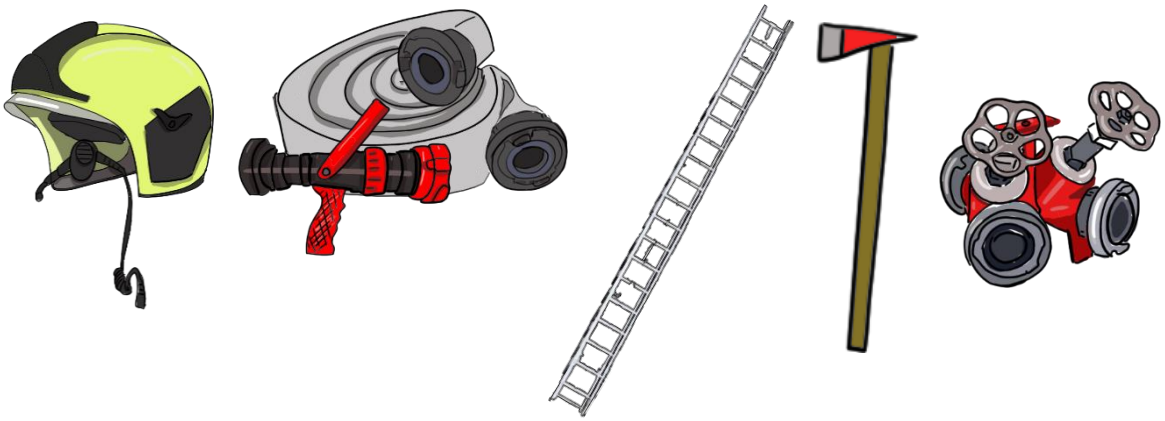
Különleges védőruhában, védőfelszerelésben dolgoznak, különleges felszerelésekkel:



A tűzoltók nemcsak a tüzet oltják el, hanem szükség esetén kézi erővel vagy a mozgássérültet saját kocsijában, székében, ágyában menekítik akár az otthonából, akár más létesítményekből.

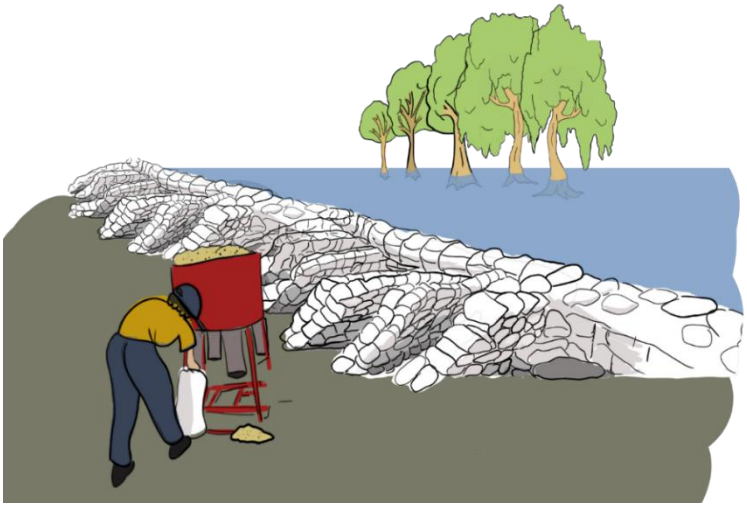
Javasolt tűzoltóság meglátogatása, ahol meg lehet nézni a tűzoltók felszereléseit, gépjárműveit, a munkájukról beszámolók meghallgatására nyílik lehetőség.

Gyermeknapon általában a tűzoltóságok látogathatóak ún. „Nyitott szertárkapuk” néven.

Egyéb veszélyhelyzetek

Az árvíz és az árvíz elleni védekezés

Árvíz akkor keletkezik, ha a folyók vízgyűjtő területén a nagy esőzés miatt a folyó szintje megemelkedik és kilép a medréből. Áradás előfordulhat nagy hóolvadás következményeként is. Árvízveszély ellen a meglévő gátak erősítésével, magasításával védekeznek, mely a homokzsákok meghatározott rend szerinti egymásra rakását jelenti. Az így épülő gát egy ideiglenes műtárgy, akadály, melyet a veszély elmúltával elbontanak.



Ha az árvíz miatt veszélyben az otthonod és el kell hagynod azt, családod segít a legszükségesebb dolgok összekészítésében.

Ne felejtsd el, hogy az általad megszokott rend most is nagyon fontos, mert te magad is össze tudod készíteni a legfontosabbakat:

- személyi okmányok,
- telefon és töltője,
- pénz, bankkártya,
- ha gyógyszert szedsz, az se maradjon otthon,
- tartós élelem és ivóvíz 2 napra,
- tisztálkodó felszerelés,
- vízhatlan ruházat,
- takaró,
- kedvenc játékod és ha van háziállatod/mozgássérültet segítő kutyád, róla is gondoskodj!

Ebben a szituációban is a legfontosabb, hogy ne pánikolj! Nem vagy egyedül, a szakemberek azon dolgoznak, hogy megszüntessék a veszélyt. Hallgasd a híradásokat, de ne higgy a rémhíterjesztőknek! Hiteles információt a katasztrófavédelem ad.

Ha hirtelen jön az árvíz, mi a teendő?

Amennyiben tudsz, a ház minél magasabb pontján legyél! Telefonon tudsz segítséget kérni. A mentésben résztvevők azon lesznek, hogy minél hamarabb el tudjanak vinni védett helyre.

A lakásba visszatérni az árvízveszély elmúltával csak akkor lehet, ha a hatóság megengedi. Előtte fertőtlenítés, takarítás szükséges. A lakásba érve nagyon óvatosan közlekedj, mert most már lehet, hogy nem úgy és ott vannak a dolgaid, ahogyan megszoktad és ahogyan otthagytad.

Vihar

A vihar mindig esővel, széllel és dörgéssel, villámlással jár együtt. Ha a szabadban tartózkodsz és hirtelen erős szél keletkezik, „szinte érezni az eső szagát”, távolabbról dörgést hallasz, minél hamarabb biztonságos helyre kell menned. Ha ez a városban van, akkor bármelyik üzlet, bank, posta, közösségi épület alkalmas és fogadókész arra, hogy amíg a vihar tart, ott maradhass. Belépve a helyiségbe köszönést követően mutatkozz be és mondd, hogy segítséget kérsz, maradni szeretnél, mert odakinn vihar van!
A veszély elmúltával köszönd meg a segítséget és folytathatod utad.
Ha a vihar szabad területen ér (feltételezve, hogy nem vagy egyedül), akkor magas fa alá ne menjetek, kerülni kell az oszlopokat, tornyokat, keressetek menedéket barlangban vagy gépjárműben!

Otthon előforduló veszélyek

Leggyakoribb baleset a konyhában fordul elő**: égés, vágás**.

Égési sérülés

Ha megégeted a kezed, azonnal hideg víz alá kell tartani pár percig. Azt követően a megtanult és állandó helyen lévő elsősegélydobozból gézlapot vegyél ki, ha lehet maradjon steril, ne fogdosd össze, a széleit érintsd meg, helyezd a sérült részre és minél hamarabb fordulj orvoshoz! Lehet, hogy az égés kismértékű, csak bőrpírrel vagy hólyagképződéssel jár, de a fertőzések elkerülése miatt jobb, ha orvos is látja a sérülésed.

Jó tanács, hogy az edényt mindig hideg főzőlapra helyezd, csak azt követően kapcsold be a gáz- vagy elektromos tűzhelyet!

Éles, szúró, vágó szerszámok, reszelők által okozott sérülés

A konyha a legjobb terep ahhoz, hogy megvágd magad. A legtapasztaltabb háziasszonnyal is történnek balesetek. A kések élei mindig védve legyenek, óvatosan nyúlj hozzá, ha lehet használj élvédőt. A nem használt késeket mindig helyezd vissza a helyükre, leesve is csúnya sérülést tudnak okozni! A pulton, tűzhelyen ne hagyj olyan tárgyakat, amikbe beleütközve lesodorhatod azokat, ezáltal is sérülhetsz (pl.: forróvizes edény, olajjal teli serpenyő stb.)!
Ha megvágod a kezed, akkor steril lappal fedd le, érzed a vérzés mértékét, az enyhe vérzés 2-3 perc alatt megszűnik. Ha nem szűnik meg, erősebb a vérzés, telefonálj a mentőknek, mondd el mi történt, ne felejtsd el mondani, hogy mozgássérült vagy! Ők segítenek telefonon keresztül is, hogy mi a teendő.

Vegyszerek az otthonunkban

Vegyszer - a szó hallatán szúrós szagú, veszélyes folyadékra gondolunk, pedig vegyszernek minősülnek a tisztító (mosó- és mosogató) szerek, fertőtlenítők, rovarirtók, permetezőszerek, festékek, hígítók stb.
Mindig ugyanott és az eredeti flakonban tartsuk a szert, ez nemcsak számunkra, de a segítőink számára is fontos.
A flakonok tartalmát szag alapján is meg tudjuk különböztetni, de ne felejtsd el, nem kell felé hajolni és nagyban belélegezni, hiszen sok maró anyagnak a belélegzése is káros. Óvatosan nyisd ki a flakont, és letéve finom mozdulatokkal az orrod irányába terelheted a kiáramló szagot! Az a levegővel keveredve már nem olyan mértékben zavaró, mint tömény formában. Mindegyik vegyszernek sajátos „illata” van, érdemes a leggyakrabban előfordulókat gyakorolni és játékos formában illatfelismerő feladatokat végrehajtani. A vegyszer azonban nem játék!
Padlózat: figyelj arra, hogyha valami kiömlött, azonnal fel kell törölni.

Közlekedjünk!

Jönni-menni kell! Az akadálymentes környezet fontos eleme az akadálymentes közlekedés kialakításának.
Busszal történő közlekedés: Amennyiben nem süllyeszthető, alacsonypadlójú a jármű, a mai tömegközlekedési buszokon lenyitható rámpa van, legtöbbször emelőszerkezettel ellátva. A busz külső oldalán piktogram jelzi, hogy hol tudsz felszállni. A buszon ott van számodra kialakított hely kapaszkodókkal, 5 ponton rögzítő hevederekkel. A gyerekek kerekesszékét a jármű padlózatához is rögzíteni kell. Mi utasok figyeljünk arra, hogy ezeket a helyeket ne foglaljuk el, illetve adjuk át azonnal, ha mozgássérült szállt fel a buszra.

Vonattal történő közlekedés:
Egyéni közlekedés esetén speciálisan az igényeidnek megfelelően kialakított kocsikban lehet utazni. A kocsikba való feljutást mobil emelők biztosítják, a mosdó kialakítása úgy történt, hogy mozgássérült is tudja használni.

Csoportos közlekedés: speciálisan kialakított, önemelő berendezéssel ellátott, kifejezetten mozgássérült csoportnak való kocsikban utazhatnak, számukra kialakított mosdóval. A kocsiban kísérő személyzet biztosított, aki a célállomásig kíséri a csoportot és kezeli az önemelőt.
Az utazást az utazás megkezdése előtt 48 órával be kell jelenteni a szükséges segítségnyújtás érdekében.
A pályaudvaron a peronon felfestett jel mutatja, hogy a vonat melyik kocsijában van lehetősége a mozgássérültnek utazni.

Repülőgéppel történő közlekedés: 2008. júliusától hatályban lévő 1107/2006/EK rendelet biztosítja a fogyatékosság vagy a mozgáskorlátozottság alapján meghatározott megkülönböztetésmentes bánásmódhoz való jogot. Ez azt jelenti, hogy a fogyatékkal élő és csökkentett mozgásképességű utasokat ugyanazon jogok illetik meg repülőgéppel történő utazásuk során, mint egészséges társaikat.
Vagyis, ha állapota megengedi, nem szükséges kísérővel utazni. Ugyanakkor térítésmentesen kell biztosítani a segítséget számára a repülőgépen, illetve a repülőtéren, valamint 2 db mozgást segítő berendezést ingyen szállítanak.

Épületbe érkezünk

Az akadálymentes épületre vonatkozó elvárásokat jogszabályok írják elő.

- A felvezető lépcső másik oldalán rámpa van, ha kerekesszékkel vagy, óvatosan ott tudsz felmenni. A kézi erővel hajtott kerekesszékkel ez nagyon nehéz, a legtöbb középületben már van mozgássérülteknek lift. Amennyiben nincs, kérj segítséget!

(forrás: https://www.aligvarom.hu)

- A **lépcsőn való közlekedés** elősegítésére gyakran használnak korlátlifteket, lépcsőjáró felvonókat (hátránya, hogy tűz esetén többnyire nem biztosított a pótáramellátás, így ezek a szerkezetek megállnak és nehezebb kiemelni belőlük a mozgássérültet).

(forrás: obuda.hu)

Az épületbe bejutás különféle ajtókon keresztül történik, általában üvegajtókon, ha fotocellás, akkor könnyű a dolog, de kifejezett veszélyt jelent az automata forgóajtók használata, ebben az esetben mindenféleképpen kérj segítséget! Szerencsére az ilyen ajtók mellett általában hagyományos ajtó is szolgál a belépésre.

Figyelj a küszöbre! Az előírások szerint a közintézményekben kötelező a küszöb nélküli ajtók építése, a régi épületben azok megszüntetése. Ennek ellenére figyelmesen közlekedj!
Liftek használata: ma már mozgássérültek számára is használhatóak, a hívógombok, kapcsolók 80-110 cm magasságban vannak elhelyezve. Ne felejtsük: tűz, földrengés esetén liftet nem szabad használni!

Mellékhelyiség: érdes burkolatok borítják a csúszásgátlás érdekében. A középületekben találsz mosdót kifejezetten mozgássérültek részére.

Szabadidő, sport

Nagyon fontos a mozgás az egészség megőrzése érdekében, ezért speciális sportegyesületek vannak, ahol a mindennapi sportok nagy részét lehet űzni – kicsit másképpen a mozgássérültek számára is.

Saját kertünkben, játszótereken érdemes egyszerűbb mászókákat építeni, anyaguk fából, kötélből készüljön. Az eszközök alá műgumi burkolatot kell tenni. A hinták csak abban különböznek a hagyományostól, hogy több ponton rögzítenek. Alájuk szintén műgumi burkolat szükséges.
A csúszda minden gyermek kedvenc szabadtéri játéka, mozgássérültek esetében a mászólétra mindkét oldalát korláttal kell ellátni.

Felnőtt nélkül soha ne mássz fel ezekre a játékokra, ne használd őket, még akkor sem, ha tegnap már segítség nélkül sikerült! Ma lehet, hogy vizes a fa, vagy a karod gyengébb és baleset fordulhat elő.

A kerekesszékesek paralimpiai versenyét 1948-ban rendezték meg először, ezek a játékok nagyon sok sportágat népszerűsítettek a mozgássérültek körében, a magyar versenyzők évtizedek óta sok éremmel térnek haza ezekről a versenyekről. Tapasztalat, hogy maga a fogyatékosság is más megítélést kap egy-egy győzelem után, és felgyorsulnak az akadálymentesítési programok.

A kerekesszékes sportágak közül népszerű a kosárlabda, a vívás, a tenisz. Kiemelkedőek a kerekesszékesek versenytáncban elért nemzetközi eredményei. A sikerélmény szárnyakat ad és barátságokat. Fontos és betartandó szabály, figyeljünk arra, mit mond az edző, figyeljünk magunkra és másokra!

Túrázás

Soha ne menj egyedül túrázni, még ha azt gondolod is, hogy nem tévedhetsz el, mert már jártál ott segítővel! A napjainkban épült tanösvények többsége kerekesszékkel is járható, egyéb erdei utak nem alkalmasak arra, hogy mozgásában korlátozott személy közlekedjen rajta. Gondoljunk az egyenetlen és emelkedő/lejtő talajra, kövekre, gyökerekre!

Nyári örömök

Fürdés

Egyedül ne menj strandra, mindig kell segítő! Ez nemcsak saját biztonságod miatt szükséges. Nyáron mindenki felszabadult, a strandon szaladgálnak, labdáznak, étellel, itallal a kézben rohannak a gyerekek és felnőttek, nem figyelnek, nem is gondolnak arra, hogy nem mindenki úgy közlekedik, mint ők. Baleset mindig figyelmetlenségből ered.

Az erős UV sugárzás miatt tartózkodj árnyékban, ne maradj pár percnél tovább napon, kend be magad magas faktorszámú krémmel, legyen rajtad sapka, napszemüveg. Igyál sok folyadékot, többet, mint a mindennapokban! Fokozottan figyelj magadra, ne felejtsd el, hogy a hőérzeted különbözik az egészséges gyermekétől!

Napszúrás tünetei: borzongás, láz, fejfájás, hányinger, bőrpír.
Ebben az esetben hűvös szobában pihenj és ha szükséges, láz- és fájdalomcsillapítót vegyél be! Súlyos tünetek esetén fordulj orvoshoz!
Természetes tóban, folyóban csak segítővel fürödhetsz, mert a természetes vizek kiszámíthatatlanok és nagy veszélyt jelenthetnek.

Vízitúra: csak felnőtt segítséggel szabad elindulni. Mindig legyen rajtad mentőmellény! Figyelni kell a vezető/tanár utasításait! Lehetőség szerint a csónakban vízhatlan hordókban tartsd a száraz ruhát, élelmet, telefont!

Téli örömök

Szánkózni csak felnőtt kíséretében, segítségével szabad.

Monosí vagy sí-bob
Bár a mostanában előforduló enyhe telek miatt ez az élmény egyre inkább kimarad az életünkből, a szomszéd országokban még élvezhetjük a tél ezen örömeit.

(forrás: https://sielok.hu/rovat/egyebhosport/cikk/monosi-a-mozgaskorlatozottak-teli-sportja)

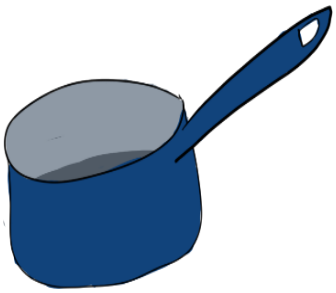
Ezzel a szerkezettel teljes mértékben utánozható, átélhető a sízés minden élménye korlátok és kompromisszumok nélkül.

Soha ne térjetek le a kijelölt útról, ezt mondd segítődnek is!

Ismételjétek át, amit a tűzről eddig tanultatok!

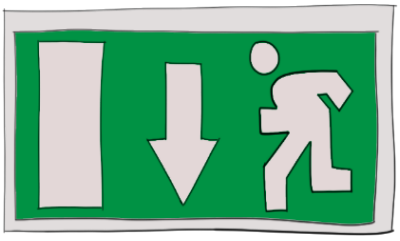
1. **Mi az égés három feltétele?**

2. **Milyen éghető anyagokat ismertek? Az ábrákon melyek az éghető anyagok?**



3. **Mik a tűzoltás eszközei? A képek segítenek!**

4. **Mit jelentenek ezek az ábrák?**



5. **Mi a tűzoltók hívószáma?**

6. **Mit kell mondani a tűzoltóságnak, ha tűz van?**

7. **Használhatod a liftet tűz esetén?**

Projekt cím	ROHU72 CBN (Cross - border network for disaster resilience and emergency situations risks management)
Felelős kiadó	DKMT Duna-Körös-Maros-Tisza Eurorégiós Fejlesztési Ügynökség Nonprofit Közhasznú Kft.
Megjelenés dátuma	2023. szeptember

A projektet az Európai Unió támogatja, az Európai Regionális Fejlesztési Alap által, Románia és Magyarország társfinanszírozásával.

Jelen anyag tartalma nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió hivatalos álláspontját.