

World Vision®

SI TË MBROHEMI NGA FATKEQËSITË NATYRORE DHE CIVILE

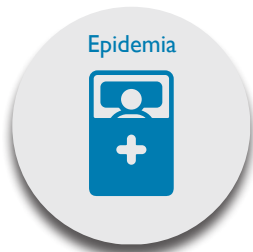


Shqipëria është një ndër vendet që preket nga fatkeqësi natyrore si dhe ato të shkaktuara nga dora e njeriut. Ato janë nga më të ndryshmet, të tilla si: përmbytjet, tërmetet, rrëshqitjet e tokës, epidemitë, zjarret në pyje etj. Sipas raportit të riskut botëror për vitin 2014, Shqipëria renditet e 37-ta nga 171 vende të botës, për rrezikun ndaj fatkeqësive natyrore.

Ndonëse janë fatkeqësi natyrore, ekziston mundësia për t'u mbrojtur ndaj tyre duke i parandaluar, apo përballuar ato me sa më pak pasoja.

Përgatitja për përballimin e emergjencave natyrore, parashikohet edhe në legjislacionin arsimor shqiptar, krahas ligjit për emergjencat civile, konkretisht në nenet **115**, **116** dhe **117** të dispozitave normative për arsimin parauniversitar.

Kjo broshurë informuese përmban disa këshilla se si mund të mbrohemi nga përmbytja, tërmeti, rrëshqitja e tokës, epidemia e zjarri.





Çfarë janë Fatkeqësitë Civile?

- Situata që shkaktohen nga fenomene mjedisore apo konflikte të armatosura
- Situata që sjellin stres, lëndime personale, dëmtime fizike dhe shkatërrime ekonomike të pa përballeshme nga njerëzit

Veçori të fatkeqësive civile:

- Nuk ka fatkeqësi pa prani njerëzore në vendndodhje
- Fatkeqësitë civile përcaktohen nga aftësia për t'i bërë ballë. E njëjta situatë me pasoja të rënda për komunitetin, mund të jetë e lehtë për një tjetër komunitet

Fatkeqësitë Civile mund të jenë:

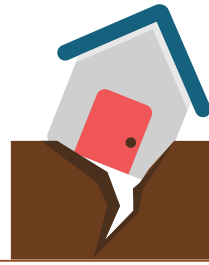
- **Natyrore** – shkaktohen si rezultat i forcave natyrore
Këtu përfshihen ngjarje parësore: Tërmetet, Vullkanet, Rrëshqitjet e tokës, Tornadot, Thatësitrat etj
- **Dytësore:** Përmbytjet, orteqet etj.
- **Njerëzore** - shkaktohen nga veprimet e rëndësishme të njerëzve.



Këtu përfshihen:

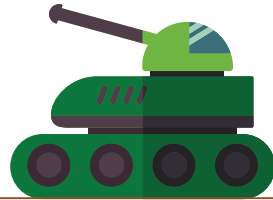
a) Fatkeqësitë Teknologjike

Incidentet industriale,
shkatërrimi i ndërtesave, etj.



b) Luftërat

Bombardimet që shpesh
janë me qëllime terroriste



c) Fatkeqësitë Sociale

Ngjarje të mbledhjeve masive
me pasojë dëmtimin e njerëzve.



Si mund të zbuten pasojat nga fatkeqësitë?

- Parashikimi dhe kur është e mundur parandalimi i tyre,
- Zbutja e efektit të tyre në popullata që preken më shumë
- Reagimi ndaj tyre dhe përballja me sukses me pasojat.



Përmbytjet shkaktohen zakonisht nga dalja e disa lumenjve nga shtretërit e tyre. Pasojat e tyre mund të jenë shkatërruese deri në rrezikimin e jetës së banorëve të zonave që preken nga përmbytjet.

SI T'I PARANDALOJMË PËRMBYTJET

- Informohuni nëse jetoni në një zonë të rrezikuar ose që ka shumë mundësi për tu përmbytur
- Informohuni nëse shtëpia apo prona juaj është e ndërtuar nën apo mbi nivelin e rrezikuar për t'u përmbytur
- Mos ndërtoni pranë rrjedhës së lumit
- Mos ndërtoni në zona me rrezik ose që kanë shumë mundësi për t'u përmbytur
- Jini të përgatitur! Mbani të përgatitur një çantë me gjërat që duhen në rast evakuimi. Mos harroni ilaçet që mund t'ju nevojiten
- Largohuni menjëherë nga shtëpia nëse ju këshillohet të evakuoheni

SI TË VEPROJMË GJATË PËRMBYTJEVE

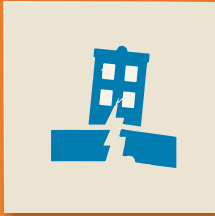
- Vishuni me rroba që nuk përshkohen nga uji. Nëse nuk e bëni këtë, mund të rrezikoni të sëmureni, nëse jeni për një kohë të gjatë në lagështi
- Mos përdorni telefonat sepse ngarkoni linjën telefonike dhe pengoni ata që kanë nevojë për ndihmën e shpejtë
- Mos kaloni mbi urën e një lumi të fryrë, pasi niveli i ujit rrezikon të rritet dhe të ngjitet mbi urë
- Shmangni qarkullimin me makinë në rrugë të prekura nga përmbytjet sepse uji mund t'ju bllokojë makinën
- Nëse makina ju bllokohet nga uji, dilni nga makina dhe largohuni menjëherë në një vend më të lartë
- Mos ecni në vende ku ka ujë të rrjedhshëm pasi mund të rrëzoheni

- Mos prekni asnjë pajisje elektrike nëse jeni të lagur apo nëse jeni në ujë

SITË VEPROJMË **PAS** PËRMBYTJEVE

- Mos u ktheni në vendbanimet tuaja pa u këshilluar me autoritetet përkatëse. Mund të ketë rrëshqitje toke apo kablo elektrike të dëmtuar
- Kërko ndihmë mjekësore nëse je i dëmtuar apo ndjehesh i sëmurë
- Lajmëro, autoritetet përkatëse për prishjen ose dëmtimin e kanalizimeve apo lidhjeve elektrike
- Raporto dëmtimet në zyrën e emergjencës në zyrat e administratës vendore
- Në asnjë çast mos pi ujë nga çezma pasi mund të jetë burim infeksioni
- Laj dhe dezinfekto ambjentet, enët e kuzhinës dhe pajisjet e tualetit për të shmangur mundësinë e krijimit të mykut dhe infeksioneve
- Thaj pajisjet, veshjet dhe ambjentet duke hapur dyer dhe dritare
- Mos përdor ushqimet e lagura nga përmbytja



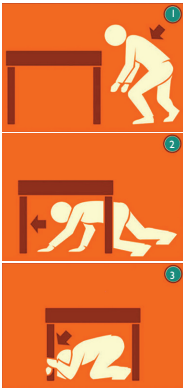


Tërmeti është një lëkundje e menjëhershme e tokës që shkaktohet nga lëvizjet brenda kores së tokës, pasojat e të cilit mund të jenë ndër më shkatërrueset.

SI TËVEPROJMË **PARA** TËRMETIT

- Mbani në shtëpi një kuti të ndihmës së shpejtë dhe sigurohuni që çdo pjesëtar i familjes ta dijë vendndodhjen e saj
- Informohuni se ku ndodhen dhe si mbyllen rubinetat e gazit, ujit dhe automati i dritave, pasi mund të pësojnë dëme nga tërmeti
- Riparoni instalimet elektrike dhe lidhjet e gazit që mund të jenë me defekt, pasi ato përbëjnë rrezik për zjarr

SI TËVEPROJMË **GJATË** TËRMETIT



1. Përkuluni në dysheme!

2. Mbulohuni!

3. Qëndroni dhe mbahuni fort nëse ndodheni pranë një objekti!

- Mos vraponi për të dalë jashtë vendit ku ndodheni ose për në dhomat e tjera gjatë lëkundjeve dhe tronditjeve të tërmetit
- Mos qëndroni poshtë derës
- Mos përdorni ashensorin. Mund të ndodhë që ai të bllokohet

- **Nëse ndodheni në krevat:** Prisni dhe qëndroni aty, duke mbrojtur kokën me jastëk. Jeni më të mbrojtur nëse rrini aty ku jeni. Copat e xhamit në dysHEME mund t'ju lëndojnë nëse vraponi për të dalë nga dhoma
- **Nëse ndodheni në karrocë me rrota:** Zini një pozicion të sigurt dhe vijeni karrocën ne freNA. Mbuloni kokën dhe qafën me krahët tuaj
- **Nëse ndodheni përjashta:** Lëvizni në një zonë të sigurt nëse keni mundësi. Shmangni shtyllat elektrike, tabelat, ndërtesat, mjetet dhe rreziqe të tjera
- **Nëse ndodheni në shkollë, stadium apo teatër:** Qëndroni në vendin tuaj dhe mbroni kokën dhe qafën me krahë. Mos u përpiqni të largoheni deri sa të mbarojnë lekundjet. Pastaj ecni ngadalë duke bërë kujdes nga ndonjë send që mund t'ju bjerë

SITËVEPROJMË **PAS** TËRMETIT

- Sigurohuni për gjendjen tuaj shëndetësore dhe të njerëzve që ndodhen pranë jush. Ndhmoni ata që ndodhen në vështirësi dhe jepuni ndihmën e parë
- Mos i lëvizni personat që janë lënduar shumë. Ju mund ta rëndoni më tepër gjendjen e tyre
- Dilni me kujdes nga vendi ku ndodheni. Mos harroni të vishni këpucët sepse në rrugë mund të ketë copa xhami të thyer dhe sende të tjera
- Mos përdorni telefonat sepse mund të ngarkoni linjën telefonike duke penguar të tjerët që kanë vërtet nevojë për ndihmën e shpejtë.





Rrëshqitja e tokës përkufizohet si “lëvizja e një mase shkëmbi, copëzash ose toke” në drejtim të gremenës/rrëpirës. Ngjarje të tilla si rënie gurësh, rrëshqitje dhe rrjedhje copëzash që zakonisht quhen lëvizje balte vënë në rrezik jetët e personave që ndodhen afër dhe shkaktojnë dëme të mëdha materiale dhe fizike.

SI TË VEPROJMË **PARA** RRËSHQITJES SË TOKËS

- Përgatituni për rrëshqitjet e tokës duke ndjekur procedurat e duhura të përdorimit të tokës. Duke shmangur ndërtimet afër shpateve, afër maleve, afër sistemit ujëmbledhës ose në lugina ku mund të ndodhë erozion
- Informohuni rreth tokës ku banoni. Kërko informacion nga bashkia nëse kanë ndodhur rrëshqitje më parë në atë zonë. Në shpatet ku janë regjistruar rrëshqitje në të shkuarën, ka mundësi të ndodhë e njëjta gjë në të ardhmen
- Konsultohuni me specialistët e fushës për masat parandaluese që mund të përdorni
- Në zonat ku ka rrëshqitje dheu, ndërtoni kanale ose mure devijuese për të mbrojtur pronën tuaj

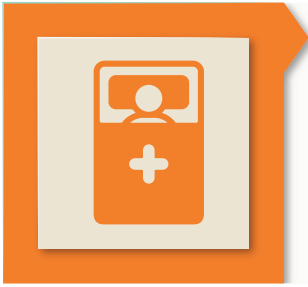
SI TË VEPROJMË **GJATË** RRËSHQITJES SË TOKËS

- Jini të vëmendshëm ndaj parashikimeve të motit mbi lajmërimet për shi të dendur në televizionet e radiot lokale
- Tregoni kujdes për zhurma të pazakonta si kërcitjet e pemëve ose përplasja e gurëve. Ato mund të rezultojnë në rrëshqitje të tokës
- Tregoni kujdes kur kaloni urën. Shikoni nga ana e sipërme e rrjedhës nëse po ndodh ndonjë rrëshqitje

SITË VEPROJË PAS RRËSHQITJES SË TOKËS

- Shkoni në strehimin e paracaktuar nëse ju kanë lajmëruar për evakuim ose nëse ndiheni i pasigurt të qëndroni në shtëpi
- Qëndroni larg nga zona e rrëshqitshme, pasi mund të ketë rrezik për rrëshqitje të tjera
- Dëgjoni radiot dhe televizionet lokale për informacionet e fundit rreth emergjencës
- Bëni kujdes nga përmytjet, të cilat mund të ndodhin pas një rrëshqitje toke
- Kërkoni për persona të lënduar apo të bllokuar afër rrëshqitjes, pa hyrë në zonën në brendësi të rrëshqitjes
- Raportoni tek autoritetet përgjegjëse mbi fatkeqësinë
- Kontrolloni për dëmtime në themelet e ndërtesës, oxhaqet, dhe tokën përreth
- Rimbillni terrenin e dëmtuar sa më shpejt të jetë e mundur. Në të ardhmen e afërt erozioni mund të çojë drejt përmytjeve të shpejta dhe rrëshqitjeve të tjera





Epidemia është shfaqja masive e një sëmundje tek qëniet e gjalla.

SI TË VEPROJMË **PARA** EPIDEMISË

- Kontrolloni në mënyrë periodike ilaçet që merrni për datën e skadencës. Mbajini ilaçet në vende të freskëta.
- Mbani ilaçe shtesë (qetësues, shurupe, vitamina) të cilat nuk kanë nevojë për recetë.
- Pyesni personat me aftësi të kufizuar në familjen tuaj nëse u nevojitet ndihmë shtesë
- Aktivizohu me grupet e ndryshme të ndihmës dhe ji i gatshëm të ndihmosh në rast emergjence.

SI TË VEPROJMË **GJATË** EPIDEMISË

- Shmang kontaktin me njerëzit e sëmurë
- Në rastin kur ju jeni i sëmurë, distancohu nga të tjerët që ato të mos preken nga sëmundja
- Nëse është e mundur qëndro në shtëpi dhe mos shko në shkollë, punë apo vende të tjera publike kur jeni i sëmurë
- Mbuloni gojën dhe hundën me pecetë kur teshtiteni apo kolliteni, shmang prekjen e syve, hundës apo gojës, pasi con në përhapen e mikrobeve
- Praktikoni mënyrat e shëndetit të mire: jini aktiv, pini shume lëngje dhe konsumoni ushqim të shëndetshëm
- Informohuni dhe ndiqni këshillat zyrtare nga autoritetet përgjegjëse



SITËVEPROJMË **PAS** EPIDEMISË

- Nëse doktori këshillon trajtimin e vazhdueshëm ndiqni këshillimet me përpikmëri
- Informoni mjekun e familjes nëse vëreni ndonjë shenjë të pa zakon të shëndetësore
- Ndiqni lajmërimet zyrtare të autoriteteve përgjegjëse





Zjarri është një dukuri e djegies e shoqëruar me nxehtësi të lartë, tym dhe dritë në formë flakësh përcëlluese.

SITË **PARANDALOJMË** RËNIEN E ZJARRIT

- Mos hidhni bishtat e cigareve apo shkrepset e pafikura në tokë, pasi ato mund të shkaktojnë zjarr.
- Mos ndizni zjarr në pyll! Është e ndaluar me ligj dhe shumë e rrezikshme.
- Mos hidhni mbeturina në pyje; ato mund të përmbajnë lëndë djegëse dhe mund të shkaktojnë zjarre.
- Mos digjni sende pa marrë masat e duhura mbrojtëse ndaj zjarrit; situata mund t'ju dalë jashtë kontrollit.
- Mos lini qirinj të ndezur pa mbikëqyrje tuaj dhe mos i vendosni pranë sendeve që mund të marrin zjarr.
- Mos lini tenxheret dhe tiganët mbi soba/furnela të ndezuara pa mbikëqyrje.
- Kontrolloni vazhdimisht instalimet elektrike dhe pajisjet për çarje apo zhveshje të mundshme.
- Mos mbingarkoni rrjetin elektrik dhe prizat duke ndezur në te njëjtën kohë pajisje si sobë, lavatrice, hekur etj.
- Përdorni bombola të sigurta, të cilat kanë të shënuar parametrat teknike të kontrollit.
- Kontrolloni teknikisht dhe pastroni pajisjet me gaz çdo vit.



SI TË VEPROJMË NË RASTE ZJARRI

- Kur ndjeni erë të rëndë, konstatooni tym apo shihni rrjedhje gazi, reagoni menjëherë duke:
 1. Lajmëruar të gjithë pjesëtarët e familjes.
 2. Mbyllur valvulën kryesore të gazit.
 3. Ulur çelësin kryesor të energjisë elektrike.
 4. Hapur të gjitha dyert dhe dritaret për të bërë të mundur qarkullimin e ajrit.
 5. Qëndruar të qetë dhe ndihmuar pjesëtarët e familjes të dalin jashtë ambienteve të shtëpisë.
- Nëse shikoni zjarr ose tym diku telefononi menjëherë zjarrëfikset në numrin **128** (shërbim falas) dhe jepni informacion sa më të saktë për vendndodhjen e zjarrit
- Mos qëndroni në vende ku fryn erë sepse flakët mund të përhapen shpejt
- Shtrihuni përtokë në një vend ku nuk ka sende që mund të marrin flakë
- Nëse ju marrin flakë rrobat që keni veshur, shtrihuni menjëherë përtokë dhe rrokullisuni për të fikur flakët. Mos vraponi sepse oksigjeni në ajër i shton flakët
- Mos përdorni ashensorin pasi rrezikon të bllokohet, por përdorni shkallët
- Përdorni daljet e emergjencës aty ku është e mundur
- Mos përhapni panik dhe mos shtyni të tjerët gjatë daljes
- Telefononi Ambulancën në numrin **127** (shërbim falas) nëse ndiheni keq nga ana shëndetësore



Përgatitja për raste emergjencash në shkollë:



SHKOLLA SI QENDËR KOMUNITARE

Shkolla si qendër komunitare, një qasje që synon ta kthejë shkollën në një vend ku bashkëpunohet për zhvillimin e potencialit të çdo nxënësi, e përgatit komunitetin se si duhet të veprojnë në rastin e emergjencave natyrore. Përgatitja ndaj emergjencave, është një element që modeli i *Shkollës si Qendër Komunitare* e shikon të integruar.

Kështu, shkolla ofron shërbime për zhvillimin e komunitetit dhe komuniteti është pjesë përbërëse e aktiviteteve që organizohen në shkollë.

- Shkolla (strukturat e shkollës) ka një plan veprimi të detajuar në rast të emergjencave natyrore
- Shkolla përgatit komunitetin për të planifikuar masat e duhura në rast të emergjencave natyrore
- Ndërtesa e shkollës ka strukturë të qëndrueshme (ndaj kushteve të motit dhe emergjencave civile)
- Ndërtesa e shkollës është e pajisur me sinjalistikë orientuese



Që situata të tilla të mos ju gjejnë të papërgatitur, hartoni një plan paraprak veprimi. Ju do të jeni shumë më të mbrojtur nëse mendoni dhe ideoni një plan konkret se si mund t'i bëni ballë emergjencave që mund të ndodhin në komunitetin tuaj.

- Nëse jeni në dijeni për një fatkeqësi civile që mund të ndodhë në komunitetin tuaj bëni një analizë se ku qëndron rreziku më i lartë dhe si mund të përballeni me të. Do të mundeni ta parandaloni? Nëse jo, çfarë masash do të merrni për të zbutur pasojat?
- Nëse tashmë gjendeni në një situatë emergjente në zonën ku banoni mendoni për dëmet që kanë ndodhur dhe personat që janë cënuar nga kjo ngjarje. Analizoni të gjitha burimet që mund të përdorni për të ardhur në ndihmë dhe mendoni nëse ju nevojiten burime të tjera. Bëni një plan ku të ndani përgjegjësitë e secilit se si do të kontribuojë në këtë situatë.



Plan për përballimin e emergjencave natyrore:



Emergjenca që prek më shumë zonën/shkollën tuaj

Cila do të ishte nisma që mund të ndërmerrnit për te reduktuar rrezikun nga fatkeqesia?

Burimet që keni dhe që ju duhen për të realizuar këtë nismë?





Ndani rolet dhe përgjegjësitë se si do të kontribuoni për këtë nismë?



Kur mund të ndodhë nisma juaj?

Cfarë elementësh do ju bëjnë të kuptoni që e keni arritur me sukses objektivin?



Numrat e emergjencës

Ambulanca



127

Policia



129

Policia rrugore



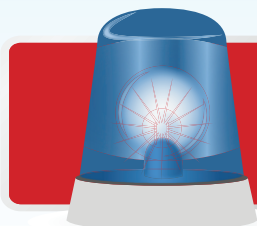
126

Zjarrfikëset



128

Linja e emergjencës



112