قومی آفات انتظامی اتھارٹی؛ این ڈی ایم اے پھاور قومی آفات انتظامی ادارہ؛ این آئی ڈی ایمے اکتوبر 2012 کو اسکول سیفٹی کے موضوع پر قومی فوکس ڈے کا انعقاد کیا، جس کا مقصد 10 اسکولوں میں آفات سے تحفظ سے متعلق آگاہی بڑھانا اور آفات انتظام کے لیے تیاریوں کو مضبوط بنانا تھا۔



## اسکول کی حفاظت کیوں سنگین ہے؟

تقریباً ہر سال سیکڑوں اسکولوں بچے قدرتی آفات کی پیدا کردہ آفات سے متاثر ہوتے ہیں۔  
ایسا مانا جاتا ہے کہ 2001 کے گجرات زلزلے میں 971 طلباء اور 31 اساتذہ ہلاک ہوئے تھے۔  
کے کمبھونم آگ کے حادثے میں 884 عمارتیں گر گئیں، جس میں 94 بچوں 2004 کی موت ہو گئی تھی۔  
میں شمالی دہلی میں دریائے یمنہ میں ایک بس گرنے سے 24 بچوں کی موت 1997 ہو گئی تھی۔  
کے ڈبوالی آتشزدگی کے واقعے میں 100 سے زائد بچوں کی موت ہو گئی تھی۔ 1995 اس سے اسٹرکچرل؛ ساختی پھاور نان اسٹرکچرل؛ غیر ساختی پھمداختوں کے ذریعے اسکول کی کمزوری کو کم کرنا لازمی ہو جاتا ہے۔

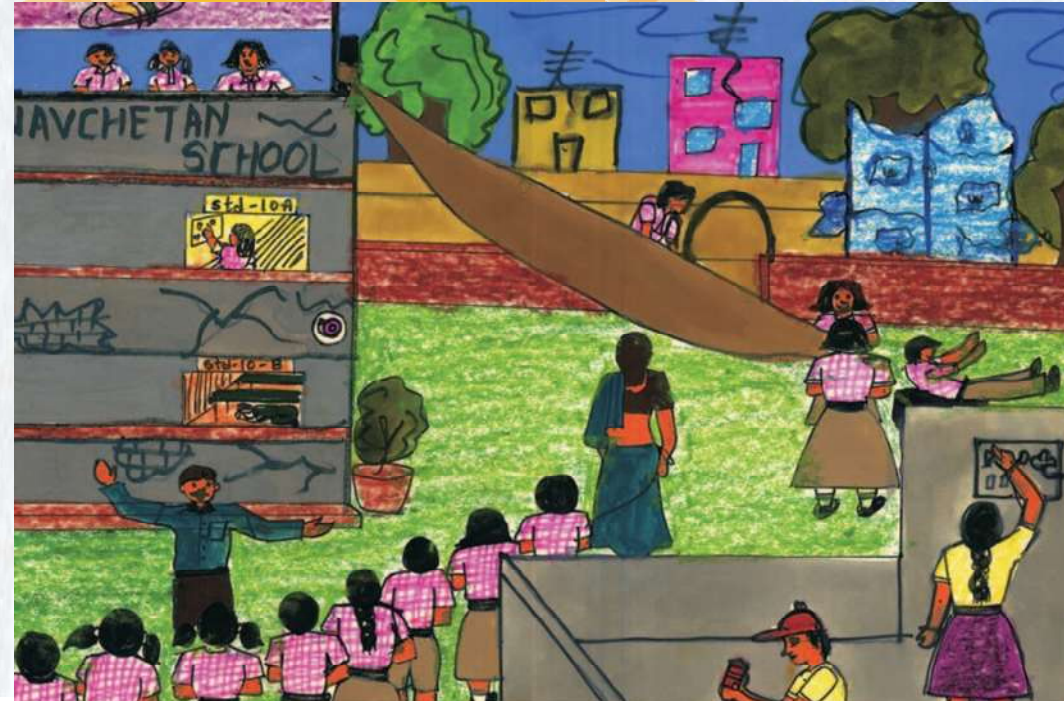
**!اسکول سیفٹی پلانز اس میں اہم کردار ادا کرتے ہیں**

## میرا اسکول کتنا محفوظ ہے؟

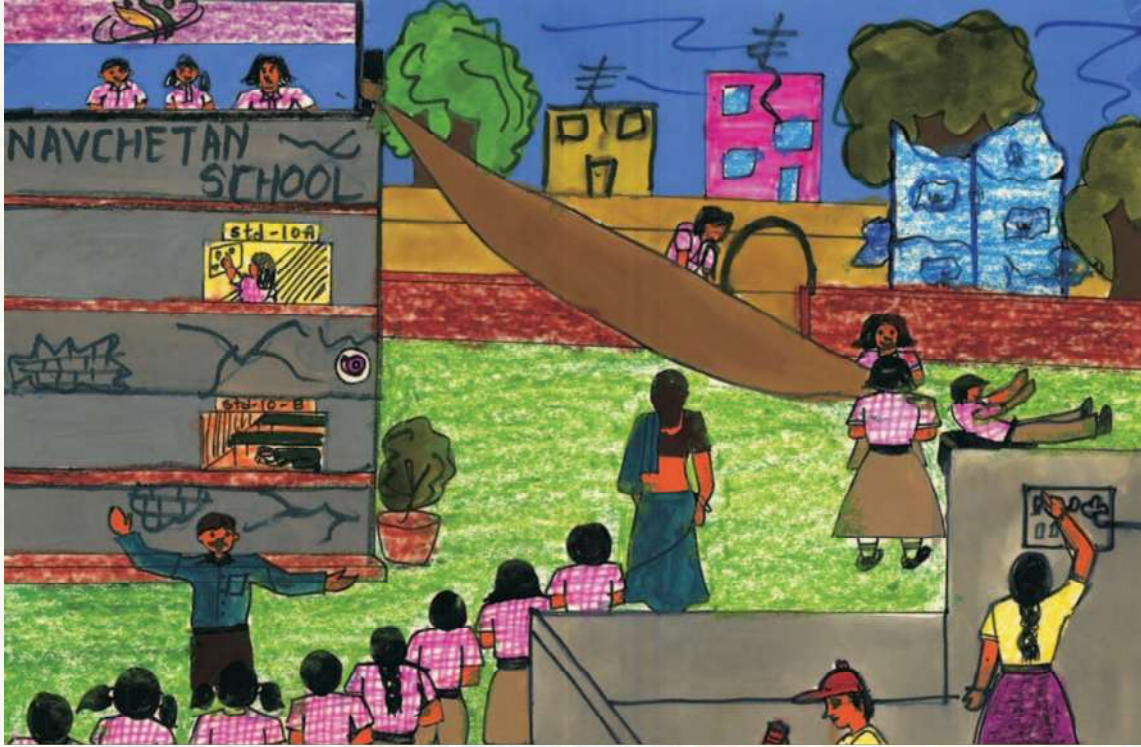
### اسکول کی حفاظت اہم نکات

آفات سے متعلق آگاہی میں اضافہ۔  
خطرات، کمزوریوں اور رسک کا تجزیہ۔  
ساختی اور غیر ساختی تحفظ۔  
سہولیات اور وسائل کی نقشہ بندی۔  
اسکول آفات انتظام کمیٹی اور ٹاسک فورس کی تشکیل اور تربیت۔  
وارننگ؛ انتباہی نظام۔  
اسکول کے نقشے، انخلاءی منصوبے اور تیاری کی سرگرمیوں کا کیلنڈر۔  
موک ڈرل۔  
آفت سے متاثرہ بچوں کے لیے نفسیاتی مدد۔  
معذوری اور صنفی بنیاد پر ضروریات کو مدنظر رکھتے ہوئے۔  
اسکول آفات انتظام منصوبہ اور آفات کے خطرات کے تخمینے کی باقاعدہ جانچ۔

تمام اسکولوں میں اسکول حفاظتی منصوبے تیار کرنا ملک بھر کے ان اسکولوں کو، جو اہم نکات پر توجہ مرکوز کرتے ہیں اسکول حفاظتی منصوبے بنانے کے لیے مدعو کیا گیا تھا۔ اس منصوبے کے تحت منتخب اسکولوں کو انعام سے نوازا جاتا ہے۔



## اسکول کو محفوظ بنائیں



### اسکول سیفٹی ایام نکات

- آفات سے متعلق آگاہی میں اضافہ۔
- خطرات، کمزوری، کمزوری و احساسیت بچوں اور خطرے کے تجزیے، رسک ایسیمنٹ
- ساختی اور غیر ساختی حفاظتی سہولیات اور وسائل کی نقشہ سازی۔
- اسکول آفات انتظام کمیٹیوں اور ورک فورس کی تشکیل اور تربیت۔
- انتہائی نظام، وارننگ سسٹم۔

**آفت کسی بھی وقت آ سکتی ہے۔**  
**اس لیے اس سے پہلے کہ بہت دیر ہو جائے، احتیاط برتیں۔**

### اسکول کی حفاظت کیوں ضروری ہے؟

ہر سال زلزلہ، سیلاب، آگ اور دیگر آفات سے ہزاروں بچے متاثر ہوتے ہیں۔

- میں ڈیوالی: ہریانہ: پھمیں ایک اسکول میں آگ لگ گئی۔ 1995
- آگ میں تقریباً 200 طلبہ جاں بحق ہو گئے۔
- کے بھوج زلزلے میں 971 طلبہ اور 31 اساتذہ کی موت 2001 ہوئی۔
- میں کمباکونم: تمل ناڈو پھمیں آگ کے حادثے میں 94 بچوں 2004 کی موت ہو گئی۔
- دہلی میں یمن ندی میں بس گرنے سے 24 بچوں کی موت ہوئی۔
- کے سونامی میں ہزاروں طلبہ اور اساتذہ مارے گئے، 2004
- زخمی ہوئے یا متاثر ہوئے۔
- میں کیرالہ میں ایک اسکول ٹرپ کے دوران کشتی حادثے 2007 میں 15 طلبہ اور 3 اساتذہ کی موت ہو گئی۔

اس کے لیے ساختی اور غیر ساختی اقدامات کے ذریعے اسکولوں میں بہتری کی ضرورت ہے۔

- کمزوری: ویلنریبلٹی بھکو کم کرنا ضروری ہے۔
- اسکول کے نقشے، انخلا کے منصوبے اور تیاری کی سرگرمیاں، کیلنڈر، موک ڈرل، آفات کے دوران بچوں کے لیے نفسیاتی مدد، معذوری اور صنفی بنیاد پر ضروریات کو مدنظر رکھنا، جامع اسکول آفات انتظام منصوبے کا باقاعدہ جائزہ اور تحریری جانچ نہایت ضروری ہے۔



# قومی آفات سے نمٹنے کی فورس

## زلزلے سے لوگ نہیں مرتے، بلکہ بغیر انجینئرنگ والی عمارتیں زیادہ لوگوں کی جان لیتی ہیں۔

### زلزلے سے پہلے

اپنے علاقے کے زلزلی خطرے کے زون کو اچھی طرح جانیں، اپنے گھر کی ریٹروفٹنگ (اگر پہلے سے موجود نہ ہو) کا اندازہ کے مطابق اپنے گھر کو زلزلہ مزاحم بنانے کے لیے کسی ماہر سول انجینئر کی (IS 1893:2002) لگائیں، اور بھارتی معیار کوڈ مدد ضرور حاصل کریں۔

(پر دستیاب ہیں [www.bmtpc.org](http://www.bmtpc.org) اور [www.bis.org.in](http://www.bis.org.in) تفصیلات)

دو محفوظ مقامات منتخب کریں جہاں پہنچنا آسان ہو۔ یہ کسی مضبوط میز یا ڈیسک کے نیچے یا کسی اندرونی دیوار کے قریب ہو سکتے ہیں۔ ہر محفوظ مقام پر مہینے میں کم از کم ایک بار ڈراپ، کور اور ہولڈ کی مشق کریں۔

گھر، اسکول یا کام کی جگہ پر زلزلے سے متعلق بنیادی حفاظتی تدابیر کو بانٹتے اور سیکھنے کے لیے میٹنگ یا سیمینار منعقد کریں۔

زلزلے سے بچاؤ کے لیے اپنی ایمرجنسی کٹ تیار رکھیں۔ اس میں کم از کم تین دن تک آپ کی حفاظت اور آرام کے لیے ضروری تمام اشیاء ہونی چاہئیں۔

آج تک زلزلے کی درست پیش گوئی ممکن نہیں ہو سکی ہے۔ افواہوں پر نہ کان دھریں اور نہ ہی انہیں پھیلای



### زلزلے کے دوران

اور دیگر آن لائن [www.imd.gov.in](http://www.imd.gov.in) پُرسکون رہیں۔ اگر آپ بستر پر ہیں تو تکیے سے سر کو ڈھانپ کر وہیں رہیں۔ (مزید معلومات کے لیے (خدمات/نیٹ ورک

اگر آپ باہر ہیں تو عمارتوں، درختوں، اسٹریٹ لائٹس اور بجلی کی تاروں سے دور کسی کھلی اور صاف جگہ پر چلے جائیں۔ زمین پر لیٹ جائیں اور کپکپی رکنے تک وہیں رہیں۔ اگر آپ کسی گاڑی میں ہیں تو کسی خالی جگہ پر گاڑی روک کر رکیں اور کپکپی ختم ہونے تک سیٹ بیلٹ باندھ کر وہیں رہیں۔ زلزلے سے متاثرہ پلوں، فلائی اوورز یا ریمپس سے بچیں۔

اونچی عمارتوں میں فائر الارم اور اسپرنکلر کے بجنے کی توقع رکھیں۔ چھوٹی موٹی آگ لگنے پر فوراً جانچ کریں اور اسے بجھا دیں۔ اگر آپ کو باہر نکلنا پڑے تو لفٹ کا استعمال نہ کریں بلکہ سیڑھیوں کا استعمال کریں اور باہر نکلنے میں جلد بازی نہ کریں۔ [www.incois.gov.in](http://www.incois.gov.in) اور [www.mha.gov.in](http://www.mha.gov.in) اگر آپ ساحلی علاقوں میں ہیں تو اونچی جگہوں پر چلے جائیں اور سونامی کی وارننگز پر توجہ دیں۔ (پر دستیاب ہیں) اور دیگر آن لائن خدمات/نیٹ ورک پر جانیں

اگر آپ باہر ہیں تو عمارتوں، درختوں، اسٹریٹ لائٹس اور بجلی کی تاروں سے دور کسی کھلی اور صاف جگہ پر چلے جائیں۔ زمین پر لیٹ جائیں اور کپکپی رکنے تک وہیں رہیں۔ اگر آپ کسی گاڑی میں ہیں تو کسی خالی جگہ پر گاڑی روک کر رکیں اور کپکپی ختم ہونے تک سیٹ بیلٹ باندھ کر وہیں رہیں۔ زلزلے سے متاثرہ پلوں، فلائی اوورز یا ریمپس سے بچیں۔

اونچی عمارتوں میں فائر الارم اور اسپرنکلر کے بجنے کی توقع رکھیں۔ چھوٹی موٹی آگ لگنے پر فوراً جانچ کریں اور اسے بجھا دیں۔ اگر آپ کو باہر نکلنا پڑے تو لفٹ کا استعمال نہ کریں بلکہ سیڑھیوں کا استعمال کریں اور باہر نکلنے میں جلد بازی نہ کریں۔ [www.incois.gov.in](http://www.incois.gov.in) اور [www.mha.gov.in](http://www.mha.gov.in) اگر آپ ساحلی علاقوں میں ہیں تو اونچی جگہوں پر چلے جائیں اور سونامی کی وارننگز پر توجہ دیں۔

(پر [www.mha.gov.in](http://www.mha.gov.in))

### زلزلے کے بعد

اپنی اور دوسروں کی چوٹوں کی جانچ کریں۔ اپنے رشتہ داروں اور دوستوں کو فون کرنے کے لیے ٹیلی فون کا استعمال نہ کریں، صرف طبی امداد کے لیے کال کریں۔ احتیاط کے ساتھ آگے بڑھیں اور اردگرد غیر محفوظ اشیاء کی جانچ کریں۔ ہنگامی معلومات اور حفاظتی ہدایات کے لیے ریڈیو اور ٹی وی سنیں/دیکھیں۔

(دیکھیں [www.nidm.gov.in](http://www.nidm.gov.in) اور [www.ndma.gov.in](http://www.ndma.gov.in) مزید معلومات کے لیے)

گری ہوئی بجلی کی تاروں یا ٹوٹی ہوئی گیس لائنوں پر نظر رکھیں اور متاثرہ علاقوں سے دور رہیں۔ اگر کپکپی جاری رہے تو آفٹر شاکس کا خدشہ ہے۔

متاثرہ عمارتوں سے دور رہیں۔ شدید جھٹکے عمارتوں کو مزید نقصان پہنچا سکتے ہیں اور کمزور ڈھانچوں کو گرا سکتے ہیں۔

متاثرہ علاقوں کے آس پاس اپنی بانیک یا کار کا استعمال نہ کریں۔

زلزلے کے بعد اپنے خاندان سے ملنے کے لیے ایک منصوبہ بنائیں، یا اگر آپ کو اپنا گھر خالی کرنا پڑے تو ایک پیغام چھوڑ کر بتائیں کہ آپ کہاں جا رہے ہیں۔

نقصان کا اندازہ لگائیں اور چھت، بیم، ستونوں اور دیواروں میں موجود کسی بھی گہری دراڑ کی مرمت کرائیں۔



बीच में क्या  
करें

# زلزلہ



DCH-

D-Duck: جھک جائیں (Jhuk Jaayen)

C-Cover: نیچے چھپ جائیں (Neeche Chhipen)

H-Hold: پکڑے رہیں (Pakde Rahen)



آپ جہاں بھی ہوں، اپنے  
ہاتھوں اور حالات کے  
سہارے بیٹھ جائیں۔

C

اپنے سر اور گردن کو اپنے  
ہاتھوں سے ڈھانپ لیں اور  
کسی میز کے نیچے چھپ  
جائیں، یا کھڑکی سے دور  
کسی مضبوط دیوار کے پاس  
رہ کر چلیں۔

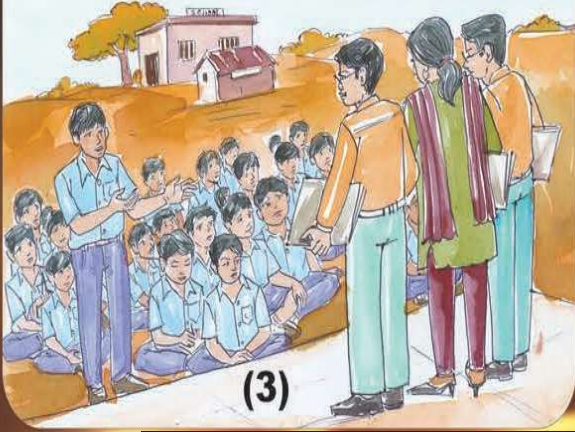


میزپناہ گاہ کی ٹانگوں کو  
مضبوطی سے پکڑیں۔ جب  
تک کپکپی ختم نہ ہو جائے،  
تب تک اس کے ساتھ چلنے  
کے لیے تیار رہیں۔

قومی آفات سے نمٹنے کی فورس

# اسکولوں کے لیے آگ سے بچاؤ کی تربیت

مقررہ مقام پر اکٹھا ہونا



(3)

آگ کی امداد



(1)

ٹیم کے اراکین کی جانب سے فائر بریگیڈ خدمات کو رپورٹ کرنا

اور بچاؤ کا کام انجام دینا



(4)

نگرانی جنوبی  
نکاسی راستہ



(2)

سروں کی  
گنتی

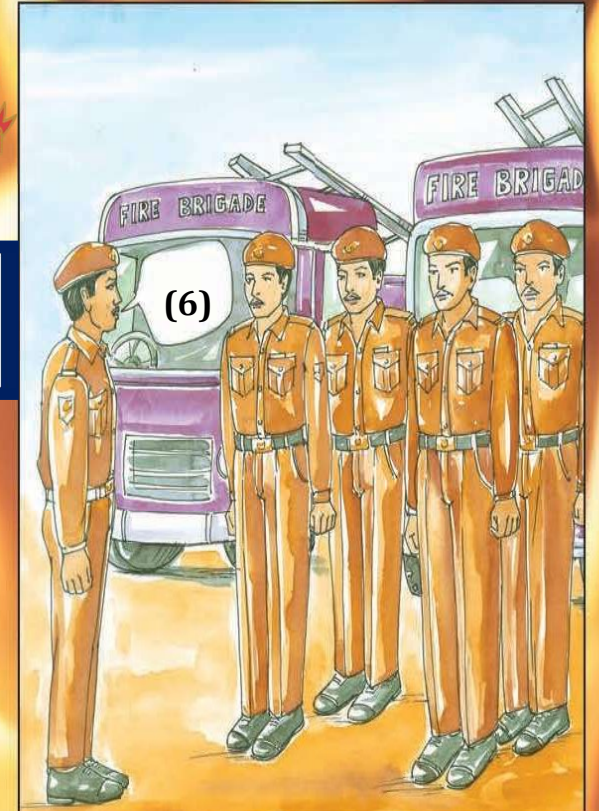


NDRF

(Ministry of Home Affairs, Govt. of India)

A-wing, 4th floor, NDCC-II Building, Jai Singh Road,

تمام ٹیموں کو فعال کرنے



(6)



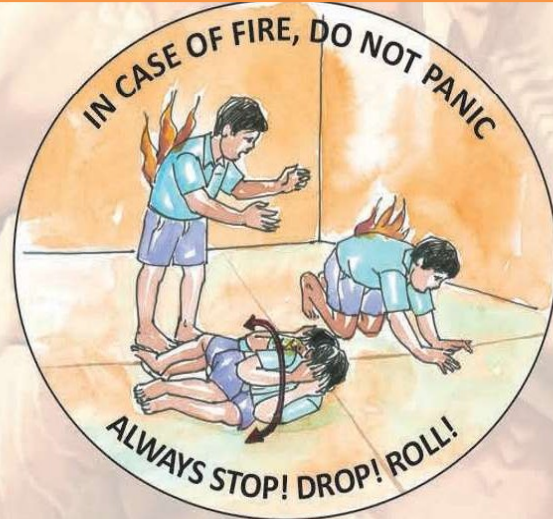
## عمومی آگ سے حفاظت اور احتیاطی تدابیر

سکول کے لیے ایک آگ سے نمٹنے کا ہنگامی منصوبہ تیار کریں، جس میں نکاسی: ایویکیوشن کے راستے اور طریقہ کار واضح ہوں۔ اپنے اسکول کو محفوظ رکھنے کے لیے داخلی راستوں، سیڑھیوں اور کھلے راستوں کا معائنہ کریں۔ ہنگامی حالت میں فوری انخلا: ایویکیوشن چھکی مشق کریں اور تمام طلبہ و عملے کو اس کی تربیت دیں۔ ہنگامی صورت حال میں اپنی آنکھیں بند نہ کریں، بلکہ اپنے اردگرد کے ماحول کو سمجھیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ داخلے اور اخراج کے تمام راستے صاف اور کھلے رہیں۔ کچن اور دیگر کمروں کو صاف اور منظم رکھیں، کیمیکلز اور جلنے والی اشیاء کو محفوظ طریقے سے رکھیں۔ کسی بھی ہنگامی حالت کے لیے آگ بجھانے کے آلات: فائر ایکسٹنگوئشر چھدستیاب رکھیں اور ان کے استعمال کی تربیت دیں۔ برقی آلات، وائرنگ اور گیس سلنڈر کی باقاعدہ جانچ کریں۔ آگ لگنے کی صورت میں بجلی اور گیس کی سپلائی فوراً بند کر دیں۔ ہنگامی وقت میں اپنی جان بچائیں اور افواہوں پر توجہ نہ دیں۔ آگ کی ہنگامی صورت حال کی فوری اطلاع متعلقہ محکموں کو دیں۔ طلبہ اور عملے کو باقاعدہ تربیت اور مشقیں کروائیں۔

بغیر گھبرائے کمروں سے باہر نکلیں اور پُرسکون رہیں۔

### آگ لگنے کی صورت میں

- اپنی اور اپنے دوستوں کی حفاظت کریں پُرسکون رہیں، گھبرائیں نہیں۔
- الارم بجائیں اور سب کو خیردار کریں۔
- قریب ترین یا ہنگامی راستہ خروج استعمال کریں۔
- اپنے پیچھے تمام دروازے اور کھڑکیاں بند کر دیں۔
- سیڑھیوں کا استعمال کریں، لفٹ کا استعمال نہ کریں۔
- کبھی بھی کھڑے نہ رہیں، بلکہ ہمیشہ زمین کے قریب رہیں اور اپنا چہرہ ڈھانپیں۔
- بلند آواز میں آواز دے کر ریسکیو ٹیم کی توجہ حاصل کریں۔



### اگر کسی کو آگ لگ جائے

ہمیشہ رکھیں، گریں اور لڑھکیں۔ آگ بجھانے کے لیے زمین پر لوٹیں۔

کسی بھی ہنگامی صورتحال میں، فائر بریگیڈ کی خدمات کے لیے فوری طور پر 101 پر کال کریں، جو کہ مفت ہے، اور **درج ذیل باتوں کو یاد رکھیں**

### فائر ڈیپارٹمنٹ کو واقعے کی اطلاع دیتے وقت پُرسکون رہیں۔

کال کرنے والے کو اپنا نام اور صحیح پتہ بتانا چاہیے۔

اپنا رابطہ نمبر فراہم کریں۔

ہنگامی صورتحال کی نوعیت کے بارے میں ہنگامی صورتحال کی نوعیت - معلومات دیں

یعنی آگ کی قسم - کے بارے میں معلومات دیں اور اس کا ذریعہ

آس پاس کے مشہور مقامات: کے بارے میں معلومات فراہم کریں۔

جائے وقوعہ تک پہنچنے کے لیے سب سے چھوٹے اور آسان راستے کی معلومات دیں، جس سے فائر بریگیڈ کو وہاں پہنچنے اور اپنا کام مہارت اور مؤثر طریقے سے انجام دینے میں مدد ملے گی۔

تمام ہنگامی امدادی نمبروں کو نمایاں جگہ پر لگائیں اور ہر منزل اور اہم مقامات پر انخلاء کا نقشہ: چسپاں کریں۔

ہمیشہ اپنے آپ کو، اپنے دوستوں کو اور اپنے اسکول کو محفوظ رکھیں۔

## قومی آفات سے نمٹنے کی فورس

### باڑھ

کے بارے

اگر آپ سیلاب سے متاثرہ علاقے میں ہیں تو سیمنٹ سے اونچا اور مضبوط گھر بنائیں۔

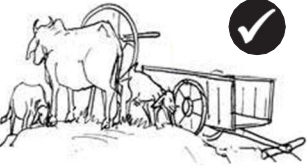
خاندان کے تمام افراد کو قریبی محفوظ پناہ گاہ کے بارے میں معلوم ہونا چاہیے۔ سیلاب کے دوران پینے کے لیے اُبالا ہوا یا کلورین ملا پانی استعمال کریں۔ کھانے کو ڈھانپ کر رکھیں اور ہلکی غذا کھائیں۔



دست ہونے پر چائے، چاول کا پانی، سوپاور ناریل کا پانی پیئیں۔

سیلاب کے دوران معلومات، انتباہات اور ہدایات کے لیے ریڈیو یا ٹیلی ویژن سنیں۔

خشک خوراک، پانی، دوا، موم بتی، ماچس، ٹارچ اور مٹی کا تیل اپنے ساتھ ایک ایمرجنسی کٹ میں رکھیں۔ اگر آپ کو گھر خالی کرنا پڑے، تو کپڑے اور قیمتی اشیاء پولی تھین یا واٹر پروف بیگ میں رکھیں۔



مویشی، پالتو جانور، مشینیں، بیل گاڑیاں اور ضروری اشیاء کسی محفوظ جگہ پر لے جائیں۔

سیلاب یا ندی پار کرنے سے پہلے اپنے سامنے زمین کی مضبوطی کو جانچنے کے لیے لکڑی کی چھڑی کا استعمال کریں۔



بچوں کو سیلاب کے پانی کے پاس یا باہر کھیلنے نہ دیں۔ سیلاب کے پانی سے متاثرہ کھانے یا مواد کا استعمال نہ کریں۔ سیلاب کے دوران انتباہات کے لیے ریڈیو یا ٹیلی ویژن سنیں۔ ایک ہنگامی کٹ تیار رکھیں جس میں خشک خوراک، پانی، ادویات، ٹارچ، ماچس اور موم بتی ہو۔

گھر خالی کرتے وقت قیمتی اشیاء اور کپڑے واٹر پروف بیگ میں رکھیں۔

مویشیوں، مشینوں اور ضروری اشیاء کو محفوظ مقام پر منتقل کریں۔

پانی گھر میں داخل ہوتے ہی بجلی کے تمام کنکشن بند کر دیں۔

بجلی کے آلات کو جانچ کے بغیر استعمال نہ کریں۔

پانی کی گہرائی کا پتہ نہ ہو تو اسے پار کرنے کی کوشش نہ کریں اور زمین کی مضبوطی چیک کرنے کے لیے لکڑی کی چھڑی کا استعمال کریں۔

گھبرائیں نہیں اور افواہوں پر دھیان نہ دیں۔

