

هفته نامه مدیریت حوادث

۷ اسد الی ۱۲ اسد ۱۴۰۲

شماره بیست و یکم



۱۲۰ بېړنۍ وځایوې پروژې پلې شوی او ۹۶۵،۲۸۹ کورنیو ته بشري مرستې وپېل شوی دی

الحاج مولوی عبدالرحمن زاهد پېښو ته د رسېدو په چارو کې د دولت وزارت د مالی او اداري عمومي رییس، د حکومت د اطلاعاتو او رسنیو په مرکز کې ملت ته د دولت حساب وړکولو پروگرام کې دیوه مطبوعاتي کنفرانس پر مهال، د وزارت د یو کلنو کړنو او لاسته راوړنو په اړه معلومات وړاندې کړل. ښاغلی زاهد په یاد مطبوعاتي کنفرانس کې وویل: د تېر کال پر مهال د ملگرو...

ادامه در صفحه ۲

برای ۸۳ خانواده متضرر از سیلاب های اخیر در پروان کمک های خوراکی و غیر خوراکی توزیع شد



سازمان غذایی جهان و سازمان بین المللی مهاجرت در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت پروان، برای ۸۳ خانواده که از اثر سیلاب های اخیر در ولسوالی سیاه گرد آن ولایت ...

ادامه در صفحه ۳

۳۳۹ سیلاب خپلو کورنیو په خوست ولایت کې خوراکی مرستې ترلاسه کړې



د خوست ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست، د یاد ولایت په بېلا بېلو ولسوالیو کې ۳۳۹ کورنیو ته چې د وروستیو سیلابونو له امله زیانمنې شوي وې، له سروې ووسته خوراکی مرستې وپېښلې ...

ادامه در صفحه ۳

برای ۳۶۸ خانواده بی بضاعت در بدخشان کمک نقدی توزیع شد



کمیته هالند در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت بدخشان، ۳۶۸ خانواده را در ولسوالی جرم آن ولایت تحت پوشش کمک نقدی قرار داد ...

ادامه در صفحه ۳

۱۲۰ بېړنۍ وقایوې پروژې پیلې شوي او ۹۶۵،۲۸۹ کورنیو ته بشري مرستې وېشل شوي دي



الحاج مولوي عبدالرحمن زاهد پېښو ته د رسېدو په چارو کې د دولت وزارت د مالي او اداري عمومي رييس، د حکومت د اطلاعاتو او رسنيو په مرکز کې ملت ته د دولت حساب ورکولو پروگرام کې د يوه مطبوعاتي کنفرانس پر مهال، د وزارت د يو کلنو کړنو او لاسته راوړنو په اړه معلومات وړاندې کړل

ښاغلي زاهد په ياد مطبوعاتي کنفرانس کې وويل: د تېر کال پر مهال د ملگرو ملتو دفترونو، د ملي او نړيوالو موسسو په همکارۍ، د هېواد په کچه داستنادي ديوالونو، سپندونو مسير پاکولو، د کانالونو او سړکونو جوړولو، بيا مېشتېدنې او گڼيو ديوالونو، ۱۲۰ وړې وقایوې پروژې پیلې شوي دي

د مالي او اداري عمومي رييس زياته کړه: تېر کال کې د مرستندويه هېوادونو، ملگرو ملتو دفترونو، ملي او نړيوالو موسسو، خيريه بنسټونو او اشخاصو په همکارۍ؛ د طبيعي او غيرطبيعي پېښو له امله ۹۶۵۲۸۹ زيانمنو کورنیو ته خوراکي او غيرخوراکي توکي او نغدي مرستې وېشل شوي دي. دغه راز په پکتیکا او خوست ولايتونو کې د تېرو زلزلو له امله د شهيدانو وارثينو او ټپيانو ته؛ د دولت له بودجې څخه ۱۶۰ ميليونه افغانۍ ورکړل شوي دي

نوموړي په خپلې وينا کې وويل: چې د هېواد په ۱۱ ولايتونو کې د پېښو پر وړاندې د زيانمنونکو سيمو ارزونه او سروې بشپړه شوي او په تېر ژمي کې په صعب العبور سيمو کې له واورې څخه د ۹۰۰ کيلومتره سړکونه او لارې پاکې شوي، له ماینونو او ناچاوده توکو څخه ۶۵ کيلومتره مربع ککړه سيمه پاک کاري او په نښه شوي همدارنگه يو ميليون کسانو ته د طبيعي پېښو او ناچاوده توکو په هکله پوهاوی ورکړل شوې او د ۳۰۰،۰۰۰ کورنیو لپاره د خوراکي، غيرخوراکي توکي، درمل او نورې مرستې راجلب او د طبيعي پېښو له امله ۲۵۲۹۳ زيانمن کورونه ترميم شوي

د دې ترڅنگ د ۱۴۰۲ کال لپاره، د پنځه کلن ستراتيژيک پلان وروستي کول او په ولايتونو کې د پېښو مدیریت معلوماتي ملي سيستم پراختيا د وزارت په پلان کې نيول شوې

برای ۸۳ خانواده متضرر از سیلاب های اخیر در پروان کمک های خوراکی و غیر خوراکی توزیع شد



سازمان غذایی جهان و سازمان بین المللی مهاجرت در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت پروان، برای ۸۳ خانواده که از اثر سیلاب های اخیر در ولسوالی سیاه گرد آن ولایت متضرر شده بودند، کمک های خوراکی و غیر خوراکی توزیع کرد. از این کمک ها؛ برای هر خانواده از سوی سازمان بین المللی مهاجرت، ۳ تخته کمپل، کیت آشپز خانه شامل ۱۹ قلم، دو دسته برق سولری، یک تخته فرش پلاستیکی، یک یک بیک شلتر برای ۶۵ خانواده که خانه های شان قسما تخریب شده بود و برای ۱۹ خانواده که خانه های شان به صورت کلی تخریب شده بود یک باب خیمه و همچنان از سوی سازمان غذایی جهان برای هر خانواده ۴ بوری آرد ۵۰ کیلوپی، ۱۸،۲ لیتر روغن، ۲۵ کیلو دال نخود و ۲ کیلو نمک توزیع شد.

۳۳۹ سبلا ب خپلو کورنیو په خوست ولایت کې خوراکی مرستې ترلاسه کړې

د خوست ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست، د یاد ولایت په بېلا بېلو ولسوالیو کې ۳۳۹ کورنیو ته چې د وروستیو سیلابونو له امله زیانمنې شوي وې، له سروې ووسته خوراکی مرستې ووبشلي. په دې مرستو کې هرې کورنۍ ته ۵۰ کیلو اوږه او ۲۵ کیلو وریجې ووبشل شوې.



برای ۳۶۸ خانواده بی بضاعت در بدخشان کمک نقدی توزیع شد



کمیته هالند در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت بدخشان، ۳۶۸ خانواده را در ولسوالی جرم آن ولایت تحت پوشش کمک نقدی قرار داد. از این کمک ها که در ۱۲ روستای آن ولایت در نظر گرفته شده بود برای هر خانواده مبلغ ۱۲،۳۲۰ افغانی توزیع شد.

۸۷ زیانمنو کورنیو په ننگرهار ولایت کې خوراکي مرستې ترلاسه کړې



د WFP موسسې د ننگرهار ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همغږي، د یاد ولایت په بېلابیلو ولسوالیو کې د طبیعي پېښو له امله ۸۷ زیانمنو کورنیو ته له سروې وروسته خوراکي مرستې ووبښلې.

په دې مرستو کې هرې کورنۍ ته ۲۰۰ کیلو اوږه، ۲۰ لیتره غوړي، ۲۵ کیلو دال او ۲ کیلو مالګه ووبښل شول.

په میدان وردګ ولایت کې د وروستیو سیلابونو له امله تړل شوی لویې لارې پرانیستلې شوې

د هلو ټرسټ او ATC موسسو د میدان وردګ ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همغږي، د یاد ولایت په مرکز میدان ښار او چک ولسوالۍ کې د وروستیو سیلابونو له امله تړل شوي سړکونه او لویې لارې د خلکو تګ راتګ لپاره پرانیستلې.



لغمان ولایت کې ۲۶ کورنیو سره خوراکي مرستې ترسره شوې



د WFP موسسې د لغمان ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همغږي، د یاد ولایت په الیشنگ، الینګار، قرغي، دولت شاه ولسوالیو او مرکز مهترلام کې د بارانونو او اورلګېدنې له امله ۲۶ زیانمنو کورنیو ته خوراکي مرستې ووبښلې. په دې مرستو کې هرې کورنۍ ته ۲۰۰ کیلو اوږه، ۲۰ لیتره غوړي، ۲۵ کیلو دال او ۲ کیلو مالګه ووبښل شول.

برای ۴۰۰ خانواده سیلاب زده در کابل کمک خوراکی و غیر خوراکی توزیع شد

ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت کابل، برای ۴۰۰ خانواده متضرر ناشی از سیلاب‌های اخیر در این ولایت کمک خوراکی و غیر خوراکی توزیع کرد. از این کمک‌ها برای هر خانواده: یک بوری آرد ۵۰ کیلویی، یک بوری گندم ۵۰ کیلویی، ۵ لیتر روغن، ۱۲ کیلو مکرونی، ۱۰ کیلو بوره، یک پاکت پودر فانتا، یک کارتن بیسکویت، یک کیت صحت، ۵ جوره چپلی و ۲۰ کلچه صابون توزیع شد. در جریان توزیع این کمک، محترم مولوی محمد سلیم حقانی، رئیس آمادگی مبارزه با حوادث ولایت کابل از تعهد این ریاست بر ادامه کمک برای متضرران ناشی از حوادث یاد آوردی کرده و گفت که این کمک‌ها برای متضرران سیلاب‌های اخیر در این ولایت توزیع شد. همچنین دریافت‌کننده گان این کمک‌ها ضمن سپاس‌گذاری از وزارت دولت در امور رسیدگی به حوادث خواهان ادامه این چنین کمک‌ها شدند.



برای ۱۰۰ خانواده متضرر از سیلاب‌های اخیر در غزنی کمک‌های خوراکی، غیر خوراکی و پول نقد توزیع شد



ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت غزنی در همکاری با سازمان غذایی جهان، سازمان بین‌المللی مهاجرت، موسسه DRC و موسسه یونیسیف، برای ۱۰۰ خانواده متضرر از سیلاب‌های اخیر در ولسوالی‌های واغظ، قره باغ، اندر، رشیدان و قریه جات مرکز، کمک‌های خوراکی، غیر خوراکی و نقدی توزیع کرد. در این روند، برای ۱۰۰ خانواده از سوی ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ۱۰۰ کیلو آرد و ۵۰ کیلو برنج، برای ۵۰ خانواده از سوی سازمان غذایی جهان ۲۰۰ کیلو آرد، ۲۰ لیتر روغن، ۲۵ کیلو دال نخود و دو پاکت نمک، از سوی سازمان بین‌المللی مهاجرت یک بسته کمپل، یک کیت آشپزخانه، یک بسته سولر کیت، یک بسته شلتر کیت و از این میان دو باب خیمه، از سوی موسسه یونیسیف یک کارتن آیجن کیت و از طرف موسسه DRC برای این ۵۰ خانواده مبلغ ۱۴,۵۰۰ افغانی پول نقد توزیع شد.

په ارزگان ولایت کې ۱۰۰ ارمنو، معلولينو او زياتمنو کورنيو ته خوراکی او مرستې ووبشل شوې



د ارزگان ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست د یاد ولایت د شهیدانو او معلولينو ریاست سره په همکاري، په یاد ولایت کې ۱۰۰ ارمنو، معلولينو او زياتمنو کورنيو ته له سروې وروسته خوراکی او خوراکی مرستې ووبشلې. په دې مرستو کې هرې کورنۍ ته ۵۰ کیلو وریجې، وچې شیدې او خپلکې ووبشل شوې.

برای ۲۱ خانواده سیلاب زده در بدخشان کمک غیر خوراکی توزیع شد

موسسه آقا خان در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت بدخشان برای ۲۱ خانواده متضرر از سیلاب های اخیر در ولسوالی اشکاشم آن ولایت کمک غیر غذایی توزیع کرد
از این کمک ها برای هر خانواده یک باب خیمه و یک کیت لوازم آشپز خانه توزیع شد



۳۸ سیلاب خیلو کورنیو په میدان وردگ ولایت کې روغتیایی کپتونه ترلاسه کړل



د ډاکار موسسې د میدان وردگ ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همکاري، د یاد ولایت په مرکز میدان ښار کې ۳۸ سیلاب خیلو کورنیو ته له سروې وروسته روغتیایی کپتونه او سیار تشنابونه ووېشل
له دې مرستو هرې کورنۍ ته ۱ روغتیایی کپت ووېشل شو

برای ۸۹ نفر در ولسوالی آبکمری بادغیس در بدل کار پول نقد مساعدت شد

موسسه DRC در هماهنگی با ریاست آمادگی مبارزه با حوادث ولایت بادغیس، برای ۸۹ نفر در بدل کار در ولسوالی آبکمری آن ولایت مساعدت نقدی انجام داد.
در این روند، برای هر کاریگر با حضور داشت اعضای کمیته ولایتی مبارزه با حوادث مبلغ ۱۰۴۰۰ افغانی و برای یک سرکاریگر مبلغ ۲۸۰۰۰ افغانی توزیع شد
قابل ذکر است که از این کاریگران جهت پاک کاری یک آب رو به طول ۷ کیلومتر که قبلا از اثر سیلاب های بهاری از رسوبات پر شده بود استفاد گردیده و آب رو مذکور برای استفاده مردم غرض آبیاری آماده شد



۶۳ زیانمنو کورنیو ته په کونړ ولایت کې خوراکي مرستې ووبشل شوې



د WFP موسسې د کونړ ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همغږۍ، د یاد ولایت په مرکز شمول بېلا بېلو ولسوالیو کې ۶۳ کورنیو ته چې د وروستیو بارانونو او سیلابونو له امله زیانمنې شوي وې، له سروې وروسته خوراکي مرستې ووبشلې. په دې مرستو کې هرې کورنۍ ته ۱۸،۲ کیلو غوړی، ۲۰۰ کیلو اوږه، ۲۵ کیلو دال او ۲ کیلو مالګه ووبشل شول.

۳ میلیونه او ۱۰ زره افغانۍ ۲۱۵ اړمنو کورنیو ته په ننګرهار ولایت کې ووبشل شوې

د ژغورنې نړیوالې کمېټې د ننګرهار ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست سره په همغږۍ، د یاد ولایت په اچین ولسوالۍ کې ۲۱۵ اړمنو کورنیو ته له سروې وروسته ۳ میلیونه او ۱۰ زره افغانۍ ووبشلې. له دې مرستو هرې کورنۍ ته ۱۴۰۰۰ افغانۍ ووبشل شوې.



په فراه ولایت کې ۴۷۰ زیانمنو کورنیو ته خوراکي مرستې ووبشل شوې



د فراه ولایت پېښو سره د مبارزې ریاست، په یاد ولایت کې د ۴۷۰ شهدا وارثینو او معلولینو ته له سروې وروسته خوراکي مرستې ووبشلې. په دې مرستو کې له یادې جملې ۱۶۵ کورنیو ته ۵۰ کیلو غنم او ۵۰ کیلو اوږه هرې کورنۍ ته، او ۳۰۵ نورو کورنیو ته ۵۰ کیلو اوږه هرې کورنۍ ته ووبشل شول.



محمد داوود اندیشمند

مدیر ارتباط با کارمندان

پیشگیری و مقابله با آتش سوزی در ساختمان های اداری و مسکونی



مقدمه

آتشسوزی یا حریق یکی از قدیمیترین بلایایی است که میتواند در زمانی کوتاه، دارایی و سلامتی افراد را به خطر اندازد بنا به تعریف، حریق عبارتست از سوختن مواد سوختنی یا آتشی ناخواسته و در لحظه ای وقوع از کنترل خارج شده که معمولاً با دود و حرارت و نور توأم است. آتشسوزی عبارت از آتشی است که از یک منبع حرارتی در لحظه وقوع کنترل ناپذیر (حادثه) سرچشمه گرفته، یا منبع حرارتی معین کنترل شدهای را ترک کرده و با نیروی حرارتی خود گسترش و توسعه یافته باشد

وقوع آتش سوزی در ساختمان ها پیامدهای منفی متعددی را برای ایمنی جان ساکنان، اموال، دارایی ها و ... به همراه دارد. تعیین سطح ایمنی حریق راهکار مناسبی برای افزایش ایمنی و در نتیجه کاهش پیامدهای ناشی از حریق است

متأسفانه باید بگوییم که اگر به صفحات حوادث روزنامه ها نگاهی کنید، می بینید خیلی از حوادث در اثر عدم رعایت نکات ایمنی در ساختمان ها رخ میدهد. حریق یکی از حوادثی است که احتمال وقوع آن در خانه ها و ساختمان های اداری تجارتی زیاد است. اغلب مردم اصول ایمنی برای جلوگیری از رخداد آتشسوزی را به خوبی می دانند اما با عدم رعایت آن هرساله شاهد بروز حریق در ساختمان ها و خانه ها در سراسر جهان هستیم

آتش سوزی در افغانستان همیشه با پیامد های ناگوار همراه بوده و همه ساله شاهد اتفاقات زیادی آتش سوزی در بزرگ شهر ها و به خصوص آتش سوزی در جنگلات قسمت های جنوبی کشور که خسارات جبران ناپذیری را بجا گذاشت بوده ایم طی سالیان متمادی این پدیده ناگوار به اشکال گوناگون به تاجران سرمایه گذاران و مردم این سرزمین آسیب های جبران ناپذیری را رسانده است و به ارزش میلیون ها دلار اموال و کالا های تجاری و غیر تجاری مردم این کشور به کام آتش رفته است با این همه اکثر این آتش سوزی ها منشأ طبیعی نداشته بلکه به اثر بی احتیاطی و عدم رعایت ایمنی خطرات آتش سوزی در ساختمان ها و غیر معیاری بودن این تأسیسات بوده است

نوشته حاضر، تجزیه و تحلیل سطح ایمنی آتش سوزی و عوامل آن در ساختمان ها به خصوص ساختمان های اداری و مسکونی است. این نوشته تحلیلی است از اقدامات پیشگیری از آتش سوزی، عوامل و داشتن برنامه های اضطراری برای خروج در زمان آتش سوزی از ساختمان ها که بر اساس تحقیقات جامع و معتبر جهانی جمع آوری گردیده است

این نوشته نه نوشته تحقیقی است و نه هم مطابق معیار های مقاله نویسی پژوهشی تحقیقی ترتیب شده، بلکه هدف ترتیب کننده جمع آوری مطالب سودمند و مفید در رابطه به آتش سوزی بوده که خواننده با خواندن این نوشته شیوه های درست پیشگیری و مبارزه با آتش سوزی در ساختمان های اداری و مسکونی را آموخته و از آن در مواقع ضروری استفاده مفید نماید

آتش سوزی در ساختمان ها

آتشسوزی یا حریق یک حادثه ای است که ممکن برای هرکسی و هر جایی رخ دهد. این فاجعه میتواند ناگافل و به صورت ناگهانی شروع شده و با سرعت زیادی به تمام نقاط ساختمان گسترش پیدا کند. آمادگی برای وقوع آتش سوزی در ساختمان و انجام نکات ایمنی، مانع از به وجود آمدن خسارات جبران ناپذیر خواهد شد. در این جزوه قصد داریم در مورد نکات ایمنی پیشگیری از آتشسوزی در ساختمان های اداری و مسکونی با شما مطالبی را بیان کنیم

اقدامات ایمنی و پیشگیرانه برای آتش سوزی در ساختمان ها

اقدامات ایمنی زیر برای کاهش احتمال بروز حریق به شما توصیه می شود

الف - نصب سیستم هشدار دود: این سیستم شانس زنده ماندن افراد در یک آتشسوزی مرگبار را بالا می برد. آلامهای هشدار دهنده دود را بهتر است در هر قسمتی از خانه مانند زیر زمین، داخل و خارج اتاقها نصب کنید

ب - تست کردن سیستم هشدار دود: لازم است هر ماه یکبار باطری این حسگرها چک شوند

ج - ایمنی هشدار دود برای افراد ناتوان: برای افرادی که از نظر بینایی مشکل دارند باید زنگ هشدار کاملاً واضح و قابلشنیدن باشد. همچنین برای افرادی که دارای اختلالات شنوایی هستند هشدار دود باید از طریق نور ارتعاشی یا چشمکن صورت گیرد

د - چک کردن وسایل گرمایشی: برای پیشگیری از آتشسوزی در ساختمان ها و مکان های مسکونی، همه وسایل گرم کننده باید بازرسی سالانه داشته باشند. اگر از بخاری استفاده می کنید لازم است قبل و بعد از هر استفاده، آنها را بهدقت بررسی کرده و هنگام استفاده، آنها را حداقل یک متر از اجسام آتشزا دورنگهدارید

ه - خاموش کردن اجاقگاز: پیش از خروج از اتاق و یا منزل، اجاق گاز را خاموش کنید. توجه داشته باشید هر چیزی قابل اشتعال را در نزدیکی اجاقگاز نگذارید. همچنین مطمئن شوید پردهها روی اجاقگاز آویزان نیستند

و - ترک نکردن آشپزخانه در زمان پخت و پز: به هیچ عنوان یک ظرفی در حال پخت روی اجاقگاز را به حال خود رها نکنید و از آشپزخانه خارج نشوید. اگر مجبور شدید هنگام آشپزی کردن، آشپزخانه را ترک کنید، اول شعله اجاقگاز را خاموش کنید و سپس به کارهای خود برسید

ز - رسیدگی به ماشین خشککن: در صورتی که از دستگاه خشککن گازسوز استفاده می کنید لازم است آن را هرساله مورد بازرسی قرار دهید تا از ایمن بودن آن اطمینان حاصل کنید. نظافت پرزه های گیرکرده در آن میتواند خطر ایجاد آتش سوزی را کاهش دهد

ح - بررسی کابلهای اتصال: به خاطر داشته باشید لازم است به طور مرتب وضعیت کابلهای موجود در دفتر و منزل مورد بررسی قرار گیرند. همچنین سیمهای فرسوده باید سریعاً تعمیر یا با سیم جدید تعویض شوند نکته مهم این است که سیمهای برق گرما تولید می کنند و نباید آنها را زیر فرش یا بین کوچه ها... قرار داد

ط - نگهداری صحیح مواد اشتعالزا: بسیاری از وسایل موجود مانند پاککننده ها و محصولات آرایشی قابل اشتعال هستند. برای پیشگیری از آتشسوزی باید از قرار گرفتن این وسایل در معرض نور خورشید و گرما جلوگیری کرد

ی - نصب کپسول های ضد حریق پیش از نصب کپسول ها از شارژ آن اطمینان حاصل کرده و در نظر داشته باشید که خاموش کننده ها سالم بوده و در مکان مخصوص به خود قرار گیرند

برای جلوگیری از آتش سوزی در ساختمان ها چه باید کرد

آتشسوزی به طور ناگهانی رخ می دهد و سریع خود را به دیگر نقاط می رساند علاوه بر نکات گفته شده در بالا درباره اقدامات پیشگیری از آتش سوزی، چند نکته ساده دیگر هم برای جلوگیری از بروز حریق در خانه و ساختمان ها وجود دارد

- شمعها را قبل از خاج شدن از محل یا پیش از خواب خاموش کنید
- در زمان آشپزی حوله یا هر پارچه ای مانند دستگیره ها را در نزدیکی اجاق گاز قرار ندهید
- کبریت، فندک و سایر وسایل آتش زا را از دسترس کودکان دور نگه دارید
- لازم است دودکش و تجهیزات گرمایشی هر ساله توسط افراد متخصص چک شوند
- باید یک صفحه شیشه‌ای بزرگ جلوی شومینه (بخاری که در داخل دیوار نصب می شود)، ویا آتش دان تعبیه کنید که از بیرون پریدن جرقه‌های هیزم، جلوگیری کند
- پس از خاموش شدن آتش آتشدان روی خاکستر آن آب بریزید و مطمئن شوید خنک شده است
- خاکستر آتش دان یا بخاری را با سایر زباله ها ترکیب نکنید، لازم است آن ها را در یک ظرف فلزی مخصوص قرار دهید
- اگر در خانه شمع روشن می کنید، شمعها را حداقل ۳۱ سانتیمتر دورتر از اجسامی که قابلیت آتش گرفتن دارند بگذارید
- سطوح درون آشپزخانه را به طور مرتب تمیز کنید تا از تجمع چربی روی آن جلوگیری شود
- وسایل سوختنی مثل کاغذ، لباس و فرشها را در فاصله ۱ متری از بخاری یا آتش دان قرار دهید
- به هیچ عنوان لباسهایتان را با اجاقگاز یا بخاری خشک نکنید
- در رختخواب سیگار نکشید
- فرار از ساختمان هنگام بروز آتش سوزی را طراحی و تمرین کنید

پیام ما: هنگام آلودگی هوا چه کار هایی انجام دهیم؟

- مالته، نارنج، لیمو، بادنجان رومی، کاهو، زردک، سبزیجات تازه ، سیر و سیب زیاد استفاده شود
- هنگام خارج شدن از خانه از ماسک های فلیتر دار استفاده کنید
- به مقدار لازم آب و شیر مصرف کنید