



زلزله

۱۳۹۶



نقاط ذیل توجه صورت گیرد:

• برای پس لرزه ها آماده باشید و تا مدت زمانی به همان قسمت امن و مشخص باقی بمانید.

• بدن خود را واریسی کنید تا معلوم شود، حین زلزله کدام جراحی بر نداشته باشید.

• برای مقابله با خطرات احتمالی آماده باشید و از خوردن غذاهای آلوده با خاک، شیشه و امثال آن خودداری کنید.

• پیش از ورود به ساختمان خسارات آن را بررسی کنید اگر کدام شکستگی در ظاهر آن یافتید، به ساختمان داخل نشوید.

• رادیو، تلویزیون و سایر منابع آگهی رسان را جهت معلومات و راهنمایی های عاجل تعقیب کنید.

• در صورت مشاهده هر نوع خطر در محیط خانه که زلزله شده است، ماندن به صلاح نیست. اقدامات خروج را روی دست بگیرید.

• تلفن را صرفاً در صورت اخذ کمک های اضطراری جهت نجات حیات تان استفاده کنید.

شماره تماس: ۰۷۹۹۶۵۲۸۹۳ / ۰۷۲۸۹۰۰۱۰۳

پست بکس: ۳۰۶۶

ایمیل: intdept@redcrescent.af / dis@redcrescent.af

وب سایت: www.redcrescent.af

افغانستان، کابل، ناحیه پنجم، افشارسیلو، دفتر مرکزی جمعیت هلال احمر افغانی

زلزله

زلزله عبارت از جنبش و لرزش سریع و ناگهان سطح زمین است که ناشی از هم گسیختگی سریع در گسل‌های (شکستگی‌های) قشر زمین در مدتی کوتاه روی می‌دهد.

تأثیرات زلزله:

همه‌ساله هزارها مرتبه زلزله‌های خفیف و شدید رخ می‌دهد که سبب تلفات، خسارات و آسیب‌های فراوان می‌گردد.

تأثیرات اولیه:

- تخریب ساختمان‌ها، تخریب جاده‌ها، تخریب پل‌ها.
- تخریب خطوط انتقال آب و برق و گاز و ارتباطات.
- تلفات، جراحات و خسارات بر شهروندان و امدادگران و مرگ و میر مواشی.
- صدمات بر فعالیت‌های انکشافی و اقتصادی و بازار.

تأثیرات ثانوی:

زلزله شدید شاید سبب خطرات ثانوی

ذیل باشد:

- لغزش زمین
- آتش سوزی‌ها
- سیلاب‌ها
- تخریب سرکها و پل‌ها
- خساره‌های اقتصادی و

اقدامات قبل از وقوع زلزله:

همیشه قبل از وقوع زلزله اقدامات ذیل را به شکل دوامدار رعایت نمایم:

- آگاهی‌های خود را هر سال تجدید نموده، دانش و ظرفیت جوامع را درباره آمادگی به حوادث ارتقا دهید.
- ساختمان‌ها، خانه‌ها، تعمیرات عامه و سایر زیر بناهای مهم را در برابر زلزله مقاوم سازید.
- ساختمان‌های ضعیف موجوده را در برابر حوادث مستحکم و مقاوم سازید. اصول و مقررات ایمنی و مقاومت ساختمان‌ها را در برابر زلزله به دقت رعایت کنید.
- نقاط امن محل کار و سکونت خود را مشخص نموده و آدرس آن را در اختیار نزدیکان خود قرار

دهید

اقدامات در جریان زلزله:

- هرگاه زلزله رخ می‌دهد در جریان زلزله به نقاط ذیل توجه صورت گیرد:
- در هر اتاق خانه‌تان یا جای دیگر هنگام زلزله فوراً به همان قسمت امن و مشخص پناه ببرید.
- اگر در آشپزخانه هستید کوشش کنید سریعاً بیرون شوید، زیرا آشپزخانه خود در جریان زلزله خطرناک می‌باشد.
- اگر در تخت خواب یا چپرکت خواب خود هستید همانجا بمانید و توسط موضع مرغابی و کمک از بالش خود سرتان را در مقابل زلزله محافظت کنید.
- اگر حین زلزله در موتر هستید، سرعت موتر را کم کنید به ساحه‌ای امن (طوری که در بالا ذکر شد)، پناه بگیرید و داخل موتر بمانید. اگر در زیر پل هستید سریعاً خود را از ساحه پل دور سازید.

اقدامات بعد از وقوع زلزله:

اکثراً هر زمین لرزه دارای پس لرزه‌ها نیز می‌باشد، زمانیکه زلزله به وقوع پیوست به