

اصول پناهگیری و خروج اضطراری در مدرسه

پناهگیری در داخل کلاس درس

اگر در هنگام وقوع زلزله در داخل کلاس هستید بلافاصله زیر میز خود پناهگیری کنید؛ به این صورت که یک زانوی خود را به زمین زده و سر و گردن خود را تا حد امکان زیر میز نگه داشته و با دست پایه های میز را محکم بگیرید.



در صورتی که فضای کافی در زیر میز برای پناهگیری وجود نداشته باشد، می توانید بین دو ردیف میز و نیمکت و نزدیک به یک ردیف نشسته و یک زانوی خود را روی زمین قرار دهید و با کیف، کتاب و یا دست از سر و گردن خود در برابر سقوط اجزای غیرسازه ای (مانند قطعات سقف کاذب، مصالح، اجسام معلق و ...) مراقبت کنید.



در کلاس درس، گوشه دیوارهای داخلی و کنار ستونها نیز فضای نسبتاً مناسبی برای پناه گیری است. در این مکانها دانش آموزان می بایست کاملاً نشسته و با کیف، کتاب یا دست از سر و گردن خود محافظت نمایند (دیوار داخلی دیواری است که پشت آن فضای باز مانند حیاط، خیابان و ... نباشد).



پناه گیری در آزمایشگاه یا کارگاه

دانش آموزانی که در آزمایشگاه و یا در کارگاه هستند لازم است زیرمیز محکم و یا در گوشه دیوار و به دور از تجهیزات سنگین، مواد و مایعات شیمیایی قابل احتراق و سمی پناه بگیرند.



پناه گیری در کتابخانه

اگر در هنگام وقوع زلزله در کتابخانه هستید، از قفسه های کتاب دور شوید و در جای مناسبی مانند زیر میز یا کنار دیوار داخلی (جایی که قفسه کتاب وجود ندارد) پناه گیری کنید. واژگونی قفسه ها و یا سقوط کتاب های داخل آنها می تواند آسیب های جدی به شما وارد نماید.



پناه گیری در راهرو و راه پله

راه پله ها محل های مناسبی برای پناه گیری نمی باشند، ولی اگر در زمان رخداد زلزله در آن مکان بودید کنار دیوار روی پله نشسته و با کیف، کتاب یا دست از سر و گردن خود مراقبت نمایید و به هیچ وجه به نرده های کنار پله تکیه ندهید. اگر در راهرو بودید کنار دیوارهای داخلی و دور از پنجره ها و شیشه ها نشسته و سرگردن خود را تا حد امکان با کیف، کتاب یا دست بپوشانید.



پناهگیری در حیاط مدرسه

با حفظ آرامش و خونسری و برای حفاظت از خود در برابر ریزش احتمالی قطعات شیشه و یا نمای ساختمان، به فضای باز و به دور از ساختمانها و دیوارها رفته و روی زمین بنشینند.

در حیاط مدرسه از وسایل ورزشی نصب شده، میله های پرچم، دیوارها، ساختمان مدرسه و ساختمان های مرتفع مشرف به حیاط مدرسه (در صورت وجود) فاصله بگیرید و در حیاط مدرسه بنشینید و مراقب وضعیت اطراف خود و سقوط احتمالی اشیاء باشید.



خروج اضطراری و تخلیه

بعد از اتمام زلزله، دانش آموزان باید نسبت به خروج از کلاس ها و ساختمان مدرسه اقدام نمایند. خروج صحیح و به موقع می تواند تا حد زیادی به کاهش تلفات و مصدومیت های احتمالی کمک کند. در انجام صحیح فرایند خروج اقدامات زیر می بایست مورد توجه قرار گیرد:

- حفظ آرامش و خونسردی مربیان و دعوت دیگران به آرامش برای انجام اقدامات مناسب و خروج صحیح؛
- بنا بر ضرورت خروج اضطراری، معلمان باید پس از برقراری آرامش بین دانش آموزان، درب کلاس را باز نموده و دانش آموزان را بر حسب اولویت به سوی راهروها و مسیرهای خروج هدایت کنند. معلم هر کلاس آخرین فردی خواهد بود که کلاس درس را ترک نموده و به بیرون ساختمان می رود؛
- دانش آموزان می بایست در حین حرکت خود در راهرو و راه پله ها، مراقب دانش آموزان دیگر، اشیای معلق یا سقوط کرده و موانع به وجود آمده باشند و اصول ایمنی را رعایت نمایند.
- دانش آموزان هر کلاس باید در محل هایی که از قبل برای آنها در حیاط مدرسه پیش بینی شده است، در قسمتی از حیاط تجمع نمایند و با آرامش بر روی زمین بنشینند.
- پس از تجمع دانش آموزان در محل های تعیین شده، معلم هر کلاس، باید دانش آموزان را سرشماری کرده و فهرست افراد غایب را به مسئولین مدرسه گزارش نماید.



سایر ملاحظات در هنگام پناه گیری

- در زمان رخداد زلزله، همواره از پنجره ها و درهای شیشه ای فاصله بگیرید؛
- از محلهایی که امکان سقوط، واژگونی یا پرتاب وسایل دیگر (تابلوه ها، گلدانها و ...) در آنجا وجود دارد، دور شوید؛
- چنانچه در کلاس درس وسایل گرمایشی مانند بخاری وجود دارد، از آنها فاصله بگیرید؛
- کنار دیوارهای حیاط،
- نزدیک ساختمانهای مرتفع و زیر پنجره ها،
- مکانهای مناسبی برای پناهگیری نیستند؛
- از شتابزدگی، دویدن و هجوم بردن با سرعت از کلاسها به طرف راه پله ها و در خروجی باید اجتناب نمود؛



مدیریت کاهش خطر بلایا و حوادث

مرکز پنداشت شهرستان دزفول