



Republika Srbija
Ministarstvo unutrašnjih poslova
Sektor za vanredne situacije

Doracak familjar për sjellje në situata të jashtëzakonshme

A e dini si të mbron veten dhe familjen tuaj
nga pasojat e situatave të jashtëzakonshme?



Botues

Organization for Security and Co-operation in Europe
Mission to Serbia
Čakorska 1, 11000 Belgrade

Organizata për Siguri dhe Bashkëpunim Evropian
Misioni i OSBE në Serbi
Čakorska 1, 11000 Beograd

Republika Srbija
Ministarstvo unutrašnjih poslova
Sektor za vanredne situacije
Kneza Miloša 101, 11000 Beograd

Republika e Serbisë
Ministria e Punëve të Brendshme
Sektori për situata të jashtëzakonshme
Kneza Miloša 101, 11000 Beograd

Dizajni

comma | communications design

Shtypi

Original

Përkthimi

EUROCONTRACT

Tirazhi

2000

Shënime:

Qëndrimet e shprehura në këtë botim u takojnë vetëm autorëve dhe nuk paraqesin patjetër qëndrim zyrtar të Misionit të OSBE-së.

Botimi është hartuar me përkrahjen financiare të Agjencisë suedeze për bashkëpunim ndërkombëtar zhvillimor, në kuadër të projektit Konsolidimi i procesit të demokratizimit në sektorin e sigurimit në Republikën e Serbisë.

Fjala hyrëse

Gjatë pesëdhjetë viteve të fundit, është shtuar shumëfish numri i katastrofave në botë, si edhe efekti shkatërrues, që kanë ato ndaj shoqërisë dhe mjedisit rrethues. Përvojat e Republikës së Serbisë, e cila gjatë viteve të kaluara është ballafaquar me katastrofa të shumta, të cilat, për pasojë, kanë pasur viktime në njerëz, vuajtje dhe dëme materiale, provojnë të vërtetën se situatat e jashtëzakonshme siç janë fatkeqësitë elementare dhe aksidentet tekniko-teknologjike, e prishin sigurinë dhe mbijetesën e të gjitha lagjeve, por edhe të rajonit.

Pasojat e katastrofave mund të zvogëlohen dukshëm, nëse njerëzit janë të mirinformuar dhe të njohftuar me mënyrën e parandalimit të tyre.

Nëse jeni të vetëdijshëm për rrezikun e mundshëm dëmet e mundshme në mjedisin tuaj rrethues; nëse e dini si dhe ku të merrni informata, si të organizoheni në momente kritike, jeta juaj dhe jeta e anëtarëve të familjes suaj do të jetë më e sigurt. Ju jeni aktor kryesor në këtë sistem – ju duhet të jeni të vetëdijshëm për rreziqet, të dini si të reagoni dhe si të bashkëpunoni me shërbimet e shpëtimit. Kur ndodh një situatë e jashtëzakonshme – zakonisht pa paralajmërim dhe e papritur - ju dhe familja juaj do të ballafaqoheni me vështirësi të ndryshme dhe do të mbeteni në mëshirë të vetvetes derisa nuk arrijnë ekipet e shpëtimit në vendin e ngjarjes. Është me rëndësi jashtëzakonisht të madhe që t'i njihni procedurat dhe hapat e sjelljes në këto momente.

Ky doracak ka për qëllim që t'ju ndihmojë juve dhe familjes suaj, dhe t'ju sygjerojë si të reagoni më së miri në situata kur mund të ndodhë fatkeqësia.

Lexoni me kujdes – ky doracak paralajmëron për rreziqet, por edhe ofron përgjigje dhe jep sygjerime të cilat në momentin e katastrofës mund të jenë të çmueshme.

Misioni i Sektorit për situata të jashtëzakonshme i Ministrisë së Punëve të Brendshme është mbrojtja e jetës së njerëzve, mjedisit jetësor, të të mirave materiale dhe i trashëgimisë kulturore dhe historike, si edhe ndërtimi, mirëmbajtja dhe përparimi i aftësive të tërë kombit për veprimin parandalues ndaj rreziqeve. Sektori për situata të jashtëzakonshme bën përpjekje që të ofrojë përgjigje për sfidat dhe të zbusë pasojat nga katastrofat e ndryshme të cilat mund të prekin rajonin tuaj.

Fatkeqësitë në forma të ndryshme – zjarret, përmbytjet, tërmetet, shembjet, aksidentet kimike – mund të ndodhin kudo, në secilin moment edhe pa paralajmërim. Prandaj përparësi e Sektorit është reagimi me kohë dhe profesional në situata të tilla. Zjarrëfikësit, shpëtimtarët, janë të gatshëm që në çdo moment të ofrojnë maksimumin e vet për mbrojtjen dhe shpëtimin e qytetarëve tanë.

Predrag Mariq
Shef i Sektorit për Situata të Jashtëzakonshme
Ministria e Punëve të Brendshme
Republika e Serbisë

Përmbajtja

Fjala hyrëse

Zjarret në shtëpi

Zjarret pyjore

Përmbytjet

Shpëtimi dhe veprimet në ujë – lumenj dhe liqene

Shembjet dhe rënia e gurëve

Tërmeti

Rreziqet tekniko-teknologjike

Fatkeqësitë bërthamore dhe radiologjike

Terrorizmi

Kushtet ekstreme kohore

Nxehtësitë ekstreme – goditja e nxehtësisë

Të ftohtit ekstrem – stuhitë me borë dhe ngrirja

Stuhitë dhe goditjet e rrufesë

Mjetet e pashpërthyer vrasëse – MJV

Fatkeqësitë e komunikacionit

Ndihma e parë

Fjala përmbyllëse

Numrat e dobishëm



Zjarret në shtëpi

Zjarri është rrezik
real nga i cili, përveç
pronës materiale,
mund të humbni
edhe jetën. Mos
lejoni t'ju ndodhë,
sigurohuni me kohë!



**Nëse e
vëreni
zjarrin
telefononi
në numrin
193**

SI TË PARANDALOHEN?

Me rëndësi jashtëzakonisht të madhe është t'i respektoni këto rregulla:



- Mos e lini sobën të kyçur pa mbikëqyrje;
- mos pini cigare në shtrat;
- kontrolloni rregullisht elektroinstalimet, pajisjet ngrohëse dhe sistemet;
- mbani çakmakët dhe shkrepëset sa më larg fëmijëve;
- mos i përdorni pajisjet ngrohëse me gaz ose me flakë të hapur (kaminët) në mjediset të cilat kanë ajrim të dobët.

Masat e parandalimit

- Nga bodrumi, garazhi, tavani, dhe të ngjashme si këto, largoni të gjitha gjërat e depozituara të ndezshme, siç janë revistat e vjetra, kutitë me ngjyrë, tretësit, si edhe mobiliet e vjetra, rrobat etj.
- Shkallët kundër zjarrit dhe kalimet e zakonshme i pastroni dhe patjetër duhet t'i mbani të kalueshme, sepse, zakonisht, kjo është rruga e vetme e sigurt dhe mënyra që të ruani jetën tuaj dhe jetën e familjes suaj.
- Rikontrolloni paisjen tuaj të zjarrëfikësit: aparatet kundërzjarrit, zorrët, hidrantët, dhe mbani ato në gjendje të rregullt.
- Mësohuni që ta përdorni sipas rregullit (ta aktivizoni) aparatit kundër zjarrit dhe mësojini anëtarët tuaj të familjes, sepse në rast të zjarrit nuk do të keni kohë të lexoni udhëzimin për përdorim në etiketën e aparatit.
- Mësoni fëmijët që në rast të zjarrit të ftojnë njësitë e zjarrëfikës-shpëtimit në numrin 193.
- Nëse e vëreni zjarrin ose e ndieni aromën e tymit në banesë ose në ndërtesën tuaj, ftoni shërbimin e zjarrëfikësit dhe asnjëherë mos supozoni se këtë e ka bërë tashmë ndokush tjetër.
- Bishtin e pushuar të cigares asnjëherë mos e hidhni përmes dritares ose nga ballkoni, sepse në shumicën e rasteve do të përfundojë në dhomë ose në tarracë të ndonjë prej banesave nën banesën tuaj dhe do të shkaktojë zjarrin.



Udhëzimet për sjellje në rast zjarri



→ Nëse gjatë natës e vëreni zjarrin, dhe nuk keni alarm për rast rreziku, dilni në dritare ose në korridor dhe bërtisni: "Zjarri", për të zgjuar anëtarët e familjes dhe fqinjët.

→ Telefononi në numrin 193, dhe jepni të dhëna konkrete për vendndodhjen e zjarrit: adresën, katin dhe numrin e banesës.

→ Nëse zjarri e ka përfshirë vetëm një dhomë të banesës suaj, mbyllni derën e asaj dhome dhe shkyçni energjinë elektrike. Ftoni zjarrëfikësit dhe largoni anëtarët e familjes; e nëse zjarri ka vëllim më të vogël, përpiquni ta fikni.

→ Nëse zjarri ka vëllim më të madh, braktiseni banesën duke i mbyllur të gjitha dyert pas vetes. Në të kundërtën, për shkak të hyrjes brenda të ajrit të freskët, zjarri do të përhapet shpejt në tërë banesën.

→ Me rastin e evakuimit, me rëndësi është që të gjithë anëtarët e familjes të mblidhen në të njëjtën dhomë, sepse ekziston mundësia që fëmijët nga frika të fshihen. Vetëm kur të mblidheni të gjithë, nisuni të dilni jashtë.

→ Përgatituni se do të hasni në tym të dendur dhe me nxehtësi të madhe; nëse keni kohë, mbatni këpucët me platformë të trashë, vishni pallton dhe lidhni lecat dhe peshqirët e njomur me ujë përmbi hundë dhe gojë.

→ Asnjëherë mos e përdorni ashensorin për shkak se gjatë zjarrit lirohet tym i dendur i cili përmban helme të shumta që vijnë prej avullimit, të cilat, shumë shpejt, e mbushin pusin dhe kabinën e ashensorit, gjë që shkakton vdekjen e sigurt nga zënia e frymës për të gjithë ata që gjenden aty.

→ Nëse nuk jeni të rrezikuar drejtpërsëdrejti nga zjarri, më së miri është të qëndroni pas dymësive të mbyllura të banesës suaj. Në rast se tymi fillon të depërtojë rreth derës, lagni peshqirët dhe lecat me ujë dhe vendosini rreth kornizave të dymësive dhe para derës për të parandaluar depërtimin e tymit në banesë. Nëse ajri i jashtëm është i pastër, dilni në ballkon duke e mbyllur pas vetes derën e ballkonit dhe pritni zjarrëfikësit që të përfundojnë fikjen e zjarrit, sepse në banesën tuaj jeni më të sigurt.

Mbani mend! Mos e përdorni ujin:



- për të fikur zjarrin në instalime dhe aparate elektrike – mund t'i ekspozoheni goditjes së rrymës elektrike;
- për të fikur zjarrin e shkaktuar nga benzina ose vaji, sepse këto substanca pluskojnë në sipërfaqe të ujit dhe mund të shkaktojnë përhapjen e zjarrit.

Mos e

përdorni

ujin për

të fikur

zjarrin në

elektro-

instalime

dhe aparate;

ose zjarrin

e shkaktuar

nga benzina

dhe vaji.



Zjarret në pyje

Nëse e vëreni zjarrin:



- menjëherë ftoni njësinë vendore të zjarrfikësve në numrin 193 dhe ofroni informata të qarta për vendndodhjen tuaj, si edhe për vendndodhjen e saktë të zjarrit;
- përshkruani çfarë vegetacioni është përfshirë me zjarr;
- nëse keni mundësi, tregoni drejtimin e përhapjes së zjarrit dhe
- mos e ndërprisni lidhjen derisa nuk i keni dhënë të gjitha informatat e nevojshme.

Telefononi në

193

Për t'u zvogëluar rreziku nga zjarri, është e këshillueshme që:



- të mos i hidhni cigaret e ndezura në hapësirë të hapur;
- të mos e digjni barin, bimësitë e ulëta dhe plehrat në hapësirë të hapur, në mjediset urbane; siç as në sipërfaqet e punueshme në afërsi të pyllit;
- mos e ndizni skarën në hapësirë të hapur në afërsi të pyllit ose në afërsi të barit dhe degëve të thata;
- shmanguni punimeve në vend të hapur, të cilat do të mund të shkaktonin zjarrin;
- mos i lini plehrat në pyll, sepse ekziston mundësia e vetëndezjes;
- kini kujdes për përdorim të flakës së hapur dhe ndalimit të pirjes së duhanit gjatë kryerjes së punimeve të korrjes;
- respektoni shenjat e ndalimit të hyrjes në fushat me rreziqe të mëdha nga zjarri.



Zjarret e pyllit janë zjarre në mjediset e hapura, të cilat shpejt përhapen dhe përfshijnë pjesë të pyllit dhe vegetacionin tjetër – shkurret, bimësinë e ulët, barin në afërsi të sipërfaqeve bujqësore, lagjet e pabanuara dhe zonat deri te të cilat është vështirë të arrihet.

Kushtet e veçanta të kohës – temperaturat e larta, era e fortë dhe koha e thatë, ndikojnë në krijimin dhe përhapjen e zjarrit.

Zjarret mund të shkaktohen nga dukuritë natyrore, siç janë goditja e rrufesë (ky lloj është më i rrallë) dhe nga dora e njeriut, përkatesisht:

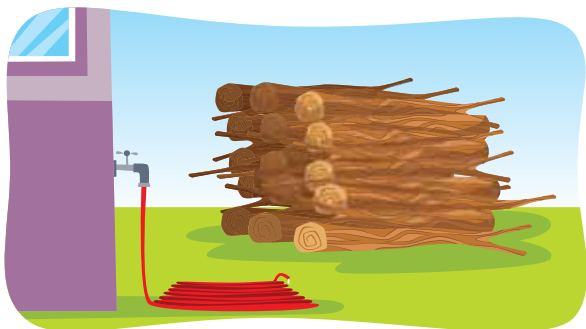
→ rastësisht (lidhja e shkurtër, ngrohja e makinës, shkëndijat e shkaktuara gjatë punës),

→ me ndezjen e paqëllmshme (sjellja me papërgjegjësi në piknik dhe hedhja e materialeve të ndezshme).

→ me vënien e zjarrit – kur rreziku shkaktohet me qëllim nga dora e njeriut, dhe

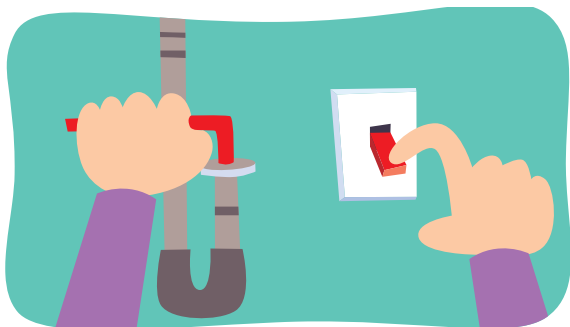
→ me kryerjen e aktiviteteve bujqësore (djegia e hamulloreve, barërave të këqija dhe mbeturinave të tjera me origjinë bimore, gjë që shprehimisht është e ndaluar me Ligjin për mbrojtjen nga zjarri). Fatkeqësisht, të këtylla janë më të shpeshta.

Nëse shtëpia juaj gjendet brenda ose në afërsi të pyllit dhe zonës së tij, përpiquni që:



- në diametrin prej 20 metrash rreth shtëpisë të prisni shkurret e ulëta dhe të pastroni dhe hiqni barin e thatë, gjethet, degët e vogla;
- të mirëmbani oborrin – largoni gjethet e thata dhe degët, mos lejoni që degët t'i prekin muret e shtëpisë, as çatinë dhe ballkonet;
- mos mbani materie të ndezshme dhe karburante në afërsi të shtëpisë;
- siguroni aparatet përkatëse kundër zjarrit dhe bëni rregullisht testimin/mirëmbajtjen e tyre;
- siguroni çezmat me ujë dhe zorrët për ujë me gjatësi të mjaftueshme që të mbulojë fushën të cilën dëshironi ta mbron, si edhe rezervuarët me ujë dhe me pompë joelektrike për ujë.

Nëse zgjerohet zjarri ndaj shtëpisë suaj:



- Mos e humbni vetëdijen;
- të gjitha materialet e ndezshme/ndezëse të cilat gjenden në afërsi të shtëpisë vendosini në vende të mbyllura dhe të mbrojtura, që të mos shkaktoni përhapjen më të madhe të zjarrit;
- mbyllni të gjithë sjellësit për gaz ose lëndë djegëse në afërsi të objektit;
- bëni të mundur kalimn e automjeteve të zjarrfikësve;
- ndizni dritat brenda ose jashtë për t'u shtuar dukshmëria përmes tymit, nëse dukshmëria është zvogëlur.

Nëse zjarri është afër shtëpisë suaj:



- mos e braktisni shtëpinë përveçse nuk jeni plotësisht të bindur se kenë mundësi që të strehoheni të sigurt. Mundësia e mbijetimit në objekte të banimit, të cilat janë ndërtuar nga materialet e pandezshme, është e madhe;
- duhet të hyjnë brenda të gjithë anëtarët e familjes, dhe kafshët shtëpiake/manarët;
- mbyllni të gjitha dritaret dhe dyert dhe bllokoni të gjitha vendet e hapura në mure me pëlhura të njomura;
- largoni perdet nga dritaret;
- lëvizni mobilitet në drejtim të pjesës së brendshme të shtëpisë;
- mbyllni të gjitha dyert brenda shtëpisë;
- mblidhni rezervat e ujit;
- mblidhuni të gjithë në një vend;
- merrni me vete llambat me bateri që do t'u duhen në rast se do të ndërpritet rryma elektrike.

Këshilla është që evakuimi të bëhet vetëm nëse është tejet e domosdoshme në drejtimet të cilat nuk janë të rrezikuara me zjarr dhe tym dhe sipas udhëzimeve nga ana e shërbimeve kompetente.

Kur shuhet/fiket zjarri:



- dilni nga shtëpia dhe menjëherë fikni vendet e tjera ku ka mbetur zjarri në afërsi dhe
- siguroni kujdestarinë derisa të gjitha vatrat e zjarrit nuk janë fikur, për shkak se ekziston mundësia e pranisë së zjarreve të vogla në afërsi të ndërtesës, si edhe e rindesjes.

Mosshuarja

e cigares

është

shkaktari

më i madh

i zjarreve

pyjore dhe

asnjëherë

mos e hidhni

nga vetura

kur jeni

në lëvizje.

Kur jeni

në natyrë

bishtat e

cigareve

gjithnjë

fikini.



Pärmbytjet

Udhëzimet për sjelljen gjatë përmbytjeve



- Përcillni informatat përmes radios, televizionit dhe përmes internetit.
- Bëhuni të vetëdijshëm se përmbytjet vërshuese janë të mundshme. Nëse ekziston rreziku, menjëherë kaloni në katet më të larta. Mos pritni instruksione për ta bërë këtë.
- Qëndroni larg nga kabllot elektrike.
- Shmanguni nga rajonet të cilat janë të njohura për shembje dhe rënie gurësh.
- Mos i pengoni ekipet e shpëtimit në punën e tyre.

Udhëzimet për parandalimin e përmbytjeve në rajonet e rrezikshme



Përmbytjet janë fatkeqësi të shpeshta natyrore të cilat mund të kenë përmasa lokale - nëse i prekin lagjet ose bashkësitë më të vogla, ose përmasa të mëdha - nëse e prekin tërë pellgun e lumenjve dhe numrin më të madh të komunave.

Koha kur ndodhin përmbytjet ndryshon nga rasti në rast. Përmbytjet në viset rrafshinore zhvillohen ngadalë, gjatë disa ditëve, për dallim nga përmbytjet vërshuese të cilat zhvillohen shpejt, ndonjëherë edhe pa shenja të dukshme. Përmbytjet e këtilla formojnë valën e rrezikshme dhe shkatërruese, e cila merr pas vetes llumin, gurët, drurët dhe mbetjet mjedisore. Përmbytjet shkaktohen edhe kur niveli i ujit në lumenj rritet aq sa që vjen deri te paraqitja e ujërave nëntokësore ose deri te derdhja përmbi pendë. Ato shkaktohen, gjithashtu, edhe kur për shkak të presionit të ujit çahet penda dhe mundësohet depërtimi i tij. Përmbytjet mund të bëhen edhe për shkak të pëlçitjes dhe kapërderdhjes së pendës për shkak të prurjes tepër të madhe të ujit - gjë që shkakton përmbytje të ngjashme me ato vërshuese, por me përmasa shumë më të gjera dhe më katastrofale.

- Gjatë periudhës kur nuk ka përmbytje silluni me përgjegjësi; mos hidhni mbetje në lumenj, përrenj dhe kanale.
- Nëse mbetja është më e madhe në shtratin e lumenjve dhe në kanale, drejtohuni për ndihmë shërbimit kompetent komunal.
- Në qytete, kur për shkak të shirave të mëdha është shtuar shkarkimi i ujit, mos hidhni mbetje dhe mos i mbuloni pusetat të cilat shërbejnë për shkarkimin e ujërave atmosferike.
- Sipas mundësisë, përgatitni thasët me rërë të cilët në rast të ardhjes së përmbytjes mund t'i vini në hyrje dhe të mbyllni të gjitha vendet në shtëpi nëpërmes të cilave mund të hyjë uji.
- Mos i lartësoni pendët për të krijuar ujëmbledhësin në periudhën e verës.



Përmbytjet mund të ndodhin kudo. Madje edhe në përrenj shumë të vegjël, lumenj të vegjël, kanale shkarkimi ose kanale të shiut, të cilat duken të parrezikshme, por mund të shkaktojnë përmbytje me përmasa të mëdha.

Udhëzim për sjellje nëse evakuimi është i domosdoshëm



- Merrni gjërat e përgatitura të domosdoshme dhe nëse keni mundësi braktisni shtëpinë në mënyrë të organizuar për t'u strehuar në vend të sigurt.
- Bëhuni bashkëpunues me ekipet e shpëtimit.
- Nëse jetoni tatëpjetë lumit nga penda, informohuni cili është sinjali për alarm; sa kohë ju nevojitet që të largoheni dhe cili është kufiri i sigurt për t'u larguar në rast të shembjes së saj.
- Përmes mjeteve të informimit publik përcillni gjendjen dhe paralajmërimet për vërshimin e mundshëm.

Nëse keni kohë, është e këshillueshme që:

- të siguroni shtëpinë tuaj;
- të shqyçni rrymën elektrike në ndërprerësin kryesor;
- të shqyçni të gjitha aparatet elektrike;

Udhëzimet për sjellje pas përmbytjes

- Dëgjoni raportet në lajme për ujëfurnizim, si edhe a është e sigurt të pihet uji.
- Shmanguni ujit vërshues - ai mund të jetë i ndotur me llum, vaj, benzinë ose mbeturina të kanaleve të zeza. Gjithashtu, uji mund të jetë nën tension të rrymës elektrike nga kabllo të nëntokësorë.
- Shmanguni ujit i cili është në lëvizje.
- Kini kujdes në rajonet nga të cilat uji vërshues është tërhequr, pasi rrugët mund të jenë të dëmtuara dhe të rrezikshme.
- Kthehuni në shtëpitë tuaja vetëm pasi që shërbimet kompetente të shpallin se kthimi është i sigurt.
- Mos i përdorni aparatet elektrike para se të kontrollohen.
- Pastroni dhe dezinfektoni të gjitha sipërfaqet.
- Qëndroni sa më larg nga ndërtesat të cilat janë të rrethuara me ujëra vërshuese.

Udhëzim në rast se duhet ta braktisni shtëpinë



- Mos ecni nëpër ujin i cili lëviz. Të ecurit nëpër ujë me thellësi 15 cm mund të ndikojë që të rrëzoheni në ujë. Nëse duhet të kaloni përmes ujit - ecni atje ku uji nuk lëviz. Përdorni shkopin që të kontrolloni thellësinë e ujit dhe fortësinë e tokës nën ujë.
- Mos hyni me veturë në zona ku ka vërshuar uji. Në rast se ju rrethon uji vërshues, dilni nga vetura dhe, nëse mundësisht është e sigurt, ngjituni në vendin i cili është më lart se uji.
- Mos i kaloni rrëmbesat dhe përrrenjtë me këmbë as me veturë.
- Evakuoni kafshët shtëpiake, e nëse këtë nuk mundeni ta bëni, i lironi nga objektet në të cilat gjenden.
- Jini të gatshëm në rast se duhet të braktisni shtëpinë – përgatitni valixhen ose ndonjë çantë me dokumente personale dhe me gjërat më të nevojshme (llambën me bateri, bilbil-fishkëlluesin, pelerinën për shi, rroba të ngrohta, këpucë të thella – sipas mundësisë çizmet e gomës, shishe me ujë të pijshëm, tranzistor dhe bateri rezervë, shkopin, litarin, e të ngjashme.



- Duhet të keni kujdes me rastin e hyrjes në ndërtesa për shkak të dëmtimeve të fshehura që mund të jenë krijuar
- Lironi gropat e dëmtuara septike dhe sistemet e tjera të kanalizimit sa më herët që është e mundur - nëse janë dëmtuar mund të jenë rrezik i madh për shëndetin.
- Pastroni dhe dezinfektoni çdo gjë që është lagur. Llumi që ka mbetur pas ujit vërshues, mund të përmbajë mbetje kanalizimi dhe kimikate.
- Nëse vëreni kafshë të ngordhura, njohftoni shërbimin kompetent në numrat e telefonit 193 ose 1985.

Mbani mend!

Madje edhe

kur uji

vërshues

tërhiqet,

rreziku

ekziston.

A cartoon illustration of a man with black hair, wearing a yellow jacket, a red and white striped scarf, and green pants. He is standing on a frozen body of water with a yellow and black striped pole sticking out of the ice. He is holding a red rectangular sign with white text. The background shows a winter landscape with dark green bushes and a purple and pink sky with white clouds.

KUJDESI!
AKULL I HOLLË

**Shpëtimi dhe veprimet
në ujë** (lumenjtë dhe liqenet)

Shpëtimi në rast të fundosjes në ujë ose të ndonjë fatkeqësie tjetër

Shpëtimtarët do të arrijnë me barkat e veta, me anije ose me dërrasë për shpëtim deri te personat të cilët kanë nevojë për ndihmë.

Nëse ju nevojitet ndihma përmbahuni instruksioneve të shpëtimtarëve dhe mos t'ju kapë paniku, që shpëtimtarët të mund t'ju bartin deri në vendin më të afërt të sigurt.

Nëse nuk mund t'i ndihmoni personit i cili është në ujë dhe të cilit i nevojitet ndihma juaj, provoni t'i afroni çfarëdo mjeti i cili do ta mbante në sipërfaqe të ujit dhe mbajeni mend vendndodhjen në të cilën gjendet që të keni mundësi t'ua tregoni shpëtimtarëve, kur të arrijnë.

Lëvizja nëpër akull në sipërfaqe mbi ujë - lumenj ose liqene

Në rast se ecni mbi akull, duhet të dini se ekziston mundësia që ai të pëlcasë dhe të fundoseni. Pranë vetes do të duhej të keni gjithnjë pajisjen mbrojtëse të domosdoshme në situata të tilla, si edhe celularin dhe bilbilin për fishkëllim rreth qafës.

Në rastet kur lundroni, dhe kur gjendeni në ujë, ju janë të domosdoshme këto:



- pajisshmëria përkatëse për lundrim,
- rrugëkalimi përkatëse, i përcaktuar, i rrugës
- përdorimi i dritave për drejtimin e anijeve natën
- përdorimi i gjoksosës për shpëtim dhe
- përdorimi i bilbilin ose thirrja për ndihmë nëse mjeti i lundrimit fundoset.

Udhëzime për dhënien e ndihmës së parë personave të cilët kanë qenë në ujë të ftohtë



- Nëse personi mund të ecën, përpuni ta mbron nga të ftohtit. Ndërroni rrobat e lagura dhe këpucët dhe vishnjani rrobat e thata.
- Nëse personi është i pavetëdijshëm ose nuk është në gjendje të ecën, shmanguni lëvizjes së panevojshme. Mos provoni t'i ndërroni rrobat, pritni shpëtimtarët. Mbulojeni që të parandaloni humbjen e nxehtësisë së trupit.
- Mund t'i jepni ujë të nxehtë me sheqer, kurrsesi alkool. Masazhi, alkooli dhe ngrohja e shpejtë mund të shkaktojnë humbjen e nxehtësisë së trupit që është me shumë rrezik.

Udhëzime në rast se pëlcet akulli



- Mos lëvizni.
- Thirrni menjëherë në ndihmë ose fishkëlleni me bilbil.
- Përpuni, ngadalë, të ktheheni nga keni ardhur.
- Përpuni të ngriheni mbi akull, rrokullisuni mbi të, ecni me duar e me këmbë ose duke u zvarritur derisa të arrini deri te akulli më i trashë.
- Pasi që të dilni nga akulli, ngrohuni.
- Nëse nuk keni mundësi të ktheheni mbi një akull të sigurt, mbani mend se është e domosdoshme të zvogëloni humbjen e nxehtësisë së trupit.

Udhëzimet në rast se dikujt tjetër i duhet ndihma



- Thirrni shërbimet e shpëtimtimit.
- Përpuni që me ndihmën e litarit, ndonjë dege, shkopit, drurit ose me ndonjë gjë tjetër ta tërhiqni ose ta afroni personin i cili është në akull.
- tërhiqeni personin i cili është në ujë në drejtim të akullit më të fortë; ecni me duar dhe me këmbë ose zvarrituni disa metra të fundit.

Shembjet dhe rëniet e gurëve

Serbia bën pjesë në zonat të cilat janë të rrezikuara nga shembjet dhe rëniet e gurëve, 30% e territorit tonë u ekspozohet shembjeve. Për t'u zvogëluar shembjet, me rëndësi është të njiheni me këtë fatkeqësi natyrore me karakter seizmologjik dhe litosferik.

Shembjet paraqesin lëvizjen e tokës, gurëve dhe shtresave të tjera. Aktivizohen dhe zhvillohen shpejt, kur grumbullohet uji në tokë si pasojë e shirave të fuqishme dhe të mëdha, ujërave nëntokësore, shkrires së borës dhe eksploatimeve joadekuate të tokës. Mund të

Nëse jetoni në zonat të cilat janë të prekshme nga shembjet dhe rëniet e gurëve,

- kini kujdes për zërat e çuditshëm të cilët mund të jenë tregues të lëvizjes së shembjeve ose të rënieve të gurëve – si thyerja e drurëve dhe të ngjashme;
- nëse jeni në afërsi të përroit ose të kanalit, kini kujdes për shkak të shtimit ose zvogëlimit të prurjes së ujit ose turbullimit të ujit;
- shqyrtoni mundësinë e braktisjes së vendit të rrezikuar me kusht që të mundeni ta bëni këtë në mënyrë të sigurt.
- rrii zgjuar dhe kini kujdes - dëgjoni paralajmërimet në radiotelevizion për shirat e mundshme të mëdha.

krijojnë si pasojë e raportit të keq ndaj tokës, sidomos në rajonet malore, kanione ose në afërsi të bregdeteve.

Në rast të shembjeve, rrokulliset masa e gurëve dhe e tokës. Shembjet mund të jenë të vogla dhe të mëdha, të ngadalshme ose të shpejta, kurse aktivizohen si pasojë:

- e shirave të mëdha
- tërmetit
- zjarrit
- dimrave të ftohtë dhe ngrirjeve
- erozioneve në rast të modifikimit të terrenit nga ana e njeriut dhe
- ujërave nëntokësore.

Nëse e vëreni rrezikun nga shembjet,



- njohftoni shërbimin kompetent në numrin 193 ose 1985,
- njohftoni fqinjët të cilët mund të preken nga ky rrezik dhe
- largohuni nga zona e shembjes, meqenëse kjo është mbrojtja më e mirë.

Udhëzime pas shembjeve



- Qëndroni sa më larg nga fusha e cila është prekur nga shembjet.
- Dëgjoni lajmet në radiotelevizion që të informoheni me ato më të reja.
- Kini kujdes për përmbytjet, të cilat mund të paraqiten pas shembjeve dhe rënieve të gurëve.
- Verifikoni a ka të lënduar ose njerëz të ngjuar në afërsi të shembjeve.
- Ofroni ndihmën fqinjëve të cilëve u nevojitet ndihma e veçantë – fëmijëve, pleqve dhe njerëzve me nevoja të posaçme.
- Verifikoni dhe njohftoni pushtetin vendor nëse ka përçues të ndërprerë elektrikë ose rrugë dhe hekurudha të dëmtuara.
- Raportoni dëmtimet që janë shkaktuar në themelet e shtëpive, në oxhakë ose çati.
- Përsëri mbillni drurët, brenda afatit sa më të shkurtër, meqenëse erozioni mund të shkaktojë humbjen e mbulesës së tokës dhe shembjet e reja në të ardhmen.

Drejtimi

i veturës

gjatë shirave

të mëdha

është i

rrezikshëm.

Kini mjaft

kujdes nëse

e ngjisni

veturën –

kini kujdes

në rrugët e

dëmtuara,

baltën, gurët

e rënë ose

treguesit

tjerë.



Tërmeti

Si duhet vepruar gjatë kohës së tërmetit?



- Qëndroni të qetë dhe të shtruar dhe mos t'ju kapë paniku. Duhet të jeni të vetëdijshëm se disa tërmete janë vetëm fillestare dhe që shumë shpejt mund të pasojë tjetri, tërmet më i fuqishëm.
- Mos t'ju kapë paniku.
- Mos u përpiqni të ikni.
- Uluni në dysheme, mblidhuni lëmsh dhe mbroni kokën.



Tërmeti ose lëkundja krijohet për shkak të lëvizjes së pllakave tektonike, lëvizjes së kores së tokës ose goditjes. Pasojë e kësaj është të dridhurit e tokës për shkak të lirimit të energjive të mëdha. Fuqia e lëkundjeve varet nga shumë faktorë.

Përkundër bindjes së përhapur se këto janë dukuri të rralla, tërmetet ndodhin shumë shpesh. Për fat, numri më i madh është me intensitet të dobët i cili nuk shkakton dëmtime. Tërmeti nuk mund të parashikohet, por mund të mësohemi si të mbrohemi.

Intensiteti i tërmetit manifestohet me efekt shkatërrues në epiqendrën e ndodhjes së tij. Shprehet në shkallë të ndryshme, zakonisht me Shkallë të Merkalit deri 12 ballë. Manjtituda e tërmetit, nga ana tjetër, paraqet njësinë e matjes së sasisë së energjisë së liruar në epiqendër, në vatër të tërmetit. Shprehet me shkallë të Rihterit e cila nuk e ka kufirin e epërm, por meqenëse deri më sot nuk është shënuar tërmet më i fuqishëm se 10 ballë, zakonisht paraqitet deri në 9 njësi.

Udhëzimet gjatë kohës së tërmetit nëse gjendeni në hapësirë të mbyllur.

- Gjeni strehim në vende të sigurta në shtëpi siç janë: parvazi, muret mbajtëse, vendin nën tavolinë, nën mobiliet e forta dhe qëndroni derisa zgjat lëkundja, ose mbulonit fytyrën tuaj dhe kokën me duar dhe shkoni në kënd të mureve të brendshme të dhomave.
- Largohuni nga xhamat, dritaret, muret e jashtme dhe dyert, dhe nga çdo gjë që mund të bjerë, siç janë llambadarët ose raftet.
- Nëse jeni në shtrat, uluni pranë shtratit dhe mbroni kokën.
- Qëndroni në shtëpi derisa nuk pushon lëkundja dhe derisa nuk do të jetë e sigurt për ju që të dilni (hulumtimet kanë treguar se lëndimet më të mëdha krijohen kur njerëzit përpiqen të dalin nga ndërtesa gjatë kohës së lëkundjes). Nga ndërtesa përdhese ose nga kati i parë mund të dilni në ambient të hapur, por kini kujdes të qëndroni në largësi të sigurt nga ndërtesa.
- Gjithnjë derisa zgjat tërmeti, shmanguni shkallëve dhe ashensorëve
- mos e përdorni ashensorin.
- Mos dilni në tarracë ose ballkon.



- Mos i mbani raftet mbi kokë.
- Nëse jeni afër ndërtesës së lartë ose brenda saj, largohuni nga xhamat dhe nga muret e jashtme.
- nëse jeni në objekt publik (shkollë, ndërmarrje, qendër tregtare, qendër për çlodhje/ rekreacion ose dyqan) qëndroni të qetë dhe përpiquni të mos ju kapë paniku. Rrini larg nga masa e njerëzve të cilët i ka kapur paniku dhe janë nisur në drejtim të daljeve.
- Duhet të jeni të vetëdijshëm se mund të ndalet rryma elektrike, dhe që alarmet (kundërzjarrit dhe të tjera) mund të kyçen.
- Gjithnjë duhet të keni të përgatitur llambën me bateri dhe tranzistorin me bateri rezervë
- Menjëherë shkyçni të gjitha burimet e energjisë elektrike, gazit dhe ujit. Nëse e keni përdorur cilindro burim të nxehtësisë, shkyçeni kur të qetësohet lëkundja.
- Nëse shkaktohet zjarri, përpiquni ta fikni dhe njohftoni njësinë vendore zjarrëfikëse të shpëtimit.
- Nëse është e nevojshme dhe nëse keni mundësi bashkohuni ekupeve për shpëtim nga gërmadhat dhe merrni pjesë në kërkim dhe dhënie të ndihmës viktimave nën gërmadha të objekteve të rrënuara.

Udhëzimet për sjellje gjatë tërmetit nëse jeni në vend të hapur



- Largohuni nga rrjeti ndriçues, kabllo të elektrike dhe nga ndërtesat; rreziku më i madh është në afërsi të ndërtesave, në dalje dhe pranë mureve të jashtme.
- Nëse jeni në rrugë, kuni kujdes për objektet të cilat mund t'ju bien, siç janë oxhakët, qeramidet nga çatitë, xhamat e thyera të dritareve dhe të ngjashme.
- Ruani kokën me duar ose me çantë.

Udhëzimet për sjellje gjatë tërmetit nëse jeni në veturë ose në lëvizje



- Ndaluni nëse siguria në komunikacion ju lejon.
- Shmanguni ndaljes në afërsi të ndërtesave, drurëve, mbikalësve ose kabllove elektrike
- Vazhdoni me kujdes kur të ndalet lëkundja. Shmanguni rrugëve, urave ose postbllloqeve të cilat ndoshta janë dëmtuar nga lëkundja.

Udhëzimet për sjellje nëse gjendeni nën gërmadha



- mos e nderzni shkrepësen.
- mos lëvizni.
- Mbuloni gojën me faculetë ose me pëlhurë.
- Goditni gypat ose murin që ekipet e shpëtimit të mund t'ju gjejnë. Nëse keni bilbil fishkëllues përdoreni. Bërtitni vetëm nëse kjo është mundësia e fundit. Të bërtiturit mund të shkaktojë thithjen e sasisë së madhe të rrezikshme të pluhurit.
- Ruajeni vetëdijen dhe përpiquni të orientoheni.
- Nëse jeni të shtypur nga materiali, filloni me mënjanimin e ngadalshëm, me ç'rast kurseni forcën dhe ruajuni nga objektet e mprehta dhe nga lëndimi i mëvonshëm.

Udhëzimet për sjellje pas goditjes së parë të tërmetit



- Duhet të jeni të gatshëm për lëkundje të ardhshme. Nëse objekti është i dëmtuar, për shkak të mundësisë së krijimit të tërmetit më të fuqishëm, braktisni të qetë, pa panik dhe sipas radhës: nëna me fëmijë, pleqë, të sëmurët, personat me invaliditet, etj.
- nëse gjendeni në objekt të dëmtuar dhe e ndjeni aromën e gazit ose i shihni kabllo të shpëputur, mos i ndizni qirinjtë dhe shkrepëset për shkak të rrezikut nga zjarri dhe shpërthimi.
- Shikoni a mos është ndokush i lënduar.
- Mos i lëvizni personat seriozisht të lënduar.
- Përcillni udhëzimet e organeve kompetente.
- Përdorni telefonin vetëm në rast të domosdoshmërisë që të mos ngarkohen linjat telefonike.
- Mos i përdorni automobilat për të mos penguar ekipet e shpëtimit në ushtrimin e funksioneve të tyre.
- Shmanguni hyrjes në shtëpi, sidomos nëse ekzistojnë dëmtime; nëse e ndjeni aromën e gazit ose i shihni kabllo të dëmtuar.

Vërejtje: Enti Republikan Seizmologjik është institucion kombëtar i cili i ka infomatat e sakta dhe të verifikuara për tërmete <http://www.seismo.gov.rs>.

An illustration showing an elderly man with white hair and a beard, wearing a yellow and orange plaid shirt and dark pants, walking with a cane. He is holding a green and red patterned cloth over his mouth. To his right, a young boy with brown hair, wearing a green and yellow shirt, is also holding a blue cloth over his mouth. They are standing in front of a red brick factory building with two tall chimneys emitting dark smoke. The scene is set against a dark, smoky sky.

**Brezivet
tekniko-teknologjike**

Rreziqet tekniko-teknologjike krijohen si ngjarje të papritura dhe të pakontrolluara me rastin e drejtimit të mjeteve të caktuara dhe ushtrimit të aktiviteteve me materie të rrezikshme me zjarr, shpërthim, derdhje, avullim ose aktivitet terrorist. Janë karakteristike sipas:

- paraqitjes së shpejt të simptomeve shëndetësore të njerëzit (përzierja e barkut, të vjellurit, gjendje ankthi, vështirësitë me frymëmarrje, ngërçet, pezmatimi i syve, të skuqurit e lëkurës dhe shpërthimet e lëkurës, ekzantema, fluska) dhe shtazët (numri i pazakonshëm i shtazëve të ngordhura, të egra dhe shtëpiake, zogjve, peqshve dhe insekteve);
- shenjave të dukshme në ambientin rrethues, (tymi, flaka, efekti i zëshëm, llumat me ngjyrë, gjethet e vyshkura, aroma depërtuese);
- me kohëzgjatjen e shkurtër kohore, përkatësisht të gjatë në rast të aksidentit bërthamor ose rrezatues dhe
- ndërlíkueshmërisë së zbatimit të mbrojtjes dhe të mënjanimi të pasojave, veçanërisht të aksidentet bërthamore dhe të rrezatimit.

Në rast të krijimit të rrezikut është e nevojshme të ndërmerren këto masa:

- nëse jeni jashtë menjëherë ose sa më parë braktisni hapësirën - vendin ku ka ndodhur fatkeqësia;
- nëse nuk jeni i lënduar ndihmoni të lënduarit;
- nëse ekziston mundësia, strehoni në ndonjë hapësirë të mbyllur;
- mbyllni të gjitha dritaret dhe dyert dhe shkyçni kondicionerët e ajrit dhe ventilatorët e tjerë;
- përdorni mjetet përdoruese për mbrojtjen e organeve për frymëmarrje (faculetën, një pjesë të rrobave ose ndonjë pëlhurë tjetër të njomur me ujë);
- nëse jeni në banesë ose në shtëpi, bëni hermetizimin e ambienteve hapësinore në të cilat banoni (mbushni vrimat dhe plasaritjet me shirita vetëngjitës, me batanie, me mbulesa dhe pëlhura të tjera të cilat mund t'i përdorni);
- përdorni mjetet përkatëse ose mjetet përdoruese të cilat i keni në shtëpi (respiratorët, maskat nga materiali me fuqi të mirë përthithëse, faculetat, garzën, pjesët e rrobave dhe të ngjashme), të cilat para përdorimit i lagni me ujë ose me tretësirë të bikarbonatit;
- për mbrojtjen e syve përdorni syzet të ngjashme me ato për mbrojtjen në punë, faculetat, pjesët e rrobave dhe të ngjashme.
- nëse do të ketë nevojë për evakuim përgatitni mantelat e shiut, pelerina, rrobat rezistuese nga materiali sintetik dhe i papërshkueshëm, si edhe dorëzat, çizmet ose këpucët e thella.



Në rast se jeni të prekur lehtë nga efektet e fatkeqësisë (të helmuar, të djegur ose fizikisht të lënduar):



- lani duart,
- hiqni thjerrëzat,
- menjëherë lrohuni nga pjesët e kontaminuara të rrobave dhe këpucëve, vini rrobat në qese plastike ose në kovë,
- bëni dush, me ç'rast disa herë fërkoni me sapun dhe shpëlani,
- përgatitni tretësirën 2% të bikarbonatit (1 qeskë bikarbonati prej 20 g tretësirë në 1 litër ujë), me të cilën do të lani sytë, gojën dhe organet për frymëmarrje, lani secilin sy pa e shtypur shumë, nga hunda jashtë nga 15 minuta.
- kërkoni ndihmën mjekësore nëse keni dyshime serioze se u jeni ekspozuar substancave të rrezikshme,
- me kujdes shikoni plagën – djegien,
- në plagë vini garzën e pastër dhe fiksone pjesën e djegur të lëkurës sikur të jetë thyer, që të mos shkaktohet dëmtimi i mëtejshëm i indit,
- të lënduarëve urgjentisht kompensouani lëngun dhe kripën e humbur,
- kontrolloni frymëmarrjen dhe
- pritni ndihmën mjekësore, e nëse ndihma e shpejtë është e pamundur, organizoni transportin e të lënduarëve deri në institucionet shëndetësore.

Nëse jeni në veturë



- mos e humbni vetëdijen;
- mbyllni dritaret dhe mbani të mbyllura, shkyçni kondicionerët e ajrit dhe ventilimin;
- kërkoni ndërtesën në të cilën do të mund të gjeni strehim dhe me kujdes ndalni veturën tuaj, e nëse kjo nuk është e mundur, qëndroni në veturë;
- kyçni radion dhe përcillni njohtimet dhe udhëzimet e shërbimeve kompetente.

Nëse jeni afër vendit të fatkeqësisë:



- qëndroni të vetëdijshëm dhe përpikuni të mbrohni, dhe vetëm atëherë kur jeni të mbrojtur në mënyrë adekuate, ofronu ndihmë të tjerëve, por vetëm nëse dini si ta bëni këtë;
- largohuni nga vendi i fatkeqësisë brenda afatit sa më të shkurtër;
- mos qarkulloni dhe mos i prekni vendet në të cilat ekzistojnë kimikatet e rrezikshme;
- mos e ndizni cigaren;
- përpikuni të mbulonit trupin sa më shumë që mundeni dhe mbronit rrugët e frymëmarrjes nga gazi i rrezikshëm ose pluhuri, mbulonit gojën dhe hundën me peshqir ose me ndonjë pëlthurë, merni frymë ngadalë.

**Qëndroni të vetëdijshëm,
mos t'ju kapë paniku!**

**Përcillni udhëzimet
e organeve të
shërbimeve kompetente
dhe njohtimet
përmes mjeteve të
informimit publik.**

**Në rast të pushimit të
rrezikut është e nevojshme
të ndërmerrni këto masa:**

- patjetër t'i lajmëroheni institucionit shëndetësor për kontroll;
- nëse është bërë kontaminimi i ambientit hapësinor ku banoni, fshini pluhurin nga rrobat dhe objektet me materiale të njomura me fuqi të mirë të përthithjes sipas udhëzimeve që i merrni shërbimet kompetente.

**Vërejtje: Kini kujdes si do
të veproni me mbetjet e
kontaminuara, (rrobat, këpucët,
materialin për pastrim dhe
me secilin send i cili ka qenë i
ndotur). Për të penguar ndotjen,
patjetër përgatitni hedhurinën
në thasë plastike dhe lini në
vendin të cilin e kanë caktuar
nga ana e shërbimit kompetent.**



**Fatkeqësitë bërthamore
dhe radiologjike**

Fatkeqësitë bërthamore dhe radiologjike janë ngjarje të jashtëzakonshme, të cilat drejtpërdrejt i rrezikojnë njerëzit, ambientin rrethues dhe të të mirat materiale dhe kërkojnë ndër marrjen e masave të mbrojtjes.

Fatkeqësitë radiologjike mund të krijohen:

- në kushtet kur burimet radiologjike janë jashtë kontrollit (të hedhura, të humbura, të gjetura ose të vjedhura),
- kur ekziston rrezatimi dhe kontaminimi i popullsisë për ndonjë arsye,
- për shkak të rënies së satelitit me materie radioaktive dhe
- me rastin e transportit të materialeve radioaktive.

Fatkeqësitë bërthamore janë incidentet, të cilat kërkojnë masa të mbrojtjes për shkak të lirimit të energjisë në reagimin bërthamor zinxhir ose lëshimit të produkteve të reaksionit zinxhir. Instalimet bërthamore në të cilat mund të ndodhin fatkeqësitë e këtij lloji janë:

- elektranet bërthamore,
- reaktori hulumtues dhe reaktori në anije,
- depotë dhe vend-depozitimet e substancave radioaktive dhe
- objektet industriale (psh., prodhimi i lëndës djegëse radioaktive.)
- Organi kompetent për shpalljen e rrezikut nga fatkeqësia bërthamore dhe radiologjike është Agjencia për mbrojtjen nga rrezatimet jonizuese dhe siguri nukleare e Serbisë (<http://srbatom.gov.rs>).
- Banorët në rajonet të cilat janë të rrezikuara njohtohen për rrezikun dhe për zbatimin e masave mbrojtëse përmes mediave qendrore ose në mënyrë tjetër përkatëse.



Pas marrjes së njohtimit për rrezikun është e nevojshme të ndërmerren këto masa:

- nëse gjendeni në ambient të hapur menjëherë, shpejt dhe pa panik, hyni në hapësirë të mbyllur (në shtëpi, banesë ose strehim);
- nëse keni qenë një kohë më të gjatë në ambient të hapur, para hyrjes në shtëpi, banesë ose strehimore, hiqni prej vetes pjesët e jashtme të rrobave dhe lini jashtë;
- pas hyrjes në ambient të mbyllur menjëherë lani pjesët e pambuluara të trupit (duart, fytyrën, qafën, flokët...);
- nëse gjendeni në hapësirë të mbyllur mbyllni dritaret dhe dyert, shkyçni aparatin e ajrimit dhe qëndroni aty deri më tutje;
- kyçni radion ose TV për shkak të marrjes së informatave për vendin dhe natyrën e fatkeqësisë dhe për masat e mbrojtjes dhe të shpëtimit të cilat duhet të ndërmerren;
- veçanërisht kujdesuni për fëmijë, gratë shtatzënë, personat e moshuar, të paaftë dhe të sëmurë dhe invalidët, si për të shtëpisë ashtu edhe për fqinjët dhe
- ndërmerrni masat e mbrojtjes dhe të shpëtimit sipas udhëzimeve të cilat i japin shërbimet kompetente ose mjetet e informimit publik.

Vërejtje: Strehimi në ambient të mbyllur, në shtëpi, banesë ose strehimore është masë e cila zbatohet 24 orë, prandaj mos t'ju kapë paniku dhe mos i braktisni ambientet hapësinore!

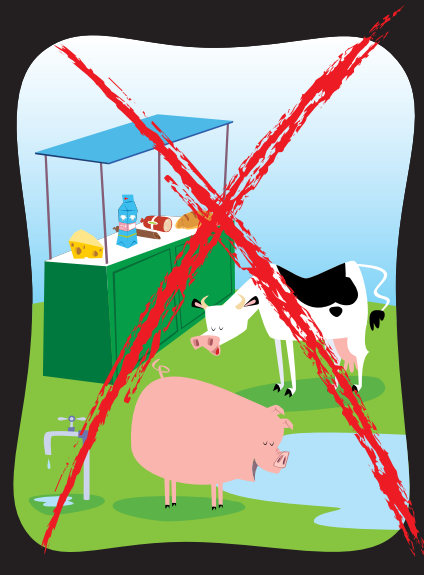
Derisa nuk i merrni udhëzimet të cilat i japin shërbimet kompetente ose televizioni ndërmerrni këto masa:



- përgatitni mjetet për hermetizimin e ambienteve hapësinore në të cilat qëndrojnë anëtarët e familjes (mbushni vrimat dhe plasaritjet me shirita vetëngjithës, batanie, mbulesa dhe pëlhura tjera të cilat mund t'i përdorni);
- për mbrojtjen e organeve për frymëmarrje përgatitni mjetet përdorëse të cilat i keni në familje: respiratorët, maskat nga materiali me fuqi të madhe përthithëse, faculetat, garzën, pjesët e rrobave dhe të ngjashme;
- për mbrojtjen e syve përgatitni syzet e ngjashme me ato për mbrojtjen në punë, ose faculetat, pjesët e rrobave dhe të ngjashme;
- nëse do të ketë nevojë për evakuim përgatitni për anëtarë të familjes; mantelat për shi, pelerinat, rrobat rezistuese nga materiali sintetik dhe i papërshtueshëm, si edhe dorëzat, çizmet ose këpucët e thella.

Është e nevojshme të dini edhe këtë:

- për ushqim përdorni artikujt ushqimorë të cilët i keni në shtëpi, banesë ose shtrehimore;
- mos e përdorni ujin për pije nga ujësjellësi;
- nëse keni mundësi, para se të hyni në shtëpi mbyllni të gjitha vrimat/pjesët e hapura në objekte ku gjenden shtazët dhe mbron burimet e ujit për pije (pusat);
- shtazët ushqeni sipas udhëzimeve të shërbimeve kompetente, kurrsesi me ushqim i cili është në vend të hapur dhe
- mos i lëshoni shtazët në kullosa;
- Qëndroni të vetëdijsëm, mos t'ju kapë paniku.



Përcillni udhëzimet e shërbimeve kompetente dhe të televizionit dhe veproni sipas tyre!

Terrorizmi

Shembujt e sulmeve terroriste në Shtetet e Bashkuara të Amerikës, Angli, Japoni, Spanjë, Indonezi dhe në Rusi dëshmojnë se as sistemet e mëdha të cilat përgatiten gjatë për ballafaqim me pasojat e akteve terroriste, nuk janë imune ndaj sulmeve të cilat shpesh janë të kushtëzuara me faktorin e befasisë dhe shokut psikologjik. Për shoqëri siç është Serbia, e cila tani është duke i vendosur bazat e sistemit unik të reagimit në situata të jashtëzakonshme, mundësia që të bëhet ndonjë lëshim është edhe më e madhe.

Pasojat e akteve terroriste përveç viktimave në njerëz, i nënkuptojnë edhe dëmet e mëdha materiale, të cilat është e domosdoshme të riaftësohen shumë shpejt, gjë që në disa raste bëhet paralelisht me aksionet e gjurmimit për të mbijetuarit. Funkzionimi i shërbimeve mjekësore dhe komunale të vetëqeverisjes vendore është me rëndësi të madhe. Me rastin e riaftësimin nga pasojat e akteve terroriste në plan të parë janë shpejtësia dhe efikasiteti, veçanërisht kur në sulm ka pasur viktimë në njerëz, për t'u zvogëluar mundësia e përhapjes së sëmundjeve infektuese. Në pajtim me këtë, plani i riaftësimin të terrenit është pjesë përbërëse e obligueshme e planeve për reagim në situata të jashtëzakonshme.

Çfarë mund të bëni për të qenë të gatshëm në rast të sulmeve terroriste?

Është e nevojshme të përcaktoni rreziqet e mundshme dhe vëllimin e mundshëm të dëmit në ambientin tuaj rrethues. Pas kësaj bisedoni me të shtëpisë, fqinjët dhe bashkësinë vendore. Bashkarisht hartoni planin e evakuimit dhe përkufizoni hapat në rast të terrorizmit.

Për përgatitjen sa më të mirë do të duhej:



- të hartoni planin e komunikimit për raste urgjente;
- të përcaktoni vendin e përbashkët të grumbullimit;
- të përgatitni rezervat dhe pajtuesit në rast të braktisjes së papritur të shtëpisë (barnat, dokumentet, të hollat, ujin, ushqimin, bataniet, tendat, ndihmën e parë, llambat me bateri...);
- kontrolloni dhe harmonizoni planet për evakuim të kopshteve ose shkollave të fëmijëve tuaj dhe të ndërmarrjeve në të cilën punoni.



Udhëzimet për sjelljen pas sulmit terrorist janë këto:



- qëndroni të qetë dhe jini të durueshëm;
- dëgjoni radion dhe televizionin që të jeni në rrjedhë me informatat e reja ose me instruksionet e organeve kompetente;
- përcillni këshillat e shërbimeve kompetente;
- nëse sulmi ka ndodhur në afërsi, ofroni ndihmën e parë të të lënduarëve;
- nëse sulmi ndodh në afërsi, verifikoni dëmin duke i përdorur llambat me bateri, mos i ndizni qirinjtë, shkrepëset, aparatet elektrike;
- kontrollni a ka zjarr dhe a po rrjedh gaz;
- shkyçni të gjitha aparatet e dëmtuara;
- kujdesuni për kafshët e përkëdhelura/manarë dhe për shtazët shtëpiake;
- kontrolloni mjedisin rrethues të drejtpërdrejtë dhe ofroni ndihmën e parë.

Në rast të evakuimit:

- vishuni me rroba të trasha – pantallonat, xhakatën e nxehtë, këpucët përkatëse, për t'u mbrojtur në masën më të madhe të mundshme;
- merrni me vete kafshët e përkëdhelura – mos i lini;
- mbyllni shtëpinë;
- përdorni drejtimet e udhëtimit të cilat i caktojnë shërbimet kompetente.

Evakuimi:

Nëse

shërbimet

kompetente

kërkojnë të

braktisni

shtëpinë,

ekziston

arsye e mirë

për këtë

dhe do të

duhej që

menjëherë të

veproni sipas

këshillës së

tyre. Përcillni

stacionet

raditelevizive

për t'u

informuar

dhe

udhëzimet

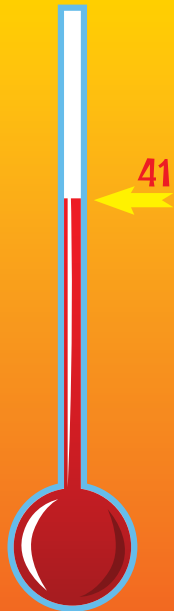
e organeve

kompetente.



**Kushtet
ekstreme kohore**

Nxehtësia ekstreme – goditje nga nxehtësia



Goditja nga nxehtësia është një nga ndërlikimet më të vështira të stresit termik. Kjo gjendje shkaktohet në kushtet e temperaturës së shtuar të jashtme dhe përqindjes së lartë të lagështisë së ajrit, si edhe për shkak të punës tepër të rëndë. Për shkak të ekspozimit intensiv të organizmit nga nxehtësia shkaktohet rritja e menjëhershme e temperaturës së trupit mbi 41°C brenda një periudhe të shkurtër kohore (10-15 minuta).



Simptomat e goditjes nga nxehtësia janë:

- temperatura e lartë e trupit (mbi 40°C),
- lëkura e thatë dhe e nxehtë,
- frymëmarrja e vështirësuar,
- takikardia - ritmi i shpejt i zemrës (169/180 rrahje në minutë),
- tensioni i ulët i gjakut
- marramendja, dhembja e kokës, të lodhurit
- përzierja e barkut dhe të vjellurit, ngërçet, të ecurit e pasigurt
- humbja e vetëdijes dhe
- mungesa e djersitjes.

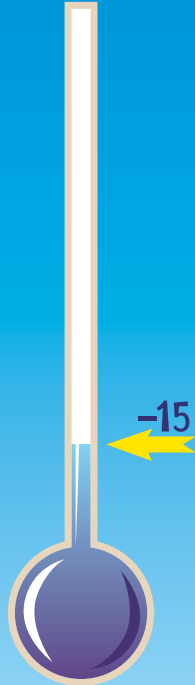
Nëse te ndonjë person vërehen simptomat e goditjes nga nxehtësia, është e domosdoshme që brenda afatit sa më të shkurtër t'i ulet temperatura dhe t'i ofrohet ndihma e parë e domosdoshme.

Është e nevojshme:

- të dërgohet personi në dhomë të ftohtë ose nën hije.
- t'i çlirohen rrobat e tepërta,
- të freskohet duke ia larë faqet me ujë të ftohtë, duke e vënë nën rrymën e ajrit dhe
- t'i jepet të pihen lëngje-pijet pa kofeinë dhe alkool, nëse është në gjendje të vetëdijshme.

Goditja nga nxehtësia është e ngjashme me rënien e diellit në kokë, me dallim që nuk duhet të krijohet si pasojë e ekspozimit të drejtpërdrejtë diellit. Si formë themelore e parandalimit rekomandohet zgjedhja adekuate e rrobave e përshtatshme për kushtet klimatike – pëlhurat e ndritshme dhe materialet natyrore, rihidratimi i rregullt, freskimi dhe të ngjashme.

Të të ftohurit ekstrem – stuhitë me borë dhe ngrirja



Të reshurat e fuqishme me borë, të ftohtit ekstrem dhe ekspozimi afatgjatë në temperatura të ulëta mund të shkaktojnë hipotermisë te individët dhe ta paralizojnë jetën dhe funksionimin e bashkësisë (ndërprerjen e furnizimit me energji elektrike dhe me ujë, ndërprerjen e komunikacionit, përmytjet dhe të ngjashme).



Udhëzimet e përgjithshme:

- Siguroni mjaft sasi për ngrohje dhe artikuj ushqimorë.
- Përgatitni transistorët me bateri rezervë nëse shaktohet ndërprerja e energjisë elektrike.
- Duhet ta keni nxehtë në shtëpi dhe të qëndroni brenda nëse kjo është e mundur.
- mos i lëshoni fëmijët jashtë pa mbikëqyrje.
- vishni rrobat dhe këpucët përkatëse.

Nëse te ndonjë person i vëreni simptomet e hipotermisë (të ngrirjes):

- dërgone në vend të nxehtë;
- visheni me rroba të thata dhe mbështilliani trupin me një batanie;
- nxejani së pari pjesën qendrore të trupit;
- jepni të pijë pije të ngrohta;
- jepjani ndihmën e parë dhe brenda afatit sa më të shkurtër organizoni transportin deri te institucionet mjekësore.

Udhëzimet gjatë kohës së stuhive me borë



- Kyçni radion ose TV marrësin për t'u informuar për kushtet klimatike ose me informatat urgjente.
- Kurseni karburantet dhe lëndët djegëse.

Udhëzimet gjatë kohës së stuhive me borë nëse jeni jashtë



- Shkoni në vend të sigurt dhe mos qëndroni në stuhi me borë.
- Mbroni pjesët e ndjeshme të trupit (fytirën, gjymtyrët).
- Duhet t'i keni rrobat e thata.
- Kini kujdes për paraqitjen morthin/ngrënien e lëkurës
- kini kujdes për shenjat e hipotermisë: të dridhurat, rraskapitjen, përgjumësinë, humbjen e të të mbajturit mend, ç'orientimin dhe të të folurit e vështirësuar
- Nëse është e domosdoshme të ngitni veturën – përdorni zinxhirët, udhëtoni gjatë ditës dhe njohtoni familjen/miqtë tuaj për rrugëkalimin në të cilin keni ndërmend të qarkulloni.
- Shmanguni konstruksioneve të larta, drunj të lartë, gardhet, kabllotë e telefonave dhe përçuesit elektrikë.

Ngrica



Veçanërisht është i nevojshëm kujdesi i veçantë i domosdoshëm gjatë kohës së drejtimit të veturës në zonat në të cilat krijohet akulli. Duhet të jeni që më parë të informuar për gjendjen në rrugë dhe kujdesuni të keni pajisjen e dimrit - zinxhirët për goma të cilët e parandalojnë të rrëshqiturit. Nëse ecni këmbë, kini kujdes të keni këpucë përkatëse dhe të kini kujdes që t'u shmangeni lëndimeve në rrugët me rrëshqitje, trotore dhe të ngjashme. Trotoret para shtëpive tuaja ose objekteve afariste pastroni nga akulli dhe nga shtresa me borë. Hiqni hellat e akullit dhe borën nga kulmet dhe nga tarracat e shtëpive tuaja.

Stuhitë dhe goditjet nga rrufetë



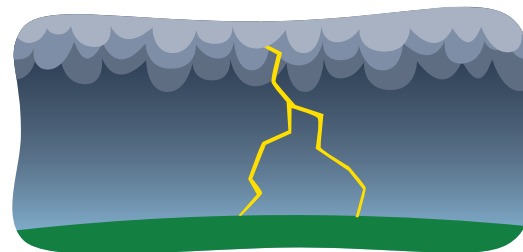
Rrezik gjatë kohës së rrufesë paraqesin erërat mjaft të fuqishme, të reshurat e fuqishme dhe të mëdha, goditjet nga rrufetë dhe breshëri i mundshëm.

Gjatë kohës së stuhive të fuqishme është e nevojshme të ndërmerren këto masa nëse jeni në ambient të mbyllur.

- siguroni të gjitha objektet të cilat mund të fluturojnë për shkak të erës së fortë dhe të shkaktojnë dëm material ose lëndimet e qytetarëve;
- siguroni dritaret dhe dyert e jashtme dhe mbyllni të gjitha dyert e brendshme;
- shmanguni kontaktit me rubinetat e kuzhinës dhe të banjove, radiatorët dhe objektet tjera të metalit, meqenëse janë përçues të mirë.

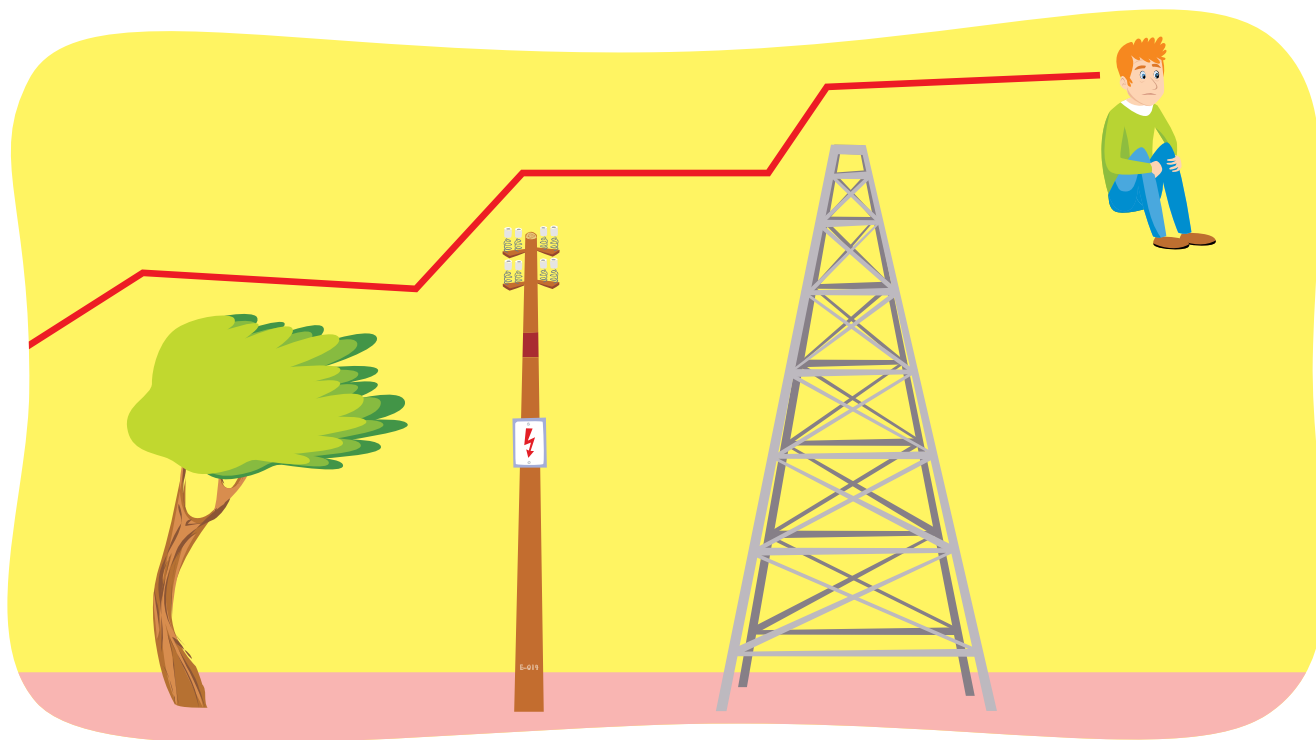
Largësinë nga stuhia mund ta vlerësoni përmes këtyre hapave:

- llogaritni kohën midis vetëtimës dhe rrufesë në sekonda,
- kohën e llogaritur ndane me tri për të llogaritur largësinë e rrufesë në kilometra.



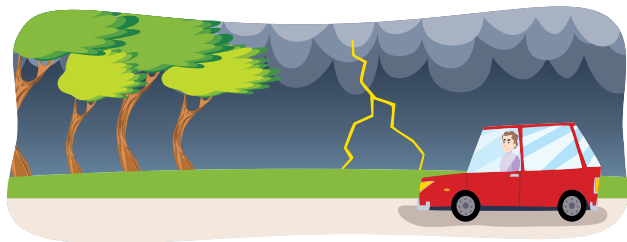
Kjo largësi është indikative sepse stuhitë mund të paraqiten shumë shpejt mbi rajonin tonë. Ndërmerri çdo gjë që është e domosdoshme para se që stuhia i përfshin më shumë rajone. Mbani mend, të gjitha rregullat e përmendura të shtimit të sigurisë mundën vetëm të zvogëlojnë rrezikun nga dëmi i mundshëm dhe nga humbjet. Zbrazjet atmosferike janë të rrezikshme, të paparashikueshme dhe siguria kurrë nuk është absolutisht e garantuar.

Nëse jeni në të hapur, vijoni këto udhëzime:



- largohuni nga çfarëdo strukture e lartë (direk/pajor, shtyllë, kullat) dhe kini parasysh se largësia e sigurt është e barabartë me lartësinë e strukturës;
- shmanguni konstruksioneve të larta, drunjve të lartë, gardheve, kablove telefonike dhe përçuesve elektrikë;
- përpiquni të gjeni strehim në ndërtesë ose në automobil, por nëse kjo nuk është e mundur, uluni në tokë;
- shmanguni qëndrimin në afërsi të ndërtesës ose automobilit në të cilin nuk mundeni të hyni si në strehim;
- nëse jeni në pyll, mbrohuni nën degë të drunjëve të ulët / kurrë mos qëndroni nën drunj të lartë në ambient të hapur;
- shmanguni kufirit midis pyllit dhe ambientit të hapur, më mirë hyni në pyll;

- shmanguni fushat e hapura, majet e kodrave dhe të pyjeve, bregdetet, hendeqet ose vendet tjera me lagështi;
- mos kaloni përmbi ujë, mos notoni;
- mos e mbani në duar ombrellën ose ndonjë send tjetër përçues metalik (shkopinjte për golf, shkopinjte për të zënë peshq e të ngjashme);
- shmanguni të jeni afër objekteve metalike, biçikletave, pajisjes për kampim dhe të ngjashme;
- mos rrini vertikalisht, uluni galuç ose së paku lakohuni, pa e prekur tokën me duar, dhe nëse jeni në grup mbani largësinë prej 5 metrave midis vetes.



Nëse gjendeni në automobil gjatë kohës së stuhisë së fuqishme:

- ndalni automobilin pranë rrugës larg nga elektropërçuesit dhe drunjte të cilët mund të bien në automobil;
- qëndroni në automobil dhe ndizni dritat e pozicionit gjithnjë derisa nuk kalon stuhia;
- mbyllni dritaret dhe mos i prekni sendet e metalit në automobil dhe
- shmanguni rrugët e vërshuara.

MJV

Mjetet e pashpërthyerë vrasëse

Një nga pasojat e efekteve luftarake në hapësirat tona janë mjetet e pashpërthyerë vrasëse. Shkaqet për shkak të të cilave mjetet vrasëse nuk kanë shpërthyer mund të jenë të ndryshme: të natyrës tekniko-teknologjike, përdorimi jo i rregullt, ngecja në fazën e armimit të shkrepësës (pjesës initiale të strukturës) dhe të tjera. Ekziston rreziku që mjetet vrasëse të pashpërthyerë edhe pas shumë dekadash të digjen dhe të detonohen.

Për shkak të rrezikut nga shpërthimet e këtilla, rekomandimi është që MJV të mos preken, të mos zhgroposen, të mos lëvizen, të mos fshihen, të mos mënjanohen arbitrarisht, (me hedhjen në pus, kanal, lumë, liqen dhe vende tjera të ngjashme). Duke vepruar sipas këtyre udhëzimeve ju e jepni kontributin tuaj për shtimin e sigurisë dhe për zvogëlimin e rrezikut për jetë dhe shëndet, si për vete ashtu edhe për bashkëqytetarët më të afërt, ashtu edhe për mjedisin në të cilin jetoni dhe punoni.

Menjëherë thirrni policinë në numrin 192 ose Qendrën për njohtim në numrin 1985, prezantohuni dhe thuani nga po thirrni, shpjegoni çfarë keni gjetur dhe si duket objekti, si edhe a është lagjja afër dhe a ka qytetarë të rrezikuar.



Udhëzimet nëse gjeni MJV

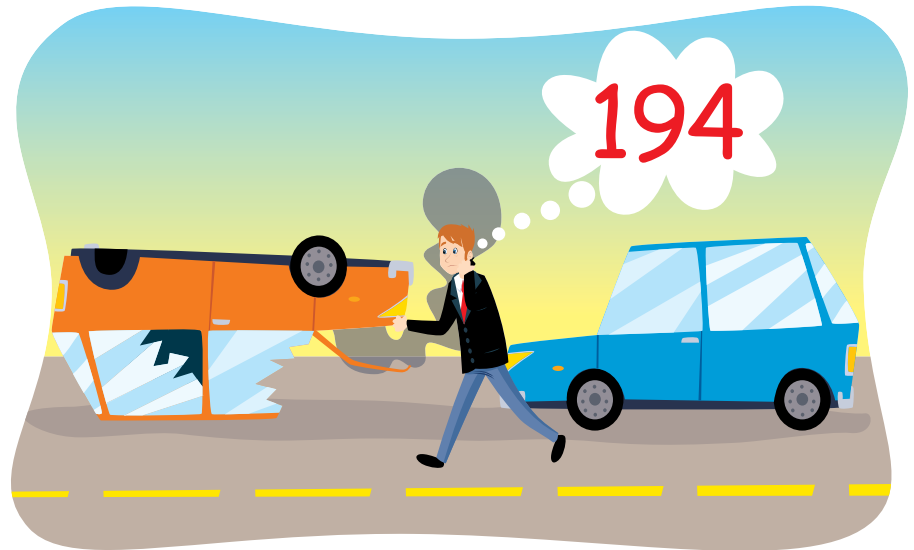
- mos i prekni!
- mos i lëvizni!
- mos i lëkundni!
- mos i hidhni!
- mos i ndani!
- mos i hidhni në zjarr!
- shënojin!
- paraqitni!
- Siguroni!
- Обезбедите!

Fatkeqësitë në komunikacion

Veprimet parandaluese të qytetarëve

Për të zvogëluar rrezikun e fatkeqësive të mundshme, është e nevojshme që para se të niseni në rrugë të grumbulloni informatat për kushtet kohore dhe të udhëtimit, punimet në akse rrugore në drejtimet e dëshiruara si dhe për problemet tjera të cilat mund t'ju ndodhin në rrugë.

- Në rast të fatkeqësisë së komunikacionit shpëtimi i personave të rrezikuar është përparësi.
- Njohtoni shërbimet urgjente – policinë në numrin 192, njësitë e zjarrëfikësve dhe të shpëtimit në numrin 193 dhe ndihmën e parë mjekësore në numrin 194.



Veprimet operative të qytetarëve në vendin e fatkeqësisë

- me rastin e fatkeqësive të komunikacionit të automobilitave, autobusave, hekurudhave dhe fatkeqësive të tjera të komunikacionit menjëherë njohtoni shërbimet kompetente në këta numra: 1985, 192, 194 dhe 193.
- Vëmendje të veçantë kushtoni se a ka bartur ndokush nga pjesëmarrësit në fatkeqësi materiet e rrezikshme, të ndezshme ose radioaktive që organet kompetente të dinë a është rrezikuar këtu edhe më shumë siguria, me derdhje dhe hedhje, ose në ndonjë mënyrë tjetër.
- Siguroni dhe shënoni vendin e fatkeqësisë së komunikacionit për të parandaluar fatkeqësitë e reja, kyçni sinjalizimin

ndriçues, dhe, nëse është e nevojshme, përpiquni të fikni zjarrin me mjete përdorëse.

- Të lënduarin nuk duhet lëvizur përveç nëse kur është e nevojshme të strehohet nga rreziku.
- Ofrojani ndihmën e parë të të lënduarit, vëniani fytyrën në tokë (tërhiqjani kokën prapa dhe vëniani nën kokë xhakatën, batanien dhe të ngjashme), kthejeni në krah, mundësojani që të marrë frymë drejt dhe duhet t'ia ndalni gjakderdhjen.
- Nëse gjendeni në afërsi të vendit të fatkeqësisë merrni pjesë në veprime të drejtpërdrejta të shpëtimit të të lënduarëve. Mos lejoni t'ju kapë paniku dhe t'ju parandalojë në zbatimin e aktiviteteve të nevojshme të

shpëtimit. Procedurat e shpëtimit të të rrezikuarëve të personave të lënduar dhe të të mirave materiale bëni me kohë dhe me vetëdije.

- Nëse dispononi mjete transporti, dhe jeni gjetur në vend të fatkeqësisë, pas dhënies së ndihmës së parë filloni bartjen e të të lënduarëve deri në instituconin më të afërt shëndetësor për sigurimin e plotë të të dëmtuarëve.
- Pritni ndihmat e shpejta në vendin e ngjarjes – mos u largoni, përveç në rast se ofroni ndihmën e shpejtë ose i bartni personat e lënduar, treguani të të lënduarit, përcillni instruksionet e shërbimeve kompetente profesionale dhe mos i pengoni në ushtrimin e detyrës.



Ndihma e parë

Veprimet e dhënies së ndihmës së parë janë këto:

- ndërmarrja e masave urgjente për shpëtimin e jetës,
- thirrja e ndihmës,
- dhënia e ndihmës së parë
- ndërhyrja e shërbimit urgjent mjekësor dhe
- kujdesi spitalor



thirrni
194

Para dhënies së ndihmës së parë të të lënduarit ose personit tejet të sëmurë qëllimi është që t'i shpëtohet jeta, parandalimi i krijimit të pasojave të përhershme, të shkurtuarit e shërimit dhe ripërtëritja e shpejt e të të lënduarit. Realizimi i këtij qëllimi është më i suksesshëm nëse ekziston veprimi i koordinuar i të gjithë pjesëmarrësve për dhënie e ndihmës.

Masat urgjente për shpëtimin e jetës e përfshijnë sigurimin e vendit të fatkeqësisë, shënimin e vendit të fatkeqësisë dhe mbrojtjen e të lënduarëve dhe lëndimi i ri, si edhe dhënia e ndihmës së parë të të lënduarëve, përkatësisht:

- vendosja e personit pa vetëdije në pozitë stabile anësore;
- ndërmarrja e masave të ringjalljes së personit pa vetëdije i cili nuk tregon shenja të jetës (nuk merr frymë, zemra nuk i rrah) dhe
- ndalja e gjakderdhjes.

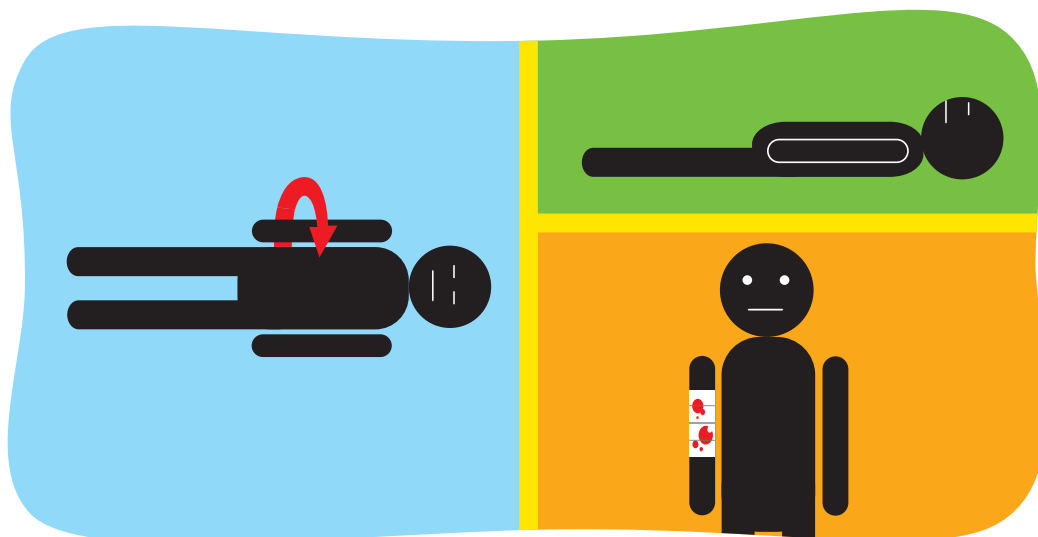
Gjatë dhënies së ndihmës së parë përdorni mjetet nga kompleti për dhënie e ndihmës së parë dhe mjetet tjera përdorëse.

Për të pasur mundësi të ofroni ndihmën e parë është e domosdoshme që të kenë:

1. Kompletin për dhënie e ndihmës së parë, i cili e përmban:

- garzën e parë individuale me një jastëk (12 cm x 10 cm) 1 copë;
- garzën kaliko – me majë të qëndisur (8 cm x 5 m), 2 copë;
- garzën kaliko - me majë të qëndisur (2,5 cm x 5 m), 1 copë;
- garzën sterile (1 m), 1 copë;
- garzën sterile (1/2 m) 2 copë;
- garzën sterile (1/4 m) paketim individual (80 cm x 25 cm) 4 copë;
- garzën vazelinë (10 cm x 10 cm), 2 copë;
- leukoplastin ngjitës 2 copë;
- materialin e garzës adhezive – hansaplastin, saniplastin e të ngjashme, (10 cm x 8 cm), 2 copë;
- shaminë trekëndëshe me madhësi (100 cm x 100cm x 140cm dhe dendësinë 20x19), 5 copë;
- pambukun sanitar, 100 gr;
- dorëzat për një përdorim, 5 palë;
- gërsërët me maje të kthyer anash, 1 copë;
- gjilpërën e sigurimit (karficën), 5 copë;
- maskën për frymëmarrje artificiale, 2 copë;
- alufolienë termoizoluese, 1 copë;

2. Mjetet përdorëse për dekonatiminim → bikarbonati.





Thirrja e ndihmës së shpejtë

Menjëherë njohtoni shërbimin e Ndhmës Mjekësore të Shpejtë në numrin 194. Nëse ndihmën e shpejtë e ka ftuar ndonjë person tjetër, kërkonte prej tij t'ju konfirmojë a e ka marrë ftesën.

Me rastin e thirrjes së Ndhmës së shpejtë është e nevojshme të prezantoheni dhe të theksoni se jeni person i cili e ofron Ndhmën e parë në vendin e fatkeqësisë, e jepni numrin e telefonit dhe ia ofroni operatorit këto të dhëna:

→ ku ka ndodhur fatkeqësia?

- çfarë vërtet ka ndodhur - përshkruani llojin dhe peshën e fatkeqësisë, rrezikun e mundshëm nga zjarri, uji, gazi, materiet helmuese, kushtet e veçanta kohore;
- numri, gjinia, mosha e përafërt e të të lënduarit dhe
- për çfarë lëndimesh bëhet fjalë – vlerësoni vetë për llojin e lëndimit, natyrën e sëmundjes dhe për gjendjen e të të lënduarëve.

Pritni udhëzime ose pyetje të mëtejme. Konfirmoni se i keni kuptuar të gjitha udhëzimet.

Bisedën e mbaron operatori i shërbimit të Ndhmës së shpejtë.

Nëse ardhja e shërbimit të Ndhmës mjekësore të shpejtë nuk është e mundur organizoni transportin përkatës deri në institucionin më të afërt shëndetësor.

Me dhënien e ndihmës së parë nuk shërohen vetëm lëndimet, por i ofrohet edhe përkrahja emotive personit i cili për shkak të lëndimeve që i ka marrë dukshëm është i tronditur psikikisht dhe emotivisht. Përpiquni që sa më shumë ta inkurajoni të të lënduarin!

Dhënia e ndihmës së parë

Derisa e pritni Ndhmën e Ndhmëve parë, vazhdimisht përcillni gjendjen shëndetësore të të lënduarëve, mos e lëshoni vendin e ngjarjes dhe përveç veprimeve të domodoshme të ndihmës së parë, të cilat i keni ndër marrë, përmbahuni rregullave:

- Para se gjithashë mos bëni ndonjë gjë që shkakton dëm.
- Mos bëni më shumë se sa që pritët prej jush.



Fjala përmbyllëse

Para vetes e keni Doracakun për sjellje në situata të jashtëzakonshme i cili do t'ju ndihmojë të krijoni Planin tuaj familjar të reagimit në situata të jashtëzakonshme. Kjo është ftesë që të njiheni me elementet themelore të mbrojtjes dhe të shpëtimit të cilat mund t'ju ndihmojnë që jetën e përditshme ta bëni më të mirë dhe më të sigurt për familjen tuaj, si në vendin në të cilin jetoni, ashtu edhe në vendet ku punoni dhe shpesh qëndroni. Dini se të gjitha informatat në këtë doracak janë të bazuara në njohuritë e njohura shkencërisht botërore të bazuara në katastrofa të ndryshme të cilat e kanë prekur vendin tonë gjatë viteve të kaluara.

Qëllimi ynë është që t'ju mundësojmë trajtimin e lehtë të informatave themelore të dobishme për sjellje në situata të jashtëzakonshme, dhe, gjë që është edhe më e rëndësishme, t'i keni para se që shkaktohet katastrofa. Jemi përpjekur që në doracak të përfshihen të gjitha rreziqet e mundshme të cilat do të mund ta përkitnin vendin tonë. Disa katastrofa të prezantuara dhe situata të jashtëzakonshme nuk janë të shpeshta dhe nuk janë shumë të rrezikshme, megjithatë, studioni dhe njohtonu me to.

Besojmë se jeni të vetëdijshëm se nuk është as mençuri as e dobishme të injorohet rreziku, të bëheni se katastrofat natyrore dhe rreziqet tjera nuk ndikojnë në ju. Shumë më e dobishme është të jemi të vetëdijshëm për të gjitha situatat të cilat mund të ndodhin dhe të jemi në gjendje që të reagojmë me kohë dhe si duhet në secilën situatë të jashtëzakonshme.

Shpresojmë se konceptin themelor e keni të qartë: secili qytetar është subjekt në sistemin e mbrojtjes dhe të shpëtimit në situata të jashtëzakonshme. Saktësisht, ai i cili di të sillet në situata të cilat e nënkuptojnë rrezikun për jetën e tij, pavarësisht për cilat rreziqe është fjala, i kontribuon sigurisë së vet dhe sigurisë së familjes së vet, dhe përveç kësaj punën e shërbimit të shpëtimit e bën më të lehtë.

Jemi të sigurt se ky doracak do t'ju ndihmojë të përgatiteni në mënyrën më të mirë të mundshme dhe të planifikoni përgjigjen tuaj për t'u zvogëluar pasojat eventuale të ngjarjeve të ndryshme të papritura dhe të jashtëzakonshme.

Shënime

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

Numrat e shërbimeve urgjente

Zjarrfikësit-shpëtimtarët 193

Ndihma urgjente mjekësore 194

Policia 192

Qendra republikane për njohtim 1985

Numri evropian për situata të jashtëzakonshme 112