

المملكة العربية السعودية  
وزارة الإعلام  
الشنون الإعلامية - الإعلام الداخلي

الزلازل

## بسم الله الرحمن الرحيم

أولاً:

### • قبل وقوع الزلازل:

احفظ مواد الطوارئ في متناول اليد مثل:

- ١ . راديو نقالي ببطارية.
  - ٢ . كشافات إضاءة ببطارية.
  - ٣ . صندوق وكتاب إسعافات أولية.
  - ٤ . كمية من الماء "عدة جالونات لكل فرد".
  - ٥ . أغذية محفوظة وفتاحة علب وحليب بودرة تكفي لمدة أسبوع.
  - ٦ . مفاتيح لقفل مواسير الماء والغاز.
  - ٧ . يجب أن يكون هناك خطة لتجميع الأسرة بعد الزلازل.
  - ٨ . إذا كنت تقود سيارتك، توقف ولا تغادر السيارة.
- تعلم كيفية إقفال مواسير الغاز.
  - احتفظ بالهدوء أثناء الزلازل لأن الرعب قاتل وتصرف كما يلي:  
إذا كنت داخل البيت عند وقوع الزلازل، أبق مكانك وأدخل تحت طاولة أو منضدة بعيداً عن النوافذ. أبق داخل البيت، ففي الخارج قد تتعرض للأشياء المتساقطة.

### ثانياً: أثناء الزلزال:

- لا تقزع - إن الهزة الأرضية خيفة حقاً ولكنها لن تضرك إلا إذا وقع شيء فوقك.
- احتفظ بهدوتك لأن الأرض لن تنشق لتبتلعك.
- إذا فاجأتك الهزة الأرضية وأنت في البيت، لا تغادر البيت، اختبئ تحت مكتب أو طاولة أو استند إلى جدار داخلي وابتعد عن الزجاج.
- لا تستعمل الشموع أو الكبريت أو اللهب المكشوف أثناء الهزة وبعده، أطفئ جميع النيران.
- إذا فاجأتك الهزة الأرضية وأنت خارج البيت، ابتعد عن المباني وعن الأسلاك وأبق في العراء إلى أن تنتهي الهزة.
- لا تهول بين المباني أو بالقرب منها، لأن معظم الخطر يأتيك من الأشياء المتساقطة إلى خارج أو قرب الجدران الخارجية.
- إذا كنت تقود سيارتك توقف مع مراعاة السلامة. توقف حينما تكون الظروف مناسبة للتوقف، ولا تغادر السيارة إلى أن تنتهي الهزة الأرضية، إذ مهما كانت الأصوات الصادرة عن مبددات الصدمة بالسيارة عنيفة ومخيفة إلا أن السيارة تعتبر المكان الأمين في هذه الظروف.
- تجنب التوقف بجوار المباني أو الكباري العلوية أو خطوط الكهرباء.
- عند توقف الهزة الأرضية، تحرك ببطء واحذر وانتبه للطريق خشية الوقوع في الأماكن المدمرة بسبب الزلزال.

- تجنب الجسور والمنشآت العالية التي قد تكون مهددة بالخطر نتيجة للهزة الأرضية وقد تنهار بسبب الهزات التي تلي الهزة الرئيسية.
- لا تستسلم للخوف، فكر جيداً وقد سيارتك بتعقل.

### ثالثاً: بعد الزلزال الشديد:

- تفقد المصابين إذا كان أحد المصابين لا يتنفس يجب أن يجري له التنفس الصناعي فوراً. أوقف النزيف. لا تحاول نقل المصابين بإصابات خطيرة إلا إذا كان نقلهم سيمنع تعرضه للمزيد من المخاطر.
- غط المصاب ببطانية ليحتفظ بالدفء. كن هادئاً ومطمئناً.
- ألبس الأحذية عند وجودك قرب الأنقاض أو الزجاج المكسور.
- أفحص مراقب البيت، ولكن لا تفتحها، لأن أي حركة منك قد يتلوها تهريب الماء أو الغاز أو التماس في الدائرة الكهربائية.
- إذا وجدت أنبوب الماء مكسوراً، أقلص صمام الماء الرئيسي.
- أفضل التيار الكهربائي إذا وجدت التماساً كهربائياً في إحدى الدوائر.
- أفتح المذياع أو التلفزيون وحسب الظروف الممكنة للاستماع إلى آخر تعليمات الطوارئ.
- لا تقترب من المباني التي أصابها الدمار لأن الهزات الأرضية اللاحقة قد تحطمها تماماً وتنهار عليك.
- نظف المواد الخطرة المسكوبة مقل العقاقير والأدوية والبنزين وغيره.
- تفقد إجراءات السلامة.
- تأكد أن بيتك خال من الحريق أو المخاطر التي تؤدي إلى حدوث حريق.
- لا تكتشف تسرب الغاز بواسطة الكبريت.
- لا تفتح صمام الغاز إلا بعد موافقة شركة الغاز (إذا كانت المدينة مزودة بشبكة غاز).
- أفضل التيار الكهربائي عن البيت كله إذا لاحظت وجود تلف في الأسلاك.
- لا تستعمل الولاعات أو اللهب المكشوف إلا بعد التأكد من عدم وجود تسرب غاز.
- إذا كنت تشك في تسرب غاز، لا تستعمل مفاتيح الكهرباء لأن الشرر قد يؤدي إلى إشعال المتسرب.
- لا تلمس الأسلاك الكهربائية التي وقعت على الأرض، ولا تلمس الأجسام الملتصقة بها أو أي نوع من الأسلاك.
- أخطر المدخنة ولا تستعملها إذا كنت تشك في صلاحيتها وذلك لتجنب حدوث الحرائق.
- أخطر الخزانات والدواليب.
- أفتح الأبواب بحذر وكن حذراً فقد تسقط عليك الأرفف أو الأشياء المترامية فوقها.
- أفحص المواد التموينية التي لديك. إذا انقطع الماء، قد تجد بعض الماء للطوارئ بالقرب منك في السخان مثلاً أو في صندوق الطرد بالحمام، أو مكعبات الثلج بعد أن تذوب.
- لا تأكل أو تشرب شيئاً مكشوفاً قرب مكان انكسار الزجاج.
- احذر نشر الشائعات.
- لا تخرج للتنزه في الحال وخاصة إذا كنت في منطقة ساحلية فقد تحدث أمواج زلزالية قد تجرفك. ولا تزحم الشارع بسيارتك، اتركه خالياً لسيارات الطوارئ.

- كن مستعداً للهزات التي تلي الزلزال فقد يحدث المزيد من الأضرار.
- كن مستعداً لتقديم المساعدة إذا أستدعك الشرطة أو الدفاع المدني أو منظمات الطوارئ.
- لا تدخل المناطق المدمرة إلا إذا طلب منك دخولها. تعاون مع مسؤولي الأمن.
- إذا اضطررت لاستعمال سائل تشك أنه ملوث بقطع زجاجية يمكن تصفيته بمنديل نظيف أو قطعة قماش كمرشح.
- إذا انقطعت الكهرباء افحص ثلاجتك واستعمل المأكولات قبل أن تتلف.
- يمكن استعمال شوايات الفحم للطبخ في الطوارئ.

## السلامة والبقاء أثناء الزلازل:

- أثناء الزلازل معظم الإصابات نتيجة لما يأتي:
- الانهيار الجزئي للمبنى، كسقوط المداخل أو أجزاء من الجدار أو السقف وسقوط تجهيزات الإنارة وإطارات الصور.
  - الزجاج المتطاير من النوافذ، وكلما كانت المباني عالية كلما زادت خطورة هذا الزجاج.
  - انقلاب الأرفف والخزانات وقطع الأثاث.
  - الحرائق الناتجة عن تحطم المداخل وتكسير مواسير الغاز وغيرها من الأسباب وتزداد المشكلة خطورة لعدم وجود الماء بسبب تلف شبكة المياه.
  - سقوط أسلاك الكهرباء.
  - التصرفات البشرية الخطرة الناتجة عن الخوف والذعر.

## ماذا يجب علمه

### أ) قبل وقوع الزلزال

#### ● صاحب العقار:

- 1- في الأماكن المهددة بالزلازل أحرص على إتباع الأساليب الحديثة في البناء للإنشاءات، وأعمل على تنفيذ قوانين المباني وضمان التفتيش الكامل عليها.
- 2- أعمل على تقوية مبنى المدارس القديمة أو استبدالها بمباني جديدة مقاومة للزلازل.
- 3- ساعد السلطات في تقوية المباني ونزع الأجزاء غير الثابتة من المباني القديمة.

### أنماط الإنشاءات والتصميم واختيار الموقع

#### ● المستأجر:

- 1- افحص البيت للتأكد من خلوه من المخاطر.
- 2- ثبت السخانات والأدوات المنزلية التي تعمل بالغاز.
- 3- استعمل توصيلات مرنة كلما أمكن. ثبت الأرفف جيداً في الجدران. أربط الأشياء الثقيلة المرتفعة.
- 4- أتبّع نظم وقوانين المباني الحديثة للحد من أخطار الزلازل، مع اختيار الموقع المناسب للبناء.

#### ● رب الأسرة:

- 1- أعمل التدريبات اللازمة لأفراد الأسرة لكي يتعودوا على حسن التصرف وعدم الخوف.
- 2- علم كبار أولادك كيفية فصل خطوط الغاز والكهرباء والماء من الصمامات الرئيسية.
- 3- أحرص على تعليم الأولاد الإسعافات الأولية.
- 4- احتفظ بكشاف ببطارية وراديو في البيت باستمرار.
- 5- حافظ على مواعيد التحصين من الأمراض بالنسبة لكل أعضاء الأسرة.
- 6- ناقش مع الأسرة كل ما يتعلق بالزلازل والكوارث الطبيعية دون التعرض للجوانب المخفية منها.

#### ● الفرد:

فكر فيما يجب أن تفعله إذا وقع زلزال وأنت في البيت أو تقود سيارتك أو في عملك أو كنت في مسرح أو في زيارة لصديقك .. الخ أن التخطيط يساعدك على التصرف بهدوء وبطريقة فعالة.

#### ● أثناء الزلزال:

احتفظ بالهدوء وفكر في نتيجة أي عمل تقوم به وحاول أن تطمئن الآخرين.

- **داخل البيت:** أحرص المواد المتساقطة من الجدران أو من خزانات الكتب وأرفف المطبخ. كالصحون والكؤوس، وقطع الأثاث. أبتعد عن النوافذ والمرايا والمداخل. إذا شعرت بالخطر أدخل تحت سرير أو منضدة أو في ركن بعيد عن النوافذ. شجع الآخرين على التصرف مثلك. يفضل دائماً ألا تهزول إلى الخارج.

- إذا كنت في عمارة عالية اختبئ تحت أحد المكاتب مثلاً ولا تهول خارجاً فقد يكون الدرج مكسوراً والتيار الكهربائي مقطوعاً عن المصاعد.
- إذا كنت في محل مزدحم لا تهرع نحو الباب لأن المئات سيفعلون مثلك. إذا كان من الضرورة مغادرة المحل يجب أن تختار المخرج بعناية.

### ● إذا كنت في خارج البيت:

تجنب المباني العالية، والجدران وأعمدة الكهرباء وأي شيء قد يتعرض للسقوط. لا تهول في الشارع وإذا أمكن انتقل إلى مكان مكشوف. إذا كنت في سيارة قف في مكان أمين ويفضل منطقة مكشوفة.