ദുരന്തങ്ങളെ അറിയൂ, ഒരുങ്ങിയിരിക്കൂ

ദുരന്ത പ്രതിരോധം, നമ്മുടെ ഭവനങ്ങളിൽ നിന്ന് - ഓരോ കുടുംബവും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത്

പ്രകൃതി ദുരന്തങ്ങളും മനുഷ്യ നിർമ്മിത ദുരന്തങ്ങളും വർദ്ധിച്ചു വരുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ദുരന്തങ്ങൾക്കെതിരെയുള്ള തയ്യാറെടുപ്പ് വളരെ അനിവാര്യമാണ്. ജീവനും സ്വത്തിനും നാശം വരുത്തുന്നതിന് പുറമെ ജനങ്ങൾക്ക് വലിയ ദുരിതങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുന്ന വിവിധ ദുരന്തങ്ങൾ നമ്മുടെ സംസ്ഥാനം നേരിടുന്നു. അതുകൊണ്ടു തന്നെ നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ നിന്ന് തന്നെ ദുരന്തങ്ങളെ നേരിടാൻ തയ്യാറെടുക്കേണ്ടതുണ്ട്.

ചില പ്രകൃതി ദുരന്തങ്ങളെ മുൻകൂട്ടി പ്രവചിക്കാൻ സാധിക്കുമെങ്കിലും മറ്റു ചില ദുരന്തങ്ങളെ മുൻകൂട്ടി പ്രവചിക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല എന്നതുകൊണ്ട് ദുരന്ത-മുൻകരുതൽ, ദുരന്ത-ലഘൂകരണത്തിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരികേണ്ടതാണ്. ശരിയായ രീതിയിലുള്ള ആസൂത്രണം വഴി നിങ്ങൾക്കും നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിനും വലിയ ദുരന്തങ്ങളെ പോലും അതിജീവിക്കാൻ സാധിക്കും. നിങ്ങളുടെ കുടുംബ - ദുരന്ത നിവാരണ പ്ലാൻ തയ്യാറാക്കുവാനും പരിശീലിക്കുവാനും നിങ്ങളെ സഹായിക്കും

A) ദുരന്തതസാധ്യതകൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുക

നിങ്ങൾ താമസിക്കുന്ന പ്രദേശത്തിന്റെ ദുരന്ത സാധ്യതകളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരായിരിക്കുക. ദുരന്തസാധ്യത ഭൂമിശാസ്ത്ര-പാരിസ്ഥിതിക സവിശേഷതകൾ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും.

- നിങ്ങൾ താമസിക്കുന്ന പ്രദേശത്തിന്റെ പ്രകൃതിദുരന്ത സാധ്യതകളും മനുഷ്യ-പ്രേരിത അപകട സാധ്യതകളും അറിഞ്ഞിരിക്കുക
- സാമൂഹിക, സാമ്പത്തിക, കാലാവസ്ഥ സംബന്ധമായ സവിശേഷതകളെകുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കുക.
- ഗർഭിണികൾ, ഭിന്നശേഷിക്കാർ, വയോധികർ, രോഗികൾ തുടങ്ങിയവർ നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിലുണ്ടെങ്കിൽ ദുരന്തസമയത്തിൽ അവർ നേരിട്ടേക്കാവുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ മുൻകൂട്ടി ആലോചിക്കുകയും പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കുകയും വേണം
- മുൻ വർഷങ്ങളിൽ നിങ്ങൾ താമസിക്കുന്ന പ്രദേശത്തുണ്ടായ ദുരന്തങ്ങളെ കുറിച്ച് അറിഞ്ഞിരിക്കുക
- സംസ്ഥാന/ജില്ലാ ദുരന്ത നിവാരണ അതോറിറ്റിയുടെ നിർദേശങ്ങൾ മനസിലാക്കുകയും അവർ തരുന്ന മുന്നറിയിപ്പുകളെ പാലിക്കുകയും ചെയുക

B) മുന്നൊരുക്കങ്ങൾ നടത്തുക

നിങ്ങൾ വസിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള വിവിധ ദുരന്തങ്ങളെക്കുറിച്ചു മനസ്സിലായാൽ നിങ്ങൾ കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി ദുരന്ത-മുൻകരുതൽ ആസൂത്രണം ചെയ്യണം .

ദുരന്തങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്ന സമയങ്ങളിൽ ഒരുപക്ഷേ കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരുമിച്ചുണ്ടാകണമെന്നില്ല, അതുകൊണ്ടുതന്നെ ദുരന്തസമയങ്ങളിൽ എങ്ങനെയാണ് പ്രതികരിക്കേണ്ടതെന്നു കുടുംബാംഗങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കാൻ ഇതു സഹായിക്കും.

ദുരന്ത സമയങ്ങളിൽ അടിയന്തിരമായി ബന്ധപ്പെടേണ്ടവരുടെ വിവരങ്ങൾ കുടുംബത്തിലുള്ള എല്ലാവരും അറിഞ്ഞിരിക്കണം (പേര്/ഫോൺ നമ്പർ/ അഡ്രസ്സ് മുതലായവ). താമസസ്ഥലത്തിനടുത്ത് അല്ലെങ്കിൽ ദൂരെയുള്ള ഒരു ബന്ധുവിന്റെയോ, സുഹൃത്തിന്റെയോ ഫോൺ

നമ്പർ കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഹൃദ്യസ്ഥമാക്കുക. എന്തെങ്കിലും അത്യാഹിതം സംഭവിച്ചാൽ ആ നമ്പറിൽ വിളിക്കുവാൻ നിർദേശം കൊടുക്കുക.

ദുരന്തങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്ന സമയങ്ങളിൽ നിങ്ങൾ ജോലി സ്ഥലത്തും, കുട്ടികൾ സ്കൂളിലും ആണെങ്കിൽ എങ്ങനെ പ്രതികരിക്കണം എന്നു മുൻകൂട്ടി തീരുമാനിക്കുക.

അടിയന്തിരമായി ഒന്നിച്ചു കൂടാവുന്ന സ്ഥലങ്ങൾ

വീടിനുള്ളിൽ: വീടിനുള്ളിലെ സുരക്ഷിത സ്ഥാനങ്ങൾ ഏതൊക്കെയെന്നു മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങളെപറ്റി മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിക്കുകയും ചെയ്യുക.

വീടിന്റെ സമീപപ്രദേശത്ത്: ഒരു ദുരന്ത സമയത്ത് (തീപിടുത്തം പോലുള്ളവ) നിങ്ങൾക്ക് വീട് ഒഴിയേണ്ടി വന്നാൽ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് ഒന്നിച്ചു ചേരാൻ കഴിയാവുന്ന സുരക്ഷിത സ്ഥാനം മുൻകൂട്ടി തീരുമാനിക്കുക.

ബന്ധപ്പെട്ട അതോറിറ്റികൾ മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിച്ചിരിക്കുന്ന സുരക്ഷിത സ്ഥാനങ്ങൾ (സ്കൂൾ, കമ്മ്യൂണിറ്റി ഹാൾ തുടങ്ങിയവ) കുടുംബത്തിലുള്ള ഓരോ അംഗങ്ങളും അറിഞ്ഞിരിക്കണം. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ദുരന്ത സമയങ്ങളിൽ അവിടെ ഒത്തുകൂടാവുന്നതാണ് (പ്രത്യേകിച്ചും തീരദേശത്തു താമസിക്കുന്നവർ)

C) അടിയന്തിര കിറ്റ് (Emergency Kit) തയ്യാറാക്കുക

ഒരു അടിയന്തിര കിറ്റ് നിങ്ങളുടെ ജീവൻ രക്ഷിച്ചേക്കാം. ദുരന്ത സാഹചര്യത്തിൽ അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങളുടെ പരിമിതിയിൽ നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിനു കുറച്ചു ദിവസങ്ങളിൽ മാറി താമസിക്കേണ്ടി വന്നാൽ, അതിജീവനത്തിനും സുരക്ഷിതത്വത്തിനുമായി എല്ലാ അവശ്യ സാധനങ്ങളും അടങ്ങിയ ഒരു അടിയന്തിര കിറ്റ് മുൻകൂട്ടി തയ്യാറാക്കി വയ്ക്കണം.

- തയ്യാറാക്കി വച്ചിരിക്കുന്ന അടിയന്തിര കിറ്റ് നനയാത്ത വിധത്തിലും, അനായാസമായി കൊണ്ടുനടക്കാൻ കഴിയുന്നതുമാണെന്നു ഉറപ്പുവരുത്തുക.
- വീടിനുള്ളിൽ എല്ലാവർക്കും പരിചിതമായ, സുരക്ഷിതമായ ഒരു സ്ഥലത്തു അടിയന്തിര കിറ്റ് സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുക

അടിയന്തിര കിറ്റിൽ സൂക്ഷിക്കേണ്ടവ (72 മണിക്കൂർ സമയത്തേക്കു വേണ്ടത്)

- ശുദ്ധ ജലം (1 ലി /വ്യക്തി/ദിവസം)
- ലഘുഭക്ഷണം
- പ്രധാനരേഖകൾ (ഭൂമി,ബാങ്ക്,ഇൻഷുറൻസ് പേപ്പറുകൾ, തിരിച്ചറിയൽ രേഖകൾ, വിദ്യാഭ്യാസ സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ)
- റേഡിയോ, ബാറ്ററി
- പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ സാമഗ്രികൾ, മരുന്നുകൾ
- സോപ്പ്, ടോയിലെറ്റ് പേപ്പർ
- ടോർച്ച്, ബാറ്ററി
- മൊബൈൽ, ചാർജർ

തയ്യാറാക്കി വച്ചിരിക്കുന്ന അടിയന്തിര കിറ്റിലെ വസ്തുക്കളുടെ ഗുണനിലവാരം ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടതാണ്. കേടാവുന്ന വസ്തുക്കൾ (ലഘുഭക്ഷണം, ശുദ്ധ ജലം മുതലായവ) യഥാസമയം പുനസ്ഥാപിക്കണം. വർഷത്തിൽ മൂന്നു പ്രാവശ്യം ഇതിനായി ഉപയോഗിക്കാം. (ഉദാ: ജനുവരി 15, മെയ് 15, സെപ്റ്റംബർ 15) റേഡിയോ, ടോർച്ച് മുതലായവ പ്രവർത്തനസജ്ജമാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം.

D) പരിശീലനം നേടുക

മേൽപറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്തതിനുശേഷം കുടുംബാംഗങ്ങൾ എല്ലാവരും നിർദേശിച്ചിട്ടുള്ള രീതിയിൽ പരിശീലനം നടത്തേണ്ടതാണ്. കുട്ടികൾ, വയോധികർ, ഭിന്നശേഷിയുള്ള വ്യക്തികൾ എന്നിവരെ ദുരന്ത സമയങ്ങളിൽ ഒഴിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രായോഗിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ മറികടക്കാൻ പരിശീലനം സഹായിക്കും.

- ഭൂമികുലുക്കം, തീപിടുത്തം എന്നീ സമയങ്ങളിൽ അനുവർത്തിക്കേണ്ട ലളിതവും സ്വയരക്ഷക്ക് അനുയോജ്യവും ആയ പ്രവർത്തികൾ കുടുംബാംഗങ്ങൾ എല്ലാവരും മനഃപാഠംമാക്കുകയും പരിശീലിക്കുകയും വേണം
- അടുത്തുള്ള സുരക്ഷിത സ്ഥലവും അവിടേയ്ക്കുള്ള മാർഗവും മനസ്സിലാക്കി വയ്ക്കണം
- ദുരന്തസമയങ്ങളിൽ എങ്ങനെ പ്രതികരിക്കണം എന്നത് ആറു മാസത്തിലൊരിക്കലെങ്കിലും പരിശീലനത്തിലൂടെ ഉറപ്പുവരുത്തുക
- പരിശീലനം നേടിയ വ്യക്തികളിൽ നിന്നും പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയിൽ അറിവുനേടുകയും അതാതു പ്രദേശത്തുള്ള വിവിധ ദുരന്ത സാധ്യതകൾ മറ്റുള്ളവർക്ക് മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കുകയും വേണം
- പരിശീലനങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള അറിയിപ്പുകൾ സംസ്ഥാന ദുരന്ത നിവാരണ അതോറിറ്റിയുടെ വെബ്സൈറ്റിൽ (www.sdma.kerala.gov.in) ലഭ്യമാണ്, കൂടാതെ കേരളത്തിൽ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള ദുരന്തങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള ലഘുലേഖകളും, വീഡിയോകളും ഉണ്ട്. കുട്ടികൾക്കും, ഭിന്നശേഷിക്കാർക്കും സൗഹൃദ പ്രദമായ രീതിയിൽ ആണ് അവ നിർമിച്ചിട്ടുള്ളത്.

E) ദുരന്തസമയങ്ങളിൽ എങ്ങനെ പ്രതികരിക്കണം എന്നറിഞ്ഞിരിക്കുക

- പരിഭ്രാന്തരാകാതെ സംയമനം പാലിക്കുക
- റേഡിയോ വഴിയുള്ള മുന്നറിയിപ്പുകളും നിർദേശങ്ങളും ശ്രദ്ധിക്കുക
- മുറിവുകൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ നൽകുക. സാരമായ പരിക്കുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടുക. ബോധം നഷ്ടപ്പെട്ടുകിടക്കുന്ന വ്യക്തിയെ പരമാവതി കഴുത്തും നട്ടെല്ലും അനക്കാതെ ആശുപത്രിയിലെത്തിക്കുക. ആവശ്യം വന്നാൽ കൃത്രിമ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം (CPR) കൊടുക്കുവാൻ കുടുംബാംഗങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം
- വാതക ചോർച്ചയുടെ ഗന്ധം ഉണ്ടെങ്കിൽ മെയിൻ സ്വിച്ച് അണച്ചു വാതിലും ജനലുകളും തുറന്നിട്ട് ഉടനടി കെട്ടിടത്തിനു പുറത്തേയ്ക്കിറങ്ങുക
- വൈദ്യുതി ചോർച്ച സംശയിക്കുന്നെങ്കിൽ മെയിൻ സ്വിച്ച് അണയ്ക്കുക
- വാതക-വൈദ്യുതി ചോർച്ചയ്ക്ക് സാധ്യത ഉള്ളതിനാൽ ടോർച്ച് ലൈറ്റ് ഉപയോഗിക്കുക.
- വീടിനു പുറത്തേക്കു ഇറങ്ങുമ്പോൾ പൊട്ടികിടക്കുന്ന വൈദ്യുതി കമ്പികൾ ഉണ്ടോ എന്ന് ശ്രദ്ധിക്കണം
- വളർത്തു മൃഗങ്ങൾക്കും സുരക്ഷിത സ്ഥാനങ്ങൾ കണ്ടെത്തണം
- ദുരന്ത സമയങ്ങളിൽ ലിഫ്റ്റ് ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.

സുരക്ഷിത സ്ഥാനങ്ങളിലേക്ക് മാറി താമസിക്കാനുള്ള നിർദേശം ലഭിച്ചാൽ

- അടിയന്തര കിറ്റ് എടുക്കുക
- വീട് പൂട്ടിയിടുക
- വാതക - വൈദ്യുതി ബന്ധം വിച്ഛേദിക്കുക
- ബന്ധപ്പെട്ട അതോറിറ്റികൾ നിർദേശിച്ചിട്ടുള്ള മാർഗങ്ങളിലൂടെ മാത്രം സുരക്ഷിത സ്ഥാനങ്ങളിലേക്ക് സഞ്ചരിക്കുക

F) അടിയന്തിര ഘട്ടത്തിൽ ഉപയോഗിക്കേണ്ട ഫോൺനമ്പറുകൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുക

അടിയന്തിര ഘട്ടത്തിൽ ഉപയോഗിക്കേണ്ട ഫോൺനമ്പറുകൾ എല്ലാവർക്കും കാണുവാൻ കഴിയുന്ന വിധത്തിൽ വീടിന്റെ ഭിത്തിയിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്.

112 - എമർജൻസി നമ്പർ, 100 – പോലീസ്, 101 – അഗ്നിശമനസേന, 108 - ആംബുലൻസ്

1077 / 1070 / 1079 - ദുരന്ത നിവാരണ കൺട്രോൾ റൂം