



مركز علوم الأرض وهندسة الزلازل
جامعة النجاح الوطنية



قبل



الزلازل



أثناء



بعد



أثناء

الزلازل لا يدوم أكثر
من دقيقة
لا اهلج، لا أهرب



داخل البيت

● نحن، أحتم، وتمسك جيداً: تحت طاولة صلبة أو مكتب حتى

تنتهي الهزة، إذا لم تجد أذهب للأماكن الآمنة..

عند زوايا الغرفة، أمام أعمدة المنزل..

وابتعد عن فتحات الشبابيك والجدران الخارجية.



● أبق في الداخل ولا تخرج، وأخطر شيء يمكن

أن تفعله هو أن تغادر المكان وتعرض نفسك

لتساقط الأغراض عليك أو السقوط عن الدرج.



● في المباني المتعددة الطوابق من المفضل

أن تمكث في بيت الدرج ولا تستخدم المصعد.



خارج البيت

● إذا تواجدت في الخارج، تجنب الدخول إلى المباني

● احم رأسك من الأشياء التي تسقط وأبق بعيداً عن العمارات

وخطوط الهاتف والكهرباء والأشجار الكبيرة... ولا تقف تحت الشرفات

● لا تمر فوق أو تحت الجسور المعلقة.

● إذا كنت داخل سيارتك... خفف سرعتك واتجه

إلى اليمين وأبقها في المكان المناسب بعيداً عن

الاسلاك الكهربائية والصخور المتساقطة.. لا تخرج منها حتى

تنتهي الهزة.



● إذا كنت على شاطئ البحر.. ابتعد إلى مكان مرتفع، وذلك خشية

حدوث موجات مد بحري (تسونامي)

بعد



لا أُلحج وأُتصرف
بهدوء أثناء حدوث
الهزات الارتدادية



داخل البيت

- تأكد من عدم إصابتك.
- اغلق بسرعة مصادر الطاقة مثل: الكهرباء والغاز من المصدر الرئيسي وافتح الأبواب والنوافذ.
- اقلق على حالة جيرانك، وعند اقتضاء الحاجة قم بالإسعافات الأولية.
- استخدم الهاتف فقط للاتصالات الطارئة وللتبليغ عن الإصابات أو أي أمر يخل بالنظام العام.
- استمع للمذيع لتلقي التعليمات والإرشادات من الجهات الرسمية.
- البس حذاءك ليحميك من الحطام الساقط على الأرض.
- لا تشعل عود الثقاب ولا تستعمل أي جهاز كهربائي قبل التأكد من عدم وجود تسرب للغاز، وإذا حدث الحريق تحكم به بواسطة مطفأة أو غطاء مبلل.



خارج البيت

- احذر واستعد للهزات الارتدادية التي يمكن أن تسبب أضراراً إضافية.
- لا تقترب من المباني التي أصابها الدمار لأن الهزات الأرضية اللاحقة قد تدمرها تماماً وتجعلها تنهار عليك.
- لا تلمس الأسلاك الكهربائية والأشياء المتصلة بها على الأرض،.....هناك خطر الموت بالكهرباء.
- لا تقترب من المناطق المنكوبة فهذا يعرقل عمل المنقذين.



الاستعداد والوقاية لمواجهة الزلازل

دعهم وقاية خير من قنطار علاج

يمكن للأجهزة الحكومية والأفراد اتخاذ العديد من الإجراءات للتخفيف من المخاطر والآثار الناتجة عن الزلازل مثل:

- تكثيف الرقابة على المباني عند إنشائها، وترميم القديم منها، ومراعاة الأسس الهندسية الحديثة عند إقامتها، وبخاصة المباني المأهولة بأعداد كبيرة من الناس مثل: المدارس والمستشفيات....الخ. واتخاذ القرار بشأن اختيار المواقع المناسبة للمنشآت الجديدة.
- دعم الدراسات العلمية والبرامج الهادفة للتحضير لمواجهة الزلازل والحد من مخاطرها.
- إعداد حملات إعلامية وتثقيفية لتوعية المواطنين بقواعد السلامة العامة ومتطلباتها.
- إعداد خطط وطنية للاستعداد والإغاثة.
- التدريب على إجراءات إخلاء المباني والمنشآت الكبيرة والمناطق المعرضة لنشوب الحرائق.

إعداد مركز علوم الأرض وهندسة الزلازل
جامعة النجاح الوطنية
بتمويل من اليونسكو - مكتب رام الله
وبالتنسيق مع الدفاع المدني، والهيئة الوطنية
للتخفيف من أخطار الكوارث

تصميم النشر: م. هديل بامير

نابلس، ص.ب (707).

تلفون: 09-2344121-09-2341003

فاكس 972-9-2345982+

بريد إلكتروني: e.mail: seiscen@ najah .edu