

تاریخ: ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

شماره: ۹۲/۳۵/۱۸۲۵۹

ساعت: ۱۲:۲۰



جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور

استانداری هرمزگان

بسمه تعالی

((سرمایه گذاری برای تولید))

((همه با هم برای ایران))

اعضای محترم ستاد پیشگیری، هماهنگی و فرماندهی عملیات پاسخ به بحران استان
فرمانداران و روسای محترم ستاد پیشگیری، هماهنگی و فرماندهی عملیات پاسخ به بحران شهرستانهای
تابعه

موضوع: راهنمای جامع نکات ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی

سلام علیکم؛

با احترام، در راستای اجرای بند ۱۲ ماده ۷۳ آئین نامه اجرایی قانون نظام مهندسی ساختمان، به پیوست
یک نسخه راهنمای جامع نکات ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی، تهیه شده توسط سازمان نظام مهندسی
ساختمان استان هرمزگان ارسال می گردد. خواهشمند است دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی به عوامل زیرمجموعه
اقدامات لازم صورت پذیرد.

مهرداد حسن زاده

مدیر کل مدیریت بحران



رونوشت:

- جناب آقای دکتر آشوری استاندار محترم جهت استحضار.
- جناب آقای دکتر ساجدی نیا رئیس محترم سازمان مدیریت بحران کشور جهت استحضار.

تاریخ: ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

شماره: ۹۲/۳۵/۱۸۲۵۹

ساعت: ۱۲:۲۰



جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور

استاندارداری هرمزگان

- جناب آقای مهندس مصفا رئیس محترم سازمان نظام مهندسی ساختمان استان هرمزگان جهت آگاهی

۱۴۰۴/۰۳/۳۱

تاریخ: ۲۲۸۲/۱۴۰۴/ص

شماره: دارد

پیوست:

بسمه تعالی



جناب آقای دکتر آشوری

استاندار محترم هرمزگان

موضوع: راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی

با سلام

احتراماً، در اجرای بند ۱۲ از ماده ۷۳ آیین نامه اجرایی قانون نظام مهندسی و کنترل ساختمان، سازمان نظام مهندسی ساختمان استان هرمزگان با کسب نظر از کارشناسان و فعالان حوزه صنعت ساختمان، مبادرت به تهیه راهنمای جامعی از نکات ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی نموده که در قالب فایل pdf-پیوست جهت ارجاع به دستگاه های اجرایی استان و اطلاع رسانی گسترده به عموم مردم برای پیشگیری از حوادث و سوانح ناشی از جنگ، تقدیم حضور می گردد.

مسعود مصفا
رئیس سازمان

استانداری هرمزگان

شماره ثبت: ۱۸۱۲۱

تاریخ ثبت نامه: ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

رونوشت:

- معاونت محترم هماهنگی امور عمرانی استانداری استان جهت استحضار
- مدیر کل محترم راه و شهرسازی استان جهت استحضار
- مدیر کل محترم بنیاد مسکن انقلاب اسلامی استان جهت استحضار
- شهردار محترم بندرعباس جهت استحضار
- رئیس محترم شورای شهر بندرعباس جهت استحضار
- سرپرست محترم سازمان نظام مهندسی ساختمان جهت استحضار
- اعضای محترم هیات مدیره سازمان جهت استحضار

آدرس: بندرعباس - انتهای خیابان دانشگاه - نبش بلوار امام حسین

سازمان نظام مهندسی ساختمان استان هرمزگان

تلفن: ۰۷۶ - ۳۲۴۴۰

کدپستی: ۷۹۱۹۷۹۴۸۸



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

چک لیست ایمنی ساختمان در زمان جنگ هوایی و بمباران

✓ آمادگی قبل از حمله

- ✓ شناسایی محل های امن (زیرزمین، پناهگاه، اتاق بدون پنجره)
- ✓ آماده کردن کوله پشتی اضطراری (آب، غذا، دارو، اسناد، چراغ قوه، رادیو)
- ✓ نوارچسب زدن ضربداری روی شیشه ها .
- ✓ شناسایی و تسلط بر شیر اصلی گاز و برق .
- ✓ آموزش اعضای خانواده برای شرایط اضطراری .

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

چک لیست ایمنی ساختمان در زمان جنگ هوایی و بمباران

✓ اقدامات هنگام اعلام خطر

- ✓ رفتن سریع به محل امن
- ✓ فاصله گرفتن از پنجره‌ها و دیوارهای خارجی
- ✓ نشستن یا دراز کشیدن در گوشه دیوارهای محکم
- ✓ پوشاندن سر و گردن با دست یا وسایل حفاظتی
- ✓ روشن کردن رادیو و پیگیری اخبار رسمی

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

چک لیست ایمنی ساختمان در زمان جنگ هوایی و بمباران

✓ اقدامات هنگام بمباران

- ✓ حفظ آرامش و سکوت کامل
- ✓ ماندن در محل امن تا اعلام وضعیت عادی
- ✓ استفاده از ماسک یا پارچه خیس برای تنفس در صورت ایجاد دود و گرد و غبار

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

چک لیست ایمنی ساختمان در زمان جنگ هوایی و بمباران

✓ اقدامات بعد از بمباران

- ✓ بررسی ایمنی محل (احتمال ریزش، گاز گرفتگی، برق گرفتگی)
- ✓ عدم لمس سیم های برق آسیب دیده
- ✓ کمک به مجروحان و انجام کمک های اولیه
- ✓ ترک محل فقط با اعلام رسمی ایمنی
- ✓ ادامه پیگیری اخبار از منابع رسمی

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

ذخیره مواد غذایی و خوراکی ها (ماندگار و غیر قابل فساد)

- ✓ برنج
- ✓ آرد گندم
- ✓ نان خشک یا بیسکویت خشک
- ✓ کنسروها (تن ماهی، لوبیا، گوشت، مرغ، سبزیجات، میوه)
- ✓ رب گوجه فرنگی
- ✓ روغن خوراکی
- ✓ نمک، شکر، چای، قهوه
- ✓ خرما، کشمش، مغزها (گردو، بادام)
- ✓ شیر خشک یا شیر پاکتی ماندگار
- ✓ ماکارونی، رشته آش، بلغور
- ✓ عسل یا مربا
- ✓ آب آشامیدنی بسته بندی شده (برای حداقل ۷-۱۰ روز)
- ✓ مواد انرژی زا (شکلات، بیسکویت پر کالری)

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

مواد غذایی و اقلام لازم برای بقا در شرایط جنگی

- ✓ داروهای شخصی و نسخه ای
- ✓ مسکن (استامینوفن، ایبوپروفن)
- ✓ قرص ضداسهال، آنتی بیوتیک پایه
- ✓ باند، چسب زخم، گاز استریل، بتادین
- ✓ الکل ضدعفونی، ژل ضدعفونی کننده
- ✓ ماسک، دستکش یک بار مصرف
- ✓ صابون، شامپو، مسواک و خمیردندان
- ✓ دستمال کاغذی و مرطوب
- ✓ نوار بهداشتی یا پوشک کودک (در صورت نیاز)

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

نحوه مواجهه با کودکان در شرایط جنگی

✓ حفظ ایمنی کودکان در مواقع حساس:

پیدا کردن مکان امن: کودکان را به پناهگاه‌ها یا مناطق دور از درگیری هدایت کنید و از نزدیک بودن به پنجره‌ها یا دیوارهای شکننده خودداری کنید.

آموزش نکات ایمنی: به کودکان یاد دهید در صورت شنیدن صدای انفجار، روی زمین دراز بکشند و دست‌ها را دور سر خود قرار دهند.

آماده‌سازی کیت اضطراری: یک کیت شامل آب، غذا، دارو، و اسناد مهم برای کودکان آماده نگه دارید.

اطمینان از ایمنی فیزیکی کودکان، پایه‌ای برای حمایت روانی آن‌ها فراهم می‌کند

✓ حمایت روانی از کودکان:

ارتباط آرام و اطمینان بخش: با لحن ملایم با کودکان صحبت کنید و به آن‌ها اطمینان دهید که در کنارشان هستید.

گوش دادن به احساسات: اجازه دهید کودکان ترس‌ها یا نگرانی‌های خود را بیان کنند و با صبوری به آن‌ها پاسخ دهید.

ایجاد حس امنیت: با در آغوش گرفتن یا نگه داشتن دست آن‌ها، حس آرامش را تقویت کنید.

حمایت روانی به کودکان کمک می‌کند تا با استرس و ترس‌های ناشی از جنگ بهتر کنار بیایند.



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی:

نحوه مواجهه با کودکان در شرایط جنگی

✓ مدیریت استرس و ترس کودکان:

فعالیت‌های آرامش‌بخش: بازی‌های ساده، نقاشی، یا داستان‌گویی را برای منحرف کردن ذهن کودکان به کار ببرید.

روال روزانه: حتی در شرایط سخت، سعی کنید برنامه‌ای منظم مانند زمان غذا یا خواب حفظ کنید.

اجتناب از اطلاعات اضافی: از بحث درباره جزئیات وحشتناک جنگ در حضور کودکان خودداری کنید.

این روش‌ها به کاهش اضطراب و ایجاد ثبات روانی در کودکان کمک می‌کند.

✓ نکات عملی در شرایط بحرانی:

آموزش فرار: به کودکان مسیرهای خروج اضطراری را نشان دهید و با آنها تمرین کنید. **همه‌نگی با دیگران:** با سایر خانواده‌ها یا سازمان‌های امدادی برای محافظت جمعی از کودکان همکاری کنید.

نگهداری اسناد: مدارک هویتی کودکان را همیشه همراه داشته باشید تا در صورت جابه‌جایی، شناسایی آن‌ها آسان باشد.

آمادگی عملی می‌تواند جان کودکان را در لحظات بحرانی نجات دهد.



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

اقدامات حفاظتی

✓ به حمله نگاه نکنید یا برای عکاسی بیرون نروید.

✓ کنار پنجره‌ها یا دیوارها پناه نگیرید.

✓ در فضای باز یا در گروه‌های بزرگ تجمع نکنید.

✓ به اشیای فلزی، شیشه‌ای یا شکستنی نزدیک نشوید

✓ زیر لوستر، پنکه‌ی سقفی یا وسایل آویزان نایستید

✓ در ورودی را باز نگذارید

✓ از خانه بیرون ندوید و وارد خیابان نشوید

✓ در فضای باز چه باید کرد؟

در صورت نبود ساختمان در اطراف، پایین‌ترین نقطه زمین مانند شیار یا گودال را پیدا کرده و روی زمین دراز بکشید. ترکش‌های ناشی از انفجار به سمت بالا پرتاب می‌شوند، بنابراین سطح پایین زمین امن‌تر است. صورت خود را به سمت زمین بگیرید و با بازوهایتان از سر محافظت کنید.

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان



راهنمای جامع ایمنی در شرایط بحرانی و جنگی :

نحوه صحیح پناه گرفتن (حالت بدن)

وضعیت صحیح بدن می تواند از آسیب های جدی موج انفجار و ترکش ها جلوگیری کند

✓ روی زمین دراز بکشید:

روی شکم بخوابید و تا حد امکان بدن خود را به زمین نزدیک کنید.

✓ از سر و گردن محافظت کنید:

دست های خود را پشت سرتان قلاب کنید و سر و گردن خود را بپوشانید.

✓ دهان خود را کمی باز نگه دارید:

این کار به برابری فشار هوا کمک می کند و از آسیب به ریه ها و پرده گوش در اثر

موج انفجار جلوگیری می کند.

✓ چشمان خود را ببندید:

برای جلوگیری از ورود گردوغبار و ترکش به چشم ها.

✓ محافظت از پوست:

در صورت امکان، پوست در معرض دید را در طول بمباران با هر ماده غیر قابل اشتعال

بپوشانید. کت یا ژاکت می تواند پوست شما را از سوختگی شدید محافظت کند.

سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان هرمزگان