



Eining 3: Viðbúnaður vegna neyðarástands í skóglendi og óbyggðum

ÞÁLFUNARLOTA 16: Nauðsynleg færni til að bregðast við skógarældum og öðrum hamförum

Höfundur: [Denizli İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü (AFAD)/ VETREADY
verkefnasamstarf]

Verkefnisnúmer: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union

Þetta verkefni er styrkt af Evrópusambandinu. Þær skoðanir og þau viðhorf sem koma hér fram eru þó eingöngu á ábyrgð höfunda og endurspeгла ekki endilega sjónarmið Evrópusambandsins eða Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Hvorki Evrópusambandið né styrkveitendur bera ábyrgð á innihaldi verkefnisins



Markmið þjálfunarlotunnar

Helsta markmið: Að auka þekkingu þína og hjálpa þér að öðlast nauðsynlega færni í neyðartilvikum sem geta komið upp í skóglendi og óbyggðum, til að undirbúa þig andlega og líkamlega til að taka réttar ákvarðanir undir hræðslu og streitu.

Lengd þjálfunarlotunnar: 2,6 kennslustundir

Matsaðferð: Fjölvalspróf við lok lotunnar

Markhópar: Nemendur í starfs- og verknámi, nemendur í endurmenntun, nemendur af erlendum upprunastarfs- og verknáms

Viðurkenning fyrir nemendur:

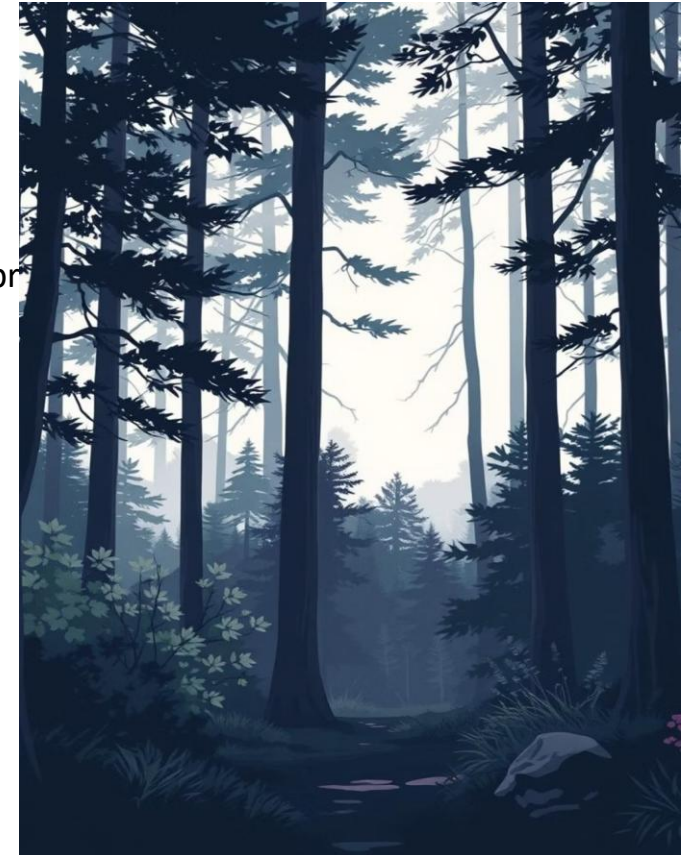
Skírteini sem staðfestir þátttöku (óformlegt þjálfunarnámskeið)

Viðurkenning fyrir kennara:

Skírteini sem staðfestir aukna faglega hæfni

Markviss þverfagleg ESCO-færni í flokknum T.6.2: Lífsleikni og færni /

Beiting umhverfisþekkingar og færni



Markmið þjálfunarlotunnar

Þekking

- Öryggis- og forvarnaraðgerðir gegn skógareldum.
- Þrír þættir eldþríhyrningsins (eldsneyti, súrefni, hiti) og orsakir elds af mannavöldum.
- Náttúrulegar aðferðir sem notaðar eru til leiðsagnar í náttúrunni og takmarkanir þeirra.

Hæfni

- Leiðsagnarfærni til að finna áttir og öruggari leiðir þegar villst er.
- Gerð neyðarathvarfs og merkingaraðferðir til að kalla eftir hjálp.
- Skyndihjálpi við slysum og meiðslum (t.d. snákabit, tognun, ofkæling) í óbyggðum.
- Líkamleg færni og hæfni (sem færni tengd ESCO; t.d. skyndihjálpi, að byggja skjól og gefa merki).

Inngangur: Hvað felst í nauðsynlegri færni til að bregðast við skógarældum og öðrum hamförum?

Nauðsynleg færni til að bregðast við skógarældum og öðrum hamförum vísar til hæfni og þekkingar sem nauðsynleg er til að lifa af og draga úr áhættu í óbyggðum. Þessi hæfni beinast að því að takast á við mögulegar ógnir, svo sem eldsvoða, öfgafullt veður og meiðsli. Helstu sviðin eru:

- Grunnöryggi og forvarnir gegn eldum í skógi.
- Færni til að forðast að villast og finna öruggari leiðir.
- Gerð neyðarathvarfs og merkinga til að kalla eftir hjálp.
- Skyndihjálp sem nýtist í óbyggðum (t.d. snákabit, tognun, örmögnun).

Lykilhugtök

- **Skógareldar:** Óstýrðir eldar sem breiðast út um skóga, mólendi eða dreifbýli. Þeir eru hættulegir vegna hraðrar útbreiðslu og möguleika á að ná til stórra svæða.
- **Neyðar- og björgunarbúnaður (Go-Bag):** Fyrirfram pakkaður bakpoki sem inniheldur nauðsynlegan búnað til að lifa af í neyðartilvikum (vatn, matur, skyndihjálparbúnaður, vasaljós, kort o.s.frv.).
- **STOP-reglan:** Grunnaðgerðir sem hægt er að beita þegar þú ert villt/ur í óbyggðum:
- **Stöðvaðu (e. stop):** Halda ró.
- **Hugsaðu (e. think):** Meta aðstæður.
- **Athugaðu (e. observe):** Skoða umhverfið.
- **Skipuleggðu (e. plan):** Skipuleggja hvaða leið þú ferð.
- **Neyðarskýli:** Tímabundið skjól smíðað úr náttúrulegum efnum til að verjast gegn öfgakenndu hitastigi og hörðum veðurskilyrðum (vindi, rigningu).
- **Kalla á hjálp:** sjón- eða hljóðmerki (spegilmynd, reykur, flautuhljóð) sem notuð eru til að hjálpa björgunarsveitum að finna þig.

Að skilja mikilvægi lotunnar

Tenging við nútímann: Hamfarir geta skolið á án fyrirvara. Að vera undirbúin/n með nauðsynlegri færni er lykilatriði til að vernda þig sjálfa/n, fjölskyldu þína og þá sem standa þér næst.

Staðreyndir og tölfræði: Árið 2025 brann yfir ein milljón hektara af skóglendi í ESB, sem er nánast fimm sinnum meira svæði en það sem brann árið 2024. Þetta undirstrikar verulegt umhverfis- og efnahagslegt tjón.

Varnarkerfi ESB var virkjað 18 sinnum árið 2025 til að bregðast við skógareldum í 11 löndum, sem sýnir umfang vandans og mikilvægi samhæfðra aðgerða.

Tengsl við forgangsröðun ESB: Þessi þjálfunarlota tengist beint forgangsröðun ESB, svo sem Græna sáttmálanum, viðbúnaði gegn hamförum og aðlögun að loftslagsbreytingum. Að byggja upp þolbetri samfélög og vernda skóga er í kjarna þessara markmiða.

Fyrsta skrefið að viðnámsþoli: Að skilja áhættu af hamförum er fyrsta skrefið til að verja viðnámsþolið gegn þeim. Þessi þjálfun er ekki einungis fræðileg þekking heldur líka ómissandi verkfæri í framkvæmd.

Hvers vegna þessi þjálfunarlota skiptir máli

- **Tengsl þín við náttúruna:** Náttúruhamfarir geta átt sér stað á óvæntustu tímum. Að lenda í neyðartilfelli í gönguferð, í útilegu eða við aðra náttúruupplifun getur haft alvarlegar afleiðingar ef þú ert óundirbúin/n.
- **Verndaðu þig og ástvini þína:** Þessi þjálfunarlota býður ekki aðeins upp á fræðilega þekkingu; hún veitir þér mikilvæga hagnýta færni til að vernda þig, fjölskyldu þína og aðra í kringum þig.
- **Lífsbjargandi færni:** Þekking á skyndihjálp í óbyggðum er færni sem bjargar mannlífum. Færnin sem þú öðlast í þessari lotu getur bjargað lífi þínu þegar þú verður vitni að skógarældum eða þegar þú týnist eða slasast í óbyggðum.
- **Fyrsta skrefið að viðnámspoli:** Að skilja áhættur náttúrunnar er fyrsta skrefið að afbragðs viðnámspoli gagnvart hamförum. Þessi lota er leiðarvísir sem kemur í veg fyrir að þú bregst við hamförum í skelfingu, hjálpar þér að halda ró þinni, taka réttar ákvarðanir og eykur líkur þínar á að lifa af.

Náttúruhamfarir

- Lotan er hönnuð til að hjálpa þér að takast á við þær áskoranir sem náttúruhamfarir geta borið með sér. Þessi færni gerir þér kleift að bregðast við á öruggari og árangursríkari hátt í neyðarástandi:
- Eldvarnir: Þurrkar og öfgafullt hitastig vegna loftslagsbreytinga valda því að skógareldar af mannavöldum breiðast hraðar út og verða eyðileggjandi. Þess vegna eru eldvarnir og öruggar aðferðir við eldgerð mikilvægari en nokkru sinni fyrr.
- Leiðsögn: Náttúruhamfarir geta valdið skemmdum á landslagi eða slæmar veðuraðstæður (rigning, snjór, þoka) geta skert sýnileika, sem eykur líkurnar á því að týnast. Í slíkum aðstæðum, þar sem tæknibúnaður eins og GPS getur brugðist, eru hefðbundnir leiðsagnarhæfileikar, eins og að nota landakort og áttavita, lífsnauðsynlegar.
- Skjól og merki: Hamfarir geta eyðilagt innviði og byggingar. Neyðarskýli eru fyrsta skrefið í endurheimt í slíkum aðstæðum með því að veita öryggi og aðgang að mat, vatni og lækningaþjónustu.
- Skyndihjálp: Við hamfarir geta neyðarþjónustur í þéttbýli átt miklu að sinna. Þekking á skyndihjálpi í óbyggðum (e. WFA), sem var þróuð til að meðhöndla særða og veika á afskekktum svæðum þar sem erfitt er að komast til sjúkrahúsa, getur einnig bjargað lífi í hamförum í þéttbýli.

Skógareldar: Orsakir og fyrirbygging

Eldþríhyrningurinn: Eldur krefst þriggja grundvallarpátta: eldsneytis, súrefnis og hita.

Skógareldar af mannavöldum: Meira en 90% skógarelda eru af mannavöldum eins og gáleysi, vanrækslu eða viljandi aðgerðum.

Algengustu orsakir:

Að kveikja elda í skógi án þess að grípa til öryggisráðstafana.

Að henda sígarettustubbum og eldspýtum.

Brunar á ökrum og að skilja eftir gler eða glerbrot í skógi.

Varúðarráðstafanir sem ber að grípa til:

Fjarlægjið þurrt gras og lauf frá húsum sem eru nálægt skóginum.

Geymið eldfim efni langt frá húsum.

Haldið vatnsslöngum og eldvörnum tilbúnum til notkunar.

Tryggið reglubundið viðhald slökkvitækja.



Mynd 2. Varnir gegn skógareldum (skapað af gervigreind af A.Esiyok í gegnum Gamma)

Örugg eldkveikja

Staðsetning:

Veldu merkt og örugg svæði. Grafðu eldstæði að minnsta kosti 10–15 metra frá eldfimum efnum og trjám.

Eldiviðarefni:

Safnið eingöngu þurrum og dauðum viði sem hefur fallið til jarðar. Flokkaðu efnið í eldspón (mjög eldfimt, þunnt efni), eldkvik (greinar um það bil eins þykkar og blýantur) og aðaleldsneyti (þykkari viður).

Eldstýring:

Aldrei skaltu skilja eldinn eftir óvarinn.

Til að slökkva eldinn skaltu nota vatn eða jarðveg og ganga úr skugga um að neistarnir séu alveg kaldir.

Reglur við eldsvoða

Tilkynning: Ef þú sérð eld, hringdu strax í neyðarlínuna 112.

Íhlutun: Ef eldurinn er lítill geturðu gripið inn í. Ef hann er stærri, bíddu eftir sérfræðingateymum.

Flutningur:

Til að verja þig fyrir reyk, notaðu grímu eða blauta tusku.

Haltu ró, fylgdu leiðbeiningum yfirvalda og farðu á tilgreinda samkomustaði.

Haltu vegunum greiðum fyrir slökkvibúnað.

Staldráðu við og veltu fyrir þér

Atburðarás: "Það er heitur sumardagur og þú ert að keyra eftir litlum vegi í gegnum skóg. Þú hefur heyrt fréttir af skógareldum í ýmsum héruðum. Bíllinn fyrir framan þig kastar stöðugt rusli út um gluggann."

Spurning til íhugunar: "Hvað myndir þú gera í þessari stöðu? Hvaða skref myndir þú taka til að koma í veg fyrir eldsvoða og til að tryggja öryggi þitt?"



Mynd 3. akstur í skóginum (skapað af gervigreind af H.Berkas í gegnum firefly.adobe)

Staldræðu við og íhugaðu

Svar við aðstæðum: Vitund og ábyrgð

Skráðu og tilkynntu aðstæðurnar: Fyrst skaltu skrá bílnúmerið og gerð bílsins fyrir framan þig. Haltu öruggri fjarlægð án þess að setja þig í hættu. Hringdu strax í neyðarlínuna 112 og tilkynntu um aðstæðurnar og upplýsingar um ökutækið. Mundu að yfir 90% skógarelda eru af mannavöldum.

Tryggðu öryggi þitt: Ekki elta ökutækið né bregðast við af árásargirni, því það gæti sett þig í hættu. Aðalforgangur þinn er að tilkynna um eldhættuna.

Safnaðu sönnunargögnum (ef það er öruggst): Ef mögulegt er og öruggt, taktu mynd eða myndband af atvikinu. Þetta getur verið mikilvæg sönnunargögn fyrir yfirvöld.

Leggðu áherslu á mikilvægi fyrirbyggingar: Þetta dæmi sýnir hvernig jafnvel lítil óvarkárni getur leitt til stórslyss. Áminntu fólk um mikilvægi einfaldra fyrirbyggingarráðstafana, eins og að hreinsa þurrt gras í kringum heimili og halda eldfimum efnum frá húsum.

Leiðsögn: Landakort, áttaviti og GPS

Landakort: Landakort veita nákvæmar upplýsingar um landslagið. Með línunum sem sýna hæð yfir sjávarmáli (hæðarlínur) á þessum kortum geturðu skilið þrívíða uppbyggingu landslagsins.



Áttaviti: Elsta og áreiðanlegasta leiðsögutækið. Segulnálin bendir alltaf til segulnorðurs. Þegar áttaviti er notaður skal forðast að nota önnur raflínur sem geta valdið segulfráviki.

GPS: GPS-tæki veita tafarlaugar upplýsingar, svo sem staðsetningu, hraða og stefnu. Þau eru þó háð rafhlöðum og geta misst merki, svo þekking á korti og áttavita ætti alltaf að vera í forgangi.



Mynd 4. GPS, kort (gert með gervigreind af H. Berkta í gegnum firefly.adobe)

Leiðsögn: Náttúrulegar aðferðir



Sól og skuggi:

Þegar þú réttir út hægri handlegginn í átt að sólarupprás (austur), bendir vinstri handleggurinn til vesturs, framhliðin til norðurs og bakið til suðurs.

Með því að stinga staf í jörðina geturðu fylgt skugga hans til að ákvarða austur-vestur línuna.

Stjörnur: Áreiðanlegasti vísir á nóttunni er Norðurstjarnan (Polaris), sem bendir til norðurs. Þú finnur Norðurstjörnuna með því að bera kennsl á áberandi stjörnumerki eins og stóra vagninn og kassíópeiu.

Aðrar vísbendingar: Mosi vex yfirleitt á norðurhlið trjáa og steina, á meðan inngangur mýrarhóla snýr til suðurs. Áreiðanleiki þessara aðferða er þó breytilegur eftir veðri og landfræðilegum aðstæðum.

Stal draðu við og veltu fyrir þér

Skoðunarleiðangur verður hættulegur

Atburðarás: "Þú ert í bílferð með fjölskyldunni. Þú skoðar kort og ákveður að aka meðfram fallegri, trjáklæddri hliðargötu sem þú sérð liggja rétt hjá aðalveginum. Eftir stutta stund áttarðu þig á því að vegurinn endar. Þú reynir að snúa við en finnur ekki leiðina til baka. Auk þess er ekkert merki á símanum þínum."

Spurning til íhugunar: "Hvað myndir þú gera fyrst til að tryggja öryggi þitt og fjölskyldu þinnar? Er betra að vera áfram í bílnum eða ganga til að leita að hjálp? Hversu mikilvægt er að hafa pappírskort eða áttavísi í þessum aðstæðum?"



Mynd 5. týnast í skóginum (framleitt með gervigreind af H. Bertas í gegnum firefly.adobe)

Staldraðu við og veltu fyrir þér

Svör við atburðarás: Réttu ákvarðanirnar bjarga lífum

Vertu í bílnum þínum: Fyrst og fremst, haltu ró. Vertu í bílnum þínum. Bíllinn þinn þjónar sem bráðabirgðaskjól og auðveldar björgunarsveitum að finna þig. Leitar- og björgunaraðgerðir einblína oft á að finna týnda bíla.

Notaðu kort og áttavita: Ef þú ættir pappírskort og áttavísi, ólíkt símanum þínum, myndu þau ekki treysta á farsímamerki. Þú gætir ákvarðað staðsetningu þína á kortinu, notað áttavitann til að finna rétta átt og keyrt að aðalveginum eða næsta þéttbýli.

Gerið ykkur sýnileg: Farið út úr bílnum og hengið litríkan klút eða hlut á tré á þakið á bílnum til að auðvelda björgunarsveitum að greina staðsetningu ykkar.

Stjórnaðu birgðum þínum: Mikilvægt er að meta magn vatns og matar sem þú átt og skammta vandlega. Ef þú ferðast með neyðarbúnað, skoðaðu innihald hans.

Byrjaðu að senda hjálparboð: Ef þú átt spegil geturðu notað hann til að varpa sólarljósi sem merki til björgunarsveita. Á nóttunni geturðu látið aðalljós bílsins blikka til að senda hjálparboð.

Mundu eftir STOP-reglunni: Áður en þú gerir áætlun um aðgerðir, mundu að STOPPA, HUGSA, ATHUGA og SKIPULEGGJA. Þetta kemur í veg fyrir að þú takir slæmar ákvarðanir.

Neyðarskýli og bygging þeirra

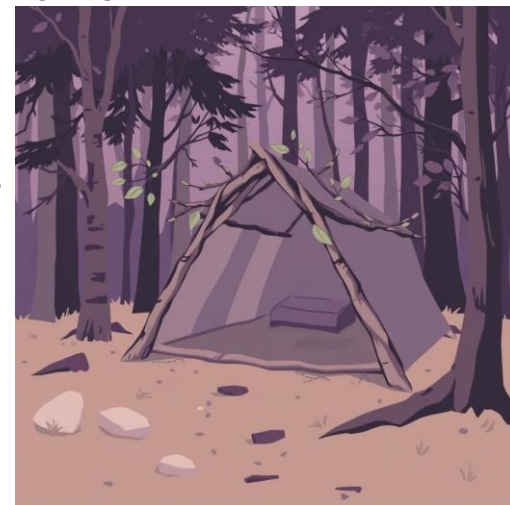
Mikilvægi skjóls: Rétt skjól í óbyggðum kemur í veg fyrir lífshættuleg ástand, eins og ofkælingu, með því að viðhalda líkamshita. Að velja stað fyrir skjól er eitt af fyrstu skrefunum sem þarf að taka við hamfarir eða neyðarástand.

Að smíða skjól: Hægt er að byggja einföld og áhrifarík skjól úr náttúrulegum efnum sem finnast í náttúrunni (þurrar trjágreinar, lauf, jarðvegur). Einfaldasta tegund skjóls er hallað skýli sem byggt er með því að halla greinum að tré.

Skjól fyrir mismunandi loftslag:

Náttúruleg skjól: Náttúrulegar myndanir eins og hellar eða stórar holur í trjám geta verið tímabundin skjól. Hins vegar má ekki gleyma hættunni á að hættuleg dýr, svo sem slöngur og sporðdrekar, séu á þessum stöðum.

Vetrarskjál: Að vetri til geta snjóhús eða snjókögglar boðið upp á betri varmaleiðni en jafnvel tjald.



Aðferðir til að senda hjálparboð

Alþjóðlegt neyðarkall: Alþjóðlegt neyðarkall byggir á SOS-kóðanum (þrír stuttir, þrír langir, þrír stuttir). Þetta merki er hægt að senda með bæði hljóð- og sjónrænum aðferðum.

Hljóðmerki: Flauta er eitt af áhrifaríkustu tólunum til að senda hljóðbundið SOS-merki. Hljóð flautu getur borist mun lengra en mannlegt tal.

Sjónræn merki:

Ljósmerki er hægt að gefa með endurkastandi yfirborði, svo sem spegli, skjá farsíma eða vasaljósi.

Það er einnig mikilvægt að klæðast björtum fötum til að auðveldara sé að sjást fyrir flugáhöfn.

Tæknileg merking: Á svæðum þar sem farsímamerki er ekki til staðar bjóða gervihnattasamskiptatæki upp á lífsbjargandi valkost. Þessi tæki eru áreiðanleg leið til að senda staðsetningargögn til yfirvalda

Skyndihjálpi í óbyggðum: skyndihjálparbúnaður

Þekking á skyndihjálpi í óbyggðum er lífsnauðsynleg færni.

Skyndihjálparbúnaður sem þú berð með þér getur bjargað lífum.

Innihald: Búnaðurinn þinn ætti a.m.k. að innihalda plástur, sárabindi, grisjur, sótthreinsandi efni og skæri.

Neyðarbúnaður: Auk þess er teppi (notað gegn ofkælingu), grisjuþófi og flauta afar mikilvæg.

Skýndihjálp í óbyggðum: Sérstakar aðstæður

Snákabit:

Vertu róleg/ur og lágmarkaðu hreyfingar.

Sárið skal þvo með vatni og fjarlægja skal skartgripir sem eru nálægt því.

Plástur má setja á án þess að takmarka blóðflæði.

Aldrei skal nota bindi sem stöðva blóðflæði, ekki skera sárin og ekki reyna að sjúga eiturefnið út.

Skyndihjálp í óbyggðum: Ofkæling og tognun

Ofkæling (lækkaður líkamshiti):

Ekki hreyfa einstaklinginn; færa hann á hlýjan og þurran stað.

Takið blaut föt af með því að skera þau án þess að hreyfa einstaklinginn mikið og vefjið hann í þurrt teppi.

Til að viðhalda líkamshita skaltu setja volga hitapúða eingöngu á háls-, brjóst- og nárasvæðið; ekki á handleggi og fætur þar sem það getur valdið því að kalt blóð streymi til hjartans og valdið hjartastoppi.

Tognun:

Beitið RICE-aðferðinni (hvíla (e. Rest), ís (e. Ice), þrýstingur (e. Compression), upphækkun (e. Elevation)).

Gefðu svæðinu hvíld.

Settu ís á svæðið.

Vefðu svæðið með þröngu bandi.

Lyftu slasaða svæðinu upp fyrir hjartahæð.

Ekki skal nota heitar umbúðum eða nudda svæðið.

Tæknilegar/iðnaðarhamfarir: Mikilvæg færni

Tæknilegar / iðnaðarhamfarir: Áhrif og undirbúningur

- Tæknilegar og iðnaðarhamfarir eiga sér stað þegar kerfi eða innviðir bregðast, sem leiðir til slysa sem hafa bein áhrif á einstaklinga eða litla hópa í náttúrulegu umhverfi. Þegar þær sameinast náttúruhamförum skapa þessir atburðir aukna áhættu í skógi og óbyggðum.
- 1. Bilun í fjarskiptakerfum
- Skilgreining: Truflun á farsímasambandi, GPS og netinnviðum vegna náttúruhamfara (svo sem storma, eldsvoða o.s.frv.) eða tæknilegra bilana.
- Áhrif á líf: Tap á leiðsögn og getu til að hringja eftir hjálp, sem eykur líkur á að týnast.
- Vörn:
- Ekki treysta eingöngu á tækni; hafðu alltaf með þér pappírskort og áttavita.
- Hafðu vararaufgjafa (rafmagnsbanka) fyrir tækin þín.

Slys á iðnaðarsvæðum

Skýring: Slys sem eiga upptök sín á nálægum iðnaðarsvæðum, svo sem efnaleki, sprengingar eða losun eitraðs úrgangs.

Áhrif á líf: Ógnar heilsu manna vegna mengunar í lofti og vatni.

Vörn:

Ákvarða vindstefnu og færa sig í burtu frá þeirri átt sem mengað loft berst frá.

Ekki drekka vatn sem þú finnur í náttúrunni án þess að sía eða hreinsa það.

Hafðu hlífðargrímu eða klút með þér.

Galli í innviðum og umhverfisskaði

Skilgreining: brot á rafmagnslínum, leki í pípulögnum eða aðrar bilanir sem eiga sér stað í skóglendi.

Áhrif á líf: Þessar bilanir geta orðið ný eldsuppspretta eða leitt til mengunar umhverfisins.

Vörn:

Forðist að setja upp búðir á svæðum þar sem rafmagnslínur eru nema það sé algerlega nauðsynlegt.

Ef þú tekur eftir einhverjum grunsamlegum aðstæðum, tilkynntu þær strax til yfirvalda með því að hringja í neyðarlínuna 112.

Staldraðu við og veltu fyrir þér

Atburðarás

- Á gönguferð tekurðu eftir óþægilegri lykt í loftinu. Þú getur ekki hringt eftir hjálp með símanum þínum því ekkert samband er til staðar. Þegar þú heldur áfram að ganga verður lyktin meira áberandi, og örlítið lengra framundan sérðu að vatnið í læk við stígin er undarlegt á litinn. Þú manst að verksmiðja er í nágrenninu, í þá átt sem vindurinn blæs.
- **Skref 1:** Að þekkja aðstæður og vernda sjálfan sig
- Hvað þýðir breytingin á lyktinni og litnum á vatninu?
- Hvað gerir þú til að færa þig í burtu frá þeirri átt sem vindurinn kemur úr? Hvernig verndar það þig?
- **Skref 2:** Öryggi og aðgerðir
- Í hvaða átt ferðu til að komast í burtu frá þessu hættulega svæði?
- Má drekka vatnið í læknum? Hvers vegna eða hvers vegna ekki ekki?
- Hvaða hlutir sem þú gætir haft með þér (gríma, töflur til að hreinsa vatn o.s.frv.) myndu hjálpa þér í þessari aðstæðu?
- **Skref 3:** Að lifa af og kalla á hjálp
- Þar sem þú ert án farsímasambands, hvernig myndir þú reyna að tilkynna yfirvöldum frá staðsetningu þinni?
- Hvaða skref myndir þú taka til að lifa af eftir að þú hefur náð öruggri staðsetningu þar til hjálpin berst?



Mynd 7. gönguferð (sköpuð með gervigreind af H. Bertas í gegnum firefly.adobe)

Líffræðilegar/heilsutengdar hamfarir

Líffræðilegar / heilsutengdar hamfarir

Þessi lota fjallar um mögulegar áhættur sem geta skapast í óbyggðum og haft bein áhrif á heilsu.

1. Sýkingasjúkdómar með smitberum

Skilgreining: Sjúkdómar sem berast til manna með skordýrum (t.d. mítlum, mýflugum) og öðrum lifandi verum (t.d. Lyme-sjúkdómur vegna mítlabits).

Vörn:

Klæddu þig í langermabol og buxur þegar þú gengur um óbyggðir.

Klæddu þig í ljóslitaðan fatnað til að greina mítla auðveldlega.

Notaðu skordýraeitur.

Skoðaðu líkamann reglulega og leitaðu eftir mítlum og öðrum skordýrum.

Lífs- og heilsutengdar hamfarir

2. Eitraðar plöntur og sveppir

Skilgreining: Plöntu- og sveppategundir sem geta valdið ofnæmisviðbrögðum, eitrun eða alvarlegum heilsuvandamálum við snertingu eða neyslu.

Ekki neyta plöntu eða svepps sem þú þekkir ekki.

Ef húðerting og roði koma fram, þvoðu viðkomandi svæði með hreinu vatni og leggðu á það ís til að draga úr kláða.



Lífs- og heilsutengdar hamfarir

3. Árásir og snerting við dýr

Skilgreining: Meiðsli sem verða vegna snertingu eða árás frá villtum dýrum (bit, klór o.s.frv.).

Vörn:

Nálgist ekki dýr, sérstaklega ekki afkvæmi þeirra.

Geymið matvæli á öruggan hátt og fjarri tjaldstæðinu á nóttunni.

Ef þú rekst á dýr, vertu róleg/ur, forðastu augnsamband og færðu þig afturábak

Staldraðu við og íhugaðu

Snákabit

Þú ert að ganga með vini þínum í skógi og ákveður að taka stystu leið af stígnum. Þegar þú gengur í gegnum runna sérðu stóran snák bíta ökkla vinar þíns. Snákurinn hörfar fljótt og vinur þinn hrynur niður í skelfingu þegar ökkli hans byrjar að bólgnu.

- **Skref 1: Meta aðstæður**
- Hvað myndir þú gera fyrst? Hvernig myndir þú bregðast við skelfingu vinar þíns?
- Myndir þú reyna að bera kennsl á tegund snáksins? Hvers vegna eða hvers vegna ekki?
- Myndir þú strax nota símann þinn til að hringja eftir hjálp?
- **Skref 2: Veita skyndihjálp**
- Hvaða aðgerðir myndir þú framkvæma á bitstaðnum?
- Hvað ættir þú EKKI að gera? Hvernig gætu rangar skyndihjálparaðgerðir gert ástandið verra?
- Ættir þú að færa vin þinn á annan stað?

Staldraðu við og íhugaðu

Snákabit

- Skref 3: Haltu á öruggan stað og veittu stuðning
- Hvernig myndir þú halda ástandi vinar þíns stöðugu þar til hjálp berst?
- Hvaða hlutir úr skyndihjálparbúnaðinum þínum gætu verið gagnlegir í þessum aðstæðum?
- Hvernig myndir þú tilkynna ástandið til björgunarsveitarinnar og leiðbeina þeim að staðsetningu þinni?



Mynd 9. snákabit (sköpuð með gervigreind af H.Berkas í gegnum firefly.adobe)

Hvetjandi aðgerðir og fyrirmyndir

Samstaða og samvinna í samfélaginu: Raunveruleg dæmi

Þessi kafli sýnir hvernig það að sameinast sem samfélag og deila auðlindum getur haft öflug áhrif þegar kemur að hörmungum og neyðarástandi.

Dæmi: Skógarbændur og neyðarviðbragðsaðilar í Tyrklandi

Í stóru skógareldunum í Tyrklandi dvöldu heimamennirnir ekki bara undir ógn eldanna; þeir voru á víglínunni í baráttunni. Þekking þeirra á svæðinu og staðbundin sérfræðiþekking veittu fagaðilum eins og slökkviliðinu og AFAD mikilvægan stuðning.

Hvetjandi aðgerðir og fyrirmyndir

Hagnýtt framlag:

Vatnsstjórnun: Þorpsbúar nýttu eigin auðlindir, svo sem vatn úr brunnum og tönkum á landi sínu, til að flytja vatn til slökkviliðsins. Þeir notuðu traktora eða einfaldar fötur til að koma vatni á staði sem fagleg ökutæki náðu ekki til.

Leiðsögn og skipulagslegur stuðningur: Þeir leiddu þá viðbragsaðila sem ekki þekktu svæðið að hröðustu og öruggustu leiðunum að eldinum, sem kom í veg fyrir sóun á tíma og gerði þeim kleift að bregðast hraðar við.

Að slökkva eldinn: Sjálfboðaliðar og íbúar unnu með fagaðilum, notuðu skóflur og einföld verkfæri til að hægja á útbreiðslu eldsins og hjálpuðu til við að koma honum undir stjórn.

Af hverju þau eru fyrirmyndir:

Þessi dæmi sýna að hamfarir eru ekki eingöngu verkefni faglegs liðs, heldur samfélagslegt vandamál. Þegar einstaklingar grípa til frumkvæðis, deila staðbundinni þekkingu og bjóða fram gagnkvæma aðstoð getur það verið uppspretta mikillar vonar, jafnvel á erfiðustu stundum.

Niðurlag: Lykilskilaboð

- **Fyrirbygging er mjög mikilvæg:** Flestir skógarældar eru af mannavöldum. Eldvarnir eru mikilvægri en það að slökkva eld.
- **Ávallt hafa varaplan:** Í stað þess að treysta eingöngu á eina leiðsagnar- eða samskiptatækni er mikilvægt að nota hefðbundnar aðferðir eins og landakort og áttavita samhliða tækni eins og GPS.
- **Réttar upplýsingar bjarga lífum:** Í aðstæðum eins og við snákabit eða ofkælingu er nauðsynlegt að forðast rangar aðferðir (svo sem blóðstíflu) og fylgja uppfærðum og vísindalegum verklagsreglum.

Til frekari skoðunar

Miðstöð fyrir hamfarna- og neyðarþjálfun

<https://www.afad.gov.tr/afadem/>

Miðstöð fyrir hamfarna- og neyðarþjálfun, eða AFADÉM í stuttu máli, var stofnuð af Almennu stjórn borgarvarnar undir nafninu "Háskóli borgarvarnar" í samræmi við 23. og 32. grein laga um borgarvarnir nr. 7126 frá 17. nóvember 1960, til að veita menntun og þjálfun tengda borgarvörnum.

Kjarnakerfi sjálfboðaliða AFAD <https://gonullu.afad.gov.tr/>

Þetta eru einstaklingar sem leggja sitt af mörkum til samfélagsþjónustu fyrir, á meðan og eftir hamfarir og neyðarástand, með líkamlegu afli, tíma, þekkingu, færni og reynslu sinni, alfarið af eigin frjálsum vilja, í þeim tilgangi að sýna samstöðu og veita gagnkvæma aðstoð, án tillits til eigin hagsmuna, án fjárhagslegra væntinga og eingöngu með það að markmiði að gagnast samfélaginu.

Orman Genel Müdürlüğü Upplýsingatilkynning fyrir almenning um skógarelda

<https://www.youtube.com/watch?v=entvpBGC4As>

Alríkisbrunavarnastofnun Bandaríkjanna (FEMA)

FEMA YouTube-síða.. Upplýsingarmyndband um skógarelda

<https://www.youtube.com/watch?v=tWhTdfHQQws>

Hvað ég pakka fyrir villt útilegu <https://www.youtube.com/shorts/cxHLjyPuVsA>

Hvað er RICE-aðferðin við meiðsli? <https://www.youtube.com/watch?v=PxCac1HzoJ8>

Heimildir sem notaðar voru við gerð þessarar lotu

- Adem Öcal, Uğur Çakır, Şeyma Özelmacı; Rýmingarreynsla sjálfboðaliðaleit- og björgunarsveita í skógareldum: Miðjarðarhafsskógareldarnir 2021
- Menningararáðuneytið, Fyrirlestrarnótur um áttavítivillur
- Galip Usta, Mat á skógareldum með áherslu á almannavarnir
- <https://www.enerjisauretim.com.tr/blog/yasam/orman-yanginlarinin-nedenleri-ve-onleme-yontemleri>
- <https://www.afad.gov.tr/ormanlarimiz-kul-olmasin>
- http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller/Pusula%20Hatalar%C4%B1.pdf
- <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/hipotermi-nedir>
- <https://hastane.comu.edu.tr/arsiv/haberler/yilan-sokmalarinda-ilk-mudahale-nasil-olmali-r560.html>
- <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/hipotermi-nedir>
- <https://www.livhospital.com/hipotermi-nedir>
- <https://dogahospital.com/spor-yaralanmalarinda-ilk-yardim/>
- <https://dogahospital.com/spor-yaralanmalarinda-ilk-yardim/>
- <https://www.mayoclinic.org/about-mayo-clinic/contact>
- https://biomedicalsciences.unimelb.edu.au/_data/assets/pdf_file/0011/2011007/Snakebite_firstaid_ANG_AVRU.pdf
- <https://www.snakebitefoundation.org/blog/2018/9/6/how-to-survive-a-snakebite-in-the-wilderness>
- <https://www.healthxchange.sg/how-to-manage/medical-emergencies/snake-bites-dos-and-donts>
- <https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-sprain/basics/art-20056622>

Heimildir sem notaðar voru við gerð þessarar lotu

- https://esco.ec.europa.eu/system/files/2021-07/c76e9fb7-5dc3-4e8a-ae68-003fea83b0baMSWG_13-05_Report_on_the_transversal_skills_terminology.pdf
- <https://www.ebsco.com/research-starters/literature-and-writing/wilderness-survival>
- https://tr.wikipedia.org/wiki/Hayatta_kalma_kiti
- <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1600348>
- <https://ca.news.yahoo.com/eu-failing-prevent-forest-fires-153035387.html>
- https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/wildfires_en
- https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/wildfires_en
- <https://revolve.media/features/the-eu-green-deal-biodiversity-and-forests-ingredients-for-success>
- <https://www.edf.org/climate/heres-how-climate-change-affects-wildfires>
- <https://library.fiveable.me/key-terms/natural-human-disasters/wilderness-search-and-rescue>
- <https://disasterphilanthropy.org/resources/shelter/>
- <https://www.scouting.org/health-and-safety/wilderness-fa/>
- Tákn á glærum 14 og 15 voru búin til af A. Eşiyok á gamma ai vefsíðunni.

SAMSTARFSAÐILAR



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

Hafðu gaman af náminu með VET-READY
Eining 3: Viðbúnaður vegna neyðarástands í
skóglendi og óbyggðum
Þjálfunarlota 16: Nauðsynleg færni til að bregðast
við skógarældum og öðrum hamförum

Fylgdu okkur



<https://vetready.eu/>