6

သင်ခန်းစာ (၆)

အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး နှင့် လုံခြုံရေး

Safety and Security

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

CROWN AGENTS
ACCELERATING SELF-SUFFICIENCY & PROSPERITY

UKaid
from the British people

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

သင်ခန်းစာ ရည်ရွယ်ချက်

၁။ လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးရေးဆိုင်ရာ ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် သတိထားရမည့် လုံခြုံရေးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို သိရှိနားလည်စေရန်၊

၂။ မိမိလုံခြုံရေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း၏ အရေးပါမှုကို သိရှိနားလည်စေရန်၊

၃။ အန္တရာယ်များသည့်နေရာများတွင် လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်ရပါက လက်နက်များနှင့် ပေါက်ကွဲစေတတ်သော ပစ္စည်းများ အန္တရာယ်မှ ထိခိုက်မှုနည်းပါးစေရန် လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်သည်များကို သိရှိစေရန်။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

ခရီးစဉ်တစ်ခု မစတင်မီ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- ဒေသအလိုက် ကြုံတွေ့နိုင်မည့် အန္တရာယ်များ၊ မြိမ်းခြောက်မှုများကို လေ့လာသုံးသပ် ထားပါ။
- ဝန်ထမ်းများ၊ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများ၊ ယာဉ်မောင်းများအား ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ သင်တန်းများပေးထားပါ။ (ဥပမာ - မိုင်းအန္တရာယ်နှင့်ပတ်သက်သော ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ)
- သွားရောက်မည့်အဖွဲ့အတွက် အဖွဲ့ဝင်များအား ရွေးချယ်ရာတွင် ဒေသခံ ဘာသာစကားကို နားလည်တတ်ကျွမ်းသူ အနည်းဆုံး တစ်ဦး ပါဝင်စေပါ။
- ယုံကြည်စိတ်ချရသော၊ ဒေသအခြေအနေကို နှံ့စပ်နားလည်သော ယာဉ်မောင်းကိုသာ ရွေးချယ်ပါ။
- အသုံးပြုမည့် ယာဉ်၏ ကြံ့ခိုင်ရေးကို ကြိုတင်စစ်ဆေးထားပါ။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

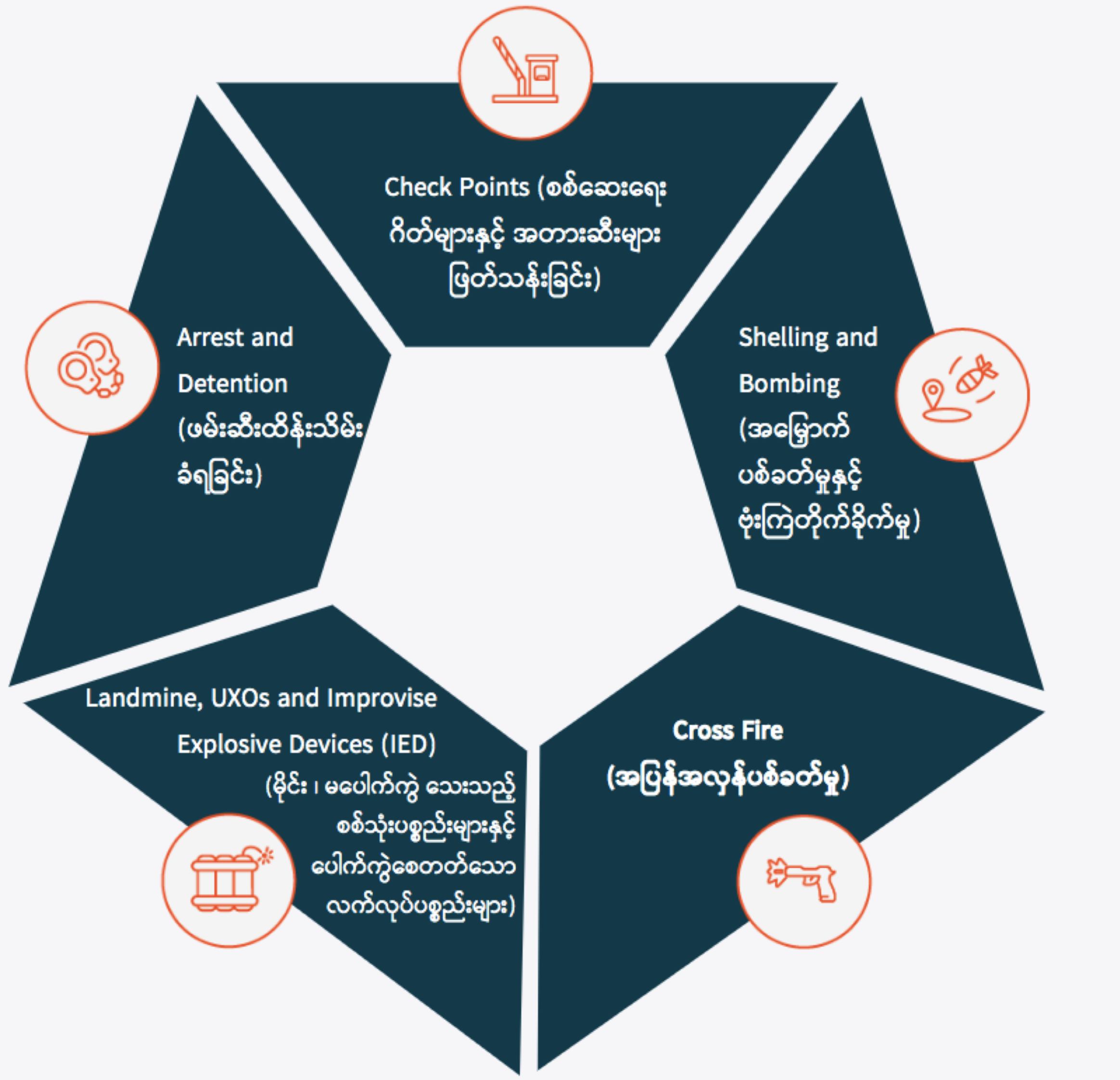
ခရီးသွားမည့် အဖွဲ့နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားသင့်သည့် အရာများ

- မှတ်ပုံတင်
- ဒေသအတွင်း သွားလာရန် ခွင့်ပြုမိန့်
- ဝန်ထမ်းကဒ်
- မြေပုံ
- ဆက်သွယ်ရေး ပစ္စည်းကိရိယာများ (ဖုန်း၊ GPS၊ ဂြိုလ်တုဖုန်း)
- ဆိုင်ကယ်စီး ဦးထုပ် (ဆိုင်ကယ်ခရီး ဖြစ်ပါလျှင်)
- အသက်ကယ်အင်္ကျီ (ရေလမ်းခရီးဖြစ်ပါလျှင်)
- သောက်ရေ နှင့် ရိက္ခာခြောက်
- အရေးပေါ်အိပ်ရာလိပ်
- လည်ရှည်ဖိနပ်
- လုပ်ငန်းအတွက် လိုအပ်သည့် စာရွက်စာတမ်းများ(ဥပမာ - ကနဦးလေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း မေးခွန်းလွှာ)

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

ယာဉ်ပေါ်တွင် ယူဆောင်သွားသင့်သည့်အရာများ

- ရှေ့ဦးသူနာပြု ဆေးသေတ္တာ/ဆေးအိတ်
- အဖွဲ့၏ အမှတ်တံဆိပ်/အလံ
- ယာဉ် နှင့် ဆက်စပ် ပစ္စည်းများ (ဘီးအပို၊ စက်ပြင်ပစ္စည်းကိရိယာ၊ ဂေါ်ပြား၊ ကြိုး၊ ဝန်ချီစက်)
- လက်နှိပ်ဓာတ်မီး
- မီးသတ်ဆေးဗူး



အန္တရာယ်များသော ဝန်းကျင်ဒေသတွင် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်း

စစ်ဆေးရေးဂိတ်များနှင့် အတားဆီးများ ဖြတ်သန်းခြင်း

- အခြေအနေကို သုံးသပ်ပါ။ မော်တော်ယာဉ် အရှိန်လျှော့ပါ။ ကားတံခါးများ ဂျက် ချ ထားပါ။
- ကား ကက်ဆက်၊ ရေဒီယို ပိတ်ထားပါ။
- ယာဉ်ကို ရပ်ခိုင်းမှသာ ရပ်ပါ။ ယာဉ်အပြင် မထွက်ပါနှင့်။
- စစ်ဆေးရေးဂိတ်များကို ညအချိန် ချဉ်းကပ်ပါက ရှေ့မီးကြီးများကို မှိတ်ပြီး မီးအသေးသာ ထွန်းထားပါ။
- အဖွဲ့ကိုယ်စား ပြောဆိုမည့်သူ တစ်ဦးကို ရွေးချယ်ပြီး ပြောဆိုစေပါ။
- မေးလာနိုင်မည့် မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရန် ပြင်ဆင်ထားပါ။
- မေးသလောက်သာ ဖြေပါ။ သတင်းအချက်အလက် ပိုမပေးပါနှင့်။
- စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။ ရုတ်တရက် လှုပ်ရှားမှု ပြုလုပ်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- လက်ဆောင်ပေးခြင်း၊ လာဘ်ထိုးခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သင့်အဖွဲ့က ချမှတ်ထားသော စစ်ဆေးရေးဂိတ်ဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်များ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို လိုက်နာပါ။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

အမြောက်ပစ်ခတ်မှုနှင့် ဗုံးကြဲတိုက်ခိုက်မှု

- အမြောက်သံ ကြားကြားချင်း အကာအကွယ်ယူပါ။ နောက်တစ်ကြိမ် ကြားသည်အထိ မစောင့်ပါနှင့်။
- အန္တရာယ်အကင်းဆုံးနေရာဟုသတ်မှတ်ထားသည့် အခန်း သို့မဟုတ် ဗုံးခိုကျင်း ရှိပါက ထိုနေရာသို့ သွား၍ အကာအကွယ်ယူပါ။ မရှိပါက အဆောက်အဦး၏ အောက်ဆုံးထပ် သို့မဟုတ် မြေအောက်ထပ် ကွန်ကရစ် နံရံထူထူရှိသည့် အခန်းတွင် အကာအကွယ်ယူပါ။
- အပြင်ထွက်၍ အခြားသူများအား လိုက်လံရှာဖွေခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။
- စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။ သင့်အဖွဲ့က ချမှတ်ထားသော လမ်းညွှန်ချက်များ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို လိုက်နာပါ။
- အမြောက်ပစ်ခတ်စဉ် နှင့် ဗုံးကြဲချိန်တွင် အခြားတစ်နေရာတွင် ရောက်ရှိနေပါက ဒေသခံများနောက်သို့ လိုက်ပါ။
- အမြောက်ပစ်ခတ်စဉ် နှင့် ဗုံးကြဲချိန်တွင် မော်တော်ယာဉ်အောက်သို့ဝင်၍ ပုန်းအောင်းခြင်း မပြုပါနှင့်။ မော်တော်ယာဉ်များသည် ဗုံးဒဏ်မှ အကာအကွယ်မပေးနိုင်သည့်အပြင် ပစ်မှတ်တစ်ခု ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။

အပြန်အလှန်ပစ်ခတ်မှု

အဆောက်အဦးအတွင်းရှိနေစဉ်

- ပြတင်းပေါက်များ၊ တံခါးများနှင့် ဝေးရာတွင်နေပါ။ အပြင်သို့ စပ်စုချင်သောစိတ်ကို ချုပ်ထိန်းပါ။
- ဝရန်တာ၊ ခေါင်းမိုးပေါ်၊ ခြံဝန်းထဲသို့ ထွက်ခြင်း မပြုပါနှင့်။
- ပစ်ခတ်သည့်အသံ ကြားလျှင်ကြားချင်း ကြမ်းပေါ်သို့ ဝပ်ချပါ။ ကွန်ကရစ်နံရံ (သို့မဟုတ်) ရေချိုးခန်း၊ မြေအောက်ခန်း၊ လှေခါးခွင်အောက်ဘက်သို့ တွားသွား၍ အကာအကွယ်ယူပါ။
- ပစ်ခတ်မှုများလုံးဝ ရပ်စဲသွားသည့် အချိန်မှသာ အကာအကွယ်ယူထားသောနေရာမှ အပြင်သို့ ထွက်ပါ။
- ဘေးကင်းလုံခြုံသည့် နေရာသို့ရောက်ရှိလျှင် ဖြစ်စဉ်အား အဖွဲ့အစည်း၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ခံကို ချက်ချင်းအကြောင်းကြားပြီး ညွှန်ကြားချက်ရယူပါ။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

အပြန်အလှန်ပစ်ခတ်မှု

လမ်းလျှောက်နေစဉ်

- ပစ်ခတ်သည့်အသံ ကြားလျှင်ကြားချင်း မြေပြင်သို့ လျှင်မြန်စွာ ဝပ်ချပါ။ ပြားပြားဝပ်နေပါ။
- ပစ်ခတ်မှု ခေတ္တရပ်သွားလျှင် လုံခြုံမှုရှိသည့် အနီးဆုံး အကာအကွယ်ရှိရာသို့ ဝပ်၍ သွားပါ။
- ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများ၏ တုံ့ပြန်မှုကို လေ့လာပြီး အခြေအနေကို သုံးသပ်ပါ။
- ပစ်ခတ်မှု ဖြစ်ပွားနေသည့် နေရာမှ အခြားနေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရန် လုံခြုံမှု ရှိ/မရှိ ဆုံးဖြတ်ပါ။
- ဘေးကင်းလုံခြုံသည့် နေရာသို့ ရောက်ရှိလျှင် အဖွဲ့အစည်း၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ခံကို ဖြစ်စဉ်အား ချက်ချင်းအကြောင်းကြားပြီး ညွှန်ကြားချက်ရယူပါ။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

အပြန်အလှန်ပစ်ခတ်မှု

ယာဉ်မောင်းနေစဉ်

- ရှေ့တွင် လမ်းရှင်းလင်းနေလျှင် လျှင်မြန်စွာ မောင်းထွက်ပါ။ သို့သော် အန္တရာယ်မရှိအောင် မောင်းနှင်ပါ။ ယာဉ်ပေါ်တွင် လိုက်ပါလာသော ခရီးသည်များကို တတ်နိုင်သမျှ ဝပ်၍ လိုက်စေပါ။
- ရှေ့မြင်နိုင်သည့် အကွာအဝေးတွင် ပစ်ခတ်မှုများ ဖြစ်ပေါ်နေလျှင် ဖြေးညှင်းစွာ နောက်ပြန်လှည့်၍ ဘေးကင်းမည့် နေရာသို့ မောင်းနှင်ပါ။
- ယာဉ်ကိုရပ်၍ အပြင်သို့ထွက်ပြီး ဘေးလွတ်ရာနေရာတွင် အကာအကွယ်ရယူပါ။ ကားနောက်တွင် အကာအကွယ် ရယူခြင်းသည် မလုံခြုံနိုင်ကြောင်း သတိပြုပါ။
- မော်တော်ယာဉ်အပြင်သို့ ရောက်ရှိပြီးနောက် သင်ရှိရာနေရာသို့ တိုက်ရိုက် ပစ်ခတ်နေပါက မြေပြင်ပေါ်တွင် ပြားပြားဝပ်နေပါ။
- ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသော လူများ၏ တုံ့ပြန်မှုကို လေ့လာပြီး အခြေအနေကို သုံးသပ်ပါ။
- ပစ်ခတ်မှု ဖြစ်ပွားနေသည့် နေရာမှ အခြားနေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရန် လုံခြုံမှု ရှိ/မရှိ ဆုံးဖြတ်ပါ။
- ပစ်ခတ်မှုများ အပြီးရပ်သွားမှသာ မော်တော်ယာဉ်ဆီသို့ ပြန်လာပါ။

HARP-F
Humanitarian Assistance and Resilience Programme Facility

မိုင်း၊ မပေါက်ကွဲသေးသည့် စစ်သုံးပစ္စည်းများ နှင့် ပေါက်ကွဲစေတတ်သော လက်လုပ်ပစ္စည်းများ

- တိုက်ပွဲဖြစ်ရာနေရာ (သို့မဟုတ်) နေရာသစ်တစ်ခုတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရပါလျှင် ဒေသခံများ၏ အကြံပြုချက်ရယူပါ။
- ခရီးသွားလာလျှင် ဒေသခံတစ်ဦး ခေါ်ဆောင်သွားပါ။
- သွားလေ့မရှိသော လမ်းကြောင်းအသစ် ထွင်၍ မသွားပါနှင့်။ ညအချိန် ခရီးသွားလာခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ။
- မိုင်း၊ မပေါက်ကွဲသေးသည့် စစ်သုံးပစ္စည်းများနှင့် ပေါက်ကွဲစေတတ်သော လက်လုပ်ပစ္စည်းများကို ထိတွေ့ ကိုင်တွယ်၊ ပြောင်းရွှေ့ခြင်း မပြုပါနှင့်။
- သံသယဖြစ်ဖွယ် ပိုင်ရှင်မဲ့ အထုပ်များ၊ ပစ္စည်းများ တွေ့ရှိပါလျှင် အနားသွားကြည့်ခြင်း၊ ထိတွေ့ ကိုင်တွယ်၊ ပြောင်းရွှေ့ခြင်းများ မပြုလုပ်ဘဲ သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပါ။
- လက်ပစ်ဗုံးဖြင့် တိုက်ခိုက်ခံရပါက လက်ပစ်ဗုံးဟုအော်ပြီး မိမိအနားရှိသူများကို အသိပေး၍ ချက်ချင်း ဝပ်ချပါ။ နားနှစ်ဖက်ကို အုပ်ထားပါ။

ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းခံရခြင်း

- ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်း ခံရပါက အတိုက်အခံ မလုပ်ပါနှင့်။ သင့်အမှု ပိုကြီးသွားနိုင်ပါသည်။
- စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။ ရန်လိုခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း အပြုအမူများကို ရှောင်ရှားပါ။
- မိမိအဖွဲ့၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များမှ ခွဲမထွက်ပါနှင့်။
- အဖွဲ့ကိုယ်စား ပြောဆိုမည့်သူတစ်ဦးကို ရွေးချယ်၍ ပြောဆိုစေပါ။
- မိမိ အဘယ်ကြောင့် အဖမ်းခံရကြောင်းနှင့် မိမိအပေါ် အမှုဆင်နိုင်မည့် သက်သေ အထောက်အထားများကို စဉ်းစားပါ။
- ဖမ်းဆီးသူသည် မည်သည့်အရာကို အလိုရှိကြောင်း၊ ဖမ်းဆီးရသည့် အကြောင်းအရင်း စသည်ကို သေချာစွာ နားထောင်ပါ။
- ကယ်ဆယ်ရေး လုပ်ဆောင်သူဖြစ်ကြောင်း သက်သေခံ အထောက်အထားများနှင့်တကွ ရှင်းပြပါ။
- သင့်ရုံးကို ဆက်သွယ်ခွင့်ပေးရန် တောင်းဆိုပါ။ သို့မဟုတ် သင့်ကိုယ်စား ၎င်းတို့ကို ဆက်သွယ်ခိုင်းပါ။
- ပြန်လည်လွတ်မြောက်နိုင်ရန်အတွက် ဦးတည်ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းပါ။

သင်ခန်းစာ ပြီးဆုံးပါပြီ

References:

- CIRC personal safety and security, Kaya - www.kayaconnect.org
- Personal Safety and Security Certificate Course, Save the Children - www.disasterready.org