



## السلامة من الحرائق المنزلية

# السلامة من الحريق لكبار السن وذوي الإعاقة

إن كبار السن والمعاقين معرضون لخطر إصابة أكبر أو عدم النجاة من الحريق في منازلهم. ويحدث هذا عادة عندما تؤثر الإعاقة أو المرض على قدرة الفرد. فكيف في حالتك. هل يعني ضعف السمع أو البصر أنك أبطأ في إدراك وجود حريق؟ هل يؤثر ضعف حركتك على إمكانية هروبك من حريق في منزلك؟ لقد صُمِّمت المعلومات في هذه النشرة سوياً مع كتيب السلامة من الحريق في المنزل لمساعدتك على الحد من خطر الحريق عليك.

## التنبيه المبكر

تحدث حالات الوفاة الناتجة عن الحريق لكبار السن والمعاقين أكثر في المنازل التي لا توجد بها أجهزة إنذار دخان (أجهزة إنذار الحريق) تعمل بكفاءة أو بها أجهزة إنذار دخان في أماكن غير مناسبة. إن التنبيه المبكر هام للجميع، ولكنه حيوي بالنسبة للمعاقين.

### • أكثر من جهاز إنذار دخان واحد

إن وجود أكثر من جهاز إنذار دخان واحد يزيد من التنبيه المبكر في حالة الحريق. فكيف في نفسك وفي منزلك. هل تغلق الأبواب لتفصل أجزاءً من المنزل؟ في أي جزء من المنزل يوجد جهاز إنذار الدخان؟ إذا كنت مدخناً، فهل لديك جهاز إنذار دخان في كل غرفة من المنزل تقوم بالتدخين فيها؟ هل تتأثر أحياناً بالأدوية أو المشروبات الكحولية؟ هل يمكن أن يوقظك أو ينبهك جهاز إنذار الدخان الموجود في الطرف الآخر من المنزل؟

- فكر في ترك جميع الأبواب الداخلية مفتوحة خلال الليل لتسهيل الإخلاء،
- إذا كان لديك جهاز تنبيه شخصي، ارتديه عند الذهاب إلى الفراش،
- أثناء وجودك في المنزل، ضع المفاتيح في الأبواب الموصدة أو أبواب الأمان الشبكية، ولا توصلد الأبواب أبداً أثناء وجودك بالمنزل،
- انبطح/استلق أرضاً بقدر المستطاع للابتعاد عن الدخان أثناء الإخلاء،
- غادر المنزل وابق خارجه،
- اتصل برقم الطوارئ (000) ثلاثة أصفار أو اطلب من أحد الجيران الاتصال به.
- إذا لم يكن باستطاعتك إخلاء منزلك بدون مساعدة، فيجب عليك القيام بما يلي:
- ضع هاتفاً بجوار فراشك مبرمج مسبقاً للاتصال برقم الأصفار الثلاثة (000)،
- اتصل برقم الطوارئ (000) ثلاثة أصفار، وانتظر حتى يتم الرد عليك ثم قل كلمة FIRE (حريق)،
- وانتظر ليتم توصيلك وابلغ بوجود حريق وبحاجتك إلى المساعدة في إخلاء المنزل،
- ابق على الخط حتى تتمكن من إخبارهم بمكانك حيث يمكنهم العثور عليك،
- انبطح/استلق أرضاً قدر المستطاع وابتعد عن الدخان والحرارة،
- إذا كان بإمكانك ذلك، أغلق باب الغرفة التي توجد بها، وضع مناشف، ملاءات و/أو ملابس أسفل الباب للحد من دخول الدخان إلى الغرفة.

## نصائح أخرى

- تأكد من إمكانية رؤية رقم منزلك بوضوح من الشارع، حتى تتمكن خدمة الطوارئ من العثور على منزلك بسهولة،
- إذا كنت تعاني من صعوبة في الحركة داخل منزلك في حياتك اليومية، فقد يؤثر ذلك على السرعة التي يمكنك بها إخلاء المنزل بسلامة في حالات الطوارئ. فكر في الاستعانة بتقييم من أخصائي علاج طبيعي و/أو علاج وظيفي للحصول على نصائح ومعلومات لزيادة استقلاليتك وسلامتك،
- إذا كنت تعاني من صعوبة في القيام بمهام مثل الطهي، فكر في الاتصال بالمجلس المحلي أو بمقدم خدمة خاص للمساعدة و/أو لتوصيل الوجبات،
- إن تكديس الأشياء يزيد بدرجة كبيرة من خطر الحريق وعدم القدرة على النجاة، تفادى تكديس الأشياء، خاصة حول الأبواب وفي الممرات،
- إذا كنت تستخدم الأكسجين الطبي، اتبع دائماً تعليمات الأمان التي يقدمها لك مقدم الخدمة. يزيد الإخفاق في ذلك من احتمال حدوث الحريق ويزيد من حدته.

## • أجهزة إنذار دخان متصلة

يمكن أن تتصل أجهزة إنذار الدخان إما لاسلكياً أو سلكياً بشبكة بسيطة في السقف. وهذا يعني أنه إذا كان جهاز إنذار الدخان يعمل في إحدى الغرف في المنزل، فستعمل جميع أجهزة إنذار الدخان في منزلك.

## • أجهزة إنذار الدخان للصُم وضعاف السمع

تعمل أجهزة إنذار الدخان للصُم وضعاف السمع مع ضوء قوي ووسادة فراش هزازة. وقد تكون مؤهلاً للدعم الممول من الحكومة. إذا كنت أحد مستأجري مكتب الإسكان الحكومي Office of Housing فيجب عليك الاتصال بمكتب الإسكان المحلي للحصول على مزيد من المعلومات.

## • أجهزة إنذار الدخان المتصلة بأجهزة الإنذار الشخصية

إن جهاز إنذار الدخان المتصل بأجهزة التنبيه الشخصية يعني أنه إذا تم تشغيل جهاز إنذار الدخان، فسيرسل تنبيهاً في وكالة مراقبة الإنذار الشخصي. ولا تتوفر هذه الخدمة حالياً من خلال برنامج التنبيه الشخصي المدعوم من الحكومة.

## • الاختبار

من المهم أن يتم اختبار جهاز إنذار الدخان الخاص بك كل شهر. أطلب من أحد أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو الجيران أن يشرح لك كيفية القيام بذلك، واطلب مساعدته في إجراء الاختبار.

## الاستجابة للحريق

توصي هيئة فرق إطفاء العاصمة MFB الأشخاص ذوي القدرات المنخفضة بمغادرة المنزل بدلاً من محاولة مكافحة الحريق. وتضمن خطة مغادرة المنزل إمكانية هروبك سالمًا في أي حالة من حالات الطوارئ في أي وقت من النهار أو الليل. تدرب مع مقدم رعاية منزلي أو صديق أو جار ليتأكدوا من مساعدتك في إدخال أي تحسينات. وتأكد مما يلي:

- أن تكون غرفة نومك قريبة من أحد المخارج،
- تأكد من عدم وجود أي عوائق في غرفة نومك مع إمكانية وصول سهلة من فراشك إلى باب الغرفة،
- خزن الأجهزة المساعدة على الحركة في مكان يسهل الوصول إليه في غرفة نومك في الليل،

لمزيد من المعلومات حول:

- خدمات العلاج الوظيفي /العلاج الطبيعي / أجهزة التنبيه الشخصية الممولة من الحكومة اتصل بمركز صحة المجتمع بمنطقتك
- دعم جهاز إنذار الدخان للصم وضعاف السمع، اتصل هاتفياً على Vicdeaf 9473 1111 أو بالرقم المخصص لفاقد السمع/ضعاف السمع/النطق TTY 9473 1199 أو بالبريد الإلكتروني info@vicdeaf.com.au
- المساعدة الحياتية  
مركز Yooralla Independent Living Centre على هاتف رقم 9666 4500، أو بالبريد الإلكتروني yooralla@yooralla.com.au
- الخدمات والمعدات للمكفوفين وضعاف البصر اتصل بمنظمة Vision Australia على هاتف رقم 1300 84 74 66، أو بالبريد الإلكتروني info@visionaustralia.org.au
- العيش مع الخرف  
اتصل بمنظمة Alzheimer's Australia Vic على هاتف رقم 9815 7800، أو بالبريد الإلكتروني alz@alzvic.asn.au
- نصائح عن السلامة من الحريق لمجموعات كبار السن، أجهزة إنذار الدخان أو التكديس وخطر الحريق اتصل ببرنامج التغلب على المشاكل في المجتمع لدى فريق إطفاء العاصمة MFB Community Resilience – على الرقم 9665 4464 (03) – commres@mfb.vic.gov.au



**Metropolitan Fire Brigade (MFB) www.mfb.vic.gov.au**