



تریتی نصاب (مینول)
تخفیف خطرہ آفات
برائے
مقامی رضا کاران

پیش لفظ

ہمارے دور کی ایک ناقابل تردید حقیقت ماحولیاتی تبدیلی، کمیونٹیز، ایکوسٹمز اور معیشتوں پر اس کے دور رس اثرات ہے۔ صوبہ بلوچستان کے ضلع جعفر آباد میں موسمیاتی تبدیلی کے اثرات شدت سے محسوس کیے جا رہے ہیں۔ سیلاب اور خشک سالی کے متواتر واقعات نے اس خطے کو مشکلات میں ڈال دیا ہے، جس سے نہ صرف ماحول بلکہ اس کے لوگوں کی زندگی بھی متاثر ہوئی ہے۔ 2022 میں جعفر آباد میں آنے والے تباہ کن سیلاب نے جہاں سب کی توجہ اس علاقے کی طرف دلائی وہاں اب موسمیاتی غیر متوقعیت نیا معمول بن گیا ہے۔ یہاں ماحولیاتی تبدیلی ہی نہیں بلکہ تباہ شدہ گھر، سیلابی ریلوں میں بہہ جانے والے مویشی اور تباہ شدہ فصلیں بھی لوگوں کی پریشانیوں میں شامل ہیں۔

ایکٹ نے عالمی ادارہ خوراک کی مالی معاونت سے علاقائی سطح پر قدرتی آفات سے بچاؤ اور نقصانات کے تدارک کے لیے پروگرام ترتیب دیا جس کا مقصد ضلع جعفر آباد میں موسمیاتی تبدیلیوں کے اثرات بالخصوص سیلاب اور خشک سالی کے خلاف کمزور کمیونٹیز کی معاشی حالت کو بہتر بنانا ہے۔ اس پروگرام کے تحت بلوچستان کی سیلاب سے متاثرہ عوام کو جدید زراعت روزگار پر تربیتی مٹا بچے برائے تخفیف خطرہ آفات تربیت بھی فراہم کرنا ہے۔ یہ تربیتی مٹا بچے ضلع جعفر آباد، بلوچستان، پاکستان میں موسمیاتی تبدیلی سے پیدا ہونے والے اہم چیلنجوں سے نمٹنے کے لیے ہماری اجتماعی کوششوں کا ایک اہم ثبوت ہے۔ یہ مٹا بچے مقامی کمیونٹیز کو موسمیاتی تبدیلی کے بڑھتے ہوئے خطرات کا مقابلہ کرنے کے لیے بااختیار بنائے گا۔ یہ ہمارا عقیدہ ہے کہ صحیح طریقہ کار اور علاقائی مطابقت علم فراہم کر کے، ہم ان کمیونٹیز کو بدلتے ہوئے حالات کے مطابق ڈھالنے اور ان کے ذریعہ معاش کو بڑھانے میں مدد کر سکتے ہیں۔

آئیے ہم مل کر اس تبدیلی کے سفر کا آغاز کریں، کیونکہ ہم موسمیاتی تبدیلی کے اثرات کو کم کرنے اور ضلع جعفر آباد کے لیے مزید خوشحال اور پائیدار مستقبل کی تعمیر کے لیے مل کر کوشش کرتے ہیں۔

فہرست

صفحہ نمبر	عنوان	نمبر شمار
2	ہنگامی تیاری اور رد عمل	.1
21	لینڈ سلائیڈنگ	.2
42	مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد	.3
75	مالی ہنگامی انتظام و انصرام کا معیار	.4
99	عملی مشق	.5

ترتیب کا پلان

دن	عنوان	ذیل عنوان	وقت
1	تعارف رد عمل اور تیاری ہنگامی	1. مقامی سطح پر آفات کا انتظام و انصرام 2. زلزلے کس وجہ سے آتے ہیں 3. زلزلے کے دوران کیا کرنا چاہیے 4. دودھیل جانوروں کی غذائی ضروریات کی اہمیت	30 منٹ 30 منٹ 30 منٹ 30 منٹ
2	سیلاب	1. فوری اچانک سیلاب. 2. بعد از سیلاب حفاظتی اقدام 3. آفت کے خاندانی منصوبے کے لئے ہدایات. 4. خاندانی ہنگامی منصوبہ بندی	1 گھنٹہ 1 گھنٹہ 1 گھنٹہ 1 گھنٹہ
3	لیڈر سلائیڈنگ	1. لیڈر سلائیڈنگ 2. لیڈر سلائیڈنگ کی وجوہات 3. نقشہ جات مواصلات کے لئے سہولت فراہم کرتے ہیں اور کمیونٹی کے اندر اہم مسائل پر بات چیت کو تحریک دیتے ہیں۔ 4. خطرات کی نقشہ سازی۔ آفات سے نپٹنے کی تیاری۔ ایمر جنسی رسپانس۔ فائر سیفٹی اور سیکیورٹی گروپس کی ذمہ داریاں۔ 4. کمیونٹی ڈیزاسٹر رسک مینجمنٹ پلان۔	1 گھنٹہ 1 گھنٹہ 1 گھنٹہ
4	مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد	1. ہنگامی طبی علاج ممکنہ خطرات کی نوعیت کو جانچنے کے لئے ڈیزاسٹر کے محل وقوع کا سروے کریں۔ مریض کے چیک اپ کی مشق اگر آپ ان علامات میں سے کسی ایک کا مشاہدہ کریں تو فوری طور پر ماہر طبی عملے سے مدد طلب کریں! ناک کو دبانے اور سر کو نیچے کی جانب رکھنے کا عملی مظاہرہ پیش کریں سانپ کا کاٹنا شہد کی مکھی کا کاٹنا۔	1 گھنٹہ

<p>30 منٹ</p> <p>30 منٹ</p>	<p>بچوں اور مکڑی کا کانٹا متاثرہ افراد کی تلاش عمارت میں محفوظ داخلہ</p> <p>2. ایمر جنسی سروس کے عملے کو معلومات فراہم کریں</p> <p>3. ملبہ احتیاط سے ہٹائیں</p>		
<p>2 گھنٹے</p> <p>1 گھنٹہ</p> <p>1 گھنٹہ</p>	<p>1. سیلاب</p> <p>2. زلزلہ</p> <p>3. مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد</p>	<p>عملی مشق</p>	<p>5</p>

پہلا دن

سیشن پلان

نشست نمبر-1

پہلا دن

عنوان

ردعمل اور ہنگامی تیاری

نشست کا ہدف

- پروجیکٹ اور شرکاء کا تعارف
- تربیت کے مقاصد اور ہنگامی تیاری اور ردعمل

نشست کے مقاصد

- مقامی سطح پر آفات کا انتظام و انصرام۔
- مقامی انتظام و انصرام کے طریقہ کار اور زلزلے، سیلاب کی اقسام اور وجوہات سے آگاہی۔
- آفت کے لئے خاندانی منصوبہ تشکیل دینا۔

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی کتا بچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مہار، کیمبرہ

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/حادثات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 3.1

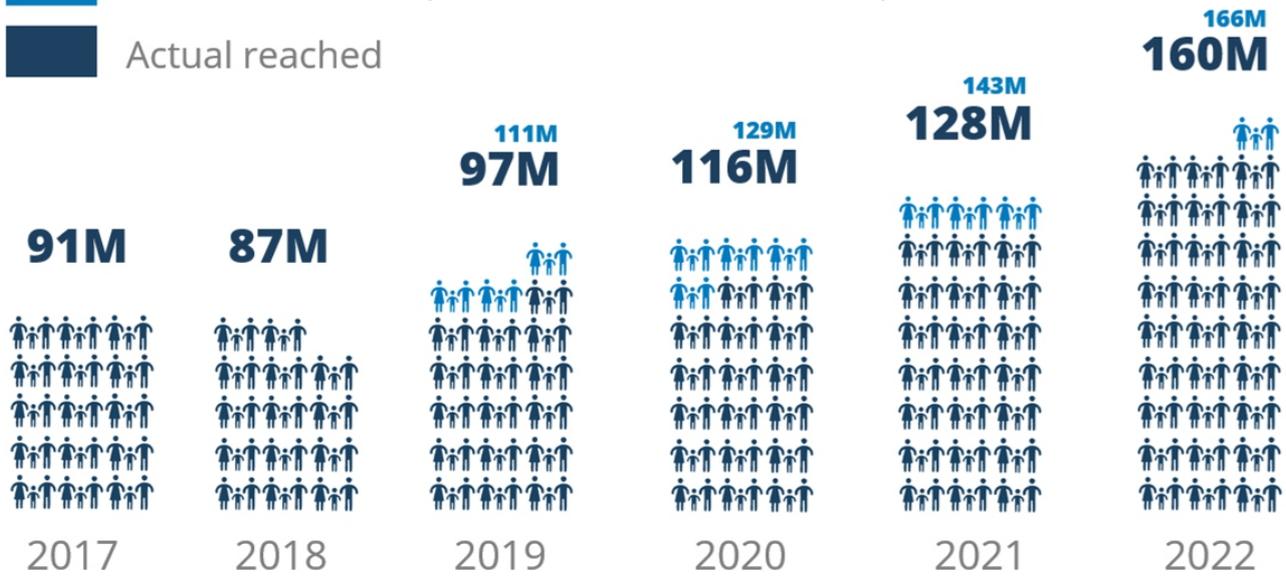
تعارف

سب سے پہلے ٹریژ اپنا اور پروجیکٹ کا تعارف کرائے گا۔ جس کے بعد شرکاء سے ان کا تعارف انفرادی تعارف کرایا جائے گا جس میں وی ڈی ایم سی میں نام، عہدہ، گاؤں/بستی وغیرہ شامل ہیں۔ تنظیمی تعارف جو کہ عالمی ادارہ خوراک کا مشن عالمی بھوک کو ختم کرنا ہے۔ عالمی ادارہ خوراک ہنگامی حالات کے آغاز پر اور اقتصادی اور سماجی ترقی کو فروغ دینے کے لیے خوراک کی امداد فراہم کرتا ہے۔ ورلڈ فوڈ پروگرام کی بنیاد 1963 میں رکھی گئی تھی اور یہ دنیا بھر میں بھوک سے لڑنے والی دنیا کی سب سے بڑی انسانی ایجنسی ہے۔ اوسطاً، عالمی ادارہ خوراک ہر سال 75 ممالک میں 80 ملین سے زیادہ لوگوں تک خوراک کی امداد فراہم کرتا ہے۔ تنظیم کے لیے تقریباً 11,500 لوگ کام کرتے ہیں، جن میں سے زیادہ تر دروازہ علاقوں میں ہیں، جو براہ راست بھوکے غریبوں کی خدمت کرتے ہیں۔ عالمی ادارہ خوراک کو مکمل طور پر رضا کارانہ عطیات سے فنڈ کیا جاتا ہے۔ حال میں ایکٹ انٹرنیشنل (بلور نفاذ پارٹنر) عالمی ادارہ خوراک کی مالی و تکنیکی معاونت سے ضلع ضلع جعفر آباد کی سیلاب سے متاثرہ کمیونٹی کے لئے بحالی کی کے سلسلے میں کام کر رہا ہے۔



160 MILLION PEOPLE ASSISTED

Estimated needs (unavailable for 2017-2018)
 Actual reached



سیدش پلان

پہلا دن

عنوان

مقامی سطح پر آفات کا انتظام و انصرام

نشت نمبر-2

نشت کا ہدف

- آفات کا انتظام و انصرام کے بارے میں کو معلومات دینا۔

نشت کے مقاصد

- آفات کا انتظام و انصرام کے بنیادی ستون
- آفات کا انتظام و انصرام کے حوالہ سے عملی اقدامات

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت کار

فلیکس، تربیتی کتا بچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمرو، الرزقی ہوئی میز کا مظاہرہ

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات / احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 1-1 مقامی سطح پر آفات کا انتظام و انصرام

ایک پیالی (بغیر پرچ کے)، پانی پینے کا گلاس اور بوتل ایک میز پر رکھیں۔ پیالی کو درمیان، گلاس کو کنارے پر اور بوتل کو میز پر کسی بھی جگہ پر رکھ دیں۔ اپنے آپ کو خطرے کے طور پر متعارف کروائیں، ایک الرزنا ہو خطرہ! جو میز سے ٹکرائے گا۔ شرکاء سے کہیں کہ وہ یہ بیان کریں کہ جب خطرہ میز سے ٹکرائے گا تو پیالی، گلاس اور بوتل کو کیا ہو گا (یہ چیزیں گریں گی، ٹوٹیں گی وغیرہ)۔ شرکاء سے پوچھیں کہ گلاس، پیالی اور بوتل کے لئے الگ الگ نتائج کیوں پیدا ہوں گے، جب کہ ان تمام چیزوں کو ایک ہی جیسے خطرے سے واسطہ پڑے گا۔

وضاحت کریں کہ پیالی، گلاس اور بوتل میں مختلف قسم کی کمزور دفاعی صلاحیتیں ہیں جیسا کہ ساخت، موٹائی، اور یہ کہ وہ کس مواد سے بنی ہوئی ہیں، اور اس قسم کی کمزور دفاعی صلاحیتیں بھی ہیں جیسا کہ ان کا محل وقوع یا میز کے کنارے سے فاصلہ۔ اس بات پر تبادلہ خیال کریں کہ پیالی، گلاس اور بوتل خطرے سے دوچار عناصر ہونے کی وجہ سے خطرے کی صورت میں مختلف نتائج رکھتے ہیں کیوں کہ ان کی کمزور دفاعی صلاحیتیں مختلف ہیں۔

آگ سے نقصان

اب اپنے آپ کو ایک اور خطرے کے طور پر متعارف کروائیں۔ شرکاء سے پوچھیں کہ جب آگ میز تک پہنچے گی تو پیالی، گلاس اور بوتل پر کیا اثر ہو گا۔ وضاحت کریں کہ اب پیالی، گلاس اور بوتل کو ایک نئے خطرے کا سامنا ہے لیکن اب اس خطرے کے نتائج مختلف ہیں۔ پلاسٹک کی بوتل پگھل جائے گی، گلاس شاید بھینچ جائے گا لیکن ممکن ہے کہ پیالی کو کوئی نقصان نہ ہو۔ وضاحت کریں کہ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ مختلف خطرات کے لئے کمزور دفاعی صلاحیتیں اور خطرے کے نتائج مختلف ہوتے ہیں۔ اس بات پر زور دیں کہ کمزور دفاعی صلاحیتیں خود سے کوئی آفت پیدا نہیں کرتیں، انہیں ایسے خطرے کی ضرورت ہوتی ہے جن کا انہیں سامنا کرنا پڑے۔

وضاحت کریں کہ خطرہ ممکنات کا بھی ایک عمل ہے: جب کہ اگر کوئی شہاب ثاقب زمین سے ٹکراتا ہے تو ہم سب اس کے سامنے کمزور دفاعی صلاحیت کے مالک ہوں گے، ایسا کوئی عمل پیش آنے کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں، چنانچہ اس سے متعلق خطرہ بہت کم ہے۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ خطرات امکانات کا ایک مجموعہ (کسی نقصان کے پیش آنے کا امکان) ہے، اگر خطرے کا سامنا کرنا پڑے تو کمیونٹی کے لئے امکانات ہیں۔

خطرے سے نمٹنے کے لئے اقدامات

وضاحت کریں کہ اگر خطرے کو کمیونٹی تک پہنچنے سے نہیں روکا جاسکتا، تو پھر کمیونٹی کے ان حصوں کو تحفظ دینے کے لئے شرکاء سے پوچھیں کہ بوتل، پیالی اور گلاس کو بہتر طور پر محفوظ رکھنے کے لئے وہ صورت حال کو کیسے تبدیل کریں گے۔ تحفظ کے تصور کی خاکہ آرائی کے لئے، پیالی کو پرچ کے اوپر رکھیں تاکہ اس کی حالت زیادہ بہتر ہو جائے، اور گلاس کو میز کے درمیان میں لے آئیں تاکہ اسے پیچھے گرنے سے روکا جاسکے۔ اقدامات کرنا لازمی ہوں گے جنہیں خطرہ درپیش ہے۔

لیکچر اور تبادلہ خیال

آفت کے تین بنیادی اجزا ہیں: خطرہ، کمزور دفاعی صلاحیت اور استعداد۔ ایک خطرہ جیسا کہ سیلاب خود سے ایک آفت نہیں ہے۔ یہ اس وقت آفت بن جاتا ہے جب یہ ایک کمزور دفاعی صلاحیتیں کمیونٹی، گروہ یا علاقے سے ٹکراتا ہے جس کے پاس اسے برداشت کرنے یا اس سے نمٹنے کی استعداد نہیں ہوتی، جس کے نتیجے میں عملی تباہیاں، زندگی اور رہن سہن کو نقصانات، اور کمیونٹی کے کاموں میں خلل واقع ہو جاتا ہے۔

خطرہ: ایک ایسا واقعہ جس میں زندگی کو نقصان پہنچانے، یا املاک اور ماحول کو تباہ کرنے کی تاثیر ہوتی ہے۔ خطرات قدرتی بھی ہو سکتے ہیں اور غیر قدرتی بھی، یا قدرتی اور غیر قدرتی کا امتزاج بھی۔ کمزور دفاعی صلاحیت: عوامل، حالات اور کمزوریوں کا ایک سیٹ جو انفرادی لوگوں، گھرانوں، اداروں اور کمیونٹی کی محظرت کے لئے تیار رہنے، اس پر رد عمل ظاہر کرنے اور اس کے اثرات سے باہر نکلنے کی قابلیت کو متاثر کرتا ہے۔ کمزور دفاعی صلاحیت اس بات کی وضاحت کرتی ہے کہ کیوں ان علاقوں میں لوگ اور املاک موجود تھے جہاں خطرات کی وجہ سے تباہی اور نقصان اٹھانا پڑا۔ استعداد: انفرادی لوگوں، گھرانوں، اداروں اور کمیونٹی میں موجود آگہی، مہارتیں، وسائل، اہمیت اور قوت جو انہیں نقصانات کے اثرات سے نمٹنے، انہیں برداشت کرنے، ان کے لئے تیار رہنے، روکنے، کم کرنے یا سنبھلنے کے قابل بناتی ہے۔ آفت کا اندیشہ موجود ہونے کی وجہ سے نقصان اور کمزور دفاعی صلاحیتوں کے درمیان باہمی تعاون کے نتیجے میں خطرناک نتائج یا نقصانات کا امکان ہو سکتا ہے۔ اگر آفت ابھی تک پیش نہیں آئی، تو ہمارے پاس یہ موقع ہے کہ ہم اس آفت کے امکانات کو کم کر سکیں جو ابھی آنے والی ہے جس سے آنے والی تباہیوں اور نقصانات کو قابل ذکر حد تک کم کیا جاسکتا ہے۔ خدشے سے دوچار عناصر: کون اور کیا تباہ ہو سکتا ہے۔ لوگ (زندگیاں اور صحت) گھرانوں اور کمیونٹی کے ڈھانچے (گھر، اسکول، مرکز صحت)؛ کمیونٹی کی سہولتیں اور خدمات (ہل، سڑکیں، نہریں، بجلی، پانی کی پیلانی روزگار اور معاشی سرگرمیاں (کھیت، محن، جانور، کام کی جگہیں، آلات) اور ماحول (جنگلات، دریا، چراہ اگا ہیں)۔ آفت کے خدشے سے نمٹنے کا عمل گھرانوں اور کمیونٹیوں کے کمزور دفاعی صلاحیتوں کو کم کرنے اور ان کی استعداد کو بڑھانے کے لئے سرگرمیوں کی ایک فہرست ہوتی ہے جو نقصانات کے اثرات کے لئے تیار رہنے، تباہی کو کم کرنے، اس سے ملنے، اس پر رد عمل ظاہر کرنے اور یا اس کے اثرات سے بحالی کا احاطہ کرتی ہے۔

پہلے عموماً "آفت سے نمٹنے" کی اصطلاح استعمال ہوتی تھی، لیکن اب ہم اس بات پر زور دینے کے لئے کہ آفات کے خدشے کو کم کیا جاسکتا ہے "آفت کے خدشے سے نمٹنے" کی اصطلاح استعمال کرنے لگے ہیں۔ ہم بار بار عملی اقدامات اور قبل از آفت کی روک تھام، شدت میں کمی اور تیار رہنے کی سرگرمیوں کے ذریعے آفت کے نقصانات اور ان کی ممکنہ تعداد کو کم کر سکتے ہیں ہم زیادہ تر خطرے سے دوچار عناصر کو تحفظ فراہم کرتے اور انہیں مضبوط بناتے ہوئے آفات کو روکتے، ان کے اثر کو کم کرتے یا ان کے لئے تیار رہتے ہیں۔ کمیونٹی کی سطح پر، اس کا نتیجہ موجودہ ترقیاتی فوائد کے تحفظ اور انسانی درد اور نقصان یا اس میں کمی کی صورت میں نکلتا ہے۔

روایتی حکمت عملی



آفات سے متاثرہ افراد بے یار و مددگار ہوتے ہیں۔

امداد کی فراہمی آفت سے نمٹنے والے ادارے کی ذمہ داری ہے۔

تباہی اور ضروریات کا تجزیہ فوری طور پر بیرونی ماہرین کے ذریعے کیا جاتا ہے۔

معاشی امداد فراہم کرنے والے ادارے اڈونرز (غیر ملکی) یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ متاثرہ خاندانوں اور کمیونٹی کی کیا ضروریات ہیں۔

عملی اور سامان کی امداد اور تکنیکی حل پر توجہ دیں۔

آفت سے نمٹنے کا مقصد فوری طور پر تکلیف میں کمی، ہنگامی ضروریات کو پورا کرنا، اور چیزوں کو واپس نام حالت میں لانا ہے۔

کیونٹی پر مبنی حکمت عملی



آفات میں متاثر ہونے والے لوگ اپنی زندگی اور روزگار کے تحفظ اور تعمیر نو میں عملی شرکت کرتے ہیں۔

1. آفت کے خطرے سے نمٹنا ہر ایک کی ذمہ داری ہے۔

2. تباہی، ضروریات اور استعداد کا تجزیہ لوگوں کی شرکت اور جنس، ثقافت، معذوری کی صورت حال،

اور عمر کو مد نظر رکھ کر کیا جاتا ہے۔

3. کیونٹی کے ارکان ضروریات کی ترجیح اور خطرے میں کمی کے اقدامات کے لئے فیصلہ سازی کے عمل میں شرکت کرتے ہیں۔

4. امداد میں اشیاء کی صورت میں مدد کی اصل وجہ پر قابو پانے کے لئے کیونٹی تنظیم متحرک ہونا شامل ہے۔

5. آفت کے خطرے سے نمٹنے کا مقصد طویل المدت ناتوانیوں کو کم کرنا اور محفوظ، آفت کے ساتھ لچک دار اور ترقی یافتہ کیونٹی کی تعمیر کے لئے لوگوں کی آفات سے

بہتر طور پر نمٹنے کی استعداد میں اضافہ کرنا ہے۔

خطرے، کمزور دفاعی صلاحیت اور استعداد، آفت، اور آفت کے خدشے آفت کے خطرے

میں کمی کے تصور تک جاتے ہوئے) کے تصورات کی وضاحت کے لئے سوالات پوچھیں۔

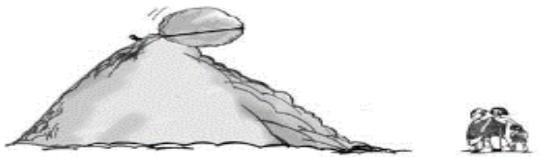
سوالات کی ترتیب کا نمونہ یہ ہو سکتا ہے:



آفات کی روک تھام



آفات کی شدت اور اثرات میں کمی



آفت



1. کیا خطرہ ہے؟

2. اگر یہ چٹان اس خاندان پر گر جائے گی تو کیا ہو گا؟

3. اگر چٹان ابھی تک نہیں گری، تو کیا یہ پہلے ہی

4. سے ایک آفت ہے؟ آدمی کیوں کچلا گیا تھا؟

5. کیا آدمی پھلے جانے سے بچ سکتا تھا؟

6. خاندان کے افراد کی کیا استعداد ہے؟

7. وہ اس استعداد کو کیسے استعمال کر سکتے ہیں؟

گفتگو کو سمیٹیں

روک تھام کمیونٹی کو متاثر کرنے والے خطرے کو روکنا

کے اقدامات، نمونہ: چٹان کو گرنے سے روک لیا گیا اثر کو کم کرنا: خطرے کی وجہ سے پیدا ہونے والی تباہی اور نقصانات کے اثر کو کم کرنے کے اقدامات، نمونہ: خاندان کے لئے ایک حفاظتی شیڈ کی تعمیر تاکہ جب چٹان گرے تو وہ زخمی نہ ہوں

تیاری جب کوئی خطرہ پیش آئے تو تباہی اور نقصانات کو کم کرنے کے لئے مناسب کارروائی کے لئے تیار رہنا۔

نمونہ: ایک وارنگ نظام کا ہونا، جس میں یہ معلوم ہو کہ تحفظ کے لئے کیسے اور کہاں بھاگنا ہے؟

کمیونٹی پر مبنی آفت کے خطرے سے نمٹنے کی اہمیت

آفات کے خدشات کے انتظام کی اہمیت

شرکاء سے پوچھیں

1. سب سے پہلے آفات سے کون لوگ متاثر ہوتے ہیں؟
2. ہنگامی صورتوں میں وہ کون لوگ ہوتے ہیں جو سب سے پہلے رد عمل کے طور پر مدد کے لئے آتے ہیں؟
3. مقامی صورت حال کو کون سمجھتا ہے؟
4. آفات کی تیاری یا اس پر رد عمل کے لئے کون موثر
5. منصوبہ تیار کر سکتا ہے؟ کیوں؟

شرکاء کے جواب دینے کے بعد، درج ذیل نکات کا اضافہ کر دیں

1. خود مقامی باشندوں کے علاوہ کوئی بھی اور مقامی مواقع اور مجبوریوں کو بہتر طور پر نہیں سمجھتا۔
2. کمیونٹی کے علاوہ، جس کی کہ بقا اور فلاح و بہبود اور پر لگی ہوتی ہے، کوئی بھی اور مقامی معاملات کو سمجھنے میں زیادہ دلچسپی نہیں رکھتا۔
3. مقامی لوگ خود اپنی کمیونٹی کی ترقی کی ابتدا کرنے اور اسے دیرپا بنانے کی اہمیت رکھتے ہیں۔
4. اوپر سے نیچے تک کامیابی کی حکمت عملی میں جذبے کو فروغ دینے والی ایک جامع منصوبہ بندی اور فیصلہ سازی کی سرگرمیوں میں بڑی پیمانے پر مقامی شرکت شامل ہوتی ہے۔
5. مقامی وسائل کے استعمال اور انتظام کی بہتری پر توجہ دیں۔
6. تبدیلی کی ذمہ داری کمیونٹی میں رہنے والے لوگوں پر ہوتی ہے۔
7. کمیونٹی کی کامیابی کا لوٹ آنا مقامی طور پر شروع کئے جانے والے کاموں کو جاری رکھنے میں ایک طاقتور عنصر ہے۔

سیشن پلان

نشت نمبر 3

پہلادن

عنوان عالمی ہنگامی طریقہ جات اور زلزلے

نشت کا ہدف

- عالمی ہنگامی طریقہ جات اور زلزلے کے بارے میں آگاہی .

نشت کے مقاصد

- عالمی ہنگامی طریقہ جات کے بنیادی ستون
- عالمی ہنگامی طریقہ جات کے حوالہ سے عملی اقدامات

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، ناکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی کتابچہ، ماہنامی شیٹ، چارٹ، ہمارا کر، کیمرہ .

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/انداشات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 3.1

ہینڈ آؤٹ 1-1 عالمی ہنگامی طریقہ جات اور زلزلے

عالمی ہنگامی طریقہ کار



یہ عمل اس وقت انجام دیا جاتا ہے جب زمین جھٹکے کھانا شروع کر دیتی ہے یا جب ایک بڑا دھماکہ محسوس ہوتا ہے، جیسا کہ زلزلوں، لینڈ سلائیڈز، بم دھماکے، اچانک طوفان، طوفان باد و باراں، سمندری طوفان۔ سر اور گردن جسم کے وہ زیادہ اہم حصے ہیں جنہیں محفوظ رکھنا ضروری ہے۔ اس کیلئے جو فارمولہ استعمال کیا جاتا ہے کہ جھک جائیں۔ ڈھانپ لیں۔ پکڑے رکھیں

عمل کر کے دکھائیں:

جھک جائیں۔ ڈھانپ لیں۔ پکڑے رکھیں گی درست کارروائی کر کے دکھائیں شرکاء سے کہیں کہ اس طریقے کی مشق کریں

تبادلہ خیال کریں: اپنے آپ کو ڈھانپ لینے اور پکڑے رکھنے کے لئے کون سے جگہیں ہیں جن کا انتخاب کرتا ہے؟ کیا مختلف محظرات کے لئے محفوظ جگہیں مختلف ہوتی ہیں؟

عالمی ہنگامی طریقہ کار

پہلے سے تیار کروہ شیئرز

پناہ گاہ



یہ عمل مسلح حملوں، شدید طوفان، دھماکوں، یا اس وقت انجام دینا ہوتا ہے جب باہر نقصان پہنچانے والی چیزیں موجود ہوں (جیسا کہ بائیولا جیکل یا کیمیاوی چیزوں کا لیک ہونا، دھواں)۔

شرکاء سے پوچھیں:

شیئرز کے لئے بہترین جگہ کہاں ہے؟

جواب: بہترین جگہ گھرا عمارت کے اندرونی حصے میں ہے جو "بیرونی دیوار" کے بالکل ساتھ نہ ہو اور اس میں کوئی تھڑکی نہ ہو۔ اگر ممکن ہو، تو آپ کے اور بیرونی حصے کے درمیان آپ کو دو دیواروں کی ضرورت ہے۔ قدرے چھوٹے کمرے جن میں کھلی جگہ کم ہو زیادہ بہتر رہیں گے۔

تالہ لگائیں اور لیٹ جائیں

یہ عمل، مثال کے طور پر، اس وقت انجام دیا جاتا ہے جب آپ کو گولی چلنے کی آواز آئے، فساد، لوٹ مار یا پد پد آتش و دم غفیر کے حملے کے دوران۔

عالمی ہنگامی طریقہ کار

منتقل ہو کر زمین پر لیٹ جانا، اندر ہی اندر یا فوری طور پر اندر چلے جائیں۔ گھر اور اس کمرے کے دروازوں کو تالہ لگادیں جہاں آپ موجود ہیں۔ تمام سرگرمیاں معطل کر دیں اور خاموشی سے انتظار کریں۔ اس دوران فرش پر لیٹے رہیں۔



باہر کیا ہو رہا ہے، جھانک کر دیکھنے کی کوشش ہرگز نہ کریں۔

شرکاء سے پوچھیں:

ہم ایسا کیوں کرتے ہیں؟

جواب: مسلح یا خطرناک لوگوں کو گھر کے اندر داخل ہونے سے روکنے کے لئے۔

باہر نکل جائیں



انخلاء



یہ عمل، مثال کے طور پر، آگ لگ جانے کے دوران، زلزلے کے بعد، دھماکے کے بعد، سیلاب سے قبل یا اس کے دوران، لینڈ سلائڈ کے قبل یا اس کے دوران، اور جب کبھی کسی کیمیائی حادثے، دہشت گردی، یا بم دھماکے کے امکان کی وارننگ جاری ہو۔

عالمی ہنگامی طریقہ کار

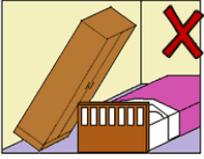
انخلاء



باہر نکل جانے کا مطلب یہ ہے کہ وہ جگہ خالی کر دیں جہاں پر لوگ یا جانور موجود ہیں اور کسی محفوظ جگہ کی طرف چلے جائیں۔ اپنے ساتھ اپنی ضروری دستاویزات لانا یاد رکھیں۔



گھبراہٹ مت، لیکن جلدی جلدی یہ کام انجام دیں۔ عوامی جگہوں جیسا کہ مساجد، شادی ہال یا تھیٹر وغیرہ کے دروازے کی طرف مت دوڑیں۔



شرکاء سے پوچھیں:

باہر نکل جانے کے عمل میں کن لوگوں کا خیال رکھنا چاہیے؟



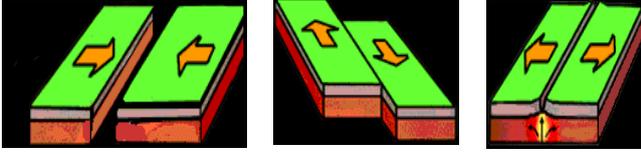
جواب: ہر ایک کا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ عمر رسیدہ لوگوں، کسی معذوری کا شکار لوگوں، اور بچوں کے لئے خصوصی احتیاط کی ضرورت ہے۔

آفت کے لئے خاندانی منصوبہ بندی

خاندان کے تمام ارکان کے ساتھ مل کر خطرے کا شکار کریں۔ ایک سے دوسرے کمروں میں جائیں اور یہ سوچیں کہ اگر گھر میں جھٹکے آنے شروع ہو گئے تو کیا ہو سکتا ہے۔ ان جگہوں کا معائنہ کریں جہاں آپ کے خاندان کے افراد اپنا زیادہ تر وقت گزارتے ہیں (سونے، کھانے، کام کرنے اور کھیلنے کے لئے)۔ بھاری اشیاء کو الماری کے نچلے خانوں میں منتقل کر دیں۔ ایسی اشیاء کو محفوظ بناو میں جو زندگی کے لئے خطرہ بن سکتی ہیں تاکہ وہ گر کر لوگوں کو زخمی نہ کریں۔

جو توں اور نارج کو اپنے بستر کے نزدیک رکھیں۔ اپنی اہم دستاویزات کو واٹر پروف تھیلے میں محفوظ کر کے رکھیں۔ اپنی اہم دستاویزات کی فوٹو کاپیاں بنائیں اور انہیں گاؤں یا علاقے سے باہر ریلے میں کسی فرد کے پاس رکھیں۔ ایک فہرست بنائیں کہ زلزلے کی صورت میں اپنے گھر کو محفوظ رکھنے کے لئے آپ کو کیا کیا کرنے کی ضرورت ہے اور ان تمام سے باری باری نمٹیں۔

ہینڈ آؤٹ 1-2 زلزلے کس وجہ سے آتے ہیں؟



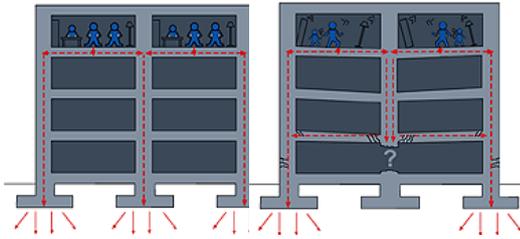
زمین کی پیٹی ٹیکٹونک پلیٹوں سے بنی ہوئی ہے جو بہت ست روی سے حرکت کرتی ہے۔ جب یہ پلیٹیں حرکت کرتی ہیں، تو وہ اکٹھے ہی دھکیلی جاتی ہیں۔ دھکیے جانے کے دوران، جب کافی دباؤ بڑھ جاتا ہے، تو چٹانیں اچانک سرگ جاتی ہیں اور لہروں کی صورت میں اپنی توانائی جاری کرتی ہیں۔

مظاہرہ کر کے دکھائیں:



اپنے ہاتھوں کو استعمال کرتے ہوئے ٹیکٹونک پلیٹوں کی وضاحت کریں اور دکھائیں کہ پلیٹیں ایک دوسرے کے خلاف کیسے حرکت کرتی ہیں اور مختلف اطراف میں کس طرح دھکیلی جاتی ہیں۔ جس انداز میں عمارت تعمیر کی جاتی ہے

وہ اسے زلزلے کی صورت میں زیادہ یا کم محفوظ بناتا ہے۔ موزوں تعمیری عوامل کو یقینی بناتے ہوئے زلزلوں کے دوران تباہی اور عمارتوں کے ڈھیر ہو جانے میں کمی میں مدد مل سکتی ہے



حفاظتی عمارتی ڈھانچہ اساخت

عمارت کے وزن برداشت کرنے والے عناصر کون سے ہیں

جواب: وہ عمارت کے وہ حصے ہیں جو عمارت پر وزن اور دیگر بوجھ برداشت کرتے ہیں، جو عمارت کو

کھڑا رکھنے میں مدد دیتے ہیں: ستون اور وزن برداشت کرنے والی دیواریں اور چھت بوجھ اٹھانے کے نظام کے بنیادی عناصر ہیں

دو طرح کے وزن برداشت کرتے ہیں

عمودی وزن - ان میں، مثال کے طور پر، عمارت کا بوجھ، اور عمارت کے اندر لوگوں اور فرنیچر کا وزن شامل ہوتا ہے۔ افقی وزن - اس میں ایسی چیزیں شامل ہوتی ہیں جیسے آندھی جو عمارت سے ٹکراتی ہے، زلزلے، اور برف یا بارش جو عمارت کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔



اس شکل میں دکھایا گیا ہے کہ کس طرح وزن برداشت کرنے کے نظام میں تبدیلی (وزن برداشت کرنے والی دیواریں یا ستون کا عمل پوری عمارت کو کمزور کر دیتا ہے اور عمارت کو ڈھادینے کے عمل کو زیادہ آسان بنا دیتا ہے، مثال کے طور پر کسی زلزلے کے دوران۔

شرکاسے پوچھیں کہ ان کے خیال میں عمارتوں میں کیا غلطی

ہے؟

جو بات میں ایک ایسی عمارت پر فالتو منازل تعمیر کی گئی ہیں جس کی بنیاد زیادہ منازل کے لئے ڈیزائن نہیں کی گئی تھی۔

بی میں اوپر کی منزل میں کیا جانے والا اضافہ اس انداز میں کیا گیا ہے جو عمارت کے وزن پر داشت کرنے کے نظام میں وزن کی غیر مساوی تقسیم پیدا کر رہا ہے۔



زلزلے پر رد عمل

دوران زلزلہ حفاظتی اقدام

شرکاء سے پوچھیں کہ ہمیں تصاویر میں دکھائے گئے کام کیوں کرنے چاہئیں؟

عمودی دباؤ

جواب: سادہ لگنے والی چیزیں زلزلوں کے دوران ہمیں محفوظ رہنے میں مدد دے سکتی ہیں۔ زیادہ تر زخم

اور فرنیچر کے گرنے سے پیش آتی ہیں

افقی دباؤ



ہینڈ آؤٹ 3.1 زلزلے کے دوران کیا کرنا چاہیے:

اگر آپ اندر ہیں:

1. کسی ٹھوس فرنیچر جیسا کہ میز کے نیچے چلے جائیں اور اسے مضبوطی سے پکڑ لیں (اگر میز حرکت کرتی ہے تو اس کے

ساتھ ساتھ حرکت کریں)۔



2. اگر کوئی ایسی مضبوط میز نہ ہو جس کے نیچے آپ پناہ لے سکیں: کھڑکیوں اور ایسی اشیاء سے دور رہیں جن

کے گرنے کا امکان ہو۔

3. عمارت کی اندرونی دیوار کے نزدیک کوئی محفوظ

جگہ تلاش کریں۔ گرنے والی اشیاء سے محفوظ رہنے کے لئے اپنے سر اور گردن کو ڈھانپ لیں۔

اگر آپ باہر ہیں:

1. ایسی چیزوں سے دور رہیں جو اوپر نیچے ہو سکتی ہوں یا گر سکتی ہو۔



2. جھک جائیں: گھٹنوں کے بل بیٹھ جائیں، اپنے سر کو اپنے سینے کے قریب لے جائیں اور اس کے اوپر جھک

جائیں۔ اپنے ہاتھوں اور بازوؤں کی مدد سے اپنے سر اور گردن کو ڈھانپنے ہوئے ان کی حفاظت کریں۔

3. شدت کم ہونے کا انتظار کریں۔

دوران زلزلہ حفاظتی اقدامات

شركاء سے پوچھیں کہ تصاویر سے ان کی سمجھ میں کیا آتا ہے کہ کسی زلزلے کے دوران کیا باتیں نہیں کرنی چاہیے؟

1. کھڑکیوں یا ان اشیاء کے قریب نہ جائیں جو گر سکتی ہیں۔

2. بھیڑ والی جگہ پر دروازے کی جانب دوڑنا۔

3. سیڑھیاں یا ایلیویٹر استعمال کرنا۔

4. بالکونی پر جانا۔



اگر آپ زلزلے کے دوران کسی گاڑی میں ہیں تو:

گاڑی کو روک دیں۔

1. پل کے اوپر یا نیچے، بجلی کی تاروں یا ٹریفک کے اشاروں کے

قریب مت ٹھہریں۔

بعد از زلزلہ حفاظتی اقدامات

شركاء سے پوچھیں کہ زلزلے کے بعد کیا کرنا چاہیے؟:

1. پرسکون رہیں۔ 2. بعد ازاں آنے والے جھٹکوں کے لئے تیار رہیں۔

3. روشنی کے لئے صرف فلیش لائٹس استعمال کریں (کوئی شعلہ یا آگ نہیں)۔

4. اپنے جوتے پہن لیں۔

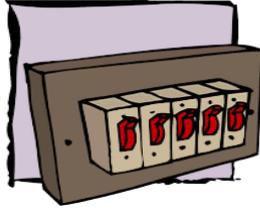
5. ٹیلی فون صرف ہنگامی مدد کار ہو تو استعمال کریں (ان لوگوں کے لئے ہنسی لائین

فارغ رکھیں جنہیں زندگی بچانے کے لئے مدد کار ہو سکتی ہے)۔

6. معلومات کے لئے ریڈیو سٹیشن اور ٹی وی دیکھیں۔ 7. بجلی کی تمام چیزیں بند کر دیں۔

8. گیس کی لائنیں بند کر دیں۔ 9. پانی کے پائپوں کو بند کر دیں۔

10. مارجن، شعلے والی موم بتیاں استعمال نہ کریں (ہو سکتا ہے گیس لیک ہو رہی ہو)۔



سیدشن پلان

پہلادن

نشست نمبر-4

عنوان

سیلاب کی اقسام اور وجوہات سے آگاہی.

نشست کا ہدف

شرکا کو سیلاب کی اقسام اور وجوہات پر آگاہی

نشست کے مقاصد

- عالمی ہنگامی طریقہ جات کے بنیادی ستون
- عالمی ہنگامی طریقہ جات کے حوالہ سے عملی اقدامات

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، ناکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی نتائج، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 3.1

شرکاء سے پوچھیں

سیلاب کیا ہے؟

سیلاب مختلف اقسام



جواب: پانی کی بہت بڑی مقدار کا اس کی عمومی حدود سے باہر نکلنا، عام طور پر خشک زمین پر بڑی مقدار میں پانی کا تیز سیلاب

ہینڈ آؤٹ 1-1 فوری اچانک سیلاب

دریائی سیلاب



یہ عام سیلاب سے اس لئے مختلف ہوتا ہے کیونکہ اس دوران یہ چھ گھنٹوں سے بھی کم ہوتا ہے۔ عام طور پر یہ پانی کا ایک نہایت ہی پر زور یلا ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر 2010 میں پنجاب صوبے میں علاقوں کے اندر آنے والا تیز سیلاب، جو سندھ میں آنے والے دریائی سیلاب کے مقابلے سخت تھا۔

سیلاب اسباب

مندرجہ ذیل حالات میں سیلاب آتے ہیں:



بہت زیادہ بارشوں کے دوران یا ان کے بعد۔ جب ندیاں، نالے اور دریا پانی کی زیادتی کی وجہ سے کناروں سے باہر بہنا شروع ہو جاتے ہیں۔ جب سمندر بڑی لہریں پیدا کرتا ہے اور ساحل کو ڈبو دیتا ہے۔ جب ڈیم ٹوٹ جاتے ہیں یا دریا پر موجود بند میں شکاف پیدا ہوتا ہے۔ جب پہاڑوں پر موجود برف تیزی سے پگھلتی ہے۔



شرکاء سے معلوم کریں کہ سیلاب کی آمد کے بارے میں وہ کیسے جان پاتے ہیں؟

متوقع جوابات:

مقامی سرکاری حکام کی طرف سے انتباہ کے ذریعے۔

ریڈیو، ٹیلی ویژن، یا دیگر میڈیا کے طرف سے انتباہ کے ذریعے۔

زیادہ بارش سیلاب آنے کی ایک علامت ہے۔ گاؤں میں استعمال ہونے والی دیگر انتباہی علامات



دوران سیلاب کیا کیا جائے؟

اگر آپ ایک گاڑی میں ہیں

سیلاب کے پانی میں گاڑی نہ لے جائیں۔ کار کو فوری طور پر چھوڑ دیں اور بلند زمین کی طرف بھاگیں۔



دوران سیلاب کیا کیا جائے

آپ سیلاب کے پانی سے اپنے گھروں اور فصلوں کو ریت کے تھیلوں یا سینڈ بیگز کی مدد سے پانی کے لئے ایک راستہ بنا کر محفوظ بنا سکتے ہیں

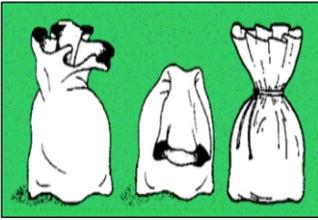


آپ گھر کے دروازوں کو کھلا رکھیں تاکہ سیلاب کا پانی نکل سکے اور پانی کے دباؤ کے نتیجے میں عمارت کو پہنچنے والا نقصان کم ہو۔

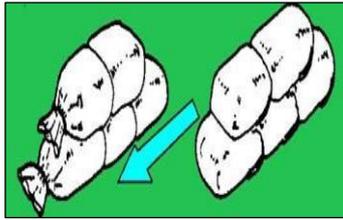
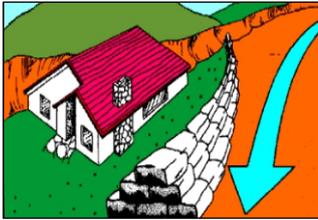
ہینڈ آؤٹ 1.2 بعد از سیلاب حفاظتی اقدامات

سیلابی پانی سے بچیں، اس میں زہریلے مادے ہو سکتے ہیں۔

ہوشیار رہیں! سیلاب کے بعد صفائی ستھرائی کے دوران، بجلی کے کرنٹ، کاربن مونو آکسائیڈ کے زہریلے اثرات، کیمیائی مواد کی آلودگی، چوٹ، آگ، ڈوب جانے، اور اسی طرح کے دیگر حادثات رونما ہو سکتے ہیں۔



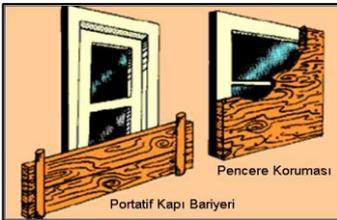
سیلاب سے تباہ شدہ عمارت کا اندرونی جائزہ لیتے وقت صرف بیٹری سے چلنے والی روشنی کا استعمال کریں۔ کبھی بھی آگ کے شعلے یا آگ کا استعمال نہ کریں۔ بجلی کا کرنٹ ایک حقیقی خطرہ ہے۔ ٹوٹے ہوئے تاروں کو نہ چھویں، اور نہ کسی ایسے شخص کو چھویں جو بجلی کے کرنٹ کی زد میں



ہو۔

سائپوں سے ہوشیار رہیں۔ سیلاب سے آلودہ پانی پینا منع ہے۔

سیلاب زدہ سبزیاں اور پھل نہ کھائیں۔



سیشن پلان

نشت نمبر-4

پہلادن

عنوان

آفت کے لئے خاندانی منصوبہ تشکیل دینا

نشت کا ہدف

آفت کے لئے خاندانی منصوبہ تشکیل دینا اور ہنگامی تیاری اور رد عمل۔

نشت کے مقاصد

- آفت کے خاندانی منصوبے کے لئے ہدایات
- خاندانی ہنگامی منصوبہ بندی

تربیت کا طریقہ کار

فلیکس، تربیتی تناججہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی تناججہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ۔

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/حادثات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 3.1

ہینڈ آؤٹ 1-1 آفت کے خاندانی منصوبے کے لئے ہدایات

اپنے گھرانے کے ارکان کو جمع کریں اور وہ خطرات لے کر ہیں جو ہنگامی صورتوں یا آفات کا پیش خیمہ ہو سکتے ہیں۔ اس کے لئے، ایسی قسم کی آفات کی نشان دہی کریں جو پہلے پیش آچکی ہوں یا آپ کے علاقے میں پیش آنے کا اندیشہ ہو۔ اپنے گھر میں ہر قسم کے خطرے کے لئے محفوظ جگہیں طے کر لیں۔ اس بات پر تبادلہ خیال کریں کہ بیماری یا حادثات کی صورت میں آپ کیا کریں گے۔ اپنے گھر کا نقشہ بناتے ہوئے، اگر ممکن ہو، توہر کمرے سے باہر نکلنے کے لئے دو علیحدہ راستے طے کر لیں۔ گھرانے کے ہر رکن کو یہ سکھادیں کہ بجلی، پانی اور گیس کو کیسے بند کرتا ہے۔ ہنگامی صورت میں استعمال کرنے والے نمبر لکھ لیں اور انہیں ٹیلی فون کے نزدیک رکھیں۔ یہ جان لیں کہ آپ نے ان نمبروں پر کب اور یہ واقفیت حاصل کریں کہ عمر رسیدہ لوگوں اور معذوروں کے لئے آپ خصوصی مدد کیسے حاصل کر سکتے ہیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ کیسے بات کرتی ہے۔ قریبی جان بچان کے دو افراد ملے کر لیں: کوئی ایک ایسا جو آپ کے علاقے (گاؤں/یونین کونسل) میں رہتا ہو اور کوئی ایک جو آپ کے علاقے سے باہر رہتا ہو (مختلف یونین کونسل یا ضلع)۔ ان افراد کے ٹیلی فون نمبر یاد کر لیں، اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے گھرانے کے تمام افراد ان لوگوں کے بارے میں جانتے ہیں اور اگر آفت کے دوران آپ لوگ ایک دوسرے سے جدا ہو جائیں تو انہیں پائیے کہ وہ انہیں ٹیلی فون کر لیں۔ ایسی صورت میں کہ اگر آپ کے خاندان کے افراد آفت کے آنے پر الگ الگ ہوں تو آفت میں مننے کے دو علیحدہ مقامات ملے کر لیں۔ ان میں ایک مقام آپ کے گھر کے نزدیک ہونا چاہیے، جب کہ دوسرا، اس صورت میں کہ اگر آپ گھر واپس نہ آسکتے ہوں، گھر سے دور ہونا چاہیے۔ حکام سے پوچھیں کہ وہ آفات کے بارے میں آپ کو کیسے مطلع کریں گے۔ اپنے آس پڑوس سے باہر نکلنے کے راستے معلوم کریں۔

جن لوگوں کو حرکت کرنے میں مشکل پیش آتی ہے وہ فرنیچر یا کسی اور ایسے شے کے قریب آرام نہ کریں جس کے گرنے کا اندیشہ ہو۔ آفت کے دوران، سب سے پہلے آپ کی مدد کو پہنچنے والے آپ کے پڑوسی ہوں گے۔ اس بات کا موازنہ کریں کہ کون سے پڑوسی آپ کے ساتھ امداد کا تبادلہ کر سکتے ہیں، اور آپ لوگ ایک دوسرے کے لئے کیا کر سکتے ہیں۔ ایسی چیزیں جن کی آفت کے بعد پہلے چند گھنٹوں کے دوران آپ کو ضرورت پڑ سکتی ہے (جیسا کہ فلیش لائٹس) انہیں کسی ایسی جگہ رکھیں جہاں سے ضرورت پڑنے پر فوری طور پر اٹھا سکیں۔ اس بارے میں سوچیں کہ تین دن تک اپنا خیال رکھنے کے لئے، آپ پانی، خوراک اور ناہمیت کی ضروریات کیسے پوری کریں گے۔

ہینڈ آؤٹ 1-2 خاندانی ہنگامی منصوبہ بندی

آئیے خاندانی ہنگامی منصوبہ بندی کے بارے میں بحث کے ان سوالات کو دریافت کریں:

فیملی ایمرجنسی پلان کی اہمیت:

کسی وجوہات کی بنا پر آفات سے نمٹنے کے لیے فیملی ایمرجنسی پلان کا ہونا بہت ضروری ہے:

حفاظت اور بہبود: ایک اچھی طرح سے تیار کردہ منصوبہ کسی آفت یا ہنگامی صورتحال کے دوران خاندان کے تمام افراد کی حفاظت اور بہبود کو یقینی بنانے میں مدد کرتا ہے۔

وضاحت اور کارکردگی: ایک منصوبہ واضح ہدایات اور کردار فراہم کرتا ہے، زیادہ تناؤ کے حالات میں الجھن اور گھبراہٹ کو کم کرتا ہے۔ یہ موثر فیصلہ سازی اور اعمال کو فروغ دیتا ہے۔

کیونیکیشن: فیملی پلان مواصلات اور ہم آہنگی کی سہولت فراہم کرتا ہے، جس سے خاندانی ممبران کسی ہنگامی صورتحال کے دوران رابطے میں رہنے اور ایک دوسرے کے ٹھکانے کو جاننے کے قابل ہوتے ہیں۔

حسب ضرورت: ایک ذاتی منصوبہ خاندان کی مخصوص ضروریات اور حالات پر غور کرتا ہے، جس سے زیادہ موثر تیاری اور رد عمل ہوتا ہے۔

خاندان کے مختلف افراد کے لیے تحفیات:

خاندانی ہنگامی منصوبہ بناتے وقت، بچوں، بوڑھے خاندان کے اراکین، اور خصوصی ضروریات والے افرادی منفرد ضروریات پر غور کرنا ضروری ہے:

بچے

بچے: بچوں کے لیے عمر کے مطابق ہدایات تیار کریں۔ انہیں سکھائیں کہ کس طرح ہنگامی خدمات سے رابطہ کیا جائے، محفوظ جگہوں کی شناخت کیسے کی جائے اور خطرے کی علامات کو کیسے پہچانا جائے۔ افہام و تفہیم کو تقویت دینے اور خوف کو کم کرنے کے لیے پلان پر باقاعدگی سے بحث کریں۔

بزرگ خاندان کے اراکین: نقل و حرکت اور طبی ضروریات کے لیے اکاؤنٹ۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ ان کی ادویات، طبی ریکارڈ اور نقل و حرکت کی امداد تک آسان رسائی ہے۔ خاندان کے کسی ذمہ دار رکن کو ہنگامی صورتحال کے دوران ان کی مدد کے لیے تفویض کریں۔

خصوصی ضروریات والے افراد: مخصوص ضروریات، جیسے مواصلات یا طبی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے منصوبہ تیار کریں۔ یقینی بنائیں کہ ضروری معاون آلات اور سامان آسانی سے دستیاب ہیں۔ دیکھ بھال کرنے والوں یا پھورٹ نیٹ ورکس کے ساتھ ہم آہنگی پیدا کریں۔

ہینڈ آؤٹ: 1.3 آفت کے لئے خاندانی منصوبہ سازی

خاندانی نام -----
 خاندان کا پتہ -----
 ٹیلی فون نمبر -----

1. جب ہر کام (مکمل ہو جائے تو اسے ٹک کر دیں):
2. ہم نے آفت کے لئے اپنے خاندانی منصوبے پر تبادلہ خیال کے لئے خاندان کا اجلاس مورخہ ----- کو منعقد کر لیا ہے۔
3. ہم نے محفوظ ترین جگہوں کی نشان دہی کر لی ہے (کھڑکیوں سے دور، ایسی بڑی اور بھاری اشیاء سے دور جو گر سکتی ہیں، اور انہیں گھر میں اور ہر اشیاء سے دور جن کی وجہ سے آگ لگ سکتی ہے۔)
4. ہم نے اپنے گھر اور عمارت سے باہر نکلنے کے راستے اور باہر نکلنے کے متبادل راستوں کی نشان دہی کر لی ہے۔
5. ہم نے ان خصوصی منصوبوں پر بات چیت کر لی ہے جن کی ہمیں چھوٹے بچوں، عمر رسیدہ لوگوں، معذوری کا شکار لوگوں کے لئے ضرورت پڑ سکتی ہے۔
6. ہم نے ان خصوصی منصوبوں پر بات چیت کر لی ہے جن کی ہمارے جانوروں کو ضرورت پڑ سکتی ہے۔
7. ہم جانتے ہیں کہ بجلی، پانی اور گیس کو کیسے بند کرنا ہے۔
8. ہم جانتے ہیں کہ آگ کو محفوظ طریقے سے کیسے بجھانا ہے۔
9. ہمارے پاس ایک فرد ہے جس سے خاندان کے لوگ رابطہ کر سکتے ہیں اور جو ایک مختلف علاقے میں رہتا ہے (مختلف یونین کو نسل یا ضلع

نام: ----- فون نمبر: -----

ہم یہ جانتے کہ ہنگامی صورت کے دوران / بعد ہمیں کہاں دوبارہ اکٹھے ہونا ہے:

----- گھر سے باہر:-----

----- گاؤں سے باہر:-----

11. ہم نے اپنے کمپیوٹر انڈسٹری کارڈوں، دیگر اہم دستاویزات، ہنگامی فون نمبروں، اور دیگر اہم پتوں اور ٹیلی فون نمبروں کی کاپیاں کر والی ہیں، اور
12. انہیں واٹر پروف تھیلوں میں رکھ دیا ہے۔
13. ہم نے اپنے کمپیوٹر انڈسٹری کارڈوں اور دیگر اہم دستاویزات کی کاپیاں اس فرد کے حوالے کر دی ہیں جس سے ہمارا ناندان رابطہ کر سکتا ہے اور جو
14. ایک مختلف علاقے میں رہتا ہے۔
15. ہنگامی حالت کی صورت میں ہمارے پاس سیٹس، ریویو، بیٹریاں، ماچیس اور ابتدائی طبی امداد کے سامان کی کٹ موجود ہے۔
16. ہم جوتے اور سیٹس اپنے بستروں کے نزدیک رکھتے ہیں۔
17. ہمارے پاس ایک ہفتے کے لئے کافی پانی (05 لیٹر کے 2 کین، اور تین دن کی خوراک موجود ہے۔
18. ہم 1 ماہ کے اندر اپنے منصوبے کا جائزہ مورخہ ----- کو لیں گے۔



دوسرا دن

سیشن پلان

نشست نمبر-1

دوسرا دن

عنوان

لینڈ سلائیڈنگ۔

نشست کا ہدف

- شرکاء کو لینڈ سلائیڈنگ کے اسباب اور سدباب کے بارے میں بتائیں۔

نشست کے مقاصد

- کمزور دفاعی صلاحیت اور اہلیت۔
- خطرات کی نقشہ سازی

تربیت کا طریقہ کار

- لیچر اور مباحثہ مطلوبہ میٹیریل (تتمائچہ)

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی تتمائچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات۔

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

- 1-1 ہینڈ آؤٹ
- 2.1 ہینڈ آؤٹ
- 3.1 ہینڈ آؤٹ
- 4.1 ہینڈ آؤٹ



ہینڈ آؤٹ 1-1 لیئڈ سلائیڈز

لیئڈ سلائیڈ پیدا کرنے میں پانی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ تاہم، لیئڈ سلائیڈ کا اصلی مواد گیلایا نرم نہیں ہوتا۔ یہ زمین پر ایک خشک مواد کی صورت میں حرکت کرتا ہے۔

لیئڈ سلائیڈ کی اقسام

لیئڈ سلپ



لیئڈ سلپ ست رفتاری سے حرکت کرتی ہے۔ اور اس کا کوئی راستہ نہیں ہوتا، اور اس میں بہت کم مقدار میں پانی ہوتا ہے۔ لیئڈ سلپ ڈھلوانوں پر بن جاتی ہیں جہاں پر زمین کی اوپر والی سطح پانی سے گیلی ہو جاتی ہے اور پھسلن پیدا کر دیتی ہے۔

کچھڑ کا بہاؤ



مڈفلو اس وقت ہوتا ہے جب کچھڑ اور مٹی، پتھر اور دیگر ملبہ ایک دریا کی طرح بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ مڈفلو کی حالت تب پیدا ہوتی ہے جب زمین میں جمع شدہ پانی تیزی سے شدید بارش یا تیزی سے برف پھلنے کی وجہ سے حرکت کرنا شروع کر دیتا ہے۔ کچھڑ کا ایک دریا پہاڑی ڈھلوانوں سے اچانک نیچے بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ مڈفلو اپنے منبع سے دور تک جا سکتا ہے اور حرکت کے ساتھ اس کے حجم میں اضافہ ہو سکتا ہے۔ یہ اپنی حرکت کے ساتھ درختوں، کاروں اور راستے میں آنے والی دیگر اشیاء کو ٹکرا سکتا ہے۔

ہینڈ آؤٹ 2-1 لیئڈ سلائیڈ کی وجوہات



زلزلے، زمینی سٹاؤ، جنگلات کی کٹائی، آگ، آتش فشاں پھٹنے اور ڈھلوانوں پر تعمیرات کی وجہ سے لیئڈ سلائیڈ پیدا ہوتی ہو سکتی ہیں۔

لیئڈ سلائیڈ کے لئے انتباہی علامات

1. ڈھلوانوں پر دراڑیں۔

2. پتھروں اور مٹی کی آہستہ آہستہ نیچے کی طرف سلائیڈنگ۔

3. چشموں اور نمی والی جگہوں کا وجود میں آنا اور بلند زمین سے پانی کی عمارتوں کی بنیادوں میں دراڑوں کے ساتھ دیواروں اور فرش پر موجود دراڑوں کا مسلسل وسیع ہونا۔



4. ڈھلوانوں پر ٹیلی فون کے کھمبے ہاڑیں، اور درخت نیچے کی طرف جھک جاتے ہیں۔



لینڈ سلائیڈ کے دوران کیا کیا جائے

لینڈ سلائیڈنگ حفاظتی اقدامات

اگر آپ گھر کے اندر ہیں تو:

اگر آپ کے پاس عمارت اور لینڈ سلائیڈ کے علاقے سے باہر نکلنے کے لئے کافی وقت نہیں ہے تو ایسی صورت میں گھر کے اندر ہی رہیں۔ مضبوط فرنیچر کے نیچے جھک جائیں۔ ڈھانپ لیں۔ پکڑے رکھیں۔ جب تک حرکت رک نہ جائے اپنی جگہ کو نہ چھوڑیں۔

اگر آپ گھر سے باہر ہیں تو:

1. دوڑ لگائیں!
2. لینڈ سلائیڈ کے راستے سے باہر نکلیں۔
3. جہاں تک ممکن ہو بلند زمین کی طرف جائیں۔
4. اپنے ارد گرد ہر ایک کو لینڈ سلائیڈ کے بارے میں بتائیں۔
5. اگر آپ دوڑ نہیں سکتے تو:
6. لینڈ سلائیڈ کے راستے سے باہر نکلنے کی کوشش کریں اگر آپ کے پاس لینڈ سلائیڈ سے بچنے کے لئے وقت نہیں ہے تو کسی ٹھوس چیز کے پیچھے چھپنے کی کوشش کریں اور اپنے سر اور گردن کی حفاظت کے لئے جھک جائیں۔ ڈھانپ لیں۔ پکڑے رکھیں۔

سیدش پلان

دوسرا دن

نشت نمبر-2

عنوان

کمزور دفاعی صلاحیت اور اہلیت۔

نشت کا ہدف

- شرکا کو لیڈ سلائیڈنگ کے اسباب اور سدباب کے بارے میں بتائیں۔

نشت کے مقاصد

- کمیونٹی کے لئے خطرات کمزور دفاعی صلاحیتیں اور استعداد کار کے بارے میں نقشہ تیار کرنا

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر اور مباحثہ گروپ ورک

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی نتائج، حاضری شیٹ، پارٹ، مارکر، کیمرہ، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

ہینڈ آؤٹ 1-3 نقشہ جات مواصلات کے لئے سہولت فراہم کرتے ہیں اور کمیونٹی کے اندر اہم مسائل پر بات چیت کو تحریک دیتے ہیں۔

1. نقشہ جات کئی وجوہات کی بنیاد پر تیار کئے جاتے ہیں اور ان میں بہت سے موضوعات شامل ہوتے ہیں:
2. گھروں، کھیتوں، سڑکوں، ندیوں، اور زمین کے دوسرے استعمال کو دکھانے کے لئے۔ یہ دکھانے کے لئے کہ کمیونٹی کے اندر کونسی سماجی اور معاشی سہولیات اور بنیادی ڈھانچہ موجود ہے اور ان کا انتظام کیسے ہوتا ہے: گھر، مسجد میں، دکانیں، کارخانے، سکول، ہیلتھ سینٹر، فارمیسی، پانی کے پمپس، آب پاشی کی نہریں، کھیل کے میدان، وغیرہ۔ خطرات: ممکنہ/متوقع خطرات کی شناخت، وہ ممکنہ طور پر کس کس جگہ وقوع پذیر ہو سکتے ہیں، اور کونسی کونسی جگہیں محفوظ ہیں
3. (محفوظ علاقے)۔ کمزور دفاعی صلاحیتیں: کمیونٹی میں موجود عام خطرات کو نظر میں رکھتے ہوئے ممکنہ طور پر خطرے سے دوچار ہونے والے علاقوں کے لوگوں، بنیادی ڈھانچے، روزگار کے ذرائع کو دکھانا۔ استعداد کار مقامی ریسورسز اور صلاحیتوں مثلاً صحت کی سہولیات کو دکھانا جہاں تربیت یافتہ فرسٹ ایڈ اور تلاش اور بچاؤ کے کاموں سے متعلقہ لوگ موجود ہیں۔ اس کے علاوہ ان جگہوں کی نشاندہی جہاں ایمر جنسی کنٹریکٹس، گاڑیاں، ٹیلی فون وغیرہ موجود ہیں۔
4. مختلف حالات اور مختلف محظرات کے دوران محفوظ علاقوں یا پناہ گاہوں تک پہنچنے کے لئے انخلاء کے مختلف راستوں کی نشاندہی۔ اس کے علاوہ معذور افراد کے لئے راستوں کی نشاندہی اور بعورتوں اور بچوں کے لئے پناہ گاہوں/علاقوں کی نشاندہی۔

پہلا مرحلہ: اس بات کا تعین کریں کہ کون نقشہ بنانے کی کاروائی میں شامل ہو گا

عورتوں اور بچوں بشمول بزرگوں اور بچوں کو تلاش کریں، جو علاقے سے واقف ہیں اور جو شرکت کرنے کے لئے رضامند ہیں۔ نقشہ بنانے والے شرکاء ڈیزاسٹر مینجمنٹ کمیٹی کے ممبران کے علاوہ لوگ ہو سکتے ہیں۔ افراد کے لئے انخلاء کے راستوں اور پناہ گاہوں اور محفوظ علاقوں کے طریقوں کو دکھانے کے لئے۔

دوسرا مرحلہ: نقشہ کے مقصد کی وضاحت

کمیونٹی کے بنیادی خصوصی جائزے کو ظاہر کریں (گھروں، سڑکوں، دریاؤں، کھیتوں وغیرہ)۔ کمیونٹی کو درپیش ممکنہ خطرات کی نشاندہی کریں (مثال کے طور پر جب زلزلے، یا شدید بارشوں کے بعد سیلاب وغیرہ ہوں جنکی ممکنہ خطرات سے دوچار ہونے والے علاقوں اور آبادی کی نشاندہی کریں۔ ممکنہ محفوظ علاقوں اور انخلاء کے راستوں کی وضاحت کریں۔ کمیونٹی کے وسائل اور صلاحیت کو دکھائیں۔

تیسرا مرحلہ: شرکاء کو گرومیوں میں کمیونٹی اور حالات و واقعات کی ضرورت کے پیش نظر تقسیم کریں۔ نقشہ سازی یا میپنگ کی مشق کو ترتیب دینے کے کئی طریقے ہیں: آپ صنفی بنیادوں پر بھی گروپ تشکیل دے سکتے ہیں۔ اس طرح سے مردوں اور عورتوں کو زیادہ آرام دہ ماحول میں ان پٹ فراہم کرنے کے لئے مدد دی جاسکتی ہے۔ پھر مردوں اور خواتین کے تمام نقشوں کو ان میں موجود ایک جیسی چیزوں اور الگ الگ چیزوں پر بحث کے لئے اکٹھا تھیں۔

آپ اس امر کو یقینی بنانے کے لئے کہ ہر کسی کو ان پٹ فراہم کرنے کا موقع ملے کئی چھوٹے چھوٹے گروپ بنانا چاہتے ہو گئے۔ پھر تمام نقشوں کو ان میں موجود ایک جیسی چیزوں اور الگ الگ چیزوں پر بحث کے لئے اکٹھا تھیں اور ایک نقشہ تیار کریں۔ ہو سکتا ہے آپ ایک ہی وقت میں کمیونٹی میں تمام خیالات اور نظریات کو ایک ہی دفعہ حاصل کرنے کے لئے ایک بڑا گروپ تشکیل دینا چاہتے ہوں۔

اس مشق کے مقاصد کے لئے بہتر یہ ہے کہ شرکاء کو 3 یا 6 گروپوں میں تقسیم کیا جائے۔ ایک گروپ خطرات کا نقشہ بنائے گا، ایک گروپ کمزور دفاعی صلاحیتوں کا نقشہ تیار کرے گا، اور ایک گروپ استعداد کار کا نقشہ تیار کرے گا (اگر آپ کے 6 گروپ ہیں تو دو گروپ ایک قسم کا نقشہ تیار کریں گے)۔ پھر تمام 3 اقسام کے نقشوں کو بغور دیکھا جائے گا اور ان پر تبادلہ خیال کیا جائے گا۔

چوتھا مرحلہ : شرکاء کو سوچنے کا موقع فراہم کریں جب شرکاء کمیونٹی میں خطرات کی شناخت کر لیں تو ایک خطرے (مثال کے طور پر، سیلاب) کے بارے میں سوالات کریں کہ کون سے علاقے لوگ اور چیزیں کمیونٹی میں دیگر حصوں کے مقابلے میں اس خطرے سے زیادہ متاثر ہوئی ہیں؟ متاثر ہونے والے لوگوں نے اس خطرے کے اثرات کو کم کرنے کے لئے کیا تدابیر اختیار کیں؟ بقایا کمیونٹی نے اس آفت کے دوران متاثرہ افراد اور تمام کمیونٹی کی پریشانی کو کم کرنے کے لئے کیا اقدامات انجام دیے؟

پانچواں مرحلہ : نقشہ جات کی تیاری تمام گروپوں اور شرکاء کو کافی تعداد میں فلپ چارٹ کاغذ، مختلف رنگوں کے مارکر، پنسلیں، ریڈ اور پینل تراش فراہم کریں۔ اس بات کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ پہلے پینل سے نقشہ تیار کریں اور مارکر کو اس وقت استعمال کریں جب وہ نقشے کو مکمل کر لیں۔ شرکاء کی حوصلہ افزائی کی جائے اور اگر ضروری ہو تو نقشے کی معلومات کی تصدیق کے لئے انہیں گاؤں میں چکر لگانے کے لئے کافی وقت مہیا کریں۔

چھٹا مرحلہ : نقشوں پر بحث اور انکو حتمی شکل دینا تمام نقشوں کو ایک ساتھ رکھیں اور اس بات پر بحث کریں کہ وہ کمیونٹی کے خطرات خطرے کے امکانات اور صلاحیت کے بارے میں کیا معلومات فراہم کرتے ہیں۔ اس بات پر بحث کریں کہ نقشے کسی طرح کمیونٹی کو زندگی اور روزگار کے وسائل کو درپیش خطرات کے اثرات کو کم کرنے میں مدد فراہم کر سکتے ہیں۔ مزید یہ کہ کونسی صلاحیتوں پر آفت کی صورت میں توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ نقشوں کو ضرورت کے مطابق اکٹھا کریں اور حتمی شکل دیں۔ (ممکن ہے کمیونٹی خطرات، خطرے کے امکانات اور صلاحیت کے لئے ایک نقشہ پسند کرے یا پھر 3 علیحدہ نقشے بنائے جاسکتے ہیں۔ یاد رکھیں ضرورت اس امر کی ہے کہ آپ نقش یا نقشوں کو محفوظ رکھیں تاکہ کمیونٹی ان کو مستقبل میں استعمال کر سکے۔ ان کو دوسری ایجنسیوں اور اسٹیک ہولڈرز کو بھی دکھائیں۔ بہترین یہ ہے کہ فلپ چارٹ کے حتمی نقشے کو لیمینٹ کر دیا جائے۔

سیشن پلان

نشست نمبر-3

دوسرا دن

عنوان

خطرات کی نقشہ سازی.

نشست کا ہدف

- کیونٹی کے لئے خطرات کی نقشہ سازی اور استعداد کار کے بارے میں نقشہ تیار کرنا

نشست کے مقاصد

- خطرات کی نقشہ سازی

تربیت کا طریقہ کار

- لیکچر اور مباحثہ، گروپ ورک

امدادی سامان برائے تربیت

- فلکس، تربیتی نتائج، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات / احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفریق ہو۔

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 1-1 خطرات کی نقشہ سازی - راجن پور

نمبر شمار	قدرتی خطرات	شدت			تعدد			توضیح
		تباہ کن	شدید	ہلکا	نایاب	عام	بار بار	
1	زلزلہ							
2	لینڈ سلائیڈنگ							
3	بارش کی کمی (خشک سالی) موسمیاتی تبدیلی							
4	شدید سیلاب (مون سون کے دوران)							
5	جنگل کی آگ							
6	طوفان ابارش کا طوفان							
7	گرج چمک							
8	دیگر							

درجہ بندی مشقوں کے دوران، ایک طرح کی اشیاء کے گروپ (مثال کے طور پر قدرتی خطرات) کا ایک طے شدہ معیار (مثال کے طور پر، ہر سال وقوع پذیر اور اس کی ایک قدر مقرر کی جاتی ہے ہوتا ہے، ہر مہینے وقوع پذیر ہوتا ہے، ایک موسم میں وقوع پذیر ہوتا ہے، زندگی میں ایک بار وقوع پذیر ہوتا ہے اس مشق کا مقصد کمیونٹی کو دفاعی صلاحیتوں اور خطرات کے امکانات کو اہمیت کے اعتبار سے ترتیب دینا ہے۔ کمیونٹی کو خودیہ فیصلہ کرنا ہو گا کہ کونسی چیز کو ترجیحی دے جائے۔ مندرجہ ذیل معاملات کو مد نظر رکھتے ہوئے مسائل کی درجہ بندی کے لئے شرکاء کی رہنمائی کریں۔

1. صورتحال میں تبدیلی لائی جاسکتی ہے؟
2. صورتحال کو چیز متاثر کر سکتی ہے؟
3. صورتحال کے بارے میں سچیز کو قبول کیا جانا چاہیے؟

- شناخت کریں کہ کن اشیاء کی درجہ بندی کی جائے:

مرحلہ نمبر 1 کریں۔ مثال کے طور پر، یہ سوال کہ "کونسی اہم تیا کمیونٹی پر اثر انداز ہونے والے خطرات کی شرکاء کے ساتھ مل کر اور سوچ و بچار کے بعد ایک فہرست؟ قدرتی آفات آپ کے گھر کے لئے خطرہ ہیں؟" یا "گزشتہ 10 سالوں کے دوران کونسی قدرتی آفات کمیونٹی میں وقوع پذیر ہوئی ہیں

متوقع جوابات: آندھی ابارش، طوفان، آگ، زلزلہ، سیلاب، لینڈ سلائیڈ

- اس معیار کی شناخت کریں جس کے تحت خطرات کو کم یا زیادہ اہم درجے میں لایا جائے گا

2: مرحلہ نمبر: مثال کے طور پر

کیونٹی میں آفت کتنی بار وقوع پذیر ہوتی ہے۔ ہر سال، ہر مہینے، ہر موسم میں، زندگی میں ایک بار اس آفت کے وقوع پذیر ہونے پر اس کے اثرات کس قدر ہیں: ماضی میں کتنے لوگ اس آفت سے ہلاک ازخمی ہوئے؟ ذرائع معاش پر اس آفت سے کتنی فصلیں/کارخانے ماضی میں تباہ و برباد ہو گئے؛ یا (پھر کتنے کلوگرام غلہ خراب ہو ایا کتنی دولت ضائع ہوئی۔ انفراسٹرکچر پر) کتنے گھر/عمارتیں/اسڑکیں/آب پاشی کی نہریں اس آفت سے ماضی میں تباہ ہو چکی ہیں

مرحلہ 3 زیادہ ترجیح والی آفات کی شناخت

درجہ بندی چارٹ بنائیں اور شرکاء کو کہیں کہ وہ ہر آفت کو ہر ایک کے معیار کے لحاظ سے سکور یا درجہ دینے کے لئے ایک گروپ کے طور پر کام کریں۔ اس کے لئے وہ ٹک کا نشان یا دو سر آسانی سے دستیاب مقامی مواد استعمال کر سکتے ہیں

سیلاب	لیڈر سلائیڈ	زلزلہ	آگ	آندھی	کتنی بار زندگی میں ایک بار = 4 ہر موسم = 1 ہر چند سال بچ = 5 ہر ماہ = 2 ہر سال = 3
					زندگیوں پر اثرات
					فصلوں پر اثرات
					گھروں پر اثرات
					دیگر

(تیسرے) نشاندہی (یعنی وقوع پذیر ہونے کا امکان)	مہینے (مقامی رواج کے مطابق وسط ماہ سے وسط ماہ شلع جعفر آباد۔ مشرقی بلوچستان بیاق و ساق)												سرگرمی	
	دسمبر	نومبر	اکتوبر	ستمبر	اگست	جول	جون	مئی	اپریل	مارچ	فروری	جنوری		
														بارش
														طوفان
														سیلاب
														لیڈر سلائیڈ
														بیماریاں
														گھاس سٹائی
														شادیاں

سیشن پلان

نشست نمبر-4

دوسرا دن

عنوان

ڈیزاسٹر مینجمنٹ کمیٹی (VDMCs) کا کردار اور ذمہ داریاں۔

نشست کا ہدف

- ڈیزاسٹر مینجمنٹ کمیٹی (VDMCs) کا کردار اور ذمہ داریاں اگائی۔

نشست کے مقاصد

- VDMC کے فرائض کو آفت سے نمٹنے کی تیاری اور ایمرجنسی رسپانس کے لحاظ سے سمجھنا۔

تربیت کا طریقہ کار

- لیچر اور مباحثہ، گروپ کی مشق

امدادی سامان برائے تربیت

- فلیکس، تربیتی کتناچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 3.1

ہینڈ آؤٹ 4.1

ہینڈ آؤٹ 1.1 آفات سے نپٹنے کی تیاری: ایسے اقدامات جو کمیونٹی کی پیش گوئی کی صلاحیت اور آفت کے وقوع پزیر ہونے سے پہلے کے حفاظتی اقدامات کو یقینی بنائیں۔

ایمر جنسی ریسپانس: ایسے اقدامات جو کسی آفت کے وقوع پزیر ہونے کے فوری بعد اس کے اثرات سے نپٹنے کے لئے کمیونٹی کی صلاحیت کو یقینی بنائیں۔ **VDMC** کے فرائض کا خلاصہ اس طرح ہے:

روک تھام، نقصانات کو کم کرنا، تیاری

1. پلان پر عمل درآمد کی سرگرمیوں کے لئے کمیونٹی کے ارکان کو متحرک کرنا۔
2. ایسے وسائل کو بروئے کار لانا جن تک کمیونٹی اپنے طور پر رسائی حاصل نہیں کر سکتی۔ کمیونٹی کے ارکان کے ساتھ مل کر آفت سے نپٹنے کی تیاری کی تربیت کا انعقاد کرنا۔
3. اس بارے میں آگاہی پیدا کرنا کہ آفت سے پہلے، آفت کے دوران، اور آفت گزر جانے کے بعد کونسے اقدامات اٹھائے جائیں۔

ہینڈ آؤٹ 1.2 ایمر جنسی ریسپانس

1. انتباہ جاری کرنا۔
2. انخلاء کا انتظام کرنا۔
3. کمیونٹی کی شرکت کے ساتھ تلاش اور بچاؤ کی کارروائی کا انتظام کرنا۔ فرسٹ ایڈ فراہم کرنا اور بعد میں طبی امداد کا انتظام کرنا۔
4. نقصان اور ضروریات کا تخمینہ لگانا۔
5. امدادی ایجنسیوں کے ساتھ مل کر ریلیف ڈیلیوری اپریشن کو مرتب کرنا، اس کو پلان کرنا اور اس پر عمل درآمد کرنا۔ ایمر جنسی صورت حال، کمیونٹی کی کوششوں اور موجود خلاء کی پوزیشن کے متعلق معلومات فراہم کرنا۔

ہینڈ آؤٹ 1.3 بحالی کی ذمہ داریاں

1. کمیونٹی کی سماجی، اقتصادی اور فزیکل بحالی کے لئے سہولت فراہم کرنا۔
2. حکومت اور امدادی ایجنسیوں کے ساتھ بحالی کی مدد حاصل کرنے کے لئے رابطہ کرنا۔
3. اس امر کو یقینی بنانا کہ خطرے کو کم کرنے کے اقدامات تعمیر نو اور بحالی کے مرحلے کے دوران باہم یکجا ہیں۔

سرج اینڈریسنگ گروپ کی ذمہ داریاں

آفت سے پہلے

1. اس بات کو یقینی بنائیں کہ ضروری مواد دستیاب اور قابل رسائی ہے۔
2. اس بات کو یقینی بنائیں کہ ٹیم کے اراکین اپنی تربیت کے ساتھ تازہ ترین ہیں۔

آفت کے دوران

1. تباہی کی قسم پر منحصر ہے جیسے کہ زلزلے یا سیلاب کے لیے ضروری کارروائی کریں،
2. اگر باہر ہو تو عمارت سے ہٹ جائیں۔
3. ضرورت کے مطابق معذور بچوں اور بزرگوں کی مدد کریں۔

آفت کے بعد

1. ٹیم کے تمام اراکین کو پہلے سے شناخت شدہ جگہ پر جمع کرنا ہے۔
2. ٹیم کو درکار سامان اور سامان اکٹھا کریں۔
3. تلاش اور بچاؤ آپریشن کو منظم طریقے سے شروع کریں جیسا کہ لاپتہ افراد کو تلاش کرنے کی مشقوں میں مشق کی پابندی۔
4. عمارتوں کے ہر کمرے کو چیک کریں اگر کوئی ساختی نقصان تو نہیں ہے اور زخمیوں کو بچائیں۔
5. ساختی طور پر تباہ شدہ عمارت کی صورت میں، باہر کی ریلیکیو ٹیم کو کال کریں۔ لاپتہ افراد کو عمارت کے اندر جانے کے بغیر تلاش کرنے کا طریقہ تلاش کریں۔
6. زخمیوں کے مقام کی اطلاع باہر کی ریلیکیو ٹیم کو دیں اور ریلیکیو میں ان کی مدد کریں۔
7. فرسٹ ایڈ ٹیم کو مطلع کریں۔
8. واضح ساختی نقصانات کی تلاش کریں، خطرناک علاقوں کو نشان زد کریں اور ٹیم لیڈر کو مطلع کریں۔

فرسٹ ایڈ گروپ کی ذمہ داریاں

آفت سے پہلے

1. اس بات کو یقینی بنائیں کہ ضروری مواد دستیاب اور قابل رسائی ہے۔
2. ادویات کی میعاد ختم ہونے کی تاریخیں چیک کریں۔
3. اس بات کو یقینی بنائیں کہ فرسٹ ایڈ کے اراکان اپنی تربیت کے ساتھ تازہ ترین ہیں۔

آفت کے دوران

1. تباہی کی قسم پر منحصر ہے کہ زلزلے کی پہلی نشانی پر ضروری کارروائی کریں جیسے "بلخ، ڈھانچیں اور پکڑیں"؛
2. اگر باہر ہو تو عمارت سے ہٹ جائیں۔
3. ضرورت کے مطابق معذور بچوں اور اساتذہ کی مدد کریں۔

آفت کے بعد

1. ٹیم کے تمام اراکین کو پہلے سے شناخت شدہ جگہ پر جمع کرنا ہے۔
2. ٹیم کو درکار سامان اور سامان اکٹھا کریں۔
3. بچائے گئے افراد کو ابتدائی طبی امداد فراہم کریں، مریضوں کو ٹیگ کریں اور تمام معاملات اور علاج کو ریکارڈ کریں۔
4. مزید طبی امداد کی ضرورت کا تعین کریں اور ٹیم لیڈر کے ذریعے مدد کے لیے درخواستوں کو مربوط کریں۔

ہینڈ آؤٹ 1.4 فائر سیفٹی اور میکورٹی گروپس کی ذمہ داریاں

آفت سے پہلے

1. ایگزٹ چیک کریں۔ انخلاء کے علاقوں کی شناخت کریں۔
2. اس بات کو یقینی بنائیں کہ انخلاء کے راستوں پر کوئی غیر ساختی مسائل موجود نہیں ہیں۔
3. انخلاء کے لیے تمام آلات اور آلات کی حالت چیک کریں اور یقینی بنائیں کہ وہ قابل رسائی ہیں۔
4. معذور افراد کے لیے خصوصی آلات کی ضروریات کے لیے تیار رہیں

آفت کے دوران

1. آفت کی قسم پر منحصر ضروری کارروائی کریں جیسا کہ مشق کے دوران مشق کی جاتی ہے جیسے کہ "لطخ، ڈھانچیں اور پکڑیں"، زلزلے کے لیے
 2. ضرورت کے مطابق معذور افراد کی مدد کریں۔
 3. اگر باہر ہو تو عمارت سے ہٹ جائیں۔
 4. انخلاء سے پہلے تباہی کی عمارت کی حالت کے لحاظ سے انخلاء کے راستے اور محفوظ انخلاء کی جگہ کی نشاندہی کریں
 5. مشقوں میں مشق کے مطابق منظم طریقے سے خالی کریں۔
 6. آفت کے بعد
 7. ٹیم کے تمام اراکین کو پہلے سے شناخت شدہ جگہ پر جمع کرنا ہے۔
 8. ٹیم کو درکار سامان اور سامان اکٹھا کریں۔
 9. اس بات کو یقینی بنائیں کہ ہنگامی اسمبلی کا علاقہ قابل رسائی اور محفوظ ہے۔
 10. اس بات کا تعین کریں کہ آیا انخلاء کے لیے کسی اضافی مدد کی ضرورت ہے۔
- سرگرمی: ہنگامی حالات میں ردعمل کے لئے تنظیم سازی

مرحلہ نمبر 1: شرکاء کو مندرجہ ذیل طریقے سے گروپوں میں تقسیم کریں

گروپ A: آٹھ شرکاء کو "کیونٹی کے ممبران" کا کردار دیں اور ان کو بقیہ گروپ سے علیحدہ کر دیں۔ گروپ B گروپ کے باقی ارکان کو کہیں کہ وہ اپنے آپ کو کیونٹی ایمر جنسی آپریشن سنٹر (EOC) کے طور پر منظم کریں۔ گروپ B کو مندرجہ ذیل کام انجام دینے کے لئے 15 منٹ کا وقت دیں:

1. ایک کو آرڈینر یا ٹیم لیڈر اور ایک ڈپٹی ٹیم لیڈر مقرر کرے۔ فیصلہ کریں کہ وہ کونسی کمیٹیوں بنانا چاہتے ہیں اور ان کے سربراہان اور کمیٹیوں کے ارکان مقرر کریں۔
2. کمیٹیوں کی ذمہ داریاں کردار اور افعال کی شناخت کریں

مرحلہ نمبر 2: مشق ترتیب دیں

مشق کلاس کے اندر منعقد کی جاسکتی ہے۔ کمرے کے ایک کونے کو "کیونٹی" قرار دے دیں: گھروں، سکولوں، پہلوں، دریاؤں، اور پہاڑوں کے لئے لیبل لگائیں۔ شرکاء کو نشانات اور لیبل جو آپ نے تیار کیے ہیں انکے بارے میں سمجھائیں۔ وضاحت کریں کہ آپ ڈیزاسٹر کے منظر نامے کو پڑھیں گے اور شرکاء کے پاس ہر روز اس منظر نامے کے رسپانس کے لئے 20 منٹ کا وقت دستیاب شرکاء کو بتائیں کہ گروپ B بطور Emergency Operation Center کیونٹی کے لئے ہنگامی امداد فراہم کرے گا۔ گروپ A سے 8 شرکاء کو لائیں جو کہ "کیونٹی کے ارکان" ہیں۔ 3 شرکاء کو دریا کے قریب رہنے کے لئے کہیں اور باقی کے 5 ارکان کو کہیں کہ وہ کیونٹی کے مختلف حصوں میں پھیل جائیں۔

مرحلہ 4: گاؤں کا مندرجہ ذیل پروفائل دیں

آفات اپانک آنے والا سیلاب، لینڈ سلائڈ

مقام: گاؤں ایک بہت بڑے دریا کے قریب واقع ہے، زیادہ تر میدانی علاقہ ہے اور مرکزی سڑک سے 20 کلومیٹر کی دوری پر ہے اور آبادی بکھری ہوئی ہے۔

آبادی: 200 خاندان

ذریعہ معاش کسان 90 فیصد، دریا کے ماہی گیر 7 فی صد، اساتذہ اور سرکاری ملازمین 3 فی صد بنیادی ڈھانچہ: 2 پرائمری گریڈ کے سکول 1 اسکول ثانوی اور میانی درجے کا سکول (ہمیشہ ان کو انخلاء مراکز کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے) ذرائع رسل در مسائل / لائف لائن: گاؤں میں بجلی اور پینے کے پانی کا ذریعہ موجود ہے۔ اس کے علاوہ ایک پل بھی اگلے گاؤں (گاؤں B) کو ملتا ہے۔

مرحلہ 5: منظر نامے یا صورت حال کو اس طرح بیان کریں۔ پہلے دن کی تفصیل پڑھیں اور شرکاء کو اس دن کے لئے منصوبہ بندی / جواب تیار کرنے کے لئے 20 منٹ کا وقت دیں۔ 20 منٹ کا وقت ختم ہونے پر فوری طور پر شرکاء کو روک دیں اور دوسرے دن کے لئے تفصیل پڑھیں اور شرکاء کو رسپانس کے لئے 20 منٹ کا وقت دیں۔ اسی طریقے سے 20 منٹ کا وقت تیسرے دن اور چوتھے دن کے لئے بھی دینا جاری رکھیں۔ گروپ بات چیت کے ذریعے، رول ادا کر کے یا پھر فلپ چارٹ یا دوسرے کاغذ پر لکھ کر اپنے رسپانس دے سکتے ہیں۔ گروپ A اور گروپ B آپس میں بات چیت کر سکتے ہیں اور ایک دوسرے کے ساتھ رابطہ کر سکتے ہیں۔

یہ ٹریننگ درکشاپ کا دوسرا دن ہے، اور شرکار دوبارہ کمیونٹی میں واپس آگئے ہیں۔ بعد دوپہر 5:00 بجے شدید بارش برنا شروع ہو گئی ہے۔ ریڈیو نشریات کے مطابق اگلے 2 دنوں میں شدید بارش جاری رہنے کی توقع ہے۔ آسمانی بجلی کی چمک دکھائی دے رہی ہے اور بادلوں کی گرج سنائی دے رہی ہے۔ باہر گھپ اندھیرا ہے۔ ایسی صورت حال میں EOC کو آرڈینیٹر / ڈپٹی کی مختلف کمیٹیاں کیا کریں گی؟ متاثرہ کمیونٹی کے ارکان کیا کریں گے؟

اب صبح 8:00 بجے کا وقت ہے۔ بارش نہیں رکی بلکہ یہ اور شدت اختیار کر رہی ہے۔ پہاڑی ڈھلوانوں سے آنے والے پانی میں اضافہ ہوا ہے اور دریا کے پانی کی سطح میں اضافہ ہوا ہے۔ دریا کے نیچے والے حصے کی طرف دریا کے کناروں کا کٹاؤ شروع ہو گیا ہے۔ ایسی صورت حال میں EOC کو آرڈینیٹر / ڈپٹی کی مختلف کمیٹیاں کیا کریں گی؟ متاثرہ کمیونٹی کے ارکان کیا کریں گے؟

دوپہر کے وقت کمیونٹی کی صورتحال بگڑ چکی ہے۔ تقریباً 300 میٹر تک کا دریا کا کنارہ گر چکا ہے۔ پانی گاؤں میں داخل ہو گیا ہے اور قریبی گھروں تک پھیل چکا ہے۔ ایسی صورت حال میں EOC کو آرڈینیٹر / ڈپٹی کی مختلف کمیٹیاں کیا کریں گی؟ متاثرہ کمیونٹی کے ارکان کیا کریں گے؟ بارش رک گئی ہے۔ سیلاب سے پہنچنے والے نقصان سے تمام کمیونٹی متاثر ہوئی ہے۔ ایسی صورت حال میں EOC کو آرڈینیٹر / ڈپٹی کی مختلف کمیٹیاں کیا کریں گی؟ متاثرہ کمیونٹی کے ارکان کیا کریں گے؟

مرحلہ 6: مشق مکمل کرنا

جب وقت ختم ہو جائے (کل 80 منٹ) تو شرکاء کو اپنی نشستوں پر بیٹھنے کے لئے کہیں۔

شرکاء سے پوچھیں:

EOC اور اس کی کمیٹیوں کی بناوٹ۔ ان کے کردار اور ذمہ داریاں، ورکنگ کمیٹیاں اور ان کے فرائض کیا ہیں۔ ہر دن دیے گئے حالات میں متاثرہ کمیونٹی کے ممبران کا رسپانس کس طرح کا تھا؟ EOC / کمیٹیاں کمیونٹی ممبران سے کس طرح بات چیت کرتی ہیں اور انکے ساتھ مل کر کیسے کام کرتی ہیں؟ ان کے رد عمل کے مضبوط اور کمزور نکات کیا تھے؟ اور کیوں؟ وہ اپنے ہنگامی رد عمل کو کس طرح بہتر بنا سکتی ہیں؟ فلپ چارٹ پر سرگرمیوں کی فہرست لکھیں۔ شرکاء کے رسپانس سے کن چیزوں کے بارے میں معلومات حاصل ہوتی ہیں

EOC کمیٹیوں نے کس طرح رسپانس دیا؟

لازم ہے کہ اس کا ایک ٹیم لیڈر اور زیادہ بہتر یہ ہے کہ اس کا ایک ڈپٹی ٹیم لیڈر ہو۔

اس کی مندرجہ ذیل کمیٹیاں ہونی چاہئے:

آفات سے انتہائی اور تجزیاتی کمیٹی تنظیم: کمیونٹی کو وارنگ جاری کرتی ہے اور ابتدائی نقصان کی بنیاد پر درکار صلاحیت کا تعین کرتی ہے۔

انخلاء اور عارضی ٹیم کی کمیٹی: انخلاء کا انتظام و انصرام کرنا، آگاہی دینا اور کمیونٹی کو مقامی حکام کی طرف سے انخلاء کے احکامات و ہدایات کے بارے میں مطلع کرنا؛ انخلاء کے راستوں کی شناخت کرنا اور لوگوں کو ان کے بارے میں بتانا محفوظ علاقوں اور عارضی پناہ گاہوں کے بارے میں لوگوں کو مطلع کرنا، انخلاء کے لئے لوگوں کی مدد کرنا اور ان معذور لوگوں، بوڑھے افراد، بچوں اور دوسرے لوگوں کی مدد کو یقینی بنانا جنہیں اضافی مدد کی ضرورت ہے؛ انخلاء کے مراکز اور عارضی پناہ گاہوں کا انتظام کرنا۔ تحفظ و انتظامی کمیٹی: کمیونٹی میں امن و امان کو یقینی بنانا، امدادی سامان کی نقل و حمل اور گاڑیوں اور سامان کی مناسب دیکھ بھال کو یقینی بنانا۔

تلاش اور بچاؤ کی ٹیم: آفت کے دوران اور بعد میں لوگوں کی جان اور مال کو بچانے کے لئے تلاش اور بچاؤ کا اپریشن شروع کرے گی۔

فرسٹ ایڈ ٹیم: زخمیوں اور بیمار افراد کے لیے بنیادی ابتدائی طبی امداد کی فراہمی؛ پیشہ ور طبی ماہرین مقامی صحت کے افسران/ہسپتالوں سے آفت کے دوران اور بعد میں مدد طلب کرنا، مقامی صحت کے افسران کی آفت کے دوران اور بعد میں زخمیوں کا علاج کرنے کے لئے مدد کرنا، کمیونٹی میں حفاظتی ادویات اور وبائی امراض کے خلاف اقدامات کے لئے صحت کے مقامی حکام کے ساتھ کام میں مدد کو یقینی بنانا، حفظان صحت کے بارے میں شعور بیدار کرنا، خوراک اور پانی کی فراہمی سے متعلقہ ممکنہ مسائل کی نگرانی

امدادی سامان فراہم کرنے والی ٹیم: امدادی سامان وصول کرنا۔ اس کو سٹور کرنا، اس کی حفاظت کرنا اور تقسیم کرنا؛ کمیونٹی ممبران

کو سب سے زیادہ مدد کے مستحق لوگوں کی شناخت کرنے میں مدد فراہم کرنا۔ ہر اور است حکومت، این جی اوز، بین الاقوامی این جی اوز اور دیگر تنظیموں کی طرف سے امدادی سامان کی تقسیم کو آرڈینیٹ کرنے میں مدد فراہم کرنا۔

لازمی ہے کہ آرڈی نیٹر ایڈ ٹیم لیڈر صورت حال کا درست طور پر جائزہ لینے اور ریسپانس کے طریقے کے لئے EOC کا ایک اجلاس بلائے۔ ڈیزاسٹر وارنگ اور اسمنٹ کمیٹی دریا کے کنارے پر کچھ لوگوں کو متعین کرے تاکہ پانی کی بلند ہوتی ہوئی سطح پر نظر رکھی جاسکے۔ کو آرڈی نیٹر ایڈ ٹیم لیڈر کو ابتدائی انتہائی پیغامات یا الرٹس کے لئے مقامی حکام سے رابطہ کرنا چاہیے۔ EOC کے دیگر اراکان کو چاہیے کہ وہ کمیونٹی کے ممبران کو موسم کے بارے میں تازہ ترین نشریات/انتباہ کے لئے ریڈیو ہدایات سننے کی تلقین کریں۔

آفات سے انتہائی اور تجزیاتی کمیٹی کے لئے لازمی ہے کہ وہ کمیونٹی کو سیلاب سے متعلق دار جنگ جاری کرنے (یہ کام گھر گھر جا کر یا گاؤں میں ایک گھنٹی بجا کر یا کسی دیگر انتہائی آلے کی آواز سے انجام دیا جاسکتا ہے) اور دریا پر صورتحال کی نگرانی جاری رکھے۔ کو آرڈی نیٹر ایڈ ٹیم لیڈر مقامی حکام کے ساتھ رابطے میں رہے تاکہ اگر وہ کوئی انتہائی پیغام/انخلاء کے احکامات جاری کریں تو اسے ان کے بارے میں علم ہو۔ انخلاء اور عارضی پناہ گاہ کمیٹی دیہات کے لوگوں کا دریا کے کنارے سے کمیونٹی میں محفوظ علاقوں کی طرف انخلاء شروع کروائے۔ کمیٹی کے اراکان گھر گھر جا کر لوگوں کو گھر چھوڑنے کے لئے مطلع کریں اور انہیں بتائیں کہ انہوں نے کہاں جانا ہے۔ وہ غالباً سکول کی عمارت ہوگی۔ انخلاء اور عارضی پناہ گاہ کمیٹی انخلاء مرکز/سکول کے انتظام و انصرام کو یقینی بنائے گی۔

انخلاء اور عارضی پناہ گاہ کمیٹی اس امر کو یقینی بنائے گی کہ دریا کے نزدیک رہنے والے ہر شخص کو وہاں سے نکال لیا گیا ہے اور کوئی شخص بھی وہاں پر موجود نہیں ہے۔

تلاش اور بچاؤ کی ٹیم گاؤں کے متاثرہ علاقوں کا دورہ کرے گی اور ان لوگوں کی شناخت کرے گی جنہیں مدد درکار ہے۔ فرسٹ ایڈ ٹیم انخلاء مرکز یا دوسرے علاقوں میں جو لوگ زخمی یا بیمار ہیں انہیں مدد فراہم کرے گی۔ کو آرڈی نیٹر ایڈ ٹیم لیڈر مقامی حکام کو صورت حال کے ساتھ ساتھ درکار مدد کے بارے میں آگاہ کرے گا۔ امدادی سامان فراہم کرنے والی ٹیم انخلاء مرکز کے اندر خوراک اور پانی کی فراہمی کی نگرانی کرے گی اور سیکورٹی اور لاجنگ کمیٹی کے ساتھ مل کر مقامی ذرائع/وسائل سے ضروریات کو پورا کرنے کے لئے کام کرے گی۔

آفات سے انتہاد اور تجربے کی کئی آفت کے بعد درکار صلاحیت کا تعین کرے گی۔ کو آرڈینیٹر / ٹیم لیڈر مقامی حکام، این جی اوز، وغیرہ کے ساتھ درکار مدد کے لئے رابطے میں رہے گا۔ انخلاء اور عارضی پناہ گاہ کی کئی کمیونٹی کے اراکین کو مطلع کرے گی کہ کب گھر واپسی ان کے لئے محفوظ ہے۔ سیکورٹی اور لاجسٹک کئی مہینے کو بٹانے اور کمیونٹی کی صفائی کے لئے کو آرڈینیٹ کرتی ہے۔ تلاش اور بچاؤ اور فرسٹ ایڈ کی ٹیمیں ضرورت کے مطابق مدد کی فراہمی جاری رکھیں گی۔ امدادی سامان فراہم کرنے والی ٹیم خوراک اور پانی کی فراہمی / ضروریات کی نگرانی جاری رکھے گی، اور کھانے کی امدادی اشیاء یا دیگر موصول ہونے والی امدادی چیزوں کی تقسیم کو کو آرڈینیٹ کرے گی۔

ریسکیو کٹ Rescue kit

اہم	تفصیل / لمبائی	تعداد
تیرتی رڑکی ٹلیاں / ٹیوبز	4x4	02
رسی	فٹ 200	02
فلوئنگ جیکٹس از ندگی بچانے والی جیکٹس		04
ہیلٹ		02
رڑکے لمبے جوتے	08,09 no. (Size)	02
بیٹریاں / ٹارچ		02
تیرائی والی عینک		02
میگا فون (لاؤڈ اسپیکر)		01

First Aid Kit ابتدائی طبی امداد کٹ

آئٹم	تفصیل	تعداد
بلڈ پریشر آلہ	OMRON company	01
ابتدائی طبی امداد کا ڈب		01
گلو کو میٹر اشوگر مشین	Accu Chak Company	01
پیناڈول گولیاں		10 پیکٹ
فدائی جیل گولیاں 400 ملی گرام		10 پیکٹ
پونشان گولیاں		10 پیکٹ
نمکول		30 پیکٹ
سٹی پلاسٹ		30 پیکٹ
پائیوڈین		02 بوتل
پٹی		05 پیکٹ
گلہ صاف کرنے کی گولی / Strepils		04 پیکٹ
معدہ درست کرنے کی گولی / رائزک		10 پیکٹ
تینچی		01

سیلشن پلان

نشت نمبر-4

دوسرا دن

عنوان

کیونٹی ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن ایکشن۔

نشت کا ہدف

- کیونٹی ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن ایکشن پلان بینڈ آؤٹ مقامی سطح پر آفات کے خدشات کی تخفیف کی حکمت عملی

نشت کے مقاصد

- VDMC ممبران کو کیونٹی ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن ایکشن پلان کی تیاری سمجھانا

تربیت کا طریقہ کار

- لیکچر اور مباحثہ، گروپ کی مشق

امدادی سامان برائے تربیت

- فلکس، تربیتی کتابچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/حادثات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو۔

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

کیونٹی ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن ایکشن

کیونٹی ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن ایکشن پلان ہیڈ آؤٹ مقامی سطح پر آفات کے خدشات کی تخفیف کی حکمت عملی

کیونٹی کا نام: _____

ایکشن پلان کی تاریخ: _____

اس دوران آپ کیا کام اور ذمہ داریاں کرنا چاہتے ہیں؟	آپ کب اس کام کو کون کیا کام انجام انجام دیں گے؟ دے گا؟	اس قسم کی مدد کون فراہم کر سکتا ہے؟	اگلے 5-10 آپ کے پاس ان مقاصد کیلئے کسی قسم کی مدد درکار ہے؟	ان مقاصد کے حاصل کرنے میں کیا ذرائع ہیں؟	اگلے 5-10 برسوں کے کیا مقاصد کو حاصل کرنا چاہتے ہیں؟	مسائل

ہیڈ آؤٹ 1.1 کیونٹی ڈیزاسٹر رسک مینجمنٹ پلان۔ مثال فہرست عنوانات

الف۔ کیونٹی کی مختصر تفصیل

• مقام، آبادی، روزگار کے ذرائع، دیگر دیہات سے کیونٹی کا تعلق (کیونٹی کی اہمیت)

ب۔ کیونٹی ڈیزاسٹر کی صورتحال

ڈیزاسٹر کی تاریخ کا خلاصہ اور رسک اسمنٹ کے نتائج کیونٹی کے افراد اور دوسرے عناصر جو خطرے میں ہیں وہ کیوں خطرے سے دوچار ہیں

ج۔ ڈیزاسٹر رسک مینجمنٹ پلان کے مقاصد اور اہداف

آبادی یا ناندانوں کی تعداد جن کو کوڑ کیا جائے گا؛ اموت اور املاک کے نقصانات اہداف کی فیصدی کو کم کر دیتے ہیں

د. خطرے کو کم کرنے یا رسک ریڈکشن کے لئے حکمت عملی اور سرگرمیاں

ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن سرگرمیوں سے قبل، ہنگامی مرحلے کے دوران، ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن سرگرمیوں کے بعد کاروائیاں کیونٹی کا قبل از وقت وارننگ سسٹم، انخلاء کی جگہیں، اور ناندان اور جانوروں کے انخلاء کے لئے طریقہ کار، انخلاء کے مرکز کا انتظام، انخلاء کی مشق۔

تیسرا دن

سیلشن پلان

تیسرا دن

نشست نمبر-1

عنوان

مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد.

نشست کا ہدف

- شرکا کو مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد کے بارے میں بتائیں۔

نشست کے مقاصد

- فرسٹ ایڈ کی اہمیت سمجھنے کے لئے فرسٹ ایڈ فراہم کرنے والے کی خصوصیات سے آگاہی کے لئے ان میں سمجھ بوجھ پیدا کرنا

تربیت کا طریقہ کار

لیکچر اور مباحثہ عملی مظاہرہ.

امدادی سامان برائے تربیت

فلیکس، تربیتی سماجی، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں
- ایسے واقعات/احداثیات کا ذکر نہ کریں جس سے کسی قسم کا تفرق ہو

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ترتیب یافتہ کارکن

ہینڈ آؤٹ 1. ہنگامی طبی علاج

فرسٹ ایڈ



ایسی فوری طبی امداد جو دستیاب سہولیات کی مدد سے ماہرین صحت کی ٹیم کی آمد سے قبل ایسا شخص فراہم کرے جس نے فرسٹ ایڈ کی تربیت حاصل کی ہو۔

FIRST AID

ہنگامی طبی علاج

ہنگامی امداد علاج کے مراکز (ہسپتال، صحت کی سہولتوں، ہنگامی یونٹ) میں فراہم کروا کر وہ علاج جو ماہرین صحت کی ٹیم فراہم کرے۔



1. پیشہ ورانہ 2. تربیت یافتہ کارکن 3. ابتدائی طبی امداد کی اہمیت

4. آفات سے ہونے کی تیاری 5. اپنی مدد آپ

فرسٹ ایڈ کٹ اور اس میں موجود اشیاء کی وضاحت کریں۔ فرسٹ ایڈ مہیا کرنے والے کا کام یہ ہے:

دوسروں کی امداد

اپنی مدد



1. زندگی کی حفاظت 2. وہ مریض کی حالت بگڑنے سے بچانا

3. بے ہوشی سے زخمیوں کا نکلانا 4. مریض کی بجالی کی کوششوں میں تیزی لانا

5. طبی امداد کے لئے کال کرنا

ایک تربیت یافتہ فرسٹ ایڈ فراہم کنندہ مندرجہ ذیل کام سرانجام دے سکتا ہے:



1. ہنگامی صورت حال میں دوسروں کی مدد

2. ہنگامی صورت حال کے دوران اپنی مدد

3. ڈیزاسٹر کی صورت میں کام کے لئے اپنے آپ کو تیار رکھنا 4. تباہی کی صورت عملی طور پر امدادی کاروائیوں میں حصہ لینا۔

آفات سے بچنے کی تیاری

ممکنہ خطرات کی نوعیت کو جاننے کے لئے ڈیزاسٹر کے محل وقوع کا سروے کریں۔

1. اپنی ذاتی حفاظت کو یقینی بنائیں۔

2. اگر کوئی خطرہ موجود ہے، تو مریض کو محفوظ جگہ پر منتقل کریں۔

3. اگر آپ خود زخمی ہیں تو آپ مدد کرنے کے قابل نہیں ہیں۔

4. صرف ایسی صورت میں کام کرنے کے لئے آگے بڑھیں جب ایسا کرنا آپ کے لیے محفوظ ہو



1. رسپانس کو چیک کریں ہوش مند شخص چھونے یا بات کرنے پر رسپانس دیتا ہے۔

2. بالغوں اور بچوں میں ہوش مندی کی جانچ پڑتال کریں؟ ان کو بلائیں یا پھر ان کے کندھوں کو چھوئیں چھوٹے بچوں میں ہوش مندی کی جانچ پڑتال کریں؛

رد عمل دیکھیں اور امداد طلب کریں

4. مدد کے لئے کال کریں

3. بچوں کے پیروں کے نیچے ضرب لگائیں



6. سانس کی آمد و رفت کو یقینی بنانا

5. جگہ اور محل وقوع بتائیں اپنا نام اور نمبر بتائیں

8. بیمار ازخمی لوگوں کی تعداد بتائیں

7. پیش آمدہ صورت حال کی وضاحت کریں

10. اور حالت کی وضاحت کریں۔

9. اگر آپ کر سکتے ہیں تو بیمار ازخمی لوگوں یا چوٹ ایمری کی نوعیت

بیمار یا زخمی شخص کا چیک اپ اگر وہ ہوش میں ہے تو:

سرے پیروں تک معائنہ کریں

1. شعور، فہم، خیال وغیرہ کی سطح کا معائنہ کریں۔ نظام تنفس، فریکوئنسی، تسلسل اور گہرائی کا معائنہ

2. نبض کی رفتار، تسلسل، طاقت کا معائنہ کریں جسم کے درجہ حرارت، نمی، رنگت کو دیکھیں

اگر وہ بیہوش ہے:

الت: سانس کاراستہ۔ اس امر کو یقینی بنائیں کہ سانس لینے کا راستہ کھلا ہے اور اس میں کسی قسم کی رکاوٹ نہ ہے

مرحلہ نمبر 1

سانس کی آمد و رفت کو یقینی بنانا

بالغوں اور بچوں میں احتیاط سے ایک انگلی منہ کے اندر ڈالیں اور اس کو بلائیں۔ اس امر کو یقینی بنائیں کہ سانس کے راستے میں

کوئی رکاوٹ نہ ہے۔ بچوں میں: اگر منہ کے اندر کوئی چیز نظر آجائے تو دو انگلیوں کی مدد سے اسے باہر نکال لیں۔



مرحلہ نمبر 2

ایک ہاتھ کو پیشانی پر رکھیں اور دوسرے ہاتھ کی تین انگلیوں کو ٹھوڈی کے نیچے رکھیں ("سر ٹھوڈی کی حالت")۔

احتیاط سے ٹھوڈی کو تھوڈا سے اوپر اٹھائیں اور سر کا قدرے پیچھے کی طرف لے کر جائیں۔ اس سے زبان سانس کے راستے سے ہٹ جاتی ہے۔

عملی مظاہرہ کریں کہ کس طرح ایک مریض کو "سر ٹھوڈی کی پوزیشن" میں رکھا جاتا ہے۔

سانس کی آمد و رفت۔ چیک کریں کہ مجروح الشخص سانس لے رہا ہے یا کہ نہیں۔

نبض دیکھیں کہ کیا متاثرہ فرد کے دل کی دھڑکن چل رہی ہے



دیکھیں، سنیں اور محسوس کریں کہ متاثرہ فرد سانس لے رہا ہے

فرسٹ ایڈ مہیا کرنے والا شخص اپنے چہرے کو مجروح شخص کے چہرے کے قریب لے جاتا ہے اور اپنے سر کو اس طریقے سے گردش دیتا ہے کہ اس کا کان مریض کے منہ کے قریب ہو تا اور اس کی نظر مریض کے سینے پر ہوتی ہے۔ چھاتی کے اوپر اٹھنے اور نیچے جانے کا مشاہدہ کریں۔ منہ اور ناک سے سانس کی آواز سنیں آپ گالوں پر گرم سانس کو محسوس کریں

5 سیکنڈ کے لیے، سانس کا مشاہدہ کریں، اس کو سنیں اور سانس لینے کے عمل کو محسوس کریں۔

ایک بالغ کے لیے عمومی سانس کی رفتار: 12-20 دفعہ فی منٹ ایک بچے کے لیے عمومی سانس کی رفتار: 20-25 دفعہ فی منٹ

سانس کی آمد و رفت کو چیک کرنے کے لیے "مشاہدہ-سماعت-محسوس" کرنے کی کارروائی کا عملی مظاہرہ کریں۔

(سر کو لیٹھن) چیک کریں کیا متاثرہ شخص کے دل کی دھڑکن جاری ہے کیا متاثرہ شخص کی نبض چل رہی ہے

نبض دیکھیں کہ کیا متاثرہ فرد کے دل کی دھڑکن چل رہی ہے

متاثرہ شخص کی نبض اس کی گردن پر سانس کی نالی کے حلقوں کے نزدیک دس سیکنڈوں کے لیے چیک

اگر نبض ڈوب گئی ہو تو میڈیکل پرو فیشنل کو فوری طور پر بلائیں۔

1. ایک بالغ کے لیے عمومی طور پر نبض کی رفتار: 60-100 بار فی منٹ

2. ایک بچے کے لیے عمومی طور پر نبض کی رفتار: 100-120 بار فی منٹ

گردن پر نبض کے معائنے کا عملی مظاہرہ پیش کریں۔

بیٹہ آؤٹ 1.2 شمالی کی پوزیشن

اگر مریض بے ہوش ہے، تو اس کو چہرے کے بل لٹائیں۔ سانس کو ہر 2 سے 3 منٹ بعد چیک کرتے رہیں۔ مریض کے پہلو کو ہر 30 منٹ بعد تبدیل کیا جانا چاہئے۔

سرگرمی: مریض کے چیک اپ کی مشق

شرکاء کو جوڑوں میں تقسیم کر دیں۔ دائیں طرف والا شخص مریض ہو گا۔ امدادی کارکن پہلے سے مظاہرہ شدہ طریقہ کار کے بعد سر سے پیروں تک کے معائنے کا کام انجام دے گا۔ اس عمل کو دہرائیں۔ سر سے پیروں تک دو دفعہ معائنے کے بعد، امدادی کارکن اور مریض اپنے اپنے کردار کو تبدیل کریں گے۔

زخم اور خون کا بہنا دورانیہ:

اہدات

بہتے ہوئے زخموں پر پٹی باندھنے کی تریکیب کے استعمال اور بنیادی علاج فراہم کرنے کے قابل بنانا۔ زخموں اور خون بہنے کے دوران فرسٹ ایڈ میں کونسی چیزوں کو انجام دیا جائے اور کونسی باتوں سے پرہیز اختیار کیا جائے۔

طریقہ کار



1. لیکچر اور مباحثے عملی مظاہرہ
2. مطلوبہ میٹیریل فلپ بک، فرسٹ ایڈ کٹ
3. لیکچر، مباحثہ اور عملی مظاہرے

زخموں کی اقسام



کٹ یا چیرا: تیز دھار آلے یا کسی دیگر چیز سے جلد کے کٹنے سے آتا ہے۔

جھالدار زخم: اس قسم کا زخم ایک کنگری دار آلہ کے ساتھ جلد کے کٹ جانے کے نتیجے میں ہوتا ہے۔

گہری رگڑ: ایسا زخم کسی سخت سطح مثلاً بھری وغیرہ سے براہ راست رگڑنی صورت میں ہوتا ہے۔

خروج: جلد کے نیچے خون کا بہنا۔ اکثر اوقات اس قسم کا زخم جسم کے ساتھ کسی چیز کے ٹکرانے یا ضرب سے ہوتا ہے۔

پنچر: ایک گہرا یا کسی چیز کے جسم پر مارنے کا زخم۔ ایسا زخم کسی تیز دھار چیز یا نوکیلی شے کے جلد کے اندر گھسنے سے ہوتا ہے۔

خون کے بیرونی رساؤ کے لئے فرسٹ ایڈ

زخم پر براہ راست دباؤ

زخمی حصے کو اوپر اٹھائیں



1. صاف گازی یا کپڑے کا استعمال کرتے ہوئے زخم پر براہ راست دباؤ ڈالیں۔

2. زخمی حصہ کو اوپر اٹھائیں (اگر ہڈی نہ ٹوٹی ہو تو)

3. زخمی حصے پر پٹی یا بینڈیج لگائیں

اگر بینڈیج میں سے زخم کے اندر سے خون آرہا ہو تو پرانے بینڈیج کو نہ ہٹائیں نہیں۔ ایک نئی بینڈیج اسی کے براہ راست اوپر لگائیں۔

بینڈیج لگانے اور رستے ہوئے زخم پر دباؤ ڈالنے کا عملی مظاہرہ کریں

جلد کے اندر گھسی ہوئی اشیاء سے پیدا ہونے والے زخم

• چیز کو باہر نکالنے کی کوشش نہ کریں!

• گھسی ہوئی چیز کے گرد زخم پر پٹی کر دیں اور اندر گھسی ہوئی چیز کو حرکت دینے سے اعتراف کریں۔

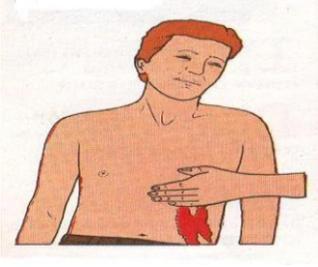
• مریض کو فوری طور پر ہسپتال لے جائیں

زخمی حصے پر پٹی لگائیں



چھاتی پر زخم

• زخم کو فوری طور پر ڈھانپ دیں۔



• پلاسٹک شیٹ کے ساتھ زخم کو ڈھانپیں۔ چپکنے والی ٹیپ کے ساتھ شیٹ کے 3 اطراف کو چپکا دیں اور اس امر کو یقینی بنائیں کہ ایک طرف سے شیٹ کھلی ہے۔

• اگر مریض ہوش میں ہے وہ اسے نصت بیٹھنے کی پوزیشن میں رکھا جاتا ہے۔

• مریض کو کھانے یا پینے کے لئے کچھ بھی نہیں دیا جائے گا۔

• کسی عضو کا جسم سے جدا ہونا



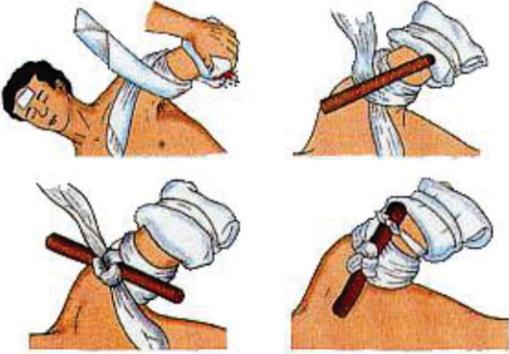
• عضو کی جدائی اس صورت میں ہوتی ہے جب جسم کے ایک حصہ مکمل طور پر کٹ جائے۔

• سب سے پہلے اس جگہ سے خون بند کرنے پر توجہ دی جائے جہاں سے جسم کا کوئی حصہ کٹ گیا ہو۔

• ٹورنی کے کو صرف ایسی صورت میں استعمال میں لایا جائے جب جسم کا ایک حصہ مکمل طور پر کٹ گیا ہو۔

• ٹورنی کے کو اس جگہ سے خون کو روکنے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے جہاں سے کوئی عضو جسم سے کٹ کر الگ ہو چکا ہو:

سینے کا زخم



• بلیڈنگ سٹمپ کو ڈھانپ دیں۔

• ایک سرخی بینڈیج کو اس طرح سے فولڈ کریں کہ وہ کپڑے کی ایک پٹی بن جائے۔

• سٹمپ کے سرے کے نزدیک اس کو ڈبڑھ مرتبہ لپیٹ دیں۔

• کپڑے کی پٹی کو ایک بار باندھ دیں یا گانٹھ لگادیں۔

• اس گانٹھ پر لکڑی کا ایک ٹکڑا یا دیگر کوئی سخت چیز رکھ دیں اور اس کو دوبارہ لکڑی کے اوپر ایک گانٹھ اور دیں۔

• لکڑی کو اس وقت تک موڑتے رہیں جب تک کہ خون بند نہ ہو جائے۔ پھر اس سخت چیز یا لکڑی کو اس طریقے سے پھنسا دیں کہ وہ کھلنے نہ پائے۔

• اگر ممکن ہو تو کٹ جانے والے عضو کو تلاش کریں:

• کٹ جانے والے عضو کو پانی یا کسی اور مائع سے دھونا منع ہے۔

• عضو کو گازی کپڑے کے اندر لپیٹ دیں اور اس کو واٹر پروف کنٹینر مثلاً پلاسٹک بیگ میں رکھیں۔ مہربند کنٹینر کو ٹھنڈے پانی کے ساتھ برف کے اندر رکھ دیں۔

• زخمی شخص اور اس کے کٹ جانے والے عضو کو قریب ہی ہسپتال میں بھیجیں۔

• ناک سے خون بہنے کے لئے فرسٹ ایڈ

• اعضاء کے کٹ جانے کی صورت میں ابتدائی طبی امداد

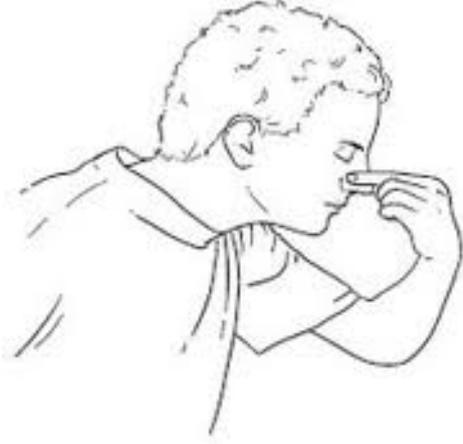
• مریض کو پر سکون رکھیں

• مریض کو نیچے بٹھادیں

• مریض کو سر تھوڑا سا آگے اور نیچے کی طرف جھکانا چاہئے

• 5 منٹ کے لئے ناک پر دباؤ کے لئے اسے دبا کر رکھیں

• 3 بار دہرائیں، اگر خون بند نہیں ہو تو ایسی صورت میں مریض کو ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔



• ناک کو دبانے اور سر کو نیچے کی جانب رکھنے کا عملی مظاہرہ پیش کریں

• صدے کی کیفیت

• بہت زیادہ خون بہہ جانے کی وجہ سے بیہوشی یا صدے کی کیفیت پیدا ہو سکتی ہے۔

• مریض کو صدے کی پوزیشن میں رکھیں:

• اس کو سیدھا نیچے لٹائیں

• ٹانگیں تقریباً 30 سینٹی میٹر اوپر کر دیں اور انکے نیچے کوئی پورٹ دیں۔

• مریض کے اوپر کمبل ڈال کر اسے گرم رکھیں

• ماہر ڈاکٹر کے آنے تک اس کے قریب ٹھہریں

• ابتدائی طبی امداد: ناک سے خون بہنا

انفیکشن

• زخم کے انفیکشن کی علامات

• زخم کے ارد گرد کی جگہ چھونے سے گرم محسوس ہوگی۔

• درد

• زخم سے پیپ کی طرح کے مواد کا اخراج

• زخم کے ارد گرد لالی

• زخم کے ارد گرد سوجن

• انفیکشن کی صورت میں بخار ہو سکتا ہے اور سردی لگتی ہے۔

• انفیکشن کی علامات



اگر آپ ان علامات میں سے کسی ایک کا مشاہدہ کریں تو فوری طور پر ماہر طبی عملے سے مدد طلب کریں!

معمولی زخموں کو انفیکشن سے بچائیں

• صابن اور پانی کے ساتھ کسی بھی کٹ یا سکرچھ دھوئیں

• کٹ یا زخم پر ایک صاف بینڈیج رکھیں تاکہ جراثیم دور رہیں (بینڈیج زیادہ سخت نہیں ہو!)

• کسی زخم یا کٹ کو نہ اکھاڑیں



جلنے کی اقسام

پہلا درجہ:

• سرخ جلد، مگر چھونے پر درد محسوس ہوتا ہے۔

• دوسرا درجہ: • سرخ جلد اور چھالے

• دردناک ہے اور چھونے پر سفید ہوتی جاتی ہے۔

• دوسرے درجے:

• کے زیادہ جلنے کی صورت میں، جلد سرخ اور سفید ہو سکتی ہے اور اس میں خونی چھالے ہو سکتے ہیں۔

تیسرا درجہ:

• جلد اور گوشت کے تمام پرت جل جاتے ہیں۔

• جلد خشک، سفید اور بھوری ہے

• جلنے کے نشان کے ارد گرد کوئی درد نہیں کیونکہ اعصاب کو نقصان پہنچ چکا ہے۔

• جلد سیاہ ہو جاتی ہے اور ممکن ہے ہڈی بھی نظر آ رہی ہو۔

پہلے اور دوسرے درجے کی طبی امداد



Run cool water over area of burn

#ADAM



Cover the burn with a sterile bandage

#ADAM

شدید قسم کے جلنے کے زخم:

• دوسرے درجے کے برنز جن کا سائز مجروح شخص کی ہتھیلی سے بڑا ہو۔

• تمام اقسام کے تیسرے درجے کے برنز

• چہرے، جوڑوں اور جنسی اعضاء پر جلنے کی وجہ سے ہونے والے زخم

پہلے اور دوسرے درجے کے برنز کے لئے فرسٹ ایڈ

• جلنے کے عمل کو مزید گہرا ہونے سے بچائیں۔ سب سے زیادہ مؤثر طریقہ: صاف اور اٹھنڈا پانی زخم کے اوپر ڈال کر پانی کو روکنے کی مدد سے جذب کیا جائے۔

• انفیکشن کے خطرے سے بچنے کے کسی اور چیز کا استعمال نہ کریں کیونکہ ایسی صورت مزید علاج کو پیچیدہ بنا سکتی ہے۔

• چھالے میں کسی چیز سے سوراخ نہ کریں۔

• لوشن کا استعمال نہ کریں۔

• صاف کپڑے یا جراثیم سے پاک گاز بینڈیج کے ساتھ علی ہوئی جگہ کو ڈھانپ کر رکھیں۔ علی ہوئی جلد کو دباؤ سے بچانے کے لئے گاز کو سختی سے نہ پھینٹیں

تیسرے درجے کے برنوز کی صورت میں فرسٹ ایڈ

• فوری طور ڈاکٹر کی طرف رجوع کریں۔

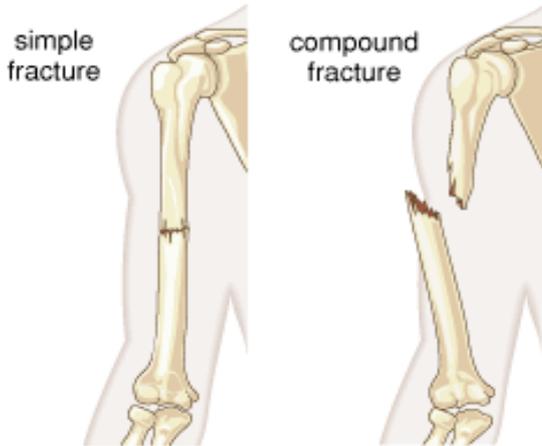
• جلا ہوا لباس نہ اتاریں۔

• ٹھنڈے پانی میں جلن والی جگہ کو غوطے نہ دیں۔

• جل جانے والی جگہ کو ٹھنڈی، نم دار، جراثیم سے پاک بینڈیج کے ساتھ ڈھانپ کر رکھیں؛ یا صاف، نم دار کپڑے؛ یا پھر نم دار تولیے سے کام لیں۔

• جسم کے جلے ہوئے حصے کو دل کی سطح سے اوپر اٹھا کر رکھیں

تیسرے درجے کی ابتدائی طبی امداد



© 2006 Encyclopædia Britannica, Inc.

فریکچر اہڈیوں کے ٹوٹنے کی اقسام

1. چھپا ہوا فریکچر (سادہ): ہڈی ٹوٹ چکی ہے لیکن جلد بالکل ٹھیک ہے

2. اوپن فریکچر (کمپاؤنڈ): ہڈی ٹوٹ گئی ہے اور جلد بھی پھٹ گئی ہے (خون بہ رہا ہے)۔

ممکن سے ہڈی اپنی جگہ سے باہر نکلی ہو۔

فریکچر کی علامات:

• سیاہ اور نیلا رنگ

• سوجن

• جب چھو لیا جائے یا حرکت کرے تو بہت زیادہ درد

• شکل میں تبدیلی

ٹوٹی ہوئی ہڈیوں کے لئے فرسٹ ایڈ

• مریض کو سیدھا پڑے رہنے کے لئے کہیں

• جسم کے زخمی حصے کو دوسرے سلامت حصے کے ساتھ باندھ دیں (مثال کے طور پر دوسری ٹانگ کے ساتھ) یا ایک سخت چیز کے ساتھ (مثال کے طور پر لکڑی کے ٹکڑے کے ساتھ)



• اس وقت تک مریض کو نہ بلائیں جب تک زخمی حصہ محفوظ نہ کر لیا گیا ہو یا اسے باندھ نہ لیا گیا ہو۔

• ہڈی کو نیچے کی طرف براہ راست نہ دبائیں۔

• آپ اپنے طور پر ہڈی کو واپس اس کی جگہ پر لانے کی کوشش نہ کریں۔

• مریض کو کوئی چیز کھانے یا پینے کے لئے نہ دیں۔

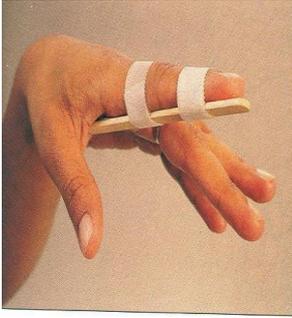
• اگر فریکچر کھلا ہے اسے صاف کپڑے کے ساتھ ڈھانپ دیں۔

• لازمی ہے کہ مریض کو گرم رکھا جائے۔

• مریض کو ہسپتال پہنچائیں۔

• ہڈی ٹوٹ جانے کی صورت میں ایک ٹانگ کو دوسری کے ساتھ محفوظ کرنے کا مظاہرہ پیش کریں۔

• دو شتر کاہ کا انتخاب کریں اور ان کو گروپ کے سامنے پرکٹس کرنے کو کہیں



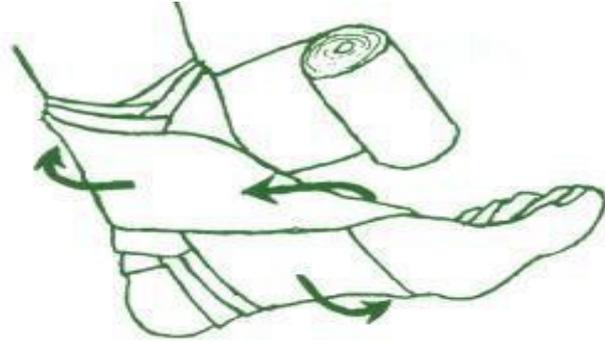
جوڑ کی موج

• جوڑ کا اپنا تک اور عارضی طور پر جد ہونا

موج کی علامات

• موج کے جگہ پر درد • سوجن اور سرخی

• کام نہ کر سنا • موج کے لئے ابتدائی طبی امداد



موج کے لیے ابتدائی طبی امداد

• جوڑ کو ایک تنگ بینڈیج کے ساتھ کس کر باندھیں، لیکن احتیاط رہے کہ خون کی گردش بند نہ ہو۔

• موج والی جگہ کو اٹھا کر رکھیں تاکہ سوجن کم ہو۔

• موج کی جگہ پر برف رکھیں (تولیے میں برف لپیٹ کر)

• جوڑ کو حرکت نہ دیں۔



ریڑھ کی ہڈی کی چوٹ کی علامات

• گردن یا پیٹھ میں درد

• ریڑھ کی ہڈی یا گردن کی عام حالت میں خم یا موڑ

• ریڑھ کی ہڈی یا گردن کے علاقے میں نزاکت

• اعضاء پر کنٹرول نہ رہنا

• حرکت کا کمزور ہونا یا بالکل غائب جانا

• حسیت کا خاتمہ

• سانس لینے میں مشکل

ریڑھ کی ہڈی زخمی ہونے کی علامات



ریڑھ کی ہڈی زخمی ہونے پر ابتدائی طبی

ریڑھ کی ہڈی کی چوٹ کا غلط علاج فاج اور دیگر منتقلی انجری پیدا کر سکتا ہے!

ریڑھ کی ہڈی یا گردن کی چوٹ کا شبہ ہونے پر ماہر معالج سے طبی امداد لی جائے!

ریڑھ کی ہڈی کی چوٹ کے لئے ابتدائی طبی امداد

• مریض کو حرکت نہ دی جائے۔

• مریض کو اپنے طور پر چلنے نہ دیا جائے۔

• سر کو مستحکم اور درمیانی پوزیشن پر سہارا دے کر رکھا جائے۔

• فوری طور پر ایمبولینس اور ماہر طبی عملے کو بلا دیا جائے۔

• غیر تربیت یافتہ لوگوں کو مریض کو منتقل کرنے کی اجازت نہ دی جائے۔ - پیشہ ورانہ طبی یا ہنگامی امداد کا انتظار کریں

صرف اس صورت میں مریض کو ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل کرنا ضروری ہے جب اسکی زندگی کو فوری خطرہ ہو:

• ایک شخص منتقل نہ کرے۔

• مریض کو کم از کم پانچ یا چھ لوگ ایک جگہ سے دوسری جگہ پر حرکت دیں۔

• ایک سخت فلیٹ بورڈ کو مریض کے جسم کی نقل و حرکت کم رکھنے کے لئے استعمال کریں

• ممکنہ حد تک مریض کو کم از کم حرکت دیں اور ہر وقت سر کو سہارا دیں

سانپ کا کاٹنا

روک تھام

• زمین پر دیکھ کر چلیں

• سوراخوں اور دیواروں کے اندر نالی جگہوں میں ہاتھ نہ ڈالیں

• چلتے وقت چھڑی کا استعمال کریں

• بوٹ، لمبی پتلون، اور پوری آستینوں والی شرٹس کا استعمال کریں



ابتدائی طبی امداد: سانپ کا ڈسنا



فرسٹ ایڈ

• سانس کے راستے، سانس کی رفتار اور خون کی گردش کو چیک کریں

• مریض کو پرسکون اور آرام دہ حالت میں لائیں

• کاٹی جانے والی جگہ کو دل کی سطح سے نیچے رکھیں

• جہاں تک ممکن ہو مریض کو ایک جگہ رکھیں۔

• کسی بھی ایسی چیز کو جو زخمی ہونے والی جگہ کو تکلیف پہنچا رہی ہو (انگوٹی، گھڑی وغیرہ) کو اتار دیں۔

• ڈھیلی بینڈیج کر دیں جس سے زخم سے خون بہتا رہے۔

• ایک ماہر طب سے فوری طور پر طبی امداد طلب کریں مریض کو قریبی ہسپتال تک پہنچائیں۔

• ڈنک کی جگہ کو کسی چیز سے نہ کاٹیں۔

• زخم سے زہریلے مادے کو باہر چوسنے کی کوشش نہ کریں۔

• بڑی پٹی اٹارنی کٹ کے استعمال نہ کریں۔

• کرپ / لاسٹک والی پٹی استعمال نہ کریں۔

• مریض کو کھانے یا پینے کے لئے کچھ نہ دیں۔

• زخم کو نہ کھر پیں۔

• سانپ کو پکڑنے کی کوشش نہ کریں۔

• مریض کو کسی طرح کی کوئی درد کی دوا نہ دیں۔



حشرات اور کیڑوں مکوڑوں کا کاٹنا اور ڈنک مارنا

روک تھام اور احتیاط

• حفاظتی لباس پہنیں۔ (لمبی آستینوں والی قمیض، لمبی پتلون، جرابیں اچوتے)

• حشرات کو بھگانے کاوشن استعمال کریں

• شہد کی مکھی احشرات کے چھتوں اور اور گھونسوں سے دور رہیں۔

• کبھی بھی کیڑوں مکوڑوں کو اشتعال نہ دلائیں (کیڑوں کو ڈرانے سے وہ حملہ آور ہو جاتے ہیں)

• کیڑوں مکوڑوں کے نزدیک تیز رفتاری سے نقل و حرکت کرنے سے پرہیز کریں۔

• ایسی جگہ سے مثلاً کوڑے کے ڈھیر وغیرہ سے دور رہیں جہاں پر مکھیاں اور کیڑے مکوڑوں اکٹھے ہو جاتے ہیں۔



فرسٹ ایڈ

• مریض کو ایک محفوظ جگہ پر منتقل کریں۔

• کالے جانے والی جگہ کو صابن اور پانی سے اچھی طرح دھولیں۔

• برف کا ایک ٹکڑا کاٹی گئی اڈنک والی جگہ پر رکھیں (نرم تولیے کے اندر برف رکھ کر)۔

• اگر کھجلی سے تکلیف محسوس ہو تو، کالے جانے والی ایڈنک کی جگہ پر کریم لگائیں۔

• انفیکشن کی علامات کا ملاحظہ کریں۔ یہ اس قسم کے واقعے کے چند دن بعد ہو سکتا ہے۔

• اگر درد، کھجلی، سرخی، اور ایساوجن میں اضافہ ہو تو ایسی صورت میں کسی ماہر طب سے مشورہ طلب کریں۔



جراثیم کش پٹی کے ذریعے زخم کو

شہد کی مکھی کا کاٹنا۔ فرسٹ ایڈ

• زخم والی جگہ کو دھوئیں

• اگر ڈنک جلد پر نظر آ رہا ہو تو اسے باہر نکال دیں۔

• ٹھنڈا پانی زخم کے اوپر ڈالیں۔



• اگر شہد کی مکھی نے منہ کے اندر کاٹ لیا ہے اور سانس لینا مشکل ہو گیا ہے تو ایسی صورت میں منہ کے اندر برف رکھی جائے گی۔

بھجوا مکوی کا کاٹنا۔ فرسٹ ایڈ

• صابن اور پانی سے ڈنک کی جگہ کو دھوئیں

• ڈنک کی جگہ کو ٹھنڈے پانی سے بھگوئے ہوئے تولیے یا کپڑے دبائیں (تولیے یا کپڑے میں برف لپیٹ کر) ایک مرتبہ 10 منٹ کے لئے

• اگر بازو یا ٹانگ پر ڈنک مارا ہو تو ان کو دل کی سطح تک اوپر اٹھائیں۔

• قریبی ہسپتال یا ماہر طب سے مدد طلب کریں

زہر خوردگی

زہر خوردگی نلگنے سے، انجکشن سے، زہر آلود ہوا میں سانس لینے سے، یا دوسری صورت میں نقصان دہ مادے سے چھو جانے سے ہوتی ہے۔ زیادہ تر زہر خوردگی حادثاتی ہوتی ہے۔

• عمومی اشیاء جو زہریلی ثابت ہو سکتی ہے وہ مندرجہ ذیل ہیں:

• ادویات (تجویز کردہ مقدار سے زیادہ خوراک)

• گھر کی صفائی کے مائع اور مصنوعات

• کاربن مونو آکسائیڈ گیس (فرنس، گیس انجن، آگ، بیڑ سے)

• زہریلے پودوں کو کھانے سے

• پینٹ (نلگنے یا دھوئیں میں سانس لینے میں)

• کیڑے مار ادویات

• غیر قانونی نشیاتی کی زیادہ مقدار

حفاظتی تدابیر

• گھر کے اندر اور اس کے ارد گرد زہریلے مواد سے ہوشیار رہیں۔

• چھوٹے بچوں کو زہریلے مواد سے حفاظت فراہم کرنے کے اقدامات اٹھائیں۔

• تمام ادویات، کلیئرز، اور کیمیکل بچوں کی پہنچ سے دور محفوظ کریں۔

• بچوں کو زہریلے مادوں کے خطرات سے آگاہ کریں۔

• تمام زہروں پر لیبل لگا کر رکھیں۔

• غذائی کنٹینرز میں کلیئرز یا کیمیکل کو محفوظ نہیں کیا

• کبھی بھی جنگلی پودوں، مشروم، جڑوں، یا بیروں کو جب تک آپ کو معلوم نہ ہو کہ یہ کھانے کے قابل ہیں، نہ کھائیں۔



- زیادہ تر غیر خوراکی مادے اگر انکو زیادہ مقدار میں لے لیا جائے تو زہریلے ثابت ہوتے ہیں۔
- ایسی زمین اور پانی کے استعمال سے بچیں جو کہ کیمیکل یا دوسرے زہر سے آلودہ ہو سکتی ہے۔

زہر کے لئے فرسٹ ایڈ

• فوری طور پر طبی امداد حاصل کریں

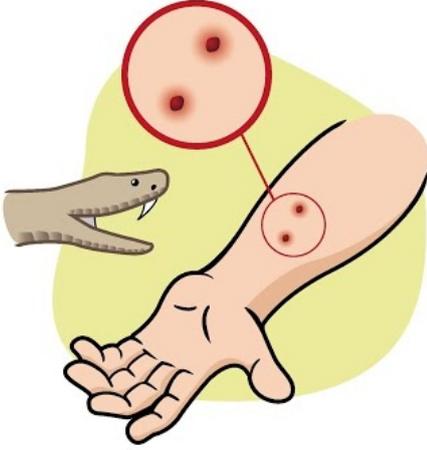
۔ اگر جلد پہ کاٹنا ہے تو اس جگہ کو اچھے طرح دھو لیں۔

• اگر مریض بے ہوشی کی حالت میں ہو تو، بحالی کی پوزیشن میں ڈال دیں۔

• اگر مریض ہوش میں ہو تو ایک ایک گر گھونٹ کر کے ٹھنڈا پانی یا دودھ دیں۔

• مریض کو قے کرانے کی کوشش نہ کریں۔

• یہ معلوم کریں کہ کونسی زہر، کب اور کتنی مقدار میں مریض نے کھالی ہے



سیدشن پلان

نشست نمبر-2

تیسرا دن

عنوان

مقامی سطح پر تلاش و بچاؤ۔

نشست کا ہدف

- شرکاء کو مقامی سطح پر ابتدائی طبی امداد کے بارے میں بتائیں۔

نشست کے مقاصد

- مقامی سطح پر تلاش و بچاؤ سے آگاہی
- شرکاء کی منطقی سمجھ بوجھ

تربیت کا طریقہ کار

- لیچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

- فلیکس، تربیتی جتنا بچہ، حاضری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ، ریلیکوکٹ

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

ہینڈ آؤٹ:

ہینڈ آؤٹ 1-1

ہینڈ آؤٹ 2.1

ہینڈ آؤٹ 1.1 متاثرہ افراد کی تلاش

پھنسنے ہوئے افراد کا انخلاء

تلاش اور امدادی کارروائیوں کا عمل

تلاش اور امدادی کارروائیاں تین مراحل پر مشتمل ہیں:

پہلا مرحلہ size up: کے عمل کے دوران صورتحال کا جائزہ لینا، ٹیم کیا کرنے جا رہی ہے اور اسے کیسے کرنا چاہیے شامل ہے۔

دوسرا مرحلہ: تلاش کے دوران متاثرہ افراد کی موجودگی کی جگہ اور دستاویزات کی تیاری شامل ہے۔

تیسرا مرحلہ: امدادی کارروائی میں پھنسنے ہوئے افراد کا انخلاء اور انہیں محفوظ طریقے سے دور لے جانا شامل ہے۔

بچاؤ: 3

تلاش: 2

جائزہ لینا: 1



نقصان کا اندازہ لگائیں اور دو سروں کو بتائیں

سائز اپ، دوسرا قدم: نقصان کا اندازہ لگائیں اور دو سروں کو بتائیں

تلاش اور امدادی کارروائیوں کا انحصار نقصان کی نوعیت کے اعتبار سے مختلف یعنی ہلکا، درمیانہ اور بھاری ہو سکتا ہے۔

ہلکا نقصان: معمولی ٹوٹی ہوئی کھڑکیاں، دیواروں کی سطح میں معمولی دراڑیں یا ٹوٹ پھوٹ، اندرونی اشیاء کا معمولی نقصان

عمارت میں محفوظ داغہ

درمیانے درجے کا نقصان: نقصان کی واضح علامات، آرائشی کام کو نقصان یا اس کا گر جانا، دیوار میں بہت سی واضح دراڑیں یا ٹوٹ پھوٹ، اندرونی اشیاء کا شدید نقصان، عمارت ابھی

تک اپنی بنیادوں پر کھڑی ہے:

صرف انسانی زندگیوں کو بچانے کیلئے اندر داخل ہوں،



کم نقصان



درمیانہ نقصان



زیادہ نقصان

نقصان کا اندازہ لگائیں اور دوسروں کو بتائیں
ساڑاپ، دوسرا قدم: نقصان کا اندازہ لگائیں اور دوسروں کو بتائیں
تلاش اور امدادی کارروائیوں کا انحصار نقصان کی نوعیت کے اعتبار سے مختلف یعنی ہلا، درمیانہ اور بھاری ہو سکتا ہے۔
ہلا نقصان: معمولی ٹوٹی ہوئی کھڑکیاں، دیواروں کی سطح میں معمولی دراڑیں یا ٹوٹ پھوٹ، اندرونی اشیاء کا معمولی نقصان

1. عمارت میں محفوظ داخلہ

درمیانہ درجے کا نقصان: نقصان کی واضح علامات، آرائشی کام کو نقصان یا اس کا گر جانا، دیوار میں بہت سی واضح دراڑیں یا ٹوٹ پھوٹ، اندرونی اشیاء کا شدید نقصان، عمارت
ابھی تک اپنی بنیادوں پر کھڑی ہے:
صرف انسانی زندگیوں بچانے کیلئے اندر داخل ہوں
شدید نقصان:

جزوی یا مکمل انہدام، عمارت کا جھک جانا، ڈھانچے کا غیر مستحکم ہو جانا، بنیادوں کا ہل جانا

2. عمارت میں کسی بھی صورت میں داخل نہ ہوں؛ دوسروں کو بھی عمارت میں داخل ہونے سے روک

ساڑاپ تیسرا قدم:

1. اپنی صورتحال کا جائزہ لیں اور اپنے وسائل کا تعین کریں
2. صورتحال کتنی مستحکم ہے
3. کیا کام جاری رکھنے کیلئے صورتحال محفوظ ہے؟
4. امدادی کارکنوں کو کون کونسی خطرات کا سامنا کرنا پڑے گا؟
5. مزید کیا کچھ غلط ہو سکتا ہے؟
6. کس قسم کے وسائل درکار ہیں؟
7. کون کون سے وسائل دستیاب ہیں؟

یاد رکھیں: وسائل میں ایکویپمنٹ اور میڈیکل اور آگ بجھانے والا تربیت یافتہ اور تجربہ کار عملہ شامل ہیں۔



ترجیحات طے کرنا اور فیصلہ لینا

امدادی کارروائیوں کیلئے ترجیحات کا تعین کریں

1. کیا کرنا چاہیے؟
2. کس ترتیب سے کرنا چاہیے
3. کم سے کم کتنے وقت میں زیادہ سے زیادہ افراد کو بچایا جاسکتا ہے؟

فیصلے کریں:

مندرجہ ذیل پر غور کریں:

1. امدادی کارکنوں کیلئے متوقع خطرات

2. زیادہ سے زیادہ تعداد کیلئے زیادہ سے زیادہ کیا جاسکتا ہے



1. دستیاب وسائل اور افرادی قوت

2. متاثرہ و دیگر افراد کی زندگی کی حفاظت

3. ماحول کا تحفظ

4. جائیداد/ چیزوں کی حفاظت



عملی کاموں کا منصوبہ تیار کرنا، عملی اقدامات کرنا، کام کی رفتار اور

کامیابی کا جائزہ لینا



اور ایک دوسرے کو زیادہ تحفظ فراہم کر سکتے ہیں۔ بالخصوص تارک اور دھوئیں سے بھری جگہوں پر خود کو ایک دوسرے سے رابطے استعمال کرنی چاہیے۔ تلاش کے سارے عمل کے دوران (web belt) کوویب بیلٹ (buddies) میں رکھنے کیلئے ساتھیوں اپنے شریک کار سے آواز کے ذریعے رابطہ رکھیں تاکہ آپ ایک دوسرے سے جدا نہ ہو جائیں۔

تلاش



ہینڈ آؤٹ 1.2 کام منظم طریقے سے کریں

ایک ہی جگہ پر دوسری مرتبہ تلاش کا کام نہ کرنے سے وقت کی بچت ہوگی اور چونکہ تلاش سے کوئی جگہ نیچے نہ جائے گی اس لیے زندگیاں بچائی جاسکیں گی۔

عمارت کی تمام جگہوں میں تلاش کا کام یقینی بنانے کیلئے تلاش کا کام منظم طریقے کریں۔

نیچے سے اوپر / اوپر سے نیچے

کثیر منزلہ عمارتوں میں نیچے سے اوپر اور اوپر سے نیچے تلاش کا کام زیادہ سود مند ہے۔

دو افراد کا مل کر کام کرنا

داہنی دیوار باہنی دیوار



ایک منزلہ ڈھانچے میں ایک طرف سے شروع کر کے دوسرے سرے تک جانا زیادہ سود مند ہے اور اس سے بار بار ایک ہی جگہ تلاش سے بچا جاسکتا ہے۔ دیوار امدادی کارکن کی زندگی کا سہارا ہوتی ہے۔ اگر آپ یا آپ کا شریک کار اپنی سمت کھو بیٹھتے ہیں تو اگلے قدموں چل پڑیں، دیوار کے قریب رہیں حتیٰ کہ آپ واپس داخلی دروازے پر پہنچ جائیں۔

کھڑکیوں کے قریب رہنے کی کوشش کریں تاکہ اگر ضرورت پڑے تو آپ جلدی سے خطرے والی جگہ سے باہر جاسکیں۔ اگر بجلی کا کوئی تار ننگا ہو تو اسے فوراً غیر موثر کر دیں تاکہ مزید نقصان اور ٹوٹ پھوٹ سے بچا جاسکے۔ تار کے اوپر پاؤں نہ رکھیں۔

متاثرہ افراد کو آواز دے کر بلائیں / متاثرہ افراد کی آواز سنیں

متاثرہ ایریا میں داخل ہونے سے پہلے یا ساتھ چلتے ہوئے آواز دیں

”کیا کوئی میری آواز سن رہا ہے؟“

ایسے متاثرہ افراد سے جو آپ کو جواب دیں، ان کی موجودہ جگہ کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں مثلاً وہ کہاں ہیں، عمارت کہاں ہے یا دیگر کون کون چھنسا ہوا ہے۔

متاثرہ افراد صدمے کی حالت میں یا متذبذب میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔

سیلابی جگہ میں خشک والی جگہوں پر احتیاط کریں۔ اگر آپ کو گرا ہوا فرش یا دیوار نظر آئے تو باہر نکل جائیں۔

: ایسی جگہیں تلاش کریں جہاں متاثرہ افراد نے پناہ لے رکھی ہو

ڈھانچے میں خشک

آپ کو کس قسم کے نشانات لگانا ہیں؟

تلاش و امدادی کارروائی کرنے والی ٹیم

تاریخ، اندر آنے اور باہر جانے کا وقت

ایسی جگہیں جہاں تلاش کا کام مکمل ہو چکا ہے



تلاش کے نشانات

تلاش والی جگہ میں داخل ہوتے وقت:

دروازے کے قریب دیوار پر نشان لگائیں

داخلے کا وقت اور تاریخ اور تلاش و امدادی کارروائی کرنے والی ٹیم کا نام لکھیں

تلاش کی جگہ سے واپس جاتے ہوئے:

”X“ کو مکمل کریں

باہر جانے کا وقت اور جہاں تلاش کا کام کیا گیا درج کریں

1. متاثرہ افراد دتاویزات تیار کرنا

2. بچائے جانے والے متاثرہ افراد اور ان افراد کا جو ابھی پھنسے ہوئے ہیں یا بلاک ہو چکے ہیں، ریکارڈ رکھیں۔

ایمر ہنسی سردس کے عملے کو معلومات فراہم کریں

کوئی چیز پکوانا

یہ کسی متاثرہ شخص کو پانی سے باہر نکالنے کو محفوظ ترین طریقہ ہے لیکن اس حقیقت کی وجہ سے کہ متاثرہ شخص کو امدادی کارکن سے قریب ترین ہونا چاہیے، اسے محدود طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔

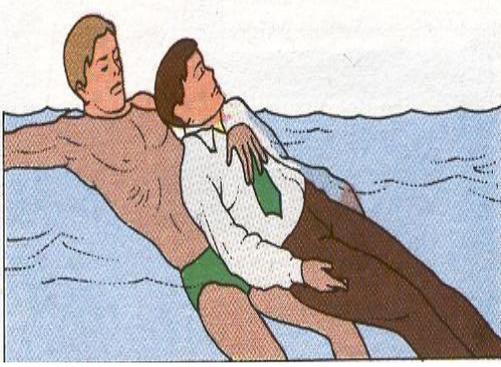
کسی بانس، رسے، کپڑوں وغیرہ کی مدد سے رسائی حاصل کریں۔

خود کو کھینچنے جانے سے بچانے کیلئے نیچے جھک جائیں یا پھر زمین کے برابر لیٹ جائیں۔

اگر متاثرہ شخص تک رسائی نہیں حاصل ہو رہی تو اس کی طرف رسائی کیلئے اور اسے رسے کو پکوانے کو کہیں۔ رسے کے ساتھ کسی life preserver کا منسلک کر دینا بہت اچھا

طریقہ ہے۔ رسے کا استعمال کرتے ہوئے آپ متاثرہ شخص کو آسانی کے ساتھ کنارے تک لاسکتے ہیں





کم گہرے پانی میں چلنا

کم گہرے پانی میں سے گزرنے سے پہلے ایک لمبی چھڑی یا ایسی کسی اور چیز کے ساتھ پانی کی گہرائی چیک کر لیں۔

آگے چلنے کے لئے چھڑی کا سہارا لیں۔

ہمیشہ سنارے یا کسی اور چیز کو چکونے کی کوشش کریں جو آپ کو ممکنہ طور پر گرنے سے محفوظ رکھے۔

دریا یا سیلاب کے تیز بہاؤ میں گھسنے کی کوشش نہ کریں کیوں کہ ایسی صورت میں امدادی کارکن کے لئے اپنا توازن کھو کر گرنے کے امکانات بہت زیادہ ہوں گے۔

اگر امدادی کارکن اپنے آپ کو ساحل سے جوڑے رکھنے کے لئے رسی استعمال کر رہا ہے، تو دوسرا امدادی کارکن اس رسی کی بھرائی کرے اور اگر پہلے امداد کارکن کو کوئی مسئلہ

پیش آئے تو وہ اس رسی کو کھینچنے کے لئے بالکل تیار رہے۔

اپنے آپ کو محفوظ رکھیں: لائف جیکٹ کا استعمال کریں! یاد رکھنے کی اہم ترین بات یہ ہے کہ آپ اپنے آپ کو متاثرہ ہونے سے محفوظ رکھیں۔



کشتی کا استعمال

اگر آپ کشتی میں ہیں یا آپ کی رسائی قریب میں موجود کسی کشتی تک ہے، تو کشتی کے نزدیک موجود فرد کے نزدیک لے جائیں اور اسے مدد کے لئے نزدیک کشتی میں آنے کے لئے پکاریں۔



تیز بہاؤ والے پانی میں گھسنے کی کوشش نہ کریں، یا اگر تجربہ نہیں رکھتے تو کشتی چلانے کی کوشش نہ کریں۔

متاثرہ فرد کو کشتی کے اندر کھینچنے کی کوشش مت کریں (ایسا کرنے سے کشتی الٹ سکتی ہے)۔

متاثرہ فرد کو کشتی کے عقبی حصے میں لٹکا کر رکھتے ہوئے اس کی جان بچائیں۔

تیرتے ہوئے بچانا



صرف کوئی پیشہ ور تیراکی جاننے والے امدادی کارکن کو براہ راست تیرتے ہوئے کسی کو بچانے کی کوشش کرنی چاہیے!

پہنچیں، پھیلکیں، لیکن تربیت کے دوران یا آلات کے ساتھ ایسا نہ کریں!

فوری طور پر ایبولنس بلائیں

لینڈ سلائڈنگ میں تلاش و بچاؤ

خود کو محفوظ بنائیں



گلو زاور جو توں کا ایک اچھا جوڑا پہننا نہ بھولیں۔ وہاں ٹپشے کے ذرات، تیز دھار چیزیں اور دوسرا خطرناک ملبہ ہو سکتا ہے۔

1. متاثرہ افراد کو ڈھونڈیں، باہر آنے کو کہیں اور ان کی آواز سنیں۔

2. چٹانوں کے بڑے ٹکڑے اور ملبہ ہٹانے کا کام شروع کرنے سے پہلے ملبے کے نیچے سے آوازیں سننے کی کوشش کریں اور کسی بھی قسم کی نقل و حرکت یا کسی شخص کی طرف سے جواب کا نوٹس لیں۔



3. ملبے کے نیچے دبے ہوئی کسی بھی شخص کو باہر آنے کو کہیں۔ پھنسنے ہوئے شخص کا جواب آوازیں تھپتھپانے کی صورت میں ہو سکتا ہے۔ اگر جواب نہ بھی آیا بھی یہ فرض نہ کریں کہ لینڈ سلائیڈ کے نیچے کوئی دبا ہوا نہیں ہے۔ پھنسا ہوا شخص بے ہوش بھی ہو سکتا ہے یا پھر جواب دینے سے قاصر بھی ہو سکتا ہے۔

ملبہ احتیاط سے ہٹائیں

آپ کو ملبے کے نیچے دبے ہوئے شخص کو مزید پھنسانا یا دبے ہوئے شخص کو کچلنا نہیں چاہیے

کسی جگہ سے ملبہ ہٹاتے ہوئے ہٹایا جانے والا ملبہ ملبے کے کسی دوسرے ڈھیر کے اوپر نہیں ڈالنا چاہیے جس کے بارے میں یہ یقین نہ ہو کہ اس میں پھنسنے ہوئے افراد کو نکالا جا چکا ہے۔ بصورت دیگر ملبے کے دوسرے ڈھیر کے نیچے پھنسا ہوا شخص مزید پھنس سکتا ہے۔

بجلی سے متاثرہ شخص کو بچانا:

بجلی کی تریل کی بندش

جب کوئی شخص بجلی سے متعلق ہنگامی حالت سے دوچار ہو:

1. سب سے پہلے فوراً بجلی کی سپلائی بند کریں۔

2. مین پاور سوئچ بجلی کی مکمل سپلائی بند کر دینا سب سے بہتر ہے۔

اگر آپ بجلی کی سپلائی کے بنیادی ذریعے کے بند نہیں کر سکتے تو آپ کو عیسا کہ تصویر میں دکھایا گیا ہے، بجلی کے تار کو متاثرہ شخص سے دور کر دینا چاہیے۔

1. آپ کو خشک لکڑی، موٹے کاغذ یا بڑے جوتے پہن کر کھڑے ہونا چاہیے۔

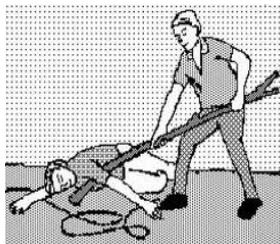
2. بجلی کے تار کو متاثرہ شخص سے دور کرنے کیلئے خشک لکڑی استعمال کریں۔

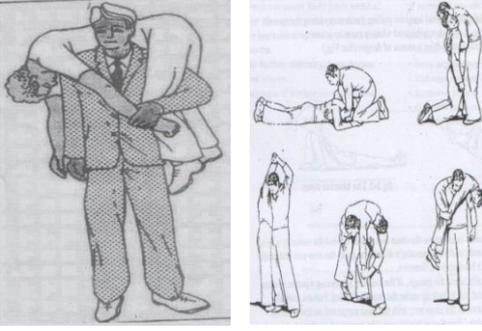
اس بات کا یقین کر لیں کہ آپ پانی میں نہیں کھڑے یا بجلی کا تار کسی گیلی چیز سے مس نہیں ہو رہا۔

ایک شخص کا بازوؤں پر اٹھا کر لے جانا

متاثرہ شخص کی کمر کے گرد اور گھٹنوں کے نیچے اپنے بازو ڈالیں

اور اسے اٹھائیں۔ متاثرہ شخص اپنا ایک بازو آپ کے گاندھے کے گرد ڈال کر اٹھنے میں آپ کی مدد کر سکتا ہے





کمر پھاڑا کر لے جانا

یہ طریقہ ایسے متاثرہ شخص کیلئے استعمال کیا جاتا ہے جسے کوئی چوٹ نہیں آئی یا اس کے اعضاء کو کوئی نقصان نہیں پہنچا۔
یاد رکھیں: متاثرہ شخص کو اٹھاتے وقت ہمیشہ اپنی کمر کو سیدھی رکھیں، آپ کے گھٹنے مزے ہونے چاہئیں
اور اپنی ٹانگوں کو حرکت دینی چاہیے۔ اپنی کمر متاثرہ شخص کے ساتھ لگا کر کھڑے ہوں

فاترین کی طرح اٹھانا

یہ تکنیک متاثرہ شخص کو لمبے فاصلے تک لے جانے کیلئے استعمال ہوتی ہے۔ اس میں متاثرہ شخص کو زمین سے اٹھانا مشکل ہوتا ہے اس لیے مزید ایک امدادی کارکن درکار ہوتا ہے۔

یہ طریقہ صرف اس وقت استعمال کریں جب متاثرہ شخص زخمی نہ ہو یا پھر اسے معمولی سے زخم ہوں۔ اگر ریڑھ کی ہڈی یا گردن پر چوٹ کا امکان ہے تو یہ طریقہ استعمال نہ کریں۔

اگر متاثرہ شخص کمر کے بل لیٹا ہوا ہے تو امدادی کارکن اس کے ایک گھٹنے پر دباؤ ڈالے۔

(1) امدادی کارکن متاثرہ شخص کو آہستگی سے پیٹ کے بل لٹائے اور اس دوران اپنے ایک ہاتھ سے اس کے چہرے کو اور متاثرہ شخص کے بازو کے اگلے حصے کو دوسرے حصے سے سہارا دیتے رکھے۔

(2) اس کے بعد امدادی کارکن اپنے بازو متاثرہ شخص کی بغلوں کے نیچے رکھتا ہے اور متاثرہ شخص کو اٹھا کر اس کا سینہ اپنے گھٹنوں کے برابر لے آتا ہے۔

(3) اس کے بعد امدادی کارکن متاثرہ شخص کو بتدریج گھٹنوں کے بل لے آتا ہے اور اس کے سینے کو اپنے سینے کے برابر لے آتا ہے۔

(4) متاثرہ شخص کو اس کے پاؤں پر کھڑا کرتا ہے اور اپنے جسم سے اس کے جسم کو سہارا دیتا ہے۔

(5) امدادی کارکن متاثرہ شخص کی کلائی کو اپنے بائیں ہاتھ سے پکڑتا ہے اور اس کے دائیں بازو کو اپنے کندھے کے گرد ڈال دیتا ہے۔

(6) امدادی کارکن اپنے گھٹنوں کو خم دیتا ہے اور اپنا دایاں ہاتھ متاثرہ شخص کی ٹانگوں کے درمیان سے گزار کر اس کی دائیں ٹانگ کے پیچھے لے جاتا ہے۔ اس دوران وہ متاثرہ شخص کی کلائی کو تھامے رکھتا ہے۔

(7) متاثرہ شخص کا جسم اب امدادی کارکن کے کندھوں کے مقابل آچکا ہے اس کے بعد امدادی کارکن متاثرہ شخص کی دائیں ٹانگ کو اٹھا کر اپنے دائیں کندھے پر رکھتا ہے۔

(8) امدادی کارکن متاثرہ شخص کے دائیں بازو اور بائیں ٹانگ کو اٹھائے ہوئے (اپنی ٹانگوں کے پٹھوں کے بل پر اور اپنی کمر کو سیدھی کرتے ہوئے) اٹھانا شروع کر دیتا ہے۔ متاثرہ شخص کی بائیں ٹانگ اور بائیں بازو کو امدادی کارکن کے پیچھے لٹکا ہونا چاہیے اور امدادی کارکن کو اپنے کندھوں کی مدد سے متاثرہ شخص کے جسم کو سہارا دینا چاہیے۔



گھسیٹیں



1. اگر متاثرہ فرد امدادی کارکن کے لئے بہت بھاری ہے یا وہ متاثرہ فرد کو چنگلی سیزر ہیوں تک اٹھا کر نہیں لے جاسکتا تو یہ طریقہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

2. متاثرہ فرد کو کمر کے بل رکھیں اور اسے بیٹھنے کی پوزیشن میں لے کر آئیں۔

3. امدادی کارکن متاثرہ فرد کے سر کی جانب اکڑوں بیٹھتا ہے۔

4. متاثرہ فرد کی عقبی جانب سے، امدادی کارکن اپنے بازو متاثرہ فرد کے بازوؤں کے نیچے سے لاکر اپنے ہاتھ متاثرہ فرد کے سینے کے سامنے باندھ لیتا ہے۔

5. پھر امدادی کارکن متاثرہ فرد کو احتیاط سے پیچھے کی جانب گھسیٹتا ہے۔

انسانی بیٹھی



1. یہ عمل ایک یا دو امدادی کارکنوں کے ساتھ انجام دیا جاسکتا ہے۔ یہ عمل صرف ایسے متاثرہ فرد کے ساتھ کیا جاسکتا ہے جو ہوش میں ہو اور کسی نہ کسی انداز میں خود بھی تعاون کرنے کے قابل ہو۔

2. متاثرہ فرد کو کمر کے بل رکھیں اور اسے بیٹھنے کی پوزیشن میں لے کر آئیں۔

3. امدادی کارکن متاثرہ فرد کے سر کی جانب اکڑوں بیٹھتا ہے۔

4. امدادی کارکن مضبوطی سے متاثرہ فرد کی کمر کے پاس سے جسم کے دور والے حصے کی جانب سے اس کے کپڑے پکڑ لیتا ہے۔

5. متاثرہ فرد کے جسم کا زخمی حصہ امدادی کارکن کے قریب تر ہونا چاہیے۔

لمبائی کی شکل کا طریقہ

1. بے ہوش متاثرہ فرد کے لئے اس طریقے کا استعمال بہت اچھا ہے، اور یہ کسی ایسے متاثرہ فرد کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے جس کے ہیٹ پر زخم ہو۔



2. امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کو کمر کے بل رکھتے ہیں اور پھر اسے بیٹھنے کی حالت میں لے آتے ہیں۔

3. ایک امدادی کارکن متاثرہ فرد کے سر کی جانب اکڑوں بیٹھتا ہے۔ متاثرہ فرد کی عقبی جانب سے، امدادی کارکن

اپنے بازو متاثرہ فرد کے بازوؤں کے نیچے سے لاکر اپنے ہاتھ متاثرہ فرد کے سینے کے سامنے باندھ لیتا ہے۔

4. دوسرا امدادی کارکن، متاثرہ فرد کے گھٹنوں کے درمیان اکڑوں بیٹھ جاتا ہے۔ امدادی کارکن، متاثرہ فرد کو اپنے

ہاتھوں کے ساتھ ہر گھٹنے کے نیچے سے پکڑ لیتا ہے۔

5. اس طرح، دونوں امدادی کارکنان مل کر متاثرہ فرد کو اٹھاتے ہیں اور کھڑا کرنے کی حالت میں لے آتے ہیں۔

دو ہاتھوں والی سیٹ



1. دو امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کی دونوں اطراف بیٹھتے ہیں۔

2. امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کے کندھوں اور گھٹنوں کے نیچے پہنچتے ہیں۔

3. امدادی کارکنان ایک دوسرے کی کلائیاں پکڑتے ہیں اور متاثرہ فرد کو اٹھالیتے ہیں۔

4. متاثرہ فرد ایک یا دونوں بازو امدادی کارکنان کے کندھوں کے گرد ڈال لیتا ہے۔

تین ہاتھوں والی سیٹ



1. یہ طریقہ درمیانہ وزن رکھنے والے ایسے فرد کو اٹھانے کے لئے کارآمد ہے جو ہوش میں ہے اور جس کا شاید خون بہہ رہا ہے یا اس کی ایک ٹانگ میں زخم ہے۔

2. دو امدادی کارکنان اپنا منہ ایک دوسرے کی جانب کرتے ہیں اور اپنے ہاتھ اس طرح رکھتے ہیں کہ وہ تین ہاتھوں والی سیٹ بن جاتے ہیں جیسا کہ اس تصویر میں دکھایا گیا ہے۔ امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کو اپنے ہاتھوں کی بنائی ہوئی سیٹ پر بیٹھنے میں مدد دیتے ہیں۔

3. امدادی کارکنان میں سے ایک مدد فراہم کرتا ہے اور اپنے خالی ہاتھ سے زخمی عضو پکڑ لیتا ہے۔

چار ہاتھوں والی سیٹ

1. یہ طریقہ کسی ایسے بھاری بھرکم متاثرہ فرد کو اٹھانے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے جسے کوئی بڑا زخم نہیں لگا ہے۔

2. دو امدادی کارکنان اپنا منہ ایک دوسرے کی جانب کرتے ہیں اور اپنے ہاتھ اس طرح رکھتے ہیں کہ وہ چار ہاتھوں والی سیٹ بن جاتے ہیں جیسا کہ اس تصویر میں دکھایا گیا ہے۔

3. امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کو اپنے ہاتھوں کی بنائی ہوئی سیٹ پر بیٹھنے میں مدد دیتے ہیں۔

4. متاثرہ فرد ایک یا دونوں بازو امدادی کارکنان کے کندھوں کے گرد ڈال لیتا ہے۔

کرسی کی مدد سے اٹھانا

1. اس طریقے کو کسی زخمی مریض کے ساتھ حرکت کرتے ہوئے استعمال کریں۔

2. متاثرہ فرد کو ایک سیدھی کمر والی کرسی پر رکھیں [جیسا کہ لکڑی کی بنی ہوئی باورچی خانے میں استعمال ہونے والی کرسی]۔

3. ایک امدادی کارکن کرسی کے عقبی حصے کی جانب منہ کرتا ہے اور کرسی کا پچھلا حصہ میدھا رکھتے ہوئے پکڑ لیتا ہے۔

4. دوسرے امدادی کارکن کی کمر متاثرہ فرد کے گھٹنوں کی جانب ہے، الٹا پل کرواں پہنچتا ہے اور

کرسی کی اگلی دونوں ٹانگیں تھام لیتا ہے۔



5. پھر دونوں امدادی کارکنان کرسی کو ہلکے سے پچھلی جانب جھکاتے ہیں اور اسے اٹھالیتے ہیں۔

کمبل والی لفٹ

1. اگر اسٹریچر دستیاب نہ ہو، تو یہ طریقہ زیادہ شدید زخمی فرد کو اٹھانے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

2. متاثرہ فرد کو ایک ہموار لیٹنے کی حالت میں منتقل کر دیا جاتا ہے۔

3. لمبائی کے اعتبار سے متاثرہ فرد کے برابر زمین پر کمبل بچھا دیا جاتا ہے۔ کمبل کی آدھی پوزائی کو لپیٹ لیں۔

4. متاثرہ فرد کو احتیاط سے کمبل کے طرف کروٹ دلا دیں۔

5. کمبل کا لپٹا ہوا حصہ متاثرہ فرد کے نزدیک رکھیں اور متاثرہ فرد کو آرام سے کمبل کے بغیر لپیٹے ہوئے حصے پر کمر کے بل لٹھکا دیں۔

6. صورت حال کے مطابق لپیٹے ہوئے حصے کو کھول دیں تاکہ متاثرہ فرد کمبل کے درمیان لیٹ جائے۔

7. کمبل کے دو کناروں کو متاثرہ فرد کے جسم کے مخالف لپیٹ لیں۔

8. چار امدادی کارکنوں کے ساتھ اس کا استعمال بہترین ہوتا ہے: دو امدادی کارکنان، متاثرہ فرد کی دونوں جانب سے کمبل کو پکڑ لیتے ہیں، جب کہ باقی دو اس کے سر، کندھوں، گولہوں اور ٹانگوں کو سہارا دیتے ہیں۔

9. اگر آپ کے پاس صرف دو امداد کارکنان ہیں: ایک امدادی کارکن سر کے نزدیک سے اس کا اوپری حصہ پکڑ لے گا اور دوسرا پاؤں کے نزدیک سے اس کا نچلا حصہ تھام لے گا۔

شہید زخمی افراد

1. خصوصاً اگر انہیں ریڑھ کی ہڈی یا گردن کا زخم ہے۔ کو تربیت یافتہ پیشہ ور افراد کے ذریعے منتقلی کی ضرورت ہوتی ہے۔

2. ان کیسوں میں، متاثرہ فرد کو صرف ایسی صورت میں منتقل کیا جائے جب اس کی زندگی کو کوئی فوری خطرہ درپیش ہو!

آگ کی تکون کو اس قاعدے کے اظہار کے لئے استعمال کیا جاتا ہے کہ کسی آگ کو جلنے کے لئے تین چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے: گرمی، ایندھن، اور آکسیجن۔ اگر ان تین میں سے کوئی ایک ہٹا دی جائے، تو آگ بجھ جائے گی۔

گرمی کے بغیر، کوئی آگ شروع نہیں ہو سکتی۔ اگر آگ کافی حد تک ٹھنڈی ہو جائے تو یہ جلنا جاری نہیں رکھے گی۔

گرمی کو کنٹرول پانی استعمال کرتے ہوئے ختم کیا جاسکتا ہے، لیکن یہ صرف آگ کی کچھ اقسام پر کام کرتا ہے۔



علنے والے ایندھنوں کو ایک دوسرے سے الگ کر دینے سے بھی حدت کو کم کیا جاسکتا ہے۔ جنگل میں لگنے والی آگ میں، علنے والے لکڑی کے ٹکڑے الگ کر دیئے جائیں اور محفوظ علاقوں میں رکھ دیئے جائیں جہاں کوئی دیگر ایندھن موجود نہ ہو۔

بجلی سے لگنے والی آگ میں اگر بجلی بند کر دی جائے گرمی کا ذریعہ ختم ہو جاتا ہے۔

آکسیجن کے بغیر، کوئی بھی آگ شروع یا جاری نہیں رہ سکتی۔ آگ کو کسی بھی انداز میں ڈھانپتے ہوئے کسی آگ سے آکسیجن کو ہٹایا جاسکتا ہے۔

کوڑے یا ریت سے ڈھانپنے اور ہوا کا گزر بند کرنے سے بھی آگ کو بجھایا جاسکتا ہے۔

آگ کو آگ بجھانے والے آلے سے فوم یا بھاری گیسوں کا استعمال کرتے ہوئے۔

آگ کو آکسیجن کا ذریعہ الگ کرتے ہوئے بھی آگ پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ ایک مرتبہ جب اس تمام علاقے سے آکسیجن بند کر دی جائے، تو یہ بجھ جائے گی کیوں کہ اس طرح وہ مزید آکسیجن حاصل نہیں کر پائے گی۔

شرکاء سے پوچھیں، "کیا آگ ہمیشہ اس وقت شروع ہوتی ہے جب آگ کی تکیوں کے تینوں اجزا آپس میں مل جائیں؟"

شرکاء کی جانب سے جواب کا انتظار کریں اور پھر ان پر واضح کریں کہ آگ کی تکیوں کے تینوں اجزا آپس میں ملنے کے باوجود آگ ہمیشہ شروع کیوں نہیں ہوگی: آگ کے کیمیائی ردعمل کے طور پر شروع ہونے کے لئے تمام تینوں اجزا کا ایک درست مقدار میں موجود ہونا ضروری ہے۔ مثال کے طور پر، آگ کا شعلہ پیدا کرنے اور بھڑکانے کے لئے پکڑنے والی کسی مائع شے سے اٹھنے والے بخارات کا لازمی طور پر ہوائی ایک مخصوص مقدار کے ساتھ شامل ہونا ضروری ہے

معمولی آتش گیر "آگیں، آگ کی نام ترین قسم ہے، اور اسے "اے" کا درجہ دیا گیا ہے۔ اس اقسام کی آگ اس وقت پیدا ہوتی ہے جب ایک ٹھوس، نامیاتی مواد جیسا کہ لکڑی، پکڑا یا کوئی پلاسٹک آتش زنی کی انتہا تک گرم ہو جاتا ہے۔ آگ کا یہ درجہ حدت، آکسیجن، یا ایندھن کو ہٹا کر آگ بجھانے کے لئے مناسب حد تک سادہ ہے۔



درجہ "اے" کی آگ پر قابو پانے کا عام ترین انداز یہ ہے کہ چلتے ہوئے مواد پر پانی کا چھڑکاؤ کرتے ہوئے اسے بجھا دیا جائے؛ ایک اور عام انداز آگ کو ریت، کوڑے سے ڈھانپتے، یا آگ بجھانے والے آلے سے فوم کے ذریعے اس دبا کر آکسیجن کو ہٹا دیا جائے۔

وہ آگیں جن کا ایندھن آگ پکڑنے والی مائع یا گیس ہوتا ہے انہیں "بی" درجہ دیا گیا ہے۔ یہ آگ درجہ "اے" جیسی آگ کی بنیادی تکیوں پر عمل کرتی ہے، سوائے اس کے کہ اس کا ایندھن آگ پکڑنے والی مائع جیسا کہ پیٹرول یا قدرتی گیس (سی این جی) ہوتا ہے۔

اس قسم کی آگ کو بجھانے کے لئے پانی ہرگز استعمال نہیں کرنا چاہیے کیوں کہ اس طرح وہ ایندھن پھیل سکتا ہے، جس کی وجہ سے شعلے پھیل جائیں گے۔ مائع یا گیس سے لگنے والی آگ کو بجھانے کا موثر ترین انداز یہ ہے کہ آگ بجھانے والے آلے کے ذریعے خشک کیمیکل یا فوم کا استعمال کرتے ہوئے کیمیکل چین کے ردعمل کو روک دیا جائے، یا ریت یا کوڑا استعمال کرتے ہوئے ہوا کا گزر روک دیا جائے۔



بجلی سے لگنے والی آگ وہ آگ ہوتی ہے جس میں توانائی بخش آلات ملوث ہوتے ہیں اور انہیں "سی" درجہ دیا گیا ہے۔ اس قسم کی آگ کی وجہ، مثال کے طور پر، مشینری کا شارٹ سرکٹ ہونا یا بجلی کی تاروں کا کمزور ہو جانا، یا پاور سائٹس پر بجلی کا بوجھ بڑھ جانا ہو سکتا ہے۔

بجلی سے لگنے والی آگ کو بجھانے کے لئے پانی کا استعمال کبھی نہیں کرنا چاہیے! آگ سے بجلی پانی کے ذریعے جاری ہو کر، آگ بجھانے والے کے جسم میں سرایت کر سکتی ہے، جس کے نتیجے میں اس کا جسم شدید جھلس سکتا ہے اور وہ زخمی ہو سکتا ہے۔ بجلی کے جھٹکے بہت سے آگ بجھانے والوں کی موت کا سبب بن چکے ہیں۔ بجلی سے لگنے والی آگ پر آگ بجھانے والے آلے سے فوم کا استعمال بھی ہرگز نہیں کرنا چاہیے۔



جب کہ آگ لگنے کی وجہ بجلی سے پیدا ہونے والے شعلے ہیں یا ہو سکتے ہیں، اسے بجھانے کے لئے کاربن ڈائی آکسائیڈ، ایف ایم-200 یا آگ بجھانے والے آلے کے ذریعے خشک کیمیائی پاؤڈر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر یہ چیزیں دستیاب نہ ہوں، تو آپ میٹھا سوڈا، ریت یا کوڑا استعمال کر سکتے ہیں۔

ایک مرتبہ جب بجلی بند ہو جاتی ہے اور ایسا کوئی امکان نہیں رہتا کہ آلات یا دیگر ایندھن میں اب کرنٹ باقی ہے، تو یہ آگ "اے" درجے کی آگ بن جائے گی اور اسے "اے" درجے کی حیثیت سے بجھایا جاسکے گا۔

کچھ دھاتیں شعلہ پکڑنے والی یا سلگنے والی ہوتی ہیں، اور جب وہ کسی آگ میں ملوث ہوں تو انہیں "ڈی" درجہ دیا جاتا ہے۔ ایسے دھاتوں کی مثالوں میں سوڈیم، میگنیشیم، پوٹاشیم، یورانیم، لیتھیئم، پلوٹونیم، اور کینٹھیم شامل ہیں۔ جب سلگنے والی یہ دھاتیں شعلہ پکڑتی ہیں، تو یہ آسانی سے ارد گرد سلگنے والے مواد میں پھیل سکتی ہیں۔



دھاتوں سے لگنے والی آگ کو بجھانے کے لئے پانی استعمال نہیں کرنا چاہیے کیوں کہ یہ اسے زیادہ خراب کر دے گا۔ دھات سے لگنے والی آگ کو آگ بجھانے والے آلے کے ساتھ "خشک پاؤڈر" استعمال کرتے ہوئے بجھایا جاسکتا ہے۔ اگر یہ دستیاب نہ ہو، تو آپ ریت یا کوڑا استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر آس پاس معمولی سلگنے والا مواد موجود ہو، تو دھات سے لگنے والی چھوٹی آگ پھیل کر بڑی آگ میں تبدیل ہو سکتی ہے۔

وہ آگ جس میں کوئنگ آئیل یا چکنائی وغیرہ ملوث ہوں اسے "ایف" کلاس درجہ دیا گیا ہے۔ یہ آگ ٹیکنیکی اعتبار سے "بی" درجے کی شعلہ پکڑنے والی مائع آگس کو لگنے والی آگ کا ایک ذیلی درجہ ہے۔ کوئنگ آئیل / باورچی خانے میں لگنے والی کی خصوصی خصوصیات کو اتنا اہم تصور کیا جاتا ہے کہ اسے الگ سے تسلیم کرنا کافی ہے۔



میٹھا سوڈا اور پچی نانے میں اکثر موجود ہوتا ہے اور اسے کوکنگ آئیل اور چکنائی سے لگنے والی آگ کو بجھانے میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔

جیسا کہ "بی" درجے کی آگ کی دیگر اقسام کے ساتھ ہے، اس قسم کی آگ کو بجھانے کے لئے بھی پانی استعمال نہیں کرنا چاہیے کیوں کہ وہ تیل یا چکنائی میں لگے شعلوں کو پھیلانے کی وجہ بن سکتا ہے۔ باورچی خانے کی آگ کو بجھانے کا موثر ترین انداز

آگ بجھانے والے آلے کے ساتھ خشک کیمیکل یا فوم کا استعمال، آگ بجھانے والے آلے کے ساتھ کاربن ڈائی آکسائیڈ یا فوم کے ذریعے اسے دبانا ہے، یا پھر آپ ریت یا کوڑا استعمال کر سکتے ہیں۔

آگ کی صورت میں

اگر آگ چھوٹی ہے اور آپ اس پر قابو پاسکتے ہیں، تو اسے فوری طور پر بجھا دیں۔



الارم بجاد میں یا دوسروں کو خبردار کرنے کے لئے شور مچائیں۔

فوری طور پر باہر نکلنے کے قریب ترین راستہ اپنائیں!

دھوئیں سے بچنے رہنے کے لئے کھینچوں کے بل رہیں۔

اپنے ہاتھ کے پچھلے حصے سے دروازے کی گرمی کو چیک کریں: گرم دروازہ کبھی مت کھولیں!

آگ کے پھیلاؤ کو محدود رکھنے کے لئے دروازے بند رکھیں۔

ایک مرتبہ محفوظ طور پر باہر آجائیں تو مدد کے لئے کسی کو بلا سکتے ہیں۔

1. گر آپ کے کپڑوں کو لگ چکی ہے:

2. مدد کے لئے پکاریں۔

3. رک جائیں۔ مت بھاگیں۔

4. گر جائیں۔ زمین پر لیٹ جائیں۔ اپنے پھرے کو اپنے ہاتھوں سے ڈھانپ لیں۔

5. لڑھک جائیں۔ آگ بجھانے کے لئے زمین پر لڑھک جائیں۔

6. شرکاء سے کہیں کہ وہ "رک جانے۔ گر جانے۔ لڑھکنے" کی حرکت کی مشق کریں

آگ بجھانے کا فیصلہ کرنے سے پہلے:

اس بات کو یقینی بنائیں کہ آگ چھوٹی ہے اور یہ پھیل نہیں رہی (کوئی بھی آگ دو یا تین منٹ میں پھیل کر دو گنا ہو سکتی ہے)۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ جو کچھ جل رہا ہے اس بجھانے کے لئے آپ کے پاس موزوں مواد یا آگ بجھانے کا آلہ موجود ہے۔



اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ جانتے ہیں کہ آگ بجھانے والے آلہ کیسے درست طور پر استعمال کرنا ہے۔ جب آگ لگ جائے تو آپ کے پاس اتنا کافی وقت نہیں ہوتا کہ آپ ہدایات پڑھ سکیں!

اس بات کو یقینی بنائیں کہ اگر آپ آگ پر قابو نہ پاسکے تو وہ آپ کا راستہ نہیں روک سکے گی۔

آگ کو محفوظ انداز میں کیسے بجھانا ہے

1. ہمیشہ خارجی راستے کی جانب کمر کر کے کھڑے ہوں۔
2. آگ سے کئی فٹ دور کھڑے ہوں، ایک مرتبہ جب آگ کی شدت میں کمی ہونی شروع ہو جائے تب اس کے نزدیک جائیں۔
3. آگ کی بنیاد کو نشانہ بنائیں اور جھاڑو والا انداز اپنائیں۔
4. "یارانہ نظام" اپنائیں تاکہ اگر آپ کے ساتھ کچھ غلط ہو جائے تو وہ آپ کا ساتھ دے سکے اور آپ اسے مدد کے لئے بلا سکیں۔
5. ایک مرتبہ جب آگ بجھ جائے، تو اس جگہ کا اچھی طرح معائنہ کریں کہ کہیں یہ دوبارہ شروع نہ ہو جائے۔

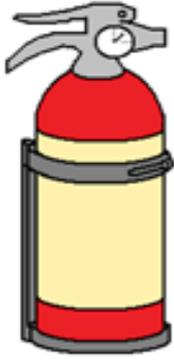


6. ایک چھوٹی آگ کو بجھایا جاسکتا ہے:
7. ایک تولیے یا کپڑے سے ڈھانپتے ہوئے۔
8. اس پر ریت یا کوڑا انڈے پلتے ہوئے۔
9. آگ بجھانے والا آلہ استعمال کرتے ہوئے۔
10. اس پر پانی چھڑکتے ہوئے۔

11. چکنائی کو کنگ آئیل کو لگنے والی آگ: چکنائی کو لگنے والی آگ کو بجھانے کا آسان ترین انداز یہ ہے کہ احتیاط کے ساتھ برتن پر ڈھکن رکھ دیں اور چولہا بجھا دیں (یہ چولہے میں پلنے والی لکڑیاں نکال دیں)۔ اس وقت سے ڈھکن کو برتن پر رہنے دیں جب تک کہ برتن مکمل طور پر ٹھنڈا نہیں ہو جاتا۔ برتن کو چولہے سے اتارنے کی کوشش نہ کریں: یہ بہت زیادہ گرم ہو گا، اٹھایا نہیں جاسکے گا اور گر جائے گا جس کی وجہ سے گھر میں ایک بڑی آگ لگ سکتی ہے۔ چکنائی کو لگنے والی آگ کو بجھانے کے لئے میٹھا سوڈا، ریت یا کوڑا بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

12. چکنائی کو لگنے والی آگ پر کبھی پانی نہ ڈالیں۔ پانی چکنائی کو پھیلا دیتا ہے اور اس طرح آگ مزید پھیل جاتی ہے۔

اوون میں لگنے والی آگ: اوون کے دروازے کو بند رکھیں اور برز بجھا دیں۔ اگر آگ فوری طور پر نہیں بجھتی، تو مدد طلب کریں



آگ بجھانے کا آلہ:

1. ایسی جگہ رکھنا چاہیے جہاں پر رسائی آسان ہو
2. ہر ایک کو معلوم ہونا چاہیے کہ یہ کہاں رکھا ہے
3. اسے دیوار پر مضبوطی سے آویزاں کرنا چاہیے
4. معائنہ کرتے رہنا چاہیے کہ کیا یہ کام کر رہا ہے
5. ہر استعمال کے بعد اس میں میٹر میل دوبارہ بھر دینا چاہیے



PSSS کا لفظ یاد رکھیں

1. پن کو کھینچیں

2. درست جگہ کو ہدف بنائیں

3. بیئزل کو دبائیں

4. جھاڑو والا انداز

باورچی خانہ ایک ایسی جگہ ہے جہاں اکثر سب سے زیادہ آگ لگنے کے واقعات پیش آتے ہیں اور کھانا پکانے کا عمل گھر پر آگ لگنے کی سب سے بڑی ایک وجہ ہے۔

گھر پر آگ لگنے کی دیگر اہم وجوہات گرمائی پیدا کرنے کے آلات (خصوصاً سردیوں میں) اور سگریٹ نوشی ہے۔ سگریٹ نوشی گھر پر آگ کے واقعات میں ہونے والی اموات کے سب سے بڑی وجہ

: بچے آگ کے بارے میں پرتشجس ہوتے ہیں، اور اس وجہ سے اکثر کسی نہ کسی ایسے سے واسطہ پڑ سکتا ہے

آگ سے ہونے والی تمام اموات میں 14 سال اور اس سے کم عمر کے بچوں کی تعداد 10-15 فی صد ہے۔

آگ کی وجہ سے ہونے والی بچوں کی تمام اموات میں سے 52 فی صد پانچ سال سے کم عمر بچوں کی ہیں۔ یہ بچے عموماً آزادانہ طور پر آگ سے اپنا بچاؤ کرنے کے قابل نہیں ہوتے۔

گھر پر بچے، عموماً "خفیہ جگہوں"، جیسا کہ بیڈروم، الماریوں اور بستر کے نیچے آگ سے کھلتے ہیں۔ یہ ایسی جگہیں ہیں جہاں بہت سے ایسی چیزیں ہوتی ہیں جو آسانی سے آگ پکڑ سکتی ہیں۔



اپنے بچوں کے ساتھ آگ سے تحفظ کی مشق کریں

چھوٹے بچوں کی کڑی نگرانی کریں۔ انہیں مختصر وقت کے لئے بھی اکیلا مت چھوڑیں۔

ماچیس اور لائبریزان کی پہنچ سے دور، کسی دراز یا الماری میں رکھیں۔ اپنے بچوں سے کہیں کہ اگر انہیں کوئی ماچس یا لائبریز ملے تو وہ آپ کو بتائیں۔

جلی ہوئی ماچسوں، یا اپنے پیچے کے آگ سے کھیلنے کے دیگر شواہد کے لئے بستروں کے نیچے اور الماریوں کے اندر چیک کریں۔

بچوں کو یہ تعلیم دیتے ہوئے ان پر آگ کا راز افشا کریں کہ آگ ایک ٹول ہے، کھلونا نہیں۔

بچوں کو آگ کی نوعیت سے آگاہ کریں۔ یہ تیز، گرم اور انتہائی خطرناک ہے!

اس بات کو یقینی بنائیں کہ بچے یہ جانتے ہیں کہ آگ لگنے کی صورت میں کیا کرنا ہے:

مظاہرہ کر کے دکھائیں کہ اگر ان کے کپڑوں کو آگ لگ جائے تو انہیں کیسے رکنا، نیچے زمین پر گرنا اور قلابازیاں کھانا ہے۔

گھر پر آگ سے بچنے کا منصوبہ تشکیل دیں، بچوں کے ساتھ اس کی مشق کریں اور گھر سے باہر ملاقات کی کوئی جگہ طے کریں۔

بچوں کو یہ کر کے دکھائیں کہ آگ لگنے کی صورت میں دھوئیں کے نیچے نیچے فرش پر کہنیوں کے بل چلنا ہے، گھر سے باہر نکلنا ہے اور آگ لگی رہنے کی صورت میں گھر سے باہر رہنا ہے۔

بچوں کو سکھائیں کہ وہ آگ بجھانے والوں سے اپنے آپ کو مت چھپائیں، بلکہ تیزی سے باہر نکلیں اور کسی اور جگہ سے مدد کے لئے پکاریں۔

اگر آپ کے پاس دھوئیں کا لارم ہے، تو اپنے بچوں کو اس کی آواز سے مانوس کریں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ اگر وہ اس آواز کو سنتے ہیں تو انہیں کیا کرنا ہو گا

جنگل کی آگ کی روک تھام آگ کے خطرے کو کم کرنے اور اس کے ساتھ ساتھ جب آگ لگے تو اس کی شدت اور پھیلاؤ میں کمی جیسے دونوں اقدامات کی طرف ریفر کرتی ہے۔



اقدامات میں گھروں اور دیگر ڈھانچوں کی تعمیر میں آگ برداشت کرنے والے مواد کا استعمال، آگ پکڑنے والے

مواد کو گھروں سے دور آگ کی لائنوں کو جنگل اور دیہات کے درمیان 5 سے 10 میٹر [16 سے 33 فٹ] ایک دفاعی

فاصلے پر رکھنا، اور آگ سے خطرے کے موسموں کے دوران آگ کی لائنوں اور جنگل کے کناروں کی نگرانی شامل

ہیں

جنگل کی آگ کوئی بھی بے تاب آگ ہوتی ہے جو دیہاتی علاقوں یا مسان علاقوں میں لگتی ہے۔ اسے برش فائر، بش فائر، فارسٹ فائر، یا بل فائر بھی کہا جاسکتا ہے۔

جنگل کی آگ دیگر اقسام کی آگ سے مختلف ہوتی ہے کیوں کہ اس کا حجم بہت بڑا ہوتا ہے، یہ بہت تیز رفتاری سے پھیلتی ہے یہ غیر متوقع طور پر اپنا رخ کسی بھی جانب موڑنے کے

اہلیت رکھتی ہے، اور یہ سڑکوں اور دریاؤں کو "پھلانگنے" کی اہلیت بھی رکھتی ہے



جنگل کی آگ کی پکار اہم قدرتی وجوہات آسمانی بجلی، جو الہامی کا پیدا ہونا، چٹانوں کے گرنے سے پیدا ہونے والی چنگاریاں، اور اچانک سلگنا ہیں۔ جنگل کی آگ کی بہت سے اقسام کی وجہ انسانی سرگرمی ہے، جیسا کہ سگریٹ نوشی، آلات اور پاؤں لائنوں سے نکلنے والی چنگاریاں، اور زمین کو صاف کرنے کے لئے "کاٹو اور جلاؤ" کا استعمال۔ زرعی زمین کو جلانا اور انسانی بے احتیاطی جنگل کی آگ کی اہم وجوہات ہیں

پوتھادن

سیشن پلان

نشست نمبر-1

چوتھان

عنوان

عالمی ہنگامی انتظام و انصرام کا معیار

نشست کا ہدف

- اس سیشن میں ٹرینرز شرکاء تربیت کو ہنگامی انتظام و انصرام کا معیار کی تفصیل کے بارے میں بتایا جائے گا۔

نشست کے مقاصد

- SOPs سے آگاہی
- شرکاء کی منطقی سمجھ بوجھ
- SOPs کے موضوعات سے آگاہی

تربیت کا طریقہ کار

- لیکچر، گروہ کی سرگرمی، ذہنی مشق، خاکہ، سوالات و جوابات

امدادی سامان برائے تربیت

- فلیکس، تربیتی کتابچہ، جانسری شیٹ، چارٹ، مارکر، کیمبرہ،

ہدایات برائے تربیت کار

تربیت کے دوران تربیت کار ان امور کا خیال رکھے:

- سوال جواب کے ذریعے تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- گروہی سرگرمیوں میں تمام شرکاء کی شمولیت کو یقینی بنائیں
- کسی قسم کی لسانی، مذہبی یا قومی بنیاد پر شرکت کاروں میں تفریق نہ کریں
- تربیتی مباحثہ کے دوران ذاتی گفتگو سے پرہیز کریں

متوقع نتائج

تربیتی عنوان پر سیر حاصل گفتگو
 تربیتی عنوان پر نئی تکنیکی مہارت کا
 حصول

DDMA آفات سے نمٹنے کے لیے راجن پور میں قائم کیے گئے ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلاننگ اور ادارہ جاتی میکانزم کا ایک لازمی حصہ ہے۔ ایمرجنسی فلڈ کنٹرول نظام، اور اس کے آپریٹو طریقہ کار کو اس طرح سے ڈیزائن کیا گیا ہے کہ سب سے پہلے اور سب سے اہم معلومات کا فوری طور پر جائزہ لیا جائے اور تمام متعلقہ فریقوں تک پہنچایا جائے۔ اس طرح کی معلومات کا تیزی سے پھیلاؤ ہنگامی صورتحال کے دوران فوری اور فوری رد عمل اور موثر فیصلہ سازی میں معاون ہے۔ تمام انداد آفات کی کوششوں کے لیے ماسٹر کوآرڈینیشن اور کنٹرول پوائنٹ کے طور پر DDMA ایک متحد کمانڈ کے تحت فیصلہ سازی کی جگہ ہے جہاں سرکردہ فیصلہ ساز فوری رد عمل کے لیے شامل ہوتے ہیں۔ اس نے ضلع، سطح پر قائم اداروں کو ہم آہنگ کرنے کے لیے ایمرجنسی آپریشن سینٹر کے آپریٹو اصولوں کو مد نظر رکھا ہے۔ ایمرجنسی تنظیم و ضبط کے درمیان بات چیت کرنے کی صلاحیت کی کمی کو دور کرنے کے لیے، حکومت کی پبلک سیفٹی ایجنسیوں (DDMA, Rescue, 1122, پولیس، سول ڈیفنس، زراعت، تعلیم، لائیو اسٹاک) کے ساتھ ساتھ عوامی خدمات کی ایجنسیوں، (سحت اور خاندانی بہبود، پی ڈی ڈی، ڈی ڈی، ڈی ڈی) نے کام کیا ہے۔ اس کا مقصد ایسے طریقہ کار کے ساتھ سرشار مواصلاتی چینلز قائم کرنا ہے جو اہم پبلک سروس حکام، پبلک سیفٹی حکام، اور پبلک اپرائیویٹ سروس ایگزیکٹو کے ذریعے استعمال ہونے والے مواصلاتی آلات قابل رسائی ہوں۔ تمام آفات سے متعلق مخصوص میکانزم ایک ہی چھتری کے نیچے آئیں گے جس سے ہر قسم کی آفات کا فوری جواب دیا جاسکے گا جس کا مقصد ایک آسان اور بے ترتیب رد عمل کا نظام ہے۔

DDMA ضلع جعفر آباد:

کے بنیادی کام یہ ہیں۔

- ہم آہنگی
- تجزیاتی فیصلہ کرنا
- پالیسی بنانا
- معلومات اکٹھا کرنا اور ریکارڈ رکھنا۔
- عوامی معلومات رسید اور تقسیم
- وسائل کے انتظام

ڈسٹرک ایمرجنسی آپریشن سینٹر کی سرگرمیاں:

ریلیف کمشنر کے تحت ایمرجنسی آپریٹنگ سینٹر (EOC)

EOC کی معمول کے وقت کی سرگرمیوں کا انعقاد تباہی کی صورت حال میں رد عمل کی کارکردگی کے لیے بہت اہم ہے کیونکہ اس وقت کو نظام کی تیاری اور جانچ کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

EOC کی عام وقت کی سرگرمیاں مناسب قانونی آلات کے ذریعے یقینی بنانا ہوں گی کہ:

- ریاستی اور ضلعی آفات سے نمٹنے کے منصوبے کام کر رہے ہیں۔
- مختلف محکموں کے لیے معیاری آپریٹنگ طریقہ کار موجود ہے۔
- ریلیف فنڈ ریاستی ریلیف کمشنر کے اختیار میں قائم کیا جاتا ہے۔
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ تمام اضلاع کی طرف سے مستقل بنیادوں پر اپ ڈیٹ ہوتے رہیں۔
- اضلاع کی حوصلہ افزائی کرنا کہ وہ مخصوص آفات کا شکار علاقے کے لیے مخصوص منصوبے تیار کریں۔
- مخصوص خطرات کے مطالعہ کے لیے ایٹمی گروپس اور ٹاسک فورس قائم کریں۔

• خطرات اور کمزوریوں کے حوالے سے تمام محکمہ جات کے ساتھ شراکت داری میں ڈیٹا بینک کے طور پر کام کریں اور منصوبہ بندی کے محکمے کے ساتھ خطرات اور خطرات کو یقینی بنائیں اور منصوبہ بندی کے عمل میں تخفیف کی حکمت عملیوں پر مناسب غور کیا جائے۔ مختلف ریاستی محکموں/ ایجنسیوں سے تیاری، خطرے میں کمی اور تخفیف کے اقدامات کے بارے میں مناسب تجاویز حاصل کریں اور انہیں چیف سکرٹری کے غور کے لیے رکھیں۔

• پالیسی کے رہنما خطوط اور قانونی اور سرکاری طریقہ کار میں اگر کوئی تبدیلیاں ہوں تو ریلیف اور معاوضے کے حوالے سے اہلیت کے معیارات سے آگاہ کریں۔

• ریاست میں بدلتے ہوئے منظر ناموں کے مطابق اسٹیٹ ڈی ایم پی کو اپ گریڈ اور اپ ڈیٹ کریں۔

• ضلعی سطح کی ایجنسیوں کو اپ ڈیٹ کرنے والے ڈیٹا بینک کے دیگر محکموں تک پھیلانا۔

• خصوصی خدمات کے لیے انویسٹری ایشیا کاپتہ لگانے کے لیے ایجنسیوں اور اداروں کی شناخت۔

• تمام اضلاع کے DDMA پورٹل کی اپ ڈیٹ کو یقینی بنائیں۔

• ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان پھیلاؤ کی ذمہ داری DDMA کے پاس ہے اور یہ محکمہ ڈیزاسٹر مینجمنٹ میں حصہ لینے والی ہر ایجنسی کے ذریعہ منعقدہ بیداری پروگراموں کے ذریعے انجام دیتا ہے۔

• ریاست کے اندر DDMA، سرکاری محکموں، NGOs اور دیگر ایجنسیوں اور اداروں کو اور

• ذرائع ابلاغ کے ذریعے عام لوگوں تک رسائی۔

• منصوبہ کے مشمولات کی وضاحت اچھی طرح سے ڈیزائن اور توجہ مرکوز کرنے والے بیداری پروگراموں کے ذریعے کی جانی چاہیے۔

• وسیع پیمانے پر پھیلاؤ کو یقینی بنانے کے لیے آگاہی پروگراموں کو مقامی زبان (ہنگو اور کبورک میں) میں تیار کرنے کی ضرورت ہے۔

• عوامی آگاہی کے پروگراموں کے لیے میڈیا کو بڑے پیمانے پر استعمال کیا جائے گا۔ ان میں شامل ہوں گے؛

• **اخبارات** • **ٹی وی** • **مقامی کیبل نیٹ ورکس** • **ریڈیو** • **پمپنگ مواد**

• سکولوں، کالجوں اور دیگر سرکاری اداروں کو خاص طور پر اس بارے میں آگاہی دینا۔

• DDMA منصوبہ کی تشخیص کی کا مقصد تعین کرنا ہے۔

• وسائل کی کافی مقدار

• مختلف ایجنسیوں کے درمیان کوآرڈینیشن

• کمیونٹی کی شرکت

• این جی اوز کے ساتھ شراکت داری

• وسائل کے متبادل انتظامات

• منصوبہ کو سمجھنے اور استعمال کرنے میں آسانی بھی اہم غور و فکر ہوگی۔

- جب میں کوتاہیاں نظر آئیں گی تو پلان کو اپ ڈیٹ کیا جائے گا۔
- تنظیمی ڈھانچے
- دستیاب ٹیکنالوجی
- مشقوں یا مشقوں پر رپورٹس کے بعد رد عمل کا طریقہ کار؛

آفات کے بعد کی تشخیص

- آفت کے بعد کی تشخیص امدادی اور بحالی کی سرگرمیوں کے بند ہونے کے بعد کی جانی چاہیے تاکہ اندازہ لگایا جاسکے۔
- ریاستی مداخلت اور حمایت کی نوعیت،
- تنظیمی ڈھانچے کی مناسبت،
- ادارہ جاتی انتظامات اور رد عمل،
- آپریٹنگ طریقہ کار کی کامیابی،
- نگرانی کے طریقہ کار کی کافی مقدار،
- معلوماتی آلات کی کافی مقدار،
- ساز و سامان کی کافی مقدار،
- مواصلاتی نظام اور دیگر آلات وغیرہ،

طویل مدتی روک تھام اور تخفیف کی کوششوں کے لیے مذکورہ بالا کارروائیوں پر اثرات کا مطالعہ کیا جانا۔ اسکے لحاظ سے تباہی کے رد عمل کے بارے میں تاثرات کو سمجھنے کے لیے تشخیصی مشقوں کی جاسکتی ہیں۔

- تربیت کی کافی مقدار،
- انتہائی نظام کی افادیت،
- EOC • افعال کی افادیت،
- مواصلاتی منصوبے،
- سیکورٹی،
- اختیار،
- بازیابی کے طریقہ کار،
- نگرانی

انتباہ یا تباہی کے واقعات پر سرگرمیاں

کسی بھی حجاز ایجنسی سے موصول ہونے والی وارننگ DDMA کے ذریعہ بتائی جائے گی۔ (فوری طور پر وارننگ موصول ہونے پر، ڈیوٹی آفیسر او آئی سی، ای او سی ریلیف کمشنر کو مطلع کرے گا)

ایسی کسی ایجنسی کی طرف سے انتباہ کی وصولی پر جو اس طرح کی وارننگ جاری کرنے کی اہل ہے، یا کسی آفت کی صورت میں ایس ڈی ایم کے ذریعے ڈسٹرکٹ مجسٹریٹ کی رپورٹوں کی بنیاد پر، تمام ادارہ جاتی رد عمل کے اقدامات بشمول انداد آفات کے اقدامات کو عمل میں لایا جائے گا۔ چیف سکرٹری ریلیف کمشنر ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے چیف آف آپریشنز واقعہ کمانڈر کا کردار سنبھالیں گے۔

تباہی کے واقعے کی موجودگی کے بارے میں درج ذیل کو مناسبت کے مطابق مطلع کیا جائے گا۔

- گورنر
- وزیر اعلیٰ
- وزیر داخلہ
- ریونیو منسٹر
- متاثرہ علاقوں کے ایم پی اور ایم ایل اے شامل ہیں۔

- کابینہ سیکرٹری
- سیکرٹری، ہوم
- سیکرٹری، زراعت
- جوائنٹ سکرپٹری، A NDM، وزارت زراعت، GOP
- آرمی ہیڈ کوارٹر،

تباہی کے واقع ہونے کا مطلب یہ ہو گا کہ درج ذیل سرگرمیاں انجام دی جانی ہوں گی۔

- ہنگامی آپریشن سنٹر کو وسعت دینا تاکہ آفت کی نوعیت اور اس کے اثرات کی حد کے لحاظ سے مخصوص کاموں کی ذمہ داریوں کے ساتھ لائن ڈپارٹمنٹس کے لیے براؤنچ انتظامات شامل ہوں۔

- اگر ضرورت ہو تو متاثرہ علاقے کی جگہ پر متبادل عارضی EOC اور فیلڈ EOC کا انتظام۔

متاثرہ اضلاع کے ڈسٹرکٹ مجسٹریٹ ازم کے ساتھ ایک جاری، دائر لیس مواصلات اور ہاٹ لائن رابطہ قائم کرنا۔ EOC اپنی توسیع شدہ شکل میں اس وقت تک کام کرتا رہے گا جب تک ہنگامی امداد کی ضرورت اور آپریشن جاری رہے گا اور بحالی کے طویل المدتی منصوبوں کو حتمی شکل دی جائے گی۔

انتباہ کے اہم عناصر

- انتباہ کو پھیلانے کے لیے درج ذیل پہلوؤں پر غور کیا جاسکتا ہے۔
- تباہی کے شکار علاقوں میں کمیونٹیز کو وارننگ سٹیز سے آگاہ کیا جاتا ہے۔
- تمام انتباہی نظام اور ٹیکنالوجیز کو کام کرنے کی حالت میں برقرار رکھا جاتا ہے اور باقاعدگی سے جانچ پڑتال کی جاتی ہے۔
- متبادل انتباہی نظام کو ٹیکنیکی خرابی کی صورت میں تیار رہنا چاہیے (مثلاً، بجلی کی خرابی)
- صرف نامزد ایجنسیاں / افسران ہی وارننگ جاری کریں گے۔
- تمام دستیاب انتباہی نظام استعمال کیے جائیں گے۔

[ہر انتباہی نظام کی رسائی محدود ہے اور متعدد انتباہی نظام کو تقویت دینے میں مدد ملے گی]

- انتباہ، ممکنہ حد تک، شدت، ٹائم فریم، علاقے کے بارے میں واضح ہونا چاہیے جو متاثر ہو سکتا ہے۔
- انتباہی بیانات کو ایک سادہ، براہ راست اور غیر ٹیکنیکی زبان میں پہنچایا جانا چاہیے، اور روزمرہ کے استعمال کے نمونوں کو شامل کیا جانا چاہیے۔
- مناسب جوابات کو یقینی بنانے کے لیے کمیونٹی کو سمیا کرنا اور نہ کرنا واضح طور پر بتایا جانا چاہیے۔

- انتہائی بیانات کو تجسس یا گھبراہٹ کے رویے کو جنم نہیں دینا چاہیے۔ یہ پیشہ ورانہ زبان میں ہونا چاہیے۔
- افواہوں پر قابو پانے کے طریقہ کار کو فعال کیا جانا چاہیے۔
- تمام متعلقہ ایجنسیوں اور تنظیموں کو چوکنا رہنا چاہیے
- جہاں بھی ممکن ہو، خطرے کی وضاحت میں کمیونٹی لیڈروں اور منظم گروپوں کی مدد لی جانی چاہیے۔
- ایک بار وار ننگ جاری ہونے کے بعد، لوگوں کو تازہ ترین حالات سے باخبر رکھنے کے لیے اس کے بعد کی وار ننگز کی پیروی کی جانی چاہیے۔
- آفت کا خطرہ دور ہونے کی صورت میں، ایک واضح اشارہ دیا جانا چاہیے۔

ابتدائی انتہائی نظام کے لیے آپریشن کا طریقہ کار (EWS)

1. زیادہ تر آفات کے حالات میں، تجربے سے معلوم ہوا ہے کہ تیاری کے اقدامات اور مناسب انتہائی نظام کی وجہ سے جان و مال کے نقصان میں نمایاں کمی لائی جاسکتی ہے۔
2. ابتدائی انتہائی صرف DDMA کے ذریعے سے اور تمام متعلقہ سرکاری محکمہ جات کے ذریعے کی جائے گی۔
3. اندھا دھند انتہا ہات کے نتیجے میں متعلقین کی جوابدہی ہو سکتی ہے۔
4. اس لیے ضروری ہے کہ ہر آفت کے حوالے سے ایک ذمہ دار افسر کو وار ننگ جاری کرنے کے لیے مقرر کیا جائے

انخلاء کے لیے عمومی رہنما خطوط

1. ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینیجمنٹ پلان کی تیاری کی ضلعی سطح کی مشق میں، خطرے سے دوچار مقامات اور انخلاء کے لیے ممکنہ علاقوں کا تعین کیا جانا ہے۔
2. DDMA ان محفوظ مقامات کی بھی نشاندہی کرتا ہے جنہیں ماضی انخلاء کے لیے ہنگامی پناہ گاہوں / اسٹانس کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔
3. ایسی محفوظ سائٹوں کا انتخاب مندرجہ ذیل باتوں کو مد نظر رکھتے ہوئے کیا جاتا ہے۔
4. پناہ گاہیں رہائش گاہوں سے ایک گھنٹے کی پیدل سفر (5 کلومیٹر) کے اندر ہیں۔
5. انخلاء کے راستے سیلاب زدہ علاقوں سے دور ہیں۔
6. انخلاء کے راستوں میں وہ سڑکیں شامل نہیں ہوتیں جو ممکنہ طور پر سیلاب میں ڈوب جائیں، لیکن راستے شامل ہو سکتے ہیں۔
7. یہ انتظامیہ کی ذمہ داری ہے کہ وہ درج ذیل خطوط پر کمیونٹی کی شرکت حاصل کر کے مناسب انخلاء کو یقینی بنائے:
8. مناسب سیکورٹی اور امن وامان کے لیے کمیونٹی لیڈرز اور کمیونٹی بیڈ آرگنائزیشنز (CBOs) کی مدد سے انخلاء کیا جاتا ہے اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ انخلاء کے راستے بلاک نہ ہوں۔
9. یہ ہمیشہ افضل ہوتا ہے کہ پورے ٹانڈان کو ایک اکائی کے طور پر اکٹھے نکلنے کی ترغیب دی جائے۔
10. ناکافی نقل و حمل یا محدود وقت کی صورت میں، مندرجہ ذیل ترتیب میں کمیونٹی کو ہنگامی انخلاء کے لیے حوصلہ افزائی کریں:
11. "شدید زخمی اور بیمار
12. "بچے، خواتین اور معذور

ہنگامی انخلاء کا طریقہ کار

1. خاندانوں کی حوصلہ افزائی کی جانی چاہیے کہ وہ پانی، خوراک، کپڑے اور ہنگامی سامان کی مناسب فراہمی ساتھ لے جائیں۔
2. خاندانوں کی حوصلہ افزائی کی جانی چاہیے کہ وہ مندرجہ ذیل ڈیزاسٹر پلانٹی کٹ کو جمع کریں۔
3. کنٹینرز میں پانی کی مناسب فراہمی
4. غیر خراب ہونے والے پیک شدہ خوراک اور خشک راشن کی مناسب فراہمی
5. لباس کی تبدیلی
6. کمبل اچادری اور، تو لیے۔
7. پلاسٹک سے بنی بالٹیاں، پلیٹیں، پیتھ، مگ
8. صابن، ٹوٹھ برش، ٹوٹھ پیٹ
9. بیٹری سے چلنے والی ریڈیو، ٹارچ، لائٹن، ماس
10. نقدی اور زیورات
11. ذاتی ادویات

اہم خاندانی دستاویزات کی فہرست جس میں راشن کارڈ، پاپورٹ، بینک پاس بک، ایڈریس لیٹری فون بک (رشتہ داروں کا)، سرٹیفکیٹ، ڈرائیونگ لائسنس، جائیداد کے دستاویزات، انشورنس دستاویزات وغیرہ شامل ہیں۔

1. بزرگ یا معذور خاندان کے اراکین کے لیے خصوصی اشیاء بشمول شیر خوار بچوں کے لیے کھانا۔
2. لوگوں کو اپنی کاروں میں ایندھن رکھنے کی ترغیب دیں کیونکہ ہنگامی حالات میں پیٹرول پمپ بند ہو سکتے ہیں۔
3. نکلنے سے پہلے لوگوں سے مین سوچ اور والووز پر بجلی، گیس اور پانی بند کرنے کو کہیں۔ لوگوں سے بیٹری سے چلنے والی ریڈیو سنسنے اور مقامی ہدایات پر عمل کرنے کو کہیں۔
4. اگر خطرہ کیمیائی اخراج کا ہے، تو لوگوں کو فوری طور پر وہاں سے نکلنے کی ہدایت کی جانی چاہیے۔
5. دیگر معاملات میں، لوگوں کو ان اقدامات پر عمل کرنے کا مشورہ دیں:
6. حفاظتی لباس پہنیں۔
7. ان کے گھروں کو محفوظ بنائیں۔ دروازے اور کھڑکیاں بند اور مقفل کریں۔
8. پانی کا مین والو اور بجلی بند کر دیں۔
9. پھنسنے سے بچنے کے لیے کافی جلدی نکلیں۔
10. انخلاء کے تجویز کردہ راستوں پر عمل کریں۔ شارٹ کٹس بلاک ہو سکتے ہیں۔
11. سیلاب زدہ علاقوں میں منتقل یا گاڑی چلانے سے گریز کریں۔
12. گرے ہوئے پاور لائنوں سے دور رہیں۔
13. عوامی پناہ گاہوں میں جانوروں کو اجازت نہیں دی جاسکتی ہے۔
14. کمیونٹی کو مویشیوں کو آزاد کرنا چاہیے۔
15. اگر ممکن ہو تو، کمیونٹی کو مویشیوں کو ساتھ لے جانے کا مشورہ دیا جاسکتا ہے۔

فرضی مشقیں / موک ڈرل

- ایمر بنسی آپریشن سینٹر کے کاموں کی کارکردگی کو یقینی بنانے کے لیے، ای او سی کے چیف آپریشنز / انسٹیڈنٹ کمانڈر کو چیف سیکریٹری، وزیر ریونیو اور وزیر اعلیٰ، اور دیگر اہم ایجنسیوں کو اعتماد میں لے کر وقتاً فوقتاً فرضی مشقیں کی جائیں۔
- موک ڈرل یا تو EOC اہلکاروں کو شامل کر کے یاریاستی اور ضلعی سطحوں پر عام موک ڈرل کے ساتھ منعقد کی جائے گی۔
- سہ ماہی بنیادوں (یعنی مارچ، جون، ستمبر اور دسمبر کے پہلے بدھ) میں کم از کم چار بار موک ڈرل کی جائے گی۔ صورتحال کے پیش نظر موک ڈرل کی فریکوئنسی میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔
- یہ فرضی مشق EOC یا ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان کے SOPs کے مکمل یا کچھ حصے کو جانچنے کے لیے کی جائے گی۔ اس کے مطابق دتناویز کے ساتھ ضروری ترمیم کی جائے گی جسے چالو کیا جائے گا۔
- تمام آلات / مشینری، اہلکار، ریاستی / ضلعی اور مقامی انتظامیہ موک ڈرل کے عمل میں شامل ہوں گے۔ آلات اور مشینری کی سیٹلٹس رپورٹ کی تصدیق کی جائے گی۔

(ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی (DDMA) (صوبہ کی سطح پر آفات کی روک تھام) ضلع جعفر آباد)۔ تعارف

ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی (DDMA) ضلع کی سطح پر آفات کی روک تھام (صوبائی حکومت کا ادارہ ہے، جو پاکستان میں قدرتی یا انسانی ساختہ آفات سے نمٹتا ہے DDMA کا مینڈیٹ / دائرہ کار ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے چاروں مراحل) ریلیف۔ بحالی، تعمیر نو (سے متعلق سرگرمیوں پر مشتمل ہے۔ 18 اکتوبر 2005 کے تباہ کن زلزلے کے نتیجے کے طور پر، نیشنل ڈیزاسٹر مینجمنٹ آرڈیننس کو قومی، صوبائی اور مقامی سطح پر آفات سے نمٹنے، تیاری اور رد عمل کے لیے ایک بہتر ڈیزاسٹر مینجمنٹ فریم ورک (آفات کی روک تھام کا بنیادی ڈھانچہ) قائم کرنے اور ریگولیٹ کرنے کے مقصد سے بنایا گیا تھا۔ DDMA کے دائرہ کار میں مختلف خطرات کے پیش نظر منصوبوں کی تیاری، قومی پالیسی، قومی منصوبہ اور ریاستی منصوبہ کے نفاذ کو یقینی بنانے کے ساتھ ساتھ مربوط انداز میں نگرانی کرنا، مختلف محکموں کی طرف سے ڈیزاسٹر مینجمنٹ کی تیاری کے لیے رہنمائی کرنا اور ان کی تعمیل کو یقینی بنانا شامل ہے۔

DDMA کا کردار اور ذمہ داریاں

- ضلع جعفر آباد ریسپانس پلان میں ضلع سمیت ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان تیار کرنا۔
- سیلاب کنٹرول مرکز کو فعال کرنا۔
- قومی منصوبہ کی روشنی میں صوبائی پالیسی، ضلعی پالیسی، صوبائی منصوبہ اور ضلعی منصوبہ کے نفاذ کو مربوط بنانا اور نگرانی کرنا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ضلع میں آفات کے ممکنہ خطرے سے دوچار علاقوں کی نشاندہی کرنا اور آفات کی روک تھام اور اس کے اثرات کو کم کرنے کے لیے اقدامات کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کے ساتھ ساتھ مقامی حکام کے ذریعے حکمت عملی بنانا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ روک تھام، ممکنہ خطرات کی شدت کو کم کرنے، تیاری اور جوابی اقدامات کے لیے رہنما خطوط جو کہ نیشنل اتھارٹی اور پراونشل اتھارٹی کی طرف سے وضع کیے گئے ہیں، حکومت کے تمام محکمے ضلعی سطح پر اور ضلع کے مقامی حکام کی طرف سے پیروی کروانا۔

- ضلعی سطح پر مختلف حکام اور مقامی حکام کو آفات کی روک تھام اور تخفیف کے لیے اس طرح کے دیگر ضروری اقدامات کرنے کی ہدایت دینا۔
- اضلاع کی سطح پر حکومت کے محکموں اور ضلع میں مقامی حکام کے ذریعہ ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان کی تیاری کے لیے رہنما خطوط مرتب کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کی طرف سے تیار کردہ آفات سے نمٹنے کے منصوبوں کے نفاذ کی نگرانی کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کی طرف سے پیروی کرنے کے لیے رہنما خطوط مرتب کرنا۔
- ضلع میں مختلف سطحوں کے افسران، ملازمین اور رضاکارانہ امدادی کارکنوں کے لیے خصوصی تربیتی پروگرامز کو منظم اور مربوط کرنا۔
- مقامی حکام، سرکاری اور غیر سرکاری تنظیموں کے تعاون سے آفات کی روک تھام یا تخفیف کے لیے کمیونٹی ٹریننگ اور آگاہی پروگرامز کو سہولت فراہم کرنا۔
- ابتدائی انتباہات اور عوام تک مناسب معلومات کی ترسیل کے لیے میکانزم کو ترتیب دینا، برقرار رکھنا، جائزہ لینا اور اپ گریڈ کرنا۔
- ضلعی سطح کے رسپانس پلانز اور رہنما خطوط کی تیاری، جائزہ لینے اور اپ ڈیٹ کرنے کے لیے اقدامات کرنا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ ضلع میں آفات سے پہلے اور آفات کے بعد کے انتظام کی سرگرمیاں فوری اور مؤثر طریقے سے انجام دینا۔
- آفات کی روک تھام یا تخفیف کے لیے ضروری انتظامات کرنے کے لیے ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں، قانونی، حکام یا مقامی حکام کے ذریعے تیار کیے گئے ترقیاتی منصوبوں کا جائزہ لینا۔
- ایسی جگہوں اور عمارتوں کی نشاندہی کرنا جو کسی آفت کی صورت میں امدادی مراکز یا کیمپوں کے طور پر استعمال ہو سکیں اور ایسی عمارتوں یا جگہوں پر پانی کی فراہمی اور صفائی کے انتظامات کرنا۔
- بچاؤ اور امدادی سامان کے ذخیرے قائم کرنا یا اس طرح کے مواد کو مختصر نوٹس پر دستیاب کرنے کی تیاری کو یقینی بنانا۔
- ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے مختلف پہلوؤں سے متعلق ضلع اور صوبائی اتھارٹی کو معلومات فراہم کرنا۔
- ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے لیے ضلع میں نئی سطح پر کام کرنے والی غیر سرکاری تنظیموں اور رضاکارانہ سماجی بہبود کے اداروں کی شمولیت کی حوصلہ افزائی کرنا۔
- ضلع جعفر آباد اور صوبائی سطح پر وقتاً فوقتاً مواصلاتی نظام کے درست ہونے اور ڈیزاسٹر مینجمنٹ کی مشقیں کرنا۔
- اس طرح کے دیگر افعال کو انجام دینا جو کہ صوبائی حکومت یا صوبائی اتھارٹی اسے تفویض کر سکتی ہے یا ایسا کہ وہ ضلع جعفر آباد میں ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے لیے ضروری سمجھے

ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی (DDMA) راجن پور کی ہدایات و احکامات کے ذریعے تمام متعلقہ سرکاری و نجی محکمہ جات کو بمطابق عمل درآمد کرنا ہوگا

ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی (PDMA) ضلع جعفر آباد کی اہم معلومات

01	سیریل نمبر
DDMA	محکمہ کا نام
01	یونٹس
ضلع جعفر آباد	آپریشنل ایریا
متعلقہ محکموں کو سیکڑ وائر ہدایات جاری کرنا	سرگرمی
علی طاہت	برائے رابطہ
ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر یونیو	عہدہ
متعلقہ محکموں کے ذریعے ہنگامی صورتحال، ریلیف اور ریلیف کے حوالے سے ضروری انتظامات کرنا۔	محکمہ کی مہارت
ضلع جعفر آباد	جعز افیائی محل وقوع ایوسی گاؤں
03	دستیاب گاڑیوں کی تعداد
ایمر جنسی میں عملدرآمد کے لیے، ریلیف اور ریلیف کے حوالے سے ضروری انتظامات کرنا	دستیاب وسائل
12 متعلقہ محکمہ جات ☆	دستیاب وسائل کی تعداد
0604920029	رابطہ نمبر
ڈپٹی کمشنر آفس ضلع جعفر آباد	دفتر کا پتہ
	ای میل

☆ محکمہ سماجی بہبود - محکمہ شہری دفاع - محکمہ ریلیف 1122 - محکمہ آبپاشی - محکمہ پولیس (خدمت مرکز) - محکمہ زراعت - لائیو سٹاک - محکمہ اطلاعات - تعلیم - ریونیو - لوکل گورنمنٹ

DDMA کا کردار اور ذمہ داریاں

- ضلع جعفر آباد ریسپانس پلان میں ضلع سمیت ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان تیار کرنا۔
- سیلاب کنٹرول مرکز کو فعال کرنا۔
- قومی منصوبہ کی روشنی میں صوبائی پالیسی، ضلعی پالیسی، صوبائی منصوبہ اور ضلعی منصوبہ کے نفاذ کو مربوط بنانا اور نگرانی کرنا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ضلع میں آفات کے ممکنہ خطرے سے دوچار علاقوں کی نشاندہی کرنا اور آفات کی روک تھام اور اس کے اثرات کو کم کرنے کے لیے اقدامات کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کے ساتھ ساتھ مقامی حکام کے ذریعے حکمت عملی بنانا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ روک تھام، ممکنہ خطرات کی شدت کو کم کرنے، تیاری اور جوابی اقدامات کے لیے رہنما خطوط جو کہ نیشنل اتھارٹی اور پراونشل اتھارٹی کی طرف سے وضع کیے گئے ہیں، حکومت کے تمام محکمے ضلعی سطح پر اور ضلع کے مقامی حکام کی طرف سے پیروی کروانا۔

- ضلعی سطح پر مختلف حکام اور مقامی حکام کو آفات کی روک تھام اور تخفیف کے لیے اس طرح کے دیگر ضروری اقدامات کرنے کی ہدایت دینا۔
- اضلاع کی سطح پر حکومت کے محکموں اور ضلع میں مقامی حکام کے ذریعہ ڈیزاسٹر مینجمنٹ پلان کی تیاری کے لیے رہنما خطوط مرتب کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کی طرف سے تیار کردہ آفات سے نمٹنے کے منصوبوں کے نفاذ کی نگرانی کرنا۔
- ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں کی طرف سے پیروی کرنے کے لیے رہنما خطوط مرتب کرنا۔
- ضلع میں مختلف سطحوں کے افسران، ملازمین اور رضا کارانہ امدادی کارکنوں کے لیے خصوصی تربیتی پروگرامز کو منظم اور مربوط کرنا۔
- مقامی حکام، سرکاری اور غیر سرکاری تنظیموں کے تعاون سے آفات کی روک تھام یا تخفیف کے لیے کمیونٹی ٹریننگ اور آگاہی پروگرامز کو سہولت فراہم کرنا۔
- ابتدائی انتباہات اور عوام تک مناسب معلومات کی ترسیل کے لیے میکانزم کو تیار کرنا، برقرار رکھنا، جائزہ لینا اور اپ گریڈ کرنا۔
- ضلعی سطح کے رسپانس پلانز اور رہنما خطوط کی تیاری، جائزہ لینے اور اپ ڈیٹ کرنے کے لیے اقدامات کرنا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ ضلع میں آفات سے پہلے اور آفات کے بعد کے انتظام کی سرگرمیاں فوری اور مؤثر طریقے سے انجام دینا۔
- آفات کی روک تھام یا تخفیف کے لیے ضروری انتظامات کرنے کے لیے ضلعی سطح پر حکومت کے محکموں، قانونی، حکام یا مقامی حکام کے ذریعے تیار کیے گئے ترقیاتی منصوبوں کا جائزہ لینا۔

دیگر حکومتی ادارہ جات برائے رہنمائی (تیاری و رد عمل)			
نام مجسمہ	مہارت	رابطہ نمبر	رابطہ شخص کا نام
ریکیو 1122	ہنگامی صورتحال میں مدد، ابتدائی وارننگ سسٹم	0604920190	کنٹرول روم میں ڈیوٹی پر معمور آفیسر
سول ڈیفنس	ہنگامی صورت حال میں مدد فراہم کرنا	03336448425	غلام عباس
صحت	میڈیکل کیمپ، فلڈ کنٹرول روم، ہیلتھ سیشن، ویکسینیشن، بحالی	0604500145	طاہر محمود
پولیس	سیلاب اور دیگر ہنگامی حالات میں مدد، ابتدائی وارننگ سسٹم	0604920139	کنٹرول روم میں ڈیوٹی پر معمور آفیسر
زراعت	زراعت کے حوالے سے ابتدائی وارننگ سسٹم، زرعی رہنمائی کے سیشن	33364485350604920083/	راحت حسین راشد
آب پاشی	مواصلات اور رابطہ کاری، آبپاشی سے متعلق رہنمائی	03346431973	قاضی فیض الحسن
سماجی بہبود	آفات کے خطرے میں کمی، ریلیف، بحالی اور تعمیر نو کے لیے متعلقہ ہنگامی خدمات فراہم کرنے والے اداروں کے ساتھ قریبی روابط اور ہم آہنگی پیدا کرنا	03356440335	اطہر سلیم
اطلاعات	اخبارات کے ذریعے آگاہی، ابتدائی وارننگ کا نظام	03354999555	جنید جتوئی
لائو سٹاک	سیلاب سے پہلے کی ویکسینیشن، امدادی سرگرمیاں، سیلاب کے بعد (علاج، خوراک)	03338554450	ڈاکٹر حسن مجتبیٰ
تعلیم	رضا کاروں کے ذریعے تلاش اور بچاؤ کے لیے رضا کاروں کی تشکیل	03336454035	شفیق ساجد

آفات کی صورت حال میں انتہا پر اور معلومات کو DDMA/DEOC کی بنیادی ذمہ داریاں ہے۔ ڈی ڈی ایم اے اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ عوامی عوامی انتہا کے تمام فریقوں کو تقسیم کیا جائے۔ وہ معلومات جو عوام کو پہلے اور بعد میں دی جاتی ہیں، ابتدائی انتہا، انخلاء کی ہدایات اور اختیارات آبادی تک خدمات تک رسائی بھی DDMA کی ذمہ داری کا حصہ ہے۔ معلومات کے لیے مناسب طریقے سے الیکٹرانک اور پرنٹ میڈیا کا استعمال عام لوگوں اور حکام کو انتہا کی تقسیم کے لیے کیا جائے گا تاکہ اسٹیڈ بائی کا جواب دیا جائے اور فوری طور پر اقدامات کیے جائیں

رپورٹنگ اور میڈیا بریفنگ

تنظیموں کو باقاعدگی سے اپ ڈیٹ شدہ صورتحال کی رپورٹس ڈی ای او سی کو جمع کرنی ہیں، جبکہ ڈی ای او سی کو آرڈینیٹر کا کردار موصول ہونے والی رپورٹوں کا تجزیہ کرنے اور تمام متعلقہ فریقوں کے درمیان باقاعدہ اپ ڈیٹس اور صورتحال کی رپورٹس کو گردش کرنے کا ذمہ دار ہوگا۔ DEOC تازہ ترین معلومات فراہم کرنے کا مرکز ہوگا اور خطرات کو کم کرنے کے لیے آفات کی صورتحال سے متعلق معلومات کی مناسب ترسیل کے لیے اہم اہلکاروں اور میڈیا چینلز کے ساتھ میڈیا بریفنگ اور انٹرویوز کا اہتمام کرے گا۔

مشقوں کو منظم کرنے کے نظام الادوات

DDMA کا ڈیٹنگ اور ایجوکیشن آفیسر مستقل بنیادوں پر مشقوں کے انعقاد کے لیے سالانہ کیلنڈر تیار کرے گا۔ DDMA دتناویز میں طے شدہ پلان پر عمل کرتے ہوئے ضلع اور اس سے نیچے کی سطح پر ہنگامی مشقوں کے انعقاد کے انتظامات کرے گا۔ ہر محکمہ اور ڈی ایم کیٹی اپنی سیکڑل مشقیں حقیقت پسندانہ اور آسان شیڈول کے مطابق ترتیب دے سکتی ہیں۔

ایمرجنسی رسپانس کے وسائل

جیسا کہ ذکر کیا گیا ہے کہ مختلف مالی ذرائع ہیں جہاں سے وسائل کو متحرک کیا جاسکتا ہے۔ خوراک اور غیر خوراک اشیاء کے ذخیرہ کرنے کے لیے، عام طور پر ضلع کی سطح پر گودام قائم کیا جاتا ہے جہاں کافی ہنگامی رد عمل کے لیے راشن دیا جاتا ہے۔ ڈی ڈی ایم اے کو مضبوط بنانے کے بعد، ڈی ڈی ایم او ڈی ڈی ایم اے کے سکیورٹی کوریلیٹ اور ریلیکیو مواد کا ذخیرہ برقرار رکھنا چاہئے اور اس طرح کی تیاری کو یقینی بنانا چاہئے۔

سرچ اینڈ ریلیکیو آپریشنز

ڈی ڈی ایم اے کی ہدایت پر پاکستان آر می کی ذمہ داری ہے کہ وہ ہنگامی رد عمل کی واحد ذمہ داری ہے خاص طور پر جب ہنگامی صورتحال بہت زیادہ ہو۔ ہنگامی رد عمل میں پاک فوج کی شمولیت کے لیے پہلے سے ہی ایک مربوط طریقہ کار موجود ہے۔ تاہم، فوری ہنگامی رد عمل کے لیے تمام اسٹیک ہولڈرز کی شمولیت کو یقینی بنانے کے لیے بہت زیادہ قریبی رابطہ کاری کے طریقہ کار کی ضرورت ہے۔ ریلیکیو 1122 صوبہ پنجاب کی ایک منظم تنظیم ہے جس میں کسی بھی قسم کی صورتحال کو سنبھالنے کی صلاحیت موجود ہے۔

ضلع میں ہنگامی حالات کی قسم ضلع جعفر آباد ریلیکیو 1122 ایمرجنسی رسپانس میں بہت اہم کردار ادا کرتا ہے اور گاؤں اور گھر کی سطح پر ایمرجنسی رسپانس کے لیے تمام اداروں اور افراد کی صلاحیتوں کو بڑھانے میں سرگرم عمل ہے۔ انہوں نے تحصیل کی سطح پر کمیونٹی ایمرجنسی رسپانس ٹیمیں (CERT) بھی قائم کی ہیں جو کمیونٹی لیول کے رضا کاروں کا ڈیٹا بیس فراہم کرتی ہیں جنہیں کسی بھی ہنگامی رد عمل کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ان ٹیموں کو اپنی صلاحیتوں کو مزید بڑھانے کے لیے ایمرجنسی رسپانس کٹس فراہم کرنے کی ضرورت ہے

نقل و حمل اور انخلاء

محموظ انخلاء کے لیے آپریشنل طریقہ کار وضع کرنے کا مقصد کمزور آبادی کو پیشگی حفاظت کرنا اور انہیں محفوظ مقامات پر منتقل کرنا ہے، تاکہ جانوں اور مزید نقصانات کو بچایا جاسکے جو سیلاب کے خطرات سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ لہذا، موجودہ خطرات کے خلاف پیشگی تیاری کے متعدد اقدامات کرنے کی ضرورت ہے جو ممکنہ طور پر ضلع جعفر آباد کو نشانہ بنا سکتے

ہیں۔ ڈی ڈی ایم اے کو ایجنسیوں کے ساتھ مل کر آفات کے خطرے سے متعلق معلومات جمع کرنے کی ضرورت ہے۔ اگر کسی بھی ہنگامی خطرات کو تسلیم کیا جاتا ہے تو ڈی ڈی ایم اے انخلاء کی تیاریوں، انخلاء کی ہدایات اور آفات کے شکار علاقوں کے رہائشیوں کو انخلاء کے احکامات کے بارے میں معلومات فراہم کرے گا اور خاص طور پر PWDS مع کے لیے ان کی جانوں اور املاک کو محفوظ بنانے کے لیے تیز نقل و حمل کا انتظام کرے گا۔ محفوظ انخلاء کے لیے اختیار کیے جانے والے اقدامات درج ذیل ہیں جن پر عمل درآمد اور نگرانی مقامی فیصلہ سازوں کے ذریعے کی جاسکتی ہے تاکہ انخلاء کو موثر اور محفوظ بنایا جاسکے۔

نقل و حمل کا انتظام

ڈی ڈی ایم اے کو مقامی ڈی ایم سیز کے ساتھ مل کر سرکاری، نجی ملکیتی گاڑیوں اور ایبوی لینسوں کا ڈیٹا اور گاڑی کے مالکان اور ڈرائیوروں کے ڈیٹا میں کو برقرار رکھنا چاہیے تاکہ یہ یقینی بنایا جاسکے کہ کسی بھی ہنگامی صورتحال کے دوران یہ گاڑیاں محفوظ انخلاء کے لیے دستیاب ہو سکیں۔ سڑک کی نقل و حمل کے علاوہ، ڈی ڈی ایم اے کو اضلاع میں دستیاب کشتیوں کی تعداد کا ڈیٹا میں بھی برقرار رکھنا چاہیے۔ ڈیٹا کو باقاعدگی سے اپ ڈیٹ کیا جانا چاہیے خاص طور پر مون سون کے موسم سے پہلے کسی بھی آفت کے خطرات کے دوران نقل و حمل کی دستیابی کو یقینی بنایا جائے۔

ہنگامی انتہائی وارننگ و تحفیت کی منصوبہ بندی

ضروری نہیں کہ ترقی کے عمل سے قدرتی اور انسان ساختہ خطرات کا خطرہ کم ہو۔ جب ہم غیر منصوبہ بند تجزیہ کرتے ہیں تو یہ حقیقت کے سوا کچھ نہیں ہے۔ ایسی پیش رفت جن میں حالیہ برسوں سے بہت ساری مثالیں پیش کی جاسکتی ہیں جو کہ غیر منصوبہ بند اور غیر متوقع ترقیاتی کاموں کی وجہ سے ملک میں کمیونٹیز کے بڑھتے ہوئے خطرات کی نشاندہی کرتی ہیں۔ جیسا کہ ہم جانتے ہیں کہ حالیہ دہائی کے دوران آفات کے مختلف واقعات نے ترقیاتی سرگرمیوں میں خلل ڈالا ہے اور اس حقیقت کے باوجود کہ بہت سی قیمتی جائیں ضائع ہوئیں، وقت کے ساتھ ساتھ اہم بنیادی ڈھانچے کو شدید نقصان پہنچا۔ ان نقصانات کو برقرار رکھنے نے تباہی سے بچنے والے بنیادی ڈھانچے کی تعمیر کے لیے بلڈنگ کوڈز کو مناسب طریقے سے اپناتے ہوئے تحفیت کے اقدامات پر زیادہ توجہ مرکوز کرتے ہوئے فعال اقدامات کرنے کا سبق سکھایا، اس کے علاوہ بنیادی ڈھانچے کی ترقی کے لیے ذمہ دار تمام ذمہ داروں اور آفات کے شکار افراد کی صلاحیت میں اضافے کے لیے بیداری بڑھانے کے سیشن سمیت ضروری تربیت فراہم کرنا۔

ذیل میں NDMA تجویز کردہ تحفیت کے اقدامات ضلعی اور تحصیل کی سطح پر مشاورتی اجلاسوں، مشاورتی ورکشاپس کے سلسلے کے نتائج ہیں جس کے بعد ضلع جعفر آباد میں سرکاری اور غیر سرکاری اسٹیک ہولڈرز کو بورڈ پر لے جانے کے لیے DRR اقدامات تجویز کیے گئے ہیں جو خالصتاً مقامی دانشمندی اور حکمت پر بنائے گئے ہیں۔ متعلقہ اسٹیک ہولڈرز کے ذریعہ منتخب کیا جاتا ہے جو تباہی کے واقعات کی اقساط سے اکثر متاثر ہوتے ہیں۔

شعبہ	تحفیت کے اقدامات
تعلیم	<ol style="list-style-type: none"> 1. اسکولوں کے مناسب MHVRA کی بنیاد پر موجودہ اسکولوں کی مرمت۔ 2. اسکولوں میں ایمر جنسی رسپانس کٹس کی فراہمی اور تربیت کا بندوبست کرنا۔ 3. اسکول میں قبل از وقت وارننگ الرٹ سسٹم انسٹال کریں اور قریبی پولیس اسٹیشن اور ڈی ڈی ایم اے سے لنک کریں۔ 4. مناسب صفائی، سولر سسٹم، جنریٹر کی فراہمی اور پینے کے صاف پانی کو یقینی بنانا اس بات کو ذہن میں رکھتے ہوئے کہ اسکولوں کو خالی کرانے کے مرکز کے طور پر استعمال کیا گیا ہے۔

<p>5. اسکولوں کے اندر اور باہر انخلاء کے محفوظ راستوں اور انخلاء کی جگہوں کی نشاندہی کریں اور انخلاء پر باقاعدہ مشقیں اور فرضی مشقیں کریں۔</p> <p>6. تنظیمی سطح کی ترقی</p> <p>7. DRM آپریشنل پلان۔</p> <p>8. طلباء، اساتذہ اور والدین ٹیچر کو نسل کی صلاحیتوں کو بڑھانا</p> <p>9. DRM اور ایمر جنسی رسپانس سے متعلق مختلف تربیت۔</p> <p>10. ڈیزاسٹر مینجمنٹ اور ہنگامی رد عمل پر IEC مواد کی ترقی</p> <p>11. اسکولوں میں وسیع پیمانے پر پھیلاؤ اور عوامی بیداری کے لیے بیداری بڑھانے کے سیشنز کا اہتمام کریں اور طلباء کو شامل کر کے ریلیوں کا اہتمام کریں۔</p> <p>12. قومی اور بین الاقوامی DRR دن پر اساتذہ اور طلباء کے پروگرامات</p> <p>13. MHVRA کے انعقاد اور اسکول کے حفاظتی منصوبے تیار کرنے میں والدین ٹیچر کو نسل اور اسکول انتظامیہ کی شمولیت۔</p> <p>14. DRR تربیت کو رسمی اور غیر رسمی تعلیم میں ضم کریں۔</p> <p>15. معذور طلباء اور اساتذہ کے لیے ریمپ کی تعمیر</p>	
<p>1. سینئر ہیلتھ پریکٹیشنرز اور متعلقہ ضلعی سرکاری اور غیر سرکاری افسروں کے لیے تربیتی کورسز کا اہتمام کریں تاکہ وہ یہ سمجھ سکیں کہ "صحت کے شعبے میں DRR کو مرکزی دھارے میں کیسے لایا جائے"۔</p> <p>2. ایمر جنسی رسپانس مینجمنٹ کے حوالے سے صحت کی سہولیات کی صلاحیت کی تشخیص اور وسائل کی نقشہ سازی کرنا۔</p> <p>3. ضلعی سطح پر ہیلتھ کلنر کو تیار/ مضبوط بنائیں اور موثر رابطہ کاری اور ڈیٹا شیئرنگ کے لیے باقاعدہ مینٹنگز کریں۔ مینٹنگ کے منٹس اور اس کی مناسب ترسیل کو برقرار رکھیں۔</p> <p>4. ہنگامی حالات کے دوران قبل از پیدائش، پیدائش اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال کی فراہمی۔</p> <p>5. صحت کے سہولت کاروں کے لیے ہنگامی ادویات کا ذخیرہ کرنا تاکہ ہنگامی حالات کے دوران خاص طور پر کمزور علاقوں میں بنیادی صحت کی دیکھ بھال فراہم کی جاسکے</p> <p>6. یونین کو نسل میں ہیلتھ پریوینٹیو ٹیموں کی بروقت تعیناتی۔</p> <p>7. وبائی امراض اور وائرل بیماریوں کے پھیلاؤ پر قابو پانے کے لیے مناسب پیرے کا انتظام کریں۔</p> <p>8. پینے کے صاف پانی کی فراہمی کے لیے PHED کے ساتھ قریبی تال میل رکھیں اور</p> <p>9. کیمپوں میں لیٹرینز کا بندوبست کرنا۔</p> <p>10. این ڈی ایم اے کے معیاری رہنما خطوط پر ہنگامی حالات کے لیے ہسپتال کی تیاری کی تربیت کا اہتمام کر کے اسپتالوں کی صلاحیتوں کو بڑھانا۔</p>	<p>صحت</p>

<p>11. ڈسٹرکٹ ہیلتھ کوآرڈینیشن ٹیم کا نوٹیفیکیشن اور قدرتی آفات کے دوران جواب دینے کے طریقہ پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے باقاعدہ میٹنگز کریں۔</p> <p>12. مقررہ پوائنٹسِ صحت کی سہولیات پر زور دینا کی پہلے سے پوزیشننگ۔</p> <p>13. LHV، LHW، LHS، دیگر پیرامیڈیکل اسٹاف اور CHWs کے لیے صحت پر مرکوز DRM پر تربیت کا اہتمام کریں۔</p> <p>14. انخلاء کی جگہوں کی نشاندہی کریں، ہنگامی صورتحال کی تعمیر اور دیکھ بھال موجود ہے اور باقاعدہ فرضی مشقیں اور مشقیں کریں۔</p> <p>15. صحت کی سہولیات کے لیے MHVRA کا انعقاد کریں اور خطرے کے شکار علاقوں میں واقع اہم سہولیات کی نقشہ سازی کریں۔</p> <p>16. کمزور ہپیتالوں کی صحت کی سہولیات کی نشاندہی کریں اور عمارتوں کی مرمت اور مناسب ریٹروفٹنگ کو یقینی بنائیں۔</p> <p>17. صحت کے شعبے میں کام کرنے والی مقامی این جی او اسی بی اوز کی نقشہ سازی جو کسی بھی ہنگامی صورتحال میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔ (مختصر مدت 1-2 سال)</p>	
<p>1. پانی کو ذخیرہ کرنے کے لیے آفات سے قبل پانی کے ٹینکوں کی فراہمی ناص طور پر انخلاء کے مقامات اور ریلیف کیمپوں میں یقینی بنائیں۔</p> <p>2. گہرے کنوؤں اور تالابوں کی تعمیر اور شناخت شدہ کمزور دیہاتوں میں بینڈ پمپس کی تنصیب۔</p> <p>3. پینے کے صاف پانی کی فراہمی کے لیے فلٹریشن پلانٹس کا قیام۔</p> <p>4. موجودہ فلٹریشن پلانٹ کو ہائیڈرو پاور سے سولر انرجی سسٹم میں تبدیل کرنا آفات کی صورتحال کے دوران بیک اپ کے طور پر استعمال کرنا۔</p> <p>5. پینے کے پانی کے ذرائع کی حفاظت کے لیے پشتوں کی دیواروں کی تعمیر۔</p> <p>6. پناہ گاہوں اور بحالی مرکز کی دستیابی جو آفات کے دوران استعمال کی جاسکتی ہے۔</p> <p>7. تربیت اور ہنگامی منصوبہ بندی کے سیشنز کا انعقاد۔</p> <p>8. علاقے کی حفظانِ صحت کی مناسبت کے لحاظ سے تباہی سے پہلے انخلاء کی جگہوں کا سروے کریں۔</p>	<p>پبلک ہیلتھ انجینئرنگ سیکٹر</p>

<p>9. کمیٹیوں کا قیام اور کمیونٹی کی سطح پر ان کی تربیت PHED کی طرف سے فراہم کی جانے والی سہولیات کے تحفظ کے لیے</p> <p>10. پانی کو ذخیرہ کرنے کے لیے آفات سے قبل پانی کے ٹینکوں کی فراہمی خاص طور پر انخلاء کے مقامات اور ریلیف کیمپوں میں یقینی بنائیں۔</p> <p>11. گھرے کنوؤں اور تالابوں کی تعمیر اور شناخت شدہ کمزور دیہاتوں میں بینڈ پمپس کی تنصیب۔</p> <p>12. پینے کے صاف پانی کی فراہمی کے لیے فلٹریشن پلانٹس کا قیام۔</p> <p>13. موجودہ فلٹریشن پلانٹ کو ہائیڈرو پاور سے سولر انرجی سسٹم میں تبدیل کرنا آفات کی صورتحال کے دوران بیک اپ کے طور پر۔</p> <p>14. پینے کے پانی کے ذرائع کی حفاظت کے لیے پشتوں کی دیواروں کی تعمیر۔</p> <p>15. پناہ گاہوں اور بحالی مرکز کی دستیابی جو آفات کے دوران استعمال کی جاسکتی ہے۔</p> <p>16. تربیت اور ہنگامی منصوبہ بندی کے سیشنز کا انعقاد۔</p> <p>17. علاقے کی حفظان صحت کی مناسبت کے لحاظ سے تباہی سے پہلے انخلاء کی جگہوں کا سروے کریں۔</p> <p>18. کمیٹیوں کا قیام اور کمیونٹی کی سطح پر ان کی تربیت PHED کی طرف سے فراہم کی جانے والی سہولیات کے تحفظ کے لیے</p>	
<p>1. خاص طور پر کمزور یونین کونسلوں میں وارڈن پوسٹ کے قیام کو جاری رکھیں</p> <p>2. عام اور ہنگامی دونوں صورتوں میں ڈیوٹی اسٹیشن تک عملے کی نقل و حرکت کے لیے گاڑیوں کی دستیابی۔</p> <p>3. وارڈن کو ایمر جنسی سے لیس کرنا</p> <p>4. رسپانس کٹس اور ان کے لیے مناسب تربیت کا بندوبست کریں۔</p> <p>5. ہر وارڈن پوسٹ پر عملے اور رضا کاروں کی یکنگی تربیت۔</p> <p>6. انعقاد کے لیے بجٹ مختص کرنا۔</p> <p>7. حکومت کی فرضی مشقیں سال میں دو بار افسران اور رضا کار۔</p> <p>8. کے ماسٹر ٹرینرز کا پول تیار کریں۔</p> <p>9. رضا کار اور رضا کاروں اور وارڈن کے ڈیٹا میں کو برقرار رکھتے ہیں۔</p> <p>10. مضبوط کو آڈیٹیشن میکانزم تیار کریں۔</p> <p>11. ٹرینرز، رضا کاروں اور پوسٹ کے</p> <p>12. ہم سکوڈ کے لیے مناسب سامان مہیا کریں۔</p> <p>13. ڈسپوزل یونٹس اور انہیں تربیت فراہم کر کے ان کی صلاحیتیں بنائیں۔</p>	<p>سول ڈیفنس</p>

<p>14. ہنگامی رسپانس کے سامان کی فراہمی جس میں کشتیاں، کھدائی کرنے والے جدید آلات، اور جان بچانے والی جیکٹس اور شیے شامل ہیں۔</p> <p>15. یوسی اور تحصیل کی سطح پر کمیونٹی ایمر جنسی رسپانس ٹیموں (CERT) کی تشکیل۔</p> <p>16. ہنگامی رد عمل سے متعلق تربیت فراہم کریں جن میں فرسٹ ایڈ، سرچ اینڈ ریسکیو، فائر سیفٹی اور کمیونٹی ایکشن فار ڈیزاسٹر رسپانس (CADRE) شامل ہیں</p> <p>17. ایمر جنسی رسپانس کنٹرول روم کو مکمل طور پر آراستہ کریں اور ہنگامی حالات اور حادثات کے ڈیٹا بیس کو برقرار رکھیں۔</p> <p>18. محافظ پروگرام کو گاؤں کی سطح تک پھیلائے۔</p> <p>19. ضلعی سطح پر ریسکیو فیئلڈ سکول کا قیام۔</p> <p>20. ضلع اور تحصیل کی سطح پر ریسکیورز کو تلاش اور بچاؤ کی تربیت کا انعقاد کریں۔</p> <p>21. تربیت یافتہ خواتین عملے میں ممکنہ اضافہ</p>	<p>ریسکیو 1122</p>
<p>1. تنظیمی سطح کا DRM منصوبہ تیار کریں اور MHVRA پر مبنی ہنگامی منصوبے۔</p> <p>2. تربیت اور DANA اور طرز عمل کا اہتمام کریں۔</p> <p>3. تباہی کے بعد فصلوں کے نقصانات اور ضرورت کا جائزہ لینے کا باقاعدہ سروے۔</p> <p>4. کیڑے مار ادویات، بیج، کھاد کی فراہمی</p> <p>5. اور ہنگامی حالات سے پہلے اور اس کے دوران کسانوں کو متعلقہ معلومات۔</p> <p>6. ذخیرہ کرنے کے لیے برتن یا گیلن مہیا کریں۔</p> <p>7. کسی بھی غیر معمولی صورتحال کے لیے خشک خوراک۔</p> <p>8. آگاہی سیشنز کا انعقاد اور</p> <p>9. کسانوں کو DRM کے بارے میں تربیت اور پائیدار معاش کو یقینی بنانے کے طریقے</p> <p>10. ضلع میں سیلاب زدہ علاقوں کا مٹی کا سروے کرنا۔</p> <p>11. ڈھلوان اور مٹی کے سٹاؤ کو مستحکم کرنے کے لیے پودے لگانے اور پشٹی دیواریں کھڑی کرنے کو یقینی بنائیں</p>	<p>زراعت</p>
<p>1. ڈیٹا بیس کی ترقی اور مویشیوں کی آبادی کی باقاعدگی سے اپ ڈیٹ۔</p> <p>2. سیلاب کے موسم میں جانوروں کی ویکسینیشن سے پہلے کے انتظامات۔</p> <p>3. جانوروں اور چارے کے ڈپو کے لیے محفوظ انخلاء کی جگہ ایکمپنگ کے لیے سروے کریں۔</p> <p>4. ابتدائی ویکسینیشن کے لیے سال میں دوبار آگاہی مہم چلائیں۔</p> <p>5. ہر تحصیل میں بیداری بڑھانے کے لیے محکمہ لائیو سٹاک کے موبائل یونٹس کے ساتھ کام کرنے کے لیے کمیونٹی سہولت کاروں کے لیے تربیت کا انعقاد کریں۔</p> <p>6. پری فلڈ سیزن میں جانوروں کی ٹیگنگ کے انتظامات۔</p> <p>7. آفات سے پہلے اور بعد میں جانوروں کی صحت کی دیکھ بھال کی منصوبہ بندی، انتظام اور معینگی مدد کے انتظامات۔</p>	<p>لائیو سٹاک</p>

<p>8. تربیت اکا اہتمام کریں اور کسی بھی آفت کے دوران موبیلیٹیوں کے نقصان اور ضرورت کا جائزہ لینے کے بارے میں باقاعدہ سروے کریں۔۔</p>	
<p>1. ہنگامی مشینری کی فراہمی جیسے پانی کا سیٹ، بالٹیوں کے ساتھ ٹریکٹر، کشتیاں وغیرہ)۔ 2. خاص طور پر ہنگامی حالات میں پینے کے صاف پانی کی فراہمی۔ 3. سیلاب ریلیف کیپوں، بحالی مراکز کی صفائی کو یقینی بنائیں اور خیموں، مچھر دانی وغیرہ کا بندوبست کریں۔ 4. فلڈ ریلیف کیپوں میں فوڈنگ سپرے کی دستیابی کو یقینی بنائیں تاکہ بیماریوں کے مزید پھیلاؤ پر قابو پایا جاسکے۔ 5. کسی بھی غیر معمولی صورتحال کے لیے خشک خوراک کو ذخیرہ کرنے کے لیے برتن یا گیلن فراہم کریں۔ 6. چبوترے کے لیے موزوں جگہ کی تعمیر (انڈس ہائی وے تک کی سطح)۔ 7. ہنگامی اور DRM منصوبے تیار کریں۔ 8. ڈی آر ایم پر عملے اکارکنوں کی تربیت اور صلاحیت سازی کے پروگراموں کے ذریعے ہنگامی ردعمل۔ 9. نئے ڈیزائن کردہ فریم ورک اور رہنما خطوط پر عملے کی استعداد کار میں اضافہ۔</p>	<p>میونسپل کمیٹی</p>
<p>10. چینلز کو مناسب طریقے سے ڈیزائن اور تعمیر کریں۔ 11. تمام آبپاشی چینلز کا MHVRA اور کمزور مقامات کی نشاندہی کرتا ہے 12. تنظیمی سطح کے DRM اور ہنگامی منصوبے تیار کریں اور اس کے نفاذ کو یقینی بنانے کے لیے وسائل کو متحرک کرنے کے لیے دوسرے لائن ڈیپارٹمنٹ کے ساتھ ہم آہنگی پیدا کریں۔ 13. بحالی نالے کی گنجائش ہونی چاہیے۔ 14. فتح پور کے ٹیل سے صادق دستے کے ٹیل تک نیا سیلابی بند مجوزہ۔ 15. سیلابی پھٹنے کی دیکھ بھال اور مرمت۔ 16. خاص طور پر لیکچر انک اور پرنٹ میڈیا کا استعمال برائے آگاہی 17. مون سون کے موسم کے دوران، پشتوں کے ڈھانچے کی تعمیر اور حیثیت کی نگرانی کی جانی چاہئے۔ 18. وقتاً فوقتاً تشخیص اور ہر حساس مقام پر فلڈ گیزنگ لگائیں۔</p>	<p>آبپاشی</p>
<p>1. نقصان اور عمارت کے ڈھانچے کا جائزہ لینے کی ضرورت ہے کہ آیا قابل مرمت ہے یا مکمل طور پر منہدم۔ 2. متاثرہ عمارتوں کی ریٹر و فٹنگ / تعمیر نو اور موصلاتی ذرائع۔ 3. عمومی طور پر قوانین اور خاص طور پر اہم سہولیات کی تعمیر کو یقینی بنائیں۔ 4. بلڈنگ کوڈز اور محفوظ تعمیرات کے بارے میں آگاہی مہم چلائیں اور معماروں کی تربیت کریں۔ 5. سول انجینئرز کے ذریعے عمارتوں کے ڈھانچے کی نگرانی اور نگرانی۔ 6. تعمیراتی ڈھانچے کے لیے بہتر رہنما اصول وضع کیے جائیں۔ 7. خطرناک یا متاثرہ عمارتوں اور سڑکوں پر سائن بورڈز یا ضروری احتیاطی بورڈز کی تنصیب</p>	<p>موصلات اور کام کا شعبہ</p>

<ol style="list-style-type: none"> 1. مستقل سہولیات کا قیام یعنی ضلع کی سطح پر آپریشن سیل جبکہ تحصیل کی سطح پر ویتراؤسز کا قیام۔ 2. آفات کا شکار دیہی اور شہری علاقوں کی زمین کے استعمال کی منصوبہ بندی کریں۔ 3. ضلعی سطح پر سیکڑل DRR فریم ورک تیار کریں۔ 4. معیاری نقصان اور ضرورت کی تشخیص کے آلات کی ترقی اور باقاعدہ مشقیں کرنا۔ 5. حکومتی شعبہ جات کو تربیت دیں۔ 6. معیاری نقصان پر افسران اور تقضیعی آلات کی ضرورت ہے۔ 7. لازمی کرداروں میں DRR کا انضمام اور مختلف لائن محکموں کی ذمہ داریوں کا تعین کرنا۔ 8. انسانی وسائل کی صلاحیت کی تعمیر 9. تربیت اور فرضی مشقوں کے ذریعے 	<p>ریونیو</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. ضلع جعفر آباد میں کام کرنے والے فعال CBOs، I/NGOs اور IUN ایجنسیوں اور ان کے ممکنہ علاقوں کی نقشہ سازی کریں۔ 2. انسانی ہمدردی کی ایجنسیوں کے مابین رابطہ اجلاس منعقد کریں اور W4 میٹرکس کو مدعو کریں۔ 3. ایک مرکزی ڈیش بورڈ تیار کریں جہاں انسانی ہمدردی کی ایجنسیوں کے ذریعہ کئے گئے کام تک رسائی حاصل کی جاسکے۔ 4. تحصیل اور یونین کونسل کی سطح پر وسائل صحت مراکز کا قیام۔ 5. کمزور گروہوں کا ڈیٹا اکٹھا کریں اور انہیں سرکاری اور غیر سرکاری مراعات کے ذریعے سہولت فراہم کریں۔ 6. کمیونٹی رضا کاروں کی رجسٹریشن ایمرجنسی کے دوران رد عمل کے لیے دستیاب ہوگی۔ 7. خواتین کی شرکت کی حوصلہ افزائی کرتے ہوئے ڈیزاسٹر مینجمنٹ پر سیمینارز اور ورکشاپس کا انعقاد کریں۔ 	<p>سوشل ویلفیئر</p>

ابتدائی وارننگ سسٹم اور کمیونیکیشن

ابتدائی وارننگ سسٹم کی اہمیت

کلیدی تعریفیں:

• قبل از وقت وارننگ سسٹم: ایسے نظام جو آنے والی آفات یا خطرات کی پہنچی اطلاع فراہم کرنے کے لیے بنائے گئے ہیں تاکہ بروقت تیاری اور رد عمل کے اقدامات کو ممکن بنایا جاسکے۔

وضاحت: شرکاء ڈیزاسٹر مینجمنٹ میں ابتدائی وارننگ سسٹم کے اہم کردار کے بارے میں جانیں گے۔ سیشن میں اس بات پر زور دیا جائے گا کہ کس طرح بروقت الرٹس کمیونٹی کو باخبر فیصلے کرنے اور آفات کے اثرات کو کم کرنے کے لیے مناسب اقدامات کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

عکاسی اور بحث:

وضاحت: گروپ کی سرگرمی کے بعد، شرکاء ایک عکاس بحث میں مشغول ہوں گے۔ وہ نقلی الرٹ جواب سے حاصل کردہ اپنے تجربات، چیلنجز اور بصیرت کا اشتراک کریں گے۔ یہ بحث شرکاء کو اپنے اعمال کے بارے میں تنقیدی انداز میں سوچنے اور فیصلہ سازی کی صلاحیتوں کو بہتر بنانے کی ترغیب دے گی۔ شرکاء نے آفات سے نمٹنے کے لیے تیاری اور مؤثر ہنگامی رد عمل میں ابتدائی وارننگ کے نظام کی اہمیت کی بنیادی سمجھ حاصل کرنی ہوگی۔

کیونتی کے اندر ابتدائی وارننگ سسٹم کے ذرائع			
ڈیزاسٹر کی قسم	انتباہی علامات	اگر بجلی دستیاب ہو تو	اگر بجلی دستیاب نہ ہو تو
سیلاب	بارش	مساجد کے لاؤڈ سپیکر سے اعلان غیر نماز کے اوقات میں اذان پڑھنا	موبائل کے ذریعے آگاہی پھیلانا نوٹ: یہ مختلف علاقوں میں ایک عام رواج ہے
سیلابی ریلے	کالے بادل، گرج چمک انتہائی بارش	غیر نماز کے اوقات میں اذان پڑھنا	غیر نماز کے اوقات میں اذان پڑھنا
زلزلہ	ٹیکٹونک حرکات	اگر کچھ علاقوں میں ریکٹر سکیل سسٹم نصب ہے تو اس کے ذریعے حفاظتی اقدامات	
لینڈ سلائیڈنگ	زمین کی حرکت، علاقے سے چشموں کا ظاہر ہونا یا غائب ہونا، درخت اور کھجے کا جھکاؤ	مساجد کے لاؤڈ سپیکر سے اعلان غیر نماز کے اوقات میں اذان پڑھنا	موبائل کے ذریعے آگاہی پھیلانا سلائیڈ ایریا میں اور اس کے قریب سرخ جھنڈے اٹھانا

معلومات جمع کرنا اور پھیلانا

تباہ کن آفات کے دوران، مواصلاتی نظام ٹوٹ سکتا ہے۔ اس طرح ضروری معلومات جمع کرنا مشکل ہو جائے گا۔ مقامی حکومتوں کو بھی مقامی معلومات کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب شہری غیر یقینی معلومات اور افواہوں کے مطابق کام کرتے ہیں تو یہ خوف و ہراس کا باعث بن سکتا ہے۔ لہذا، کمیونٹی پر مبنی ڈیزاسٹر کمیٹیوں (VDMCs) کے لیے یہ ضروری ہے کہ وہ فوری طور پر علاقوں کے حالات کو سمجھیں اور کمیونٹیز کے رہائشیوں اور متعلقہ سرکاری حکام کو درست معلومات کی اطلاع دیں۔ ہنگامی معلومات کے حوالے سے، دو اجزاء ہیں: معلومات جمع کرنا اور معلومات کی ترسیل۔

معلومات کا مجموعہ

VDMCS معلومات جمع کرتی ہیں:

(1) انخلاء اور انخلاء کی جگہوں کی تعداد،

(2) نقصان اور نقصانات (انسانی، عمارتیں، بنیادی ڈھانچہ جیسے سڑکیں، پانی، آبپاشی کے نظام، ڈیک وغیرہ)

(3) بقا کے لیے مفید کوئی بھی معلومات۔ انہیں یونین کو نسل میں ڈیزاسٹر مینجمنٹ کے انچارج شخص کو اس کی اطلاع دینی چاہیے۔

جمع کی جانے والی معلومات کی اقسام

• انخلا کرنے والوں کی تعداد، انخلا کی جگہیں جہاں سے مکینوں کو نکالا گیا ہے۔

• نقصانات (جانی نقصانات، عمارتیں، انفراسٹرکچر جیسے سڑکیں، پانی، آبپاشی کے نظام)

• آگ کے واقعات، اگر کوئی ہو۔

• بقا کے لیے مفید معلومات

معلومات اکٹھا کرنے اور بیرونی طور پر شیئر کرنے کا طریقہ کار		
کیونٹی سے معلومات اکٹھا کرنے کے لیے ٹیم	بیرونی مواصلاتی ٹیم	ابتدائی وارننگ اور آگاہی ٹیم
ٹیم کا کردار اور ذمہ داریاں	ٹیم کا کردار اور ذمہ داریاں	ٹیم کا کردار اور ذمہ داریاں
<ul style="list-style-type: none"> • کسی آفت سے پہلے، اس کے دوران اور بعد میں کیا کرنا ہے اس بارے میں آگاہی پیدا کریں۔ • پوری یوسی کے دیہاتوں میں قبل از وقت وارننگ الرٹ اور پیغامات پھیلائیں۔ • انخلاء مواصلات کا انتظام کریں۔ • ہنگامی صورتحال، کیونٹی کی کوششوں اور خلاء پر سٹیٹس فراہم کریں۔ 	<ul style="list-style-type: none"> • ایسے وسائل کو متحرک کریں جو کیونٹی خود پیدا نہیں کر سکتی اور نہ ہی ان تک رسائی حاصل کر سکتی ہے۔ • امدادی ایجنسیوں کے ساتھ رابطہ کاری، منصوبہ بندی اور امدادی کارروائیوں کو نافذ کریں۔ • ہنگامی صورتحال، کیونٹی کی کوششوں اور خلاء پر سٹیٹس فراہم کریں۔ • کیونٹی کی سماجی، معاشی اور جسمانی بحالی میں سہولت فراہم کرنا 	<ul style="list-style-type: none"> • نقصانات کی تفصیل کی، صلاحیت کی تشخیص کا احاطہ کرنا۔ • ہنگامی صورتحال، کیونٹی کی کوششوں اور خلاء پر سٹیٹس فراہم کرنا۔ • نقصان اور نقصان کے تخمینے کی حمایت کرنا۔
<ul style="list-style-type: none"> • امدادی اقدامات، حقداروں وغیرہ کے بارے میں دیہاتوں تک معلومات پہنچائیں 	<ul style="list-style-type: none"> • بحالی میں مدد حاصل کرنے کے لیے حکومت اور امدادی ایجنسیوں کے ساتھ رابطہ قائم کریں۔ • اس بات کو یقینی بنائیں کہ تعمیر نو اور بحالی کے مرحلے کے دوران خطرے میں کمی کے اقدامات مربوط ہوں۔ • UC اور ضلعی سطح پر سرکاری لائن ڈپارٹمنٹس کے ساتھ رابطہ اور معلومات کا اشتراک کریں۔ • علاقے میں کام کرنے والے CBOs/NGOs کے درمیان رابطہ اور معلومات کا اشتراک کریں 	<ul style="list-style-type: none"> • امدادی اقدامات کے بارے میں دیہاتوں کو معلومات کا تعین اور ہنگامی کرنا

4 پیش

تیاری ورد عمل تجزیہ و پوسٹ اسمنٹ:

تمام تربیت یافتگان افراد سے تیسرے دن کے آخر میں پوسٹ اسمنٹ کی سرگرمی کروائی جائے گی۔

درکار مواد: پری اسمنٹ فارمز، مارکر

مقصد: تربیت کے پہلے اور بعد کا تجزیہ کرنا کہ کس حد تک تربیت یافتگان نے منطقی سمجھ بوجھ حاصل کی

ڈیزاسٹر کے مراحل کی تیاری اور رد عمل

کی دستاویز کی تشکیل (تباہی کے شکار ایریا کی ACT EPR (MIS، شناخت، ان کی نقشہ سازی، جغرافیائی معلوماتی نظام

اسٹیک ہولڈرز کے ساتھ ان کی صلاحیت کے تعین کے لیے کو آرڈینیشن۔

فورم، لائن ڈیپارٹمنٹ کی تشکیل DRR مختلف سطحوں پر اور صلاحیت کی تعمیر

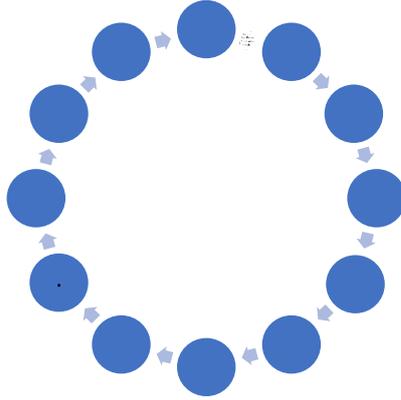
دستاویزات جیسے رسپانس ورک کی تفصیل EPR، بی سرگرمیوں کا موجودہ جائزہ ACT کے عہدیداران VDMCs، ہنگامی منصوبہ بندی (ToR) کے ساتھ دستور العمل VDMC، کی صلاحیت سازی کے سیشن، تمام متعلقہ اداروں کی ڈائریکٹری مرتب کرنا

تیاری

جواب

، سول سوسائٹی تنظیم کے ساتھ اور تمام متعلقہ اداروں، DDMA، Civil defense، Rescue 1122، DRR کی فورمز کے ساتھ منصوبہ سازی کا سیشن۔ تشکیل اور استعداد میں اضافہ

یونین کو نسل سطح کے ڈی ایم سی کی تشکیل اور صلاحیت کی تعمیر، اور لائن ڈیپارٹمنٹ کے ساتھ صفت بندی کرنا۔ ڈی آر ایم پلان کو حتمی شکل دینا



رد عمل کی منصوبہ بندی کے لیے لائن ڈیپارٹمنٹ، فورم کے ساتھ DRR اور org سول سوسائٹی کو آرڈینیشن

صورتحال پر نظر رکھنا اور محکموں، کلسٹرز کے ساتھ ہم آہنگی رکھنا۔ کمیونٹی ایمرجنسی ریسپونس ٹیموں اور فورم، لائن ڈیپارٹمنٹ کے ساتھ کو آرڈینیشن DRR

ماڈل کا نفاذ DRR

کی تشکیل اور صلاحیت کی تعمیر - VDMCs

گاؤں اور یوسی: خطرات کی نقشہ سازی اور آفات کے اثرات میں کمی کی معلومات

صورتحال کی رپورٹ، تمام تیاری کی سرگرمیاں موثر اور موثر رد عمل کے لیے استعمال کی جائیں گی۔ نقشہ سازی، اور تمام متعلقہ کنٹرول رومز کو چالو کرنا

اگر آفت آتی ہے تو متعلقہ ٹیم جواب میں کیا قیادت کرے گی؟

متاثرہ کمیونٹی کی مدد کے لیے فیلڈ لیول پر شروع کرنے کے لیے مکمل پروگرام اور ذمہ داریوں کا تعین

محکمہ اور مہارت کے مطابق ہنگامی منصوبہ بندی اور ACT ذمہ داری کی تقسیم پر عمل کرنے کے لیے کے اندرونی اجلاس۔ وینڈرز کی شناخت، تشخیص اور HR وینڈرز کے ساتھ ٹی او آر آر کو حتمی شکل دینا۔ کے ذریعے حتمی شکل VDMCs کی تشکیل کو دی جائے گی۔

پانچواں دن



Regional Office

 Magsi House Buzdar colony Near
Shaheed Murad Stadium Dera Allah yar
Jaffaerabad Baluchistan

Head Office Islamabad

 +92-51-8312826 , +92-51 8312843

 Plot No. 238, Street No. 06, I-9/2, Islamabad