

ورقة حقائق المستهلك

العربية | Arabic

السلامة من الحريق - الهروب

PEER
REVIEWED
تمت مراجعته
من قبل الأقران

الغرض من ورقة حقائق المستهلك هذه هو مساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة وكبار السن على تطوير وتنفيذ خطة للهروب من المكان الذي يعيشون فيه. ستوفر إرشادات حول كيفية إعداد خطة الهروب الآمنة في منزلهم والتدريب عليها، مع مراعاة تصميم ومحتويات منزلهم وقدرات كل من يعيش فيه.

ستساعد خطة الهروب الأشخاص على:

- إدراك الوقت الذي تستغرقه أنت وأي شخص آخر في منزلك للهروب إلى مكان آمن.
- تحديد كيفية زيادة الوقت المتاح لديك للهروب بأمان من الحريق.
- الحصول على تنبيه والاستجابة على الفور خاصة عندما تحتاج أنت أو أي شخص يعيش معك إلى مساعدة إضافية.
- أن تكون على دراية بطرق الهروب الآمنة التي يمكن للجميع استخدامها بغض النظر عن قدراتهم.

ما الذي ينطوي عليه وضع خطة الهروب الآمن؟

إذا كنت لا تعيش بمفردك فمن الأفضل إشراك كل من يعيش معك لوضع خطة الهروب. يجب أن تكون خطة الهروب مناسبة لكل من يعيش في المنزل، خاصة عندما لا يكون قادرًا على سماع الإنذار أو الخروج دون مساعدة. تشمل أنشطة وضع خطة الهروب ما يلي:

1. وضع خطة إخلاء

يمكن أن تساعد الخطة المعدة جيداً الأشخاص ذوي الإعاقة وكبار السن على إخلاء منازلهم بأمان وبسرعة. توفر الفقرات التالية إرشادات للأشخاص الذين يعيشون بمفردهم ومع أفراد الأسرة الآخرين.

الأسر التي لديها أشخاص يحتاجون إلى مساعدة إضافية

- ارسم خطة لمنزلك وقم بعمل عدة نسخ. يتم توفير أمثلة على الخطط وشبكات للمساعدة في الرسم من قبل الإطفاء والإنقاذ نيو ساوث ويلز Fire and Rescue NSW، وخدمة إطفاء تسمانيا Tasmania Fire Service، ووزارة الإطفاء وخدمات الطوارئ Department of Fire and Emergency services في ويسترن أستراليا، وما إلى ذلك.
- يحتاج كل شخص يعيش في المنزل ومقدمي الرعاية أو الأشخاص الذين وافقوا على المساعدة في حالة نشوب حريق أو أي طارئ آخر إلى التحقق من المخارج من كل غرفة. حاول تحديد طريقتين للهروب من كل غرفة.
- ضع علامة على «المخارج» في الخطة. المخارج الرئيسية هي الطرق التي يمكن أن تؤدي إلى غرفة أخرى أو منطقة خارجية بأمان. المخارج الثانوية هي الطرق عبر النوافذ والأبواب الزجاجية المؤدية إلى الشرفات، حيث يكون المكان آمناً حتى وصول المساعدة.
- إذا احتاج شخص من ذوي الإعاقة أو كبار السن في المنزل إلى معدات أو لوازم خاصة، فقم بإعداد قائمة بهذه العناصر وتخطيط من سيكون مسؤولاً عن جمعها وحملها في حالة نشوب حريق أو طوارئ.
- ناقش أدوار جميع المشاركين في حالة الحريق أو الطوارئ. على سبيل المثال، اتفق على من سيساعد كبار السن في المنزل، والأشخاص ذوي الإعاقة، والأطفال، والحيوانات الأليفة، وما إلى ذلك. إذا كان ذلك ممكناً، ضع خططاً بديلة لمساعدة أي فرد من أفراد الأسرة المستضعفين في حالة غياب مقدمي الرعاية الأساسيين.
- يفضل الاتفاق على مكان تجمع آمن بالخارج.

الأشخاص ذوو الإعاقة أو كبار السن الذين يعيشون بمفردهم

- تعاون مع العاملين في مجال الرعاية والأسرة و/أو الأصدقاء لوضع خطة إخلاء.
- ارسم خطة لمنزلك وقم بعمل عدة نسخ. يتم توفير أمثلة على الخطط وشبكات للمساعدة في الرسم من قبل الإطفاء والإنقاذ نيو ساوث ويلز Fire and Rescue NSW، وخدمة إطفاء تسمانيا Tasmania Fire Service، ووزارة الإطفاء وخدمات الطوارئ Department of Fire and Emergency services في ويسترن أستراليا، وما إلى ذلك. حدد طريقتين للهروب من كل غرفة.
- ضع علامة على «المخارج» في الخطة. المخارج الرئيسية هي الطرق التي يمكن أن تؤدي إلى غرفة أخرى أو منطقة

خارجية بأمان. المخارج الثانوية هي الطرق عبر النوافذ والأبواب الزجاجية المؤدية إلى الشرفات، حيث يكون المكان آمناً حتى وصول المساعدة.

- حدد موقع المعدات والأدوية التي تحتاجها أثناء تواجدك بعيداً عن المنزل.
- اتفق على مكان تجمع آمن بالخارج.
- يحتاج الأشخاص الذين وافقوا على المساعدة أثناء الحريق أو الطوارئ إلى الحصول على نسخة من خطة الإخلاء والتدريب على خطة الإخلاء هذه معك. يتضمن ذلك أنهم يتدربون على كيفية استخدام المعدات اللازمة لمساعدتك والتعرف على أي حيوانات أليفة و/أو كلب مرشد أو حيوان مساعد.
- ضع قائمة بالأشخاص الذين يجب الاتصال بهم أثناء أو بعد الحريق أو الطوارئ. فكر في كيفية الاتصال بالأشخاص الموجودين في قائمتك إذا كان هاتف المنزل معطلاً أو كنت بالفعل خارج المنزل وكان هاتفك المحمول بالداخل.
- إذا كنت تعيش في شقة في مبنى شاهق، فقد تحتاج إلى وضع خطة إخلاء شخصية في حالات الطوارئ (PEEP) مع مدير المبنى ومدير الإيجار و/أو موظفي منظمة التحكم في الطوارئ (ECO) في المبنى الخاص بك وعائلتك وأصدقائك و/أو العاملين في مجال الرعاية. ستوفر هذه الخطة معلومات حول ما إذا كان بإمكانك استخدام المصعد أثناء الحريق أو الطوارئ أو ما إذا كان يجب عليك الانتظار في منطقة تجمع آمنة حتى وصول المساعدة. بالنسبة لسكان المباني الشاهقة الذين يعانون من ضعف السمع أو الرؤية، يجب أن تكون هناك إجراءات خاصة للرؤية وصوت أجهزة الإنذار التحذيرية. قد تحتاج الأنظمة إلى تعديل اعتماداً على الاحتياجات المحددة للمقيمين.

2. تدرب على إخلاء المنزل

- تدرب على خطتك مع جميع أفراد الأسرة. تنصح Fire and Rescue NSW بالتدرب على خطتك مرتين في السنة على الأقل.
- في كل مرة تتدرب فيها على الخطة، قم بتدوين ملاحظات حول جميع العناصر التي يمكن أن تجعل عملية الإخلاء أبطأ وتصحح العراقيل. الأدوات المنزلية الشائعة التي يمكن أن تسبب التأخير أو الإصابات هي الفوضى والكابلات السائبة والأبواب والنوافذ المغلقة. الحل الجيد هو الحفاظ على مكان الإقامة مرتباً وتأمين الكابلات السائبة والاحتفاظ بمفاتيح النوافذ وشبكات الحشرات وأبواب مخارج الطوارئ في الأقفال.
- سجل الوقت الذي استغرقتته لإخلاء منزلك والوصول إلى منطقة تجمع آمنة. فكر في التعديلات على خطتك أو البيئة المنزلية التي قد تسمح بالإخلاء بشكل أسرع.

3. تخلص من مخاطر حرائق المنزل

- قم بترتيب زيارة السلامة مع خدمات الإطفاء المحلية. تعتبر زيارة السلامة Safety Visit (المصطلح المستخدم في ولاية نيو ساوث ويلز) مفيدة بشكل خاص لكبار السن والأشخاص ذوي الإعاقة. سيقوم رجال الإطفاء بفحص أجهزة إنذار الدخان الخاصة بك وتقديم المشورة بشأن مخاطر الحرائق المنزلية الرئيسية، بما في ذلك المواقد والأفران والدفايات ومواقد النار المفتوحة والمعدات الكهربائية وحفلات الشواء واسطوانات غاز البترول المسال وتدفئة غرف النوم والبطانيات الكهربائية وأكياس القمح وما إلى ذلك. تفضل بزيارة مواقع الإنترنت التالية للعثور على معلومات حول الزيارات المنزلية:

نيو ساوث ويلز: <https://www.fire.nsw.gov.au/page.php?id=9316>

كوينزلاند: <https://www.qfes.qld.gov.au/safety-education/programs/safehome>

فيكتوريا (برنامج تعليمي لكبار السن): <https://www.frv.vic.gov.au/education-programs-0>

ساوث أستراليا: <https://www.mfs.sa.gov.au/community-safety/home-safety-activities/adults/>

- تأكد من أن رقم الشارع الخاص بك مرئي خارج منزلك حتى تتمكن خدمات الطوارئ من العثور عليه.
- احتفظ بهاتف بالقرب من سريرك. إذا كنت تعيش في منزل متعدد الطوابق، فقد تحتاج إلى التفكير في النوم في الطابق الأرضي لجعل عملية الإخلاء أسهل وأسرع.
- قم بتكيب وصيانة أجهزة إنذار الدخان في منزلك. إذا كان ذلك ممكناً، فقم بتوصيل أجهزة إنذار الدخان بالطاقة الرئيسية مع بطارية احتياطية.
- لا تترك الطعام يطبخ دون مراقبة.
- لا تترك المناشف أو غيرها من المواد القابلة للاشتعال بالقرب من النار المفتوحة.
- لا تدخن في السرير.
- استخدم الأجهزة التي تلبى المعايير الأسترالية للسلامة الكهربائية وتحقق منها مرة واحدة في السنة.
- لا تفرط في تحميل نقاط الطاقة مثل استخدام لوحات الطاقة مع العديد من الأجهزة ذات الجهد/الفولتية العالي المستخدمة في نفس الوقت.
- لمزيد من المعلومات حول السلامة من الحرائق في المنزل، يمكنك تنزيل أوراق الحقائق التالية:

السلامة من الحرائق في منزلك، وزارة الإطفاء وخدمات الطوارئ، ويسترن أستراليا Department of Fire and

Emergency Services, Western Australia

أوراق حقائق حول السلامة من الحرائق المنزلية من الإطفاء والإنقاذ نيو ساوث ويلز Fire and Rescue NSW.

كتيب السلامة من الحرائق المنزلية، من Fire Rescue Victoria.

صحائف وقائع الحرائق المنزلية وسلامة الحياة، من خدمات إطفاء العاصمة في ساوث أستراليا Metropolitan Fire Services of South Australia.

قائمة التحقق من النجاة من الحرائق، من خدمات الإطفاء والطوارئ في كوينزلاند Queensland Fire and Emergency Services.

خطة تفاعلية للهروب من حريق المنزل، من خدمة إطفاء تسمانيا Tasmania Fire Service.

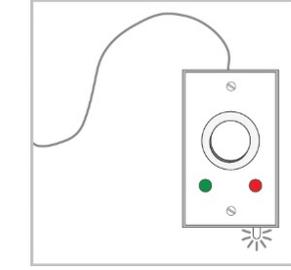
السلامة من الحرائق والوقاية منها لكبار السن، من فرق الإطفاء في نيو ساوث ويلز NSW Fire Brigades.

معدات السلامة من الحرائق الخاصة لكبار السن والأشخاص ذوي الإعاقة

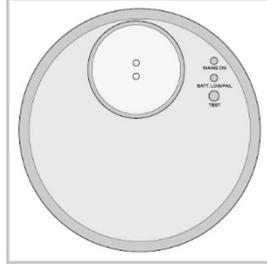
إذا كنت تعاني من الصمم أو ضعف السمع أو ضعف البصر، فيجب أن تفكر في التحدث إلى أخصائي العلاج المهني و/أو الخط غير الطارئ التابع لإدارة مكافحة الحرائق المحلية للحصول على حلول من شأنها تحسين سلامتك من الحرائق في منزلك.

جدول 1. منتجات السلامة من الحرائق المنزلية

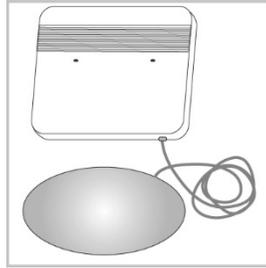
صورة	المزايا والعيوب
	<p>قفل الهروب في حالات الطوارئ ✓ يتم فتح القفل بدوران المقبض في حالات الطوارئ ✓ يمكن تعديله إلى مدخل موجود. ✓</p>
	<p>رشاشات الحريق المنزلية ✓ تساعد على إطفاء الحرائق ومنع انتشار الحرائق ✓ تسمح بمزيد من الوقت للهروب ✓ مُكلفة ✓</p>



- نظام عزل الموقد الكهربائي والغازي - يقوم بإيقاف تشغيل موقد الكهرباء أو الغاز تلقائيًا بعد 20 دقيقة.
- ✓ يقلل من خطر نشوب حريق في المنزل بسبب ترك الموقد/الفرن قيد التشغيل.
 - ✗ - قد يقطع وقت الطهي.
 - ✗ - يجب أن يتم تركيبه بواسطة كهربائي مؤهل.
 - ✗ - مكلف.



- جهاز إنذار حريق مرئي - وحدة بطارية ستروب
- ✓ ضوء ستروب قوي
 - ✓ مصمم لتنبيه الأشخاص الذين يعانون من ضعف السمع بالدخان.
 - ✓ يتم تشغيل التيار الكهربائي ببطارية احتياطية بحيث يمكن توصيله بأجهزة إنذار الدخان الأخرى.
 - ✗ يحتاج إلى الصيانة؛ يعد فحص البطارية الاحتياطية واستبدالها أمرًا ضروريًا



- جهاز إنذار الدخان - يتم وضع ضوء ستروب قوي ووسادة اهتزازية تحت وسادة شخص نائم يعاني من ضعف السمع.
- ✓ مصمم لتنبيه الأشخاص الذين يعانون من ضعف السمع.
 - ✓ يمكن تركيب وسادات اهتزازية إضافية أو مصابيح ستروب قوية بالوحدة لمناطق أخرى من المنزل.
 - ✓ يتم التشغيل من مصدر التيار الكهربائي الرئيسي مع بطارية احتياطية بحيث يمكن توصيله بأجهزة إنذار الدخان الأخرى
 - ✗ يحتاج إلى الصيانة، يعد فحص البطارية الاحتياطية واستبدالها أمرًا ضروريًا

✗ العيوب

✓ المزايا

ملاحظة: مفتاح الجدول لعمود المزايا والعيوب

أين يمكنني العثور على مزيد من المعلومات؟

- The HMinfo Summary Bulletin: Home Fire Safety Egress, available from the HMinfo website
www.homemods.info
- The HMinfo Summary Bulletin: Fire Safety - Smoke Alarms 2nd ed, available from the HMinfo website: www.homemods.info
- .NSW State Government (FRNSW), 2017. [Fire research report: Residential Sprinkler research](#)
- Resilience NSW website: <https://www.emergency.nsw.gov.au/Pages/for-the-community/get-ready/people-with-disabilities.aspx>
- Metropolitan Fire & Emergency Services Board, 2012. [Fire safety for older people and people with disability](#)
- .National Fire Protection Association, 2016, [Safety tip sheets for people with disability](#)
- .Australian Building Codes Board (2013). Handbook: Lifts used during evacuation
<file:///C:/Users/z3521996/Downloads/Handbook-Lifts-Used-During-Evacuation-2013.pdf>
- .UC San Diego. [Emergency Evacuation for people with disabilities](#)
- .Be a hero, save a Hero. [Fire safety for people with disabilities](#)
- موارد تعديل المنزل الأخرى على موقع HmlInfo الإلكتروني: www.homemods.info

**كانت هذه المعلومات صحيحة في وقت الطباعة.