आज़ादी का
अमृत महोत्सव

राज्य आपदा मोचन बल
उ.प्र., लखनऊ

GOVERNMENT OF UTTAR PRADESH
SDRF
SEARCH & RESCUE
WE SERVE TO SAVE

नूरनगर भदरसा, तहसील-सरोजनीनगर,
परगना-बिजनौर, लखनऊ।-226002

Let's Enhance .io

सूखा

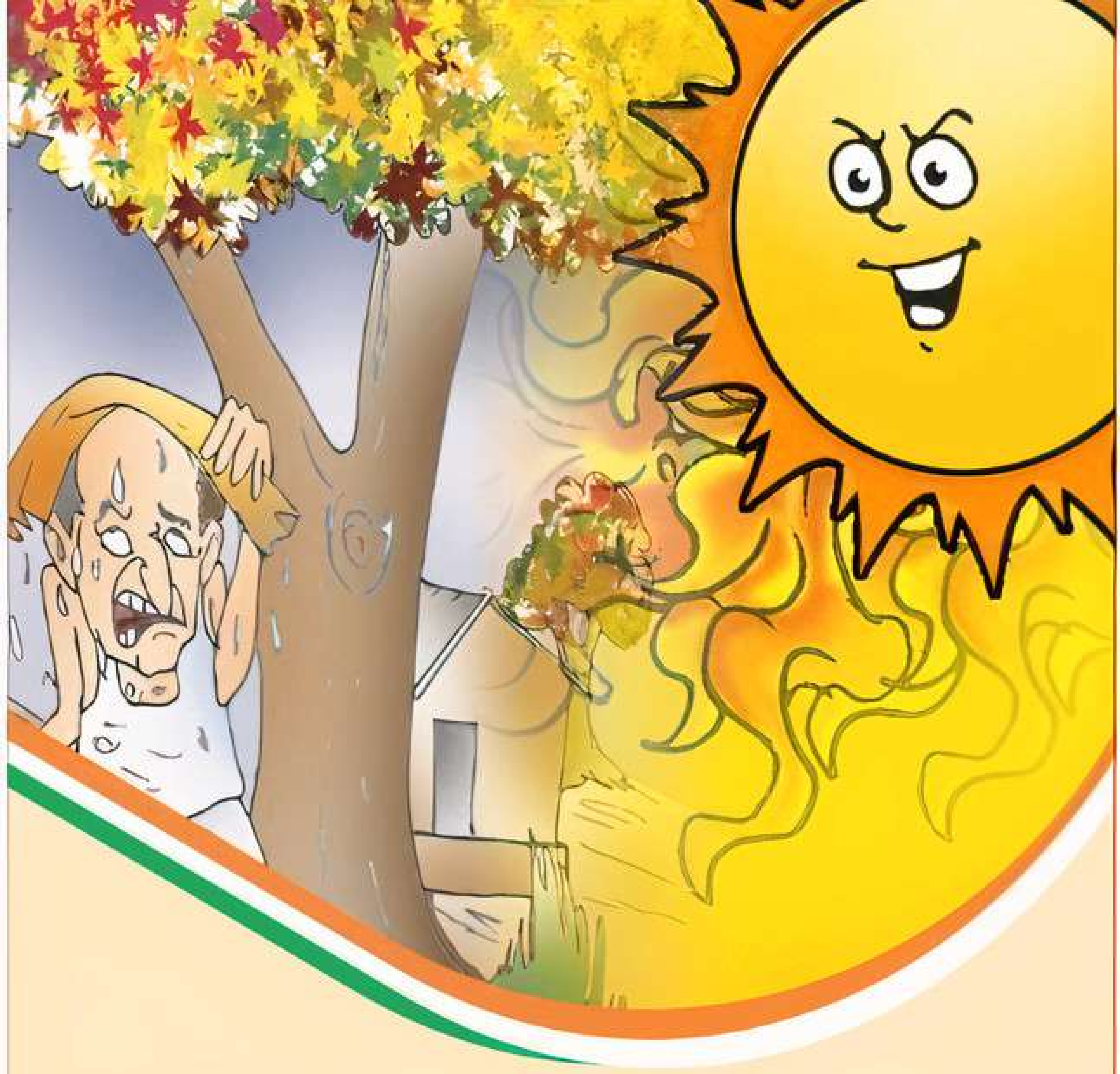
क्या करें क्या न करें:

- सूखे की स्थिति में भी जीवित रह सकने वाली फसलों को लगाएं।
- इस्तेमाल किए हुए पानी को नाली में ना बहायें, उसे घर के बगीचे या पौधों की सिंचाई में इस्तेमाल करें।
- यदि नल से पानी टपक रहा हो तो उसे शीघ्र ठीक करायें।
- ऐसे उपकरणों का प्रयोग करें जो पानी व ऊर्जा के संरक्षण में सहायक हो।
- सूखे से निपटने के लिये फसल आपात योजना का निर्माण एवं उपयोग करें।
- सूखा रोधी घास, झाड़ियों एवं पेड़ों को बड़े पैमाने पर लगायें।
- ऐसे सिंचाई उपकरणों को स्थापित करें जो अति जल संचय रुप में सूक्ष्म और छिड़काव सिंचाई के लिये प्रयोग किये जा सकें।
- दाँतों को ब्रश करते, चेहरा साफ करते समय या दाढ़ी बनाते हुए पानी का अपव्यय न करें।
- अपने रहने के स्थान के आस-पास आवश्यक तकनीकों से जल का संरक्षण करें।

शीतलहर

क्या करें क्या न करें:

- शीतदंश के लक्षणों को पहनाने–जैसे हाथों व पैरों की उंगलियों, कानों, नाक आदि पर सफेद या पीले दाग उभर आना शीतदंश की स्थिति में शीघ्र अपने निकटतम स्वास्थ्य केन्द्र जाकर इलाज करायें।
- घर के अंदर सुरक्षित रहे तथा स्थानीय रेडियों से मौसम की जानकारी लेते रहें।
- कोयले की अंगीठी/मिट्टी तेल का चूल्हा/हीटर आदि का प्रयोग करते समय सावधान रहे व कमरे को हवादार बनाए, ताकि जहरीले धुएं से नुकसान न हों।
- विषम परिस्थितियों अथवा अत्यधिक सर्दियों के लिए ईंधन बांध कर रखें।
- शरीर को सूखा रखें, गीले कपड़े ..... बदल लें, ये आपके शरीर को नुकसान पहुँचा सकते हैं।
- अपने परिवार को यथासंभव घर के अंदर सुरक्षित रखें।
- घर में अलाव के साधन नहीं हैं, तो अत्यधिक ठंड के दिनों में सामुदायिक केन्द्रो/स्थलों पर जाएँ, जहाँ प्रशासन द्वारा अलाव का प्रबन्ध किया गया हो।
- कई स्तरों वाले गर्म कपड़े आपकी शीतदंश अथवा हाइपोथर्मिया से बचा सकते है।



गर्म हवाएं/लू

क्या करें क्या न करें:

- खिड़की को रिफ्लेक्टर जैसे एल्युमीनियम पन्नी, गत्ते इत्यादि से ढक कर रखें, ताकि बाहर की गर्मी को अन्दर आने से रो जा सके।
- उन खिड़कियों व दरवाजों पर जिनसे दोपहर के समय गर्म हवाएँ आती हैं, काले पर्दे लगाकर रखना चाहिए।
- स्थानीय मौसम के पूर्वानुमान को सुने और आगामी तापमान में होने वाले परिवर्तन के प्रति सतर्क रहें।
- आपात् स्थिति से निपटने के लिए प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण लें।
- बच्चों व पालतू जानवरो को भी बंद वाहन में अकेला न छोड़े।
- जहाँ तक संभव हो घर में ही रहें तथा सूर्य के सम्पर्क से बचें।
- सूर्य के ताप में बचने के लिए जहाँतक संभव हो घर की निचली मंजिल पर रहें।
- संतुलित, हल्का व नियमित भोजन करें।
- घर से बाहर अपने शरीर व सिर को कपड़े या टोपी से ढक कर रखें।

तीव्र गर्जन एवं बिजली गिरना

क्या करें क्या न करें:

- वज्रपात के दौरान यथा-संभव घर के अंदर रहें। मोबाइल फोन का प्रयोग ना करें। घर की लोहे के दरवाजे, खिड़कियों को पकड़ कर न रखें।
- यदि खुले में हो तो पेड़ के नीचे कदापि खड़े न हो।
- याद रखें, रबर सोल के जूते एवं रबर-टायर बिजली गिरने से कोई सुरक्षा प्रदान नहीं करते हैं। अगर घर से बाहर हो तों दौड़े नहीं तथा उकणु पोजिशन में बैठें।
- संभावित आपदा से पूर्व, घर के सभी बिजली उपकरणों का प्लग से सम्पर्क हटा दें, ताकि आपदा के दौरान करंट से उपकरणों को बचाया जा सके। यदि कहीं जाने हेतु बंद वाहनों का प्रयोग कर रहे हो तो बाहर निकल जायें
- बिजली के उपकरणों या तार के साथ संपर्क से बचें। अन्य बिजली के उपकरणों को बिजली के संपर्क से हटा दें।
- स्थानीय रेडियो व अन्य संचार साधनों के द्वारा मौसम की जानकारी व अन्य निर्देश प्राप्त करते रहना चाहिए।
- बिजली के खंभो/टूटे तारों से दूर रहे व इसकी जानकारी नजदीकी बिजली कार्यालय अथवा पुलिस चौकी को शीघ्र दें।

बाढ़

क्या करें क्या न करें:

- यदि आपके क्षेत्र में बाढ़ की आशंका है तो घर को यथा–संभव मजबूत बनायें। तथा तटीय क्षेत्रों में घर बनाने से बचें।
- अपने निकटतम शरण स्थलों व सुरक्षित मार्गों की पूर्ण जानकारी रखें। आपातकालीन किट तैयार रखें।
- आपातकालीन स्थितियों से निपटने के लिए पर्याप्त मात्रा में खाद्य पदार्थ, पीने का पानी आदि का भंडारण कर लें।
- उबला पानी पीये/हल्का खाना लें, उपलब्ध भोजन/खाद्य सामग्रियों को ढक कर रखें।
- विषधर प्राणियों से सचेत रहें। तथा टार्च, लाठी हमेशा अपने पास रखें।
- गर्म कपड़े, आवश्यक दवाएँ, कीमती सामान, जरूरी कागजात आदि सुरक्षित बैग में पैक रखें। आपात स्थिति में इसे सदैव अपने साथ रखें।
- मुख्य बिजली की आपूर्ति बंद रखें। उन बिजली उपकरणों का प्रयोग न करें जो पानी में भीगे हो।
- बच्चों को बाढ़ के पानी के पास खेलने की अनुमति ना दें। पानी की गहराई और धारा का अनुमान न हो तो बाढ़ के पानी में कदापि न जायें।

भूकम्प

क्या करें क्या न करें:

- अपने घर को भूकम्परोधी बनाएं, भारी फर्नीचर व वस्तुओं को सुरक्षित स्थानों पर रखें।
- अपने घर के आसपास ऐसे स्थान का चयन करें, जहाँ भूकम्प के दौरान तथा उसके बाद सुरक्षित शरण ली जा सके।
- घर छोड़ते वक्त अपना आपातकालीन किट लेना न भूलें, जिसमें जीवन रक्षक दवाओं के साथ कम से कम तीन दिनों के लिए खाद्य सामग्री व पानी शामिल हो।
- भूकम्प के दौरान किसी मजबूत फर्नीचर के नीचे छुप जाएँ तथा अपने सिर व शरीर के महत्वपूर्ण हिस्सों को ढक लें। इस दौरान फर्नीचर को पकड़कर रखें।
- काँच व खिडकियों से दूर रहें तथा भूकम्प के झटकों के दौरान इमारत से बाहर न निकलें।
- अगर घर से बाहर है तो शीघ्र खुले मैदान अथवा सुरक्षित शरण स्थल पर चले जाएँ, इमारतों, पुलों व बिजली के खम्भो से दूर रहें।
- यदि भूकम्प का झटका एक मिनट व उससे अधिक समय तक के लिए रहे, तो अगले आने वाले झटकों के लिए भी तैयार रहें। ध्यान रहे ! आफ्टर शॉक भूकम्प के पहले झटके से ज्यादा खतरनाक होता है।

आग

क्या करें क्या न करें:

- शांत रहे, धैर्य रखे व बिजली के उपकरणों को बिजली के सम्पर्क से हटा दें।
- कम से कम एक वैकल्पिक सुरक्षित मार्ग का निर्धारण कर ले ताकि आग के दौरान इस मार्ग का प्रयोग किया जा सके।
- कम तीव्रता वाली आग से निपटने के लिए पानी व रेत से भरी बाल्टियाँ, कम्बल आदि तैयार रखें।
- अगर कपड़ों में आग लगे तो उन्हे जमीन पर लेट कर बुझाने का प्रयास करें।
- अनियंत्रित आग के दौरान पीड़ित व्यक्ति को कम्बल में लपेटे जब तक कि आग बुझ ना जाए।
- आग की स्थिति में 101 नम्बर पर कॉल करें
- भीड़भाड़ वाले स्थानों, संकरी गलियों और घर के अंदर पटाखे न जलयें।
- यदि लम्बे या ढीले कपड़े पहने हुए हैं तो अत्याधिक सावधान रहें, क्योंकि ये शीघ्र आग पकड़ सकते है।