„Biztonság Határok Nélkül”

Ismerd meg a veszélyes helyzeteket!

MELLÉKLET

VESZÉLYHELYZETEKRE FELKÉSZÍTŐ ISMERETTERJESZTŐ ANYAG

HALLÁSSÉRÜLT GYERMEKEK RÉSZÉRE

Tartalomjegyzék

Előszó 3
Fogalmak 4
Hogyan kommunikáljunk hallássérült emberekkel? 6
Veszélyhelyzeti tudnivalók hallássérült gyermekek részére 8
A tűz elleni védekezés 10
Tűzvédelem, tűzmegelőzés 10
Tűzveszély otthon 12
Tűz jelzése 13
Tűzoltók 15
Iskolai tűzriadó 17
Egyéb veszélyhelyzetek 18
Árvíz és árvíz elleni védekezés 18
A vihar 20
Otthoni előforduló veszélyek 20
Égési sérülés 20
Éles, szúró, vágó szerszámok, reszelők által okozott sérülés 20
Vegyszerek az otthonunkban 20
Közlekedjünk! 21
Szabadidő, sport 21
Túrázás 21
Nyári örömök 22
Fürdés 22
Téli örömök 22
Felkészülést segítő kérdések 23

Előszó

Tisztelt Oktató! Kedves Tanuló!

Mindenki látott már jelbeszéddel kommunikáló, hallókészüléket viselő, vagy esetleg hallássérülteket, segítő kutyával közlekedő embereket. Sokunkban egyből felmerül a kérdés, hogyan is tudnánk „beszélni" velük, ha segítségre van szükségük? Hogyan viselkedjünk velük úgy, hogy ne bántsuk meg őket, érezzék részünkről a határozottságot, a segítőkészséget és a jószándékú törődést.
Vajon ők hogyan tudnak biztonságosan élni, közlekedni a mindennapi életben, kisebb és nagyobb veszélyeknek kitéve magukat akár az otthonukban, akár az iskolában, munkahelyen?

Ahhoz, hogy ezekre a kérdésekre válaszokat kapjunk, egy csokorra való jó tanácsot és szabálykövető magatartási formát gyűjtöttünk össze, továbbá bemutatjuk az ő módszereiket, amellyel „teljesnek mondható" életet élnek. Ezek mellett útmutatást szeretnénk adni, hogy viselkedjünk a nagyothalló vagy siket gyermek, felnőtt társaságában.

Az elkészült anyag további célja, hogy a hallássérült gyermekeknek szóló hasznos tudnivalókat összegezve segítséget nyújtson számukra a mindennapokban előforduló veszélyhelyzetek elkerüléséhez, kezeléséhez, illetve baj esetén követendő magatartásukhoz.

Ez a melléklet kiegészítője a 6-10, 10-14, és 14-18 éves korosztálynak készült veszélyhelyzetekre felkészítő segédanyagnak, reméljük hasznos információval szolgál a mindennapi életben!

Tanulj, cselekedj, maradj biztonságban!

Jó munkát kívánunk!

A Szerzők

Fogalmak

A **hallás** a látás mellett a legfontosabb érzékelés. A hangok minden irányból körülvesznek bennünket, információt közvetítenek. A hangok eljutnak hozzánk akkor is, ha a hang forrását nem látjuk.

Egy halló ember a hallása segítségével tudja mi történik körülötte. **A hangok felkészítenek a hanggal járó eseményekre, akár mindennapos vagy veszélyes helyzetről van szó.** A hang jelzi a változásokat (kopognak – valaki érkezik, motor zúg egyre erősebben – mindjárt ideér). **A hallássérült ember csak közelről, vagy nagyon halkan észleli ezeket a hangokat.**

(forrás: https://gyermekut.hu/szuloknek/hallasserult-gyermek)

A **hallássérülés,** a különböző mértékű és jellegű halláscsökkenés gyűjtőfogalma, mely lehet veleszületett, vagy szerzett betegség, sérülés, fejlődési rendellenesség következménye.

A hallássérülés két csoportja:
nagyothalló és **siket.**

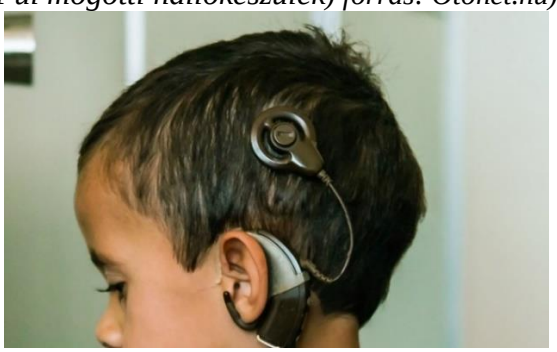
Az emberi fül különböző erősségű hangokat hall. A hangerő mértékegysége a decibel, jele: dB.

- Jól halló ember normál értéke: 0-25 dB között van
- **Nagyothallás:** **25-90 dB hallásveszteség**
- Átmeneti sáv a nagyothallás és a siketség között: 90-110 dB hallásveszteség
- **Siketség:** **110 dB hallásveszteség felett**.

A hangok erőssége	
Decibelérték	**Előfordulás**
0 dB	A jól halló gyermek hallásküszöbe.
30 dB	Lombok susogása.
50- 60 dB	Társalgási hangerő.
80 dB	Erős utcai zaj.
120 dB	Motorzaj.
130 dB	Légkalapács.

A táblázatból látszik, hogy a siket a motorzajt nem, vagy nagyon gyengén hallja, a normál beszéd hangerejét pedig egyáltalán nem.
Hallásukat segítik a **fül mögötti hallókészülékek** vagy a **beépített implantátumok**, melyek felerősítik a beszédet. Elemmel vagy tölthető akkumulátorral működnek.

Fül mögötti hallókészülék) forrás: Otonet.hu)



Cochleáris implantátum (CI-készülék) forrás: https://sinoszhangforras.hu/a-cochlearis-implantacio/

A hallássérülés következményei:
Ha valaki találkozott már hallássérülttel, biztos észrevette, hogy a siket hangja furcsa, beszéde többnyire nehezen érthető, ennek oka, hogy nem megfelelően hallja vissza magát. Azok a beszédhangok alakulnak ki nehezen, vagy hibásan, amelyeket a gyermek nem jól hall. Minél súlyosabb a hallásveszteség, annál több beszédhangot érint a hibás ejtés.

A siket gyermekeknek mesterségesen kell megtanulniuk beszélni. Miután nem képesek hallani a saját hangjukat, nincs önkontrolljuk, artikulációjuk különbözik a halló társaikétól. Az, hogy egy siket rosszul beszél, nem jelenti azt, hogy szellemileg sérült.

A siket közösségen belül különféle szintű és fokú hallásvesztéssel rendelkező ember van. A jelnyelv az anyanyelvük, a nemzeti nyelv idegen nyelv számukra. Ugyanakkor tapasztalat, hogy a hallássérültek rendkívül megbízhatóak például a munkahelyeken, mert bizonyítani akarnak, hogy nem mások és csak a kommunikáció okoz számukra nehézséget. Sok üzlet szívesen alkalmaz hallássérültet, ilyenkor például a pénztárban a hallássérült piktogramot látjuk.

Hogyan kommunikáljunk hallássérült emberekkel?

A hallássérültek kommunikációs eszköze a jelnyelv, mely nyelvészeti szempontból ugyanolyan nyelv, mint bármelyik beszélt nyelv. Ez a nyelv nem akusztikus módon, hanem jeleken keresztül működik. Nemcsak a kéznek, hanem a mimikának, a testtartásnak és az artikulációnak is fontos szerepe van jelbeszédkor. Minden nemzetnek más és más a jelnyelve.

Érdemes megkérdezni a siketet a megfelelő kommunikációs módszerről, ez nagyon fontos gesztus számukra is. A túlsegítés azonban sok esetben a helyzetet csak rosszabbá teszi, ügyeljünk erre!

Van számos kommunikációs módszer, melyet használhatunk:

- a siketség szintjétől függő – maradék hallást használó – kommunikáció (hangosabban beszélünk);
- szájról olvasás (lassabban, érthetően, felé fordulva beszélünk hozzá);
- ujj ABC (az ujjak formázzák a betűket, ritkábban alkalmazzák);
- fonomimikai jelek (a kéz és ajak együttesen segítik a siketet),
- írásos kommunikáció (a siketek esetében a legpontosabb).

(forrás: You Tube Ferenc Juhász)

(forrás:saját kép)

Fontos szabályok a kommunikációban:

- Zajos környezetben nehezített lehet a beszédértés.
- Mindig szemben állva beszélj a hallássérültekkel, ezzel is segítve a szájról olvasást!
- Ha hátulról szólítod meg a hallássérült személyt, nem veszi észre. Érintsd meg a vállát! Ha a látóterében vagy, de nagy a távolság, integess! Ha a villanykapcsoló közelében vagy, fel-le kapcsolással adj fényjelet!
- Fontos a szemkontaktus, ha jeltolmácsolással kommunikáltok, akkor is a hallássérült szemébe kell nézni!
- Próbálj meg mindig közelről - de ne túl közelről, mert akkor a szájról olvasás akadályozott - kissé hangosabban beszélni hozzájuk! Ideális távolság 1-1,5 méter.
- Nem kell nagyon lassan beszélni és túlzottan artikulálni (ez nem segíti őket)! Beszélj normál beszédtempóban, természetes artikulációval!
- Beszéd közben ne fordulj el, mindig arccal felé fordulva beszélj hozzá!
- Ha rágógumi van a szádban, vedd ki, mert megváltoztatja az artikulációdat, nehezebben érthetőek a szavak!
- Fontosak a fényviszonyok, például, ha háttal állsz az ablaknak, vagy a napnak, a hallássérültet zavarja a szembekerülő erős fény, ez rontja a szájról olvasási képet.
- Célszerű egyszerű, rövid, pontos szavakkal megfogalmazni a mondandónkat.
- A szájról olvasást nehezítheti a beszélő arcába hulló haj, férfiaknál bajusz és a szakáll.
- Zavarja őket, ha a beszélő eltakarja a száját (pl. orvosnál a szájmaszk), így nem tudnak szájról olvasni.
- A könnyebb megértéshez fontos számukra a kifejező mimika.
- A nagyon súlyos hallássérülteket (siketeket) segíti a jelnyelv.
- A jelnyelvet jeltolmácsok közvetítik a hallássérültek számára. A jelnyelvi tolmácsok általában fekete ruhában vannak, hogy jobban látszódjanak a kézjelek.

Veszélyhelyzeti tudnivalók hallássérült gyermekek részére

Katasztrófa fogalma

A **katasztrófa** görög eredetű szó. Jelentése hirtelen esemény, az emberi élet, az anyagi javak, természeti értékek pusztulása.

A katasztrófa: veszélyhelyzet, amely emberek életét, egészségét, anyagi értékeiket, a természeti környezetet veszélyezteti.

A katasztrófavédelem: a katasztrófa kialakulásának megelőzését, veszélyek elhárítását, az előidéző okok megszüntetését, a lakosság életének és anyagi javainak védelmét, a mentés végrehajtását szolgálja.

A katasztrófaveszély: olyan állapot, amely veszélyezteti az emberi egészséget, környezetet, az élet- és vagyonbiztonságot.

kiterjedt nagy tűz (forrás: http://erdotuz.hu/hazai-erdotuzek)

tömegbaleset (forrás:cseh rendőrség Twitter)

földrengés(forrás:Index.hu)

földcsuszamlás (forrás: Jelenből a jövőbe blog)

árvíz (forrás: saját kép)

cunami (forrás: Greendex.hu)

járványok (forrás:samorin.sk)

vihar (forrás: https://www.startr.hu/hirek)

aszály (forrás: MTI, fotó Krizsán Csaba)

A tűz elleni védekezés

Tűzvédelem, tűzmegelőzés

Őseink már egymillió éve megtanulták, hogy lehet véletlenül vagy tudatosan tüzet gyújtani. Így védekeztek a vadállatok és a hideg ellen. A tűz hasznos (sütés, főzés, fűtés, világítás). A tűz eloltását is meg kellett tanulni. Ez az őskori „tűzvédelem”.

Az égés egy olyan kémiai folyamat, melynél az éghető anyag egyesül a levegő oxigénjével.

Az égéshez három alapfeltétel együttes megléte szükséges:

- az éghető anyag,
- az égést biztosító közeg (ami főként az oxidációt lehetővé tevő) az oxigén,
- az anyag gyulladási hőmérsékletét elérő hőmérséklet.

Az égés megszüntetése:

- el kell távolítani az éghető anyagot,
- vagy el kell vonni az oxigént,
- vagy csökkenteni kell az éghető anyag hőmérsékletét.

Ha a fenti három tényezőből egy nincs jelen, akkor nincs égés.

1. **Csökkentjük az éghető anyag hőmérsékletét:** ha meggyullad a kukában a papír és leöntjük egy vödör vízzel, már nem tud égni a tűz.

2. **Az éghető anyag eltávolítása:** az égő anyagot a tűzoltók kiviszik az épületből (például az égő TV-t, képet, szőnyeget stb.).

3. **Oxigén elvonása: a tűzoltók - többnyire oltóhabbal - elárasztják az égő helyiséget (pincét).**

(forrás: https://www.vedelem.hu)

<u>A tűz nagysága és terjedelme szerinti csoportosítása:</u>

- **Kis tűz:** ilyen esetben tüzet kézi tűzoltókészülékkel el lehet oltani. Főleg a háztartásokban keletkező tüzeknél beszélünk kis tüzekről.
- **Közepes nagyságú** az a tűz, amely eloltásához a tűzoltóságra van szükség.
- **Nagy tűz** esetében a tűzoltóság nagy erőkkel (több gépjárműfecskendővel) oltja a tüzet.

Tilos vízzel oltani az elektromos berendezéseket!

(forrás: http://archiv.erdmost.hu)

(forrás: saját kép)

- Elektromos tűz esetében le kell kapcsolni az áram főkapcsolóját! Áramtalaníts!

(forrás: femina.hu)

- A serpenyőben meggyulladt zsírt vagy olajat fedővel takarjuk le, soha ne öntsünk rá vizet! A keletkező gőz égési sérüléseket okozhat.

Tűzveszély otthon

Otthonunkban számos olyan veszélyforrás van, amely tüzet okozhat, például:

- a helytelen gyufahasználat,
- az elektromos eszközök tüze,
- a konyhában főzés közben a serpenyőben kigyulladhat az olaj stb.

Gyújtóeszközt csak ott használj, ahol nincs éghető anyag a közelben. A tanult rendet, a tárgyak azonos helyen történő tárolását folyamatosan fenn kell tartani! Felesleges tárgy, ami akadályoz a konyhában, ne legyen a konyhapulton, asztalon, padlón!

Az első jel a tűzveszélyes, a második a robbanásveszélyes anyagokat jelöli. Az ilyen ábrákkal jelölt anyagokat, vegyszereket soha ne vigyétek tűz közelébe!

Honnan lehet tudni, hogy tűz van?
Füstszagot lehet érezni, lángot, füstöt lehet látni, emelkedik a környezet hőmérséklete.

Ha tüzet észlelünk:

- A tűzből az embereket, a tárgyakat ki kell menteni a folyosón, lépcsőházon, teraszon, erkélyen keresztül.
- A tüzet gyorsan jelezni kell a tűzoltóságnak, hiszen minden perc életet menthet, míg minden perc késés nagy károkat okozhat!
- Nyugodtan viselkedjünk!

Tűz jelzése

Hogyan tudsz jelezni?

1. Nyisd meg a Play Áruházat!

2. A Play Áruházból töltsd le a **112 SOS** app-ot!

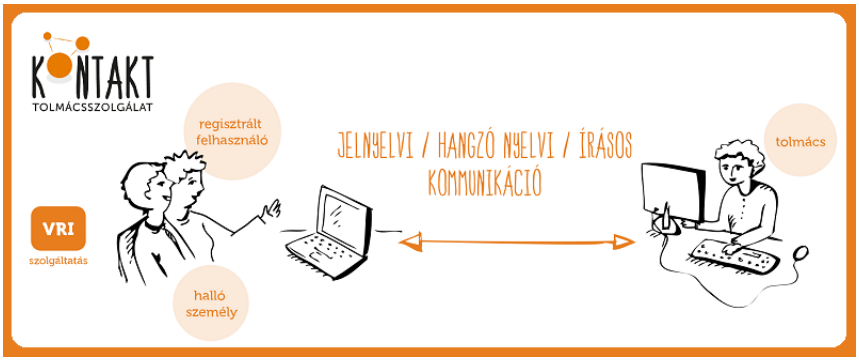
3. Személyes adataidat írd be!
   Név, lakcím, születési idő, hallássérülés.
4. Ide pöccintve azonnal értesíted a tűzoltókat.

vagy

Hívd fel a **Kontakt Jelnyelvi Tolmácsszolgálat** ügyeletét, akinek pontosan mondd el (jeleld el)

- a neved és honnan telefonálsz,
- hol van a tűz (pontos cím),
- emberélet van-e veszélyben,
- vannak-e sérültek,
- mit veszélyeztet a tűz,
- milyen jellegű a lakás, ahol vagyunk (pl. társasház emeletén vagy önálló családi ház),
- hol van a tűz, egyedül vagyunk-e, vagy van még valaki veszélyben,
- tudunk-e valamit tenni saját menekítésünk érdekében.

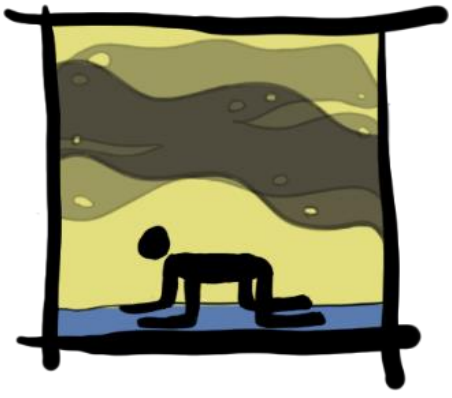
A jelnyelvi tolmács a pontos adatok ismeretében felhívja a 112-t és továbbítja a tudnivalókat.
(Fontos tudnivaló: csak hivatali munkaidőben érhetőek el!)



(forrás: https://sinosz.hu)

Megjegyzés: a Kontakt Jelnyelvi Tolmácsszolgálat a hivatalos ügyek intézésében is nagy segítség!

Telefonálás után jelezni kell a szomszédnak, hogy bajban vagy! Csengess, kiabálj, dörömbölj!
Ha nem tudsz a kijárat felé menni, akkor az erkélyre kilépve vagy az ablakból integess, kiabálj!
Tanácsos, hogy mindig legyen a közeledben piros vagy élénk színű ruhadarab, melyet lengetve jelezni tudsz.
Ha nem tudsz kimenni a lakásból: nedvesíts meg egy textilanyagot (konyharuha, kéztörlő, törülköző, bármi) és tedd az orrodhoz, szádhoz és hasalj le, mert a padló közelében tisztább a levegő.



Neked jelzik, hogy tűz van:
Látod, hogy mindenki ideges, rohan, kapkod vagy menekül és füstszagot érzel. Hiába kiabálnak, nem érted. Ne pánikolj! Jelelj és mindenkiben tudatosul, hogy hallássérült vagy, hiszen messziről nem látszik, hogy hallókészüléket viselsz.

tűz jele
(forrás: saját kép)

Figyeld a száját! Feléd fordulva mondja, hogy „tűz van! Megfogja a kezed, int, hogy kövesd a menekülési út, vészkijárat felé.

Tűzoltók

Kik is mentenek minket? Mit kell tudni a tűzoltókról?

(forrás: Lánglovagok.hu)

(forrás: Dél Zala Press)

Tűzoltó ruházat, védőfelszerelés:

sisak

kabát

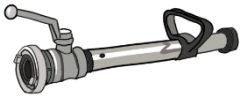
nadrág

csizma

kesztyű

A tűzoltók a képen látható módon készítik elő a csizmájukat és a nadrágjukat. Így könnyen és gyorsan fel tudják venni. Ha riasztást kapnak, két percen belül el kell indulniuk (akkor is, ha éppen fürdenek vagy alszanak)!

A tűzoltók az életük árán is mások életét, anyagi javait mentik, ott segítenek, ahol baj van: tűzesetnél, viharkárban, árvíznél, a magasból, a mélyből, a vízből mentenek embert, állatot. Különleges védőruhában, védőfelszerelésben dolgoznak, különleges felszerelésekkel, ilyenek például:



A képen a tűzoltók legfőbb munkaeszközei láthatóak. A tűz oltását tűzoltótömlőkkel, sugárcsővel, osztóval végzik. A bontóbalta és a létra a helyszín megközelítésében segíti őket.

Javasolt tűzoltóság meglátogatása, ahol meg lehet nézni (megfogni, érezni) a tűzoltók felszereléseit, fel lehet ülni a tűzoltóautóra, fel lehet próbálni a védőruhát, meg lehet ismerni a munkájukat.

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

Iskolai tűzriadó

Az iskolában minden évben legalább egyszer tűzriadó gyakorlatot kell tartani. Ez azért szükséges, hogy a begyakorlott és megszokott útvonalaktól eltérő utat is ismerd meg ha tűz van, és el kell hagynod az épületet.

Hogyan történik a tűzriadó jelzése?
Bármikor megszólalhat a csengő, figyelni kell, eltérő módon szól, mintha az óra végét jelezné: 1 percen át 3-3 rövid csengőszó rövid megszakításokkal – így történik a tűzjelzés, de lehet kolomppal, haranggal, hangos kiabálással, hangszóróba történő bemondással.
A hangszórókhoz kapcsolt kiegészítő fényjelző berendezés estén a helyiségben esetlegesen egyedül tartózkodó hallássérült is jól érzékelheti, láthatja a figyelmeztető jelzést. Egyes létesítményekben alkalmaznak úgynevezett indukciós hurkokat vagy rezgő jelzésadókat melyek segítségével a hallássérült figyelme felhívható a veszélyhelyzetre.

Ha tanárod jelzi, hogy tűzriadó van (siketeknek), akkor figyelj és kövesd az utasításait! A fent leírtaktól eltérően egyedi jelzés is lehetséges iskolátokban például fényjelzéssel (lámpa). Ebben az esetben azt a jelzést kell felismernetek és tudnotok mi a teendő.

Mit kell tenni? Be kell tartani a tanár utasításait és fegyelmezetten kell viselkedni! A legfontosabb holmikat kézbe kell venni (télen kabátot felvenni) és sorban kivonulni a teremből a megszokott rendben. A menekülési táblákat/lámpákat és a tanár szavaira figyelve el kell hagyni az iskolát, és a kijelölt helyen gyülekezni és várakozni a további utasításokra.

Az iskolai útvonalakat ismered, nem idegen helyre kell menni, hanem a tűz esetén kijelölt gyülekezőhelyre. Ha van az iskolában térkép, ami ilyen esetben az útvonalat jelöli, akkor az segítséget jelent. Ellenkező esetben a segítő szavakra, utasításokra kell figyelni.
Az épület elhagyását menekülési és vészkijárat táblák mutatják, ezek a táblák erős fénnyel, zöld színű háttérrel és menekülő ember figurájával jelzik, merre kell menni.

Ne felejtsd el, tűz esetén liftet nem szabad használni!

Ha tűz van nagy tömegtartózkodásra szolgáló, illetve közösségi épületben (pl.: színházban, plázában, moziban stb.), akkor a legfontosabb, hogy megfelelően tájékoztassuk a hallássérültet, felé fordulva lassan mondjuk, mutassuk, hogy kövessen, győződjünk meg arról, hogy valóban követ bennünket és igyekszik elhagyni az épületet.

Egyéb veszélyhelyzetek

Árvíz és 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, ami a homokzsákok meghatározott rend szerinti egymásra rakását jelenti. Az így épülő gát egy ideiglenes műtárgy, egy akadály, melyet a veszély elmúltával elbontanak.

Ha az árvíz miatt veszélyben az otthonod és el kell hagynod azt, a 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 róla is gondoskodj!

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

Ha hirtelen jön az árvíz, mi a teendő?

Gondold végig! Mit tapasztalsz? Mit látsz? Az emberek idegesen rohannak az utcán, az autósok is menekülnek valamerre. Az utcán hömpölyög a víz.
Átgondolom: van itt folyó, ami kiönthet? Esett sok eső az elmúlt napokban? Volt tegnap, ma a hírekben, hogy árvízveszély van?

Hogyan tud segíteni a halló ember a siketnek?
Ha látsz egy embert, aki ijedten viselkedik, mutogat, integet és látszik rajta, hogy nem érti, mi történik körülötte, nem tudja mitévő legyen, merre induljon?
Menj oda hozzá és arccal felé fordulva (lássa a szád) mondd neki, hogy „árvíz van!”
Mutasd neki jelnyelven az árvizet!

árvíz, áradás, vízözön
(forrás: www.hallatlan.hu)

Minél magasabb helyre menj(etek), emeletre, padlásra, szabadban a dombra!

ház

domb

(forrás: www.hallatlan.hu)

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

A vihar

A vihar mindig esővel, széllel és dörgéssel, villámlással jár együtt. Ha a szabadban tartózkodsz és hirtelen erős szél keletkezik és „szinte érezni az eső szagát”, illetve már hallod vagy érzékeled a dörgést is, azt jelenti, hogy közel van a vihar és 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 maradj. Belépve a helyiségbe a köszönést követően mutatkozz be és jelezd, hogy hallássérült vagy és segítséget kérsz, mert vihar van. A veszély elmúltával köszönd meg a segítséget és folytathatod az utad!
Ha a vihar szabad területen ér (feltételezve, hogy nem vagy egyedül), akkor magas fa alá ne álljatok, kerülni kell az oszlopokat, tornyokat! Keressetek menedéket barlangban vagy gépjárműben. Ha erre nincs lehetőség, guggolj le zárt lábakkal, minél kisebb felületen érintkezz a talajjal, vagy tegyél a lábaid alá szigetelő réteget, például köpenyt, ruhát, követ.

Otthoni előforduló veszélyek

Leggyakoribb baleset a konyhában fordul elő**: az égés és a vágás**.

Égési sérülés

Ha megégeted a kezed, azonnal hideg víz alá kell tartani pár percig! Ezt követően az ismert és állandó helyén lévő elsősegélydobozból vegyél ki gézlapot, úgy, hogy ne fogdosd össze csak a széleit érintsd meg (így marad steril), helyezd a sérült részre és minél hamarabb fordulj orvoshoz! Lehet, hogy az égés kismértékű, csak bőrpírral, 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! A tűzhely kapcsolóját a speciálisan megjelölt módon használd, mindig a legalacsonyabb főzési fokozaton!

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, mert megsérülhetsz (forrózes edény, olajjal teli serpenyő stb.).
Ha megvágod a kezed, akkor steril lappal fedd le, az enyhe vérzés 2-3 perc alatt megszűnik. Ha nem szűnik meg az erős a vérzés, telefonálj a megszokott módon (112 applikáció)!

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 vegyszert!

A flakon tartalmát szagról is meg lehet állapítani, de ne felejtsd el, nem kell és nem is szabad fölé hajolni és 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! A szag így, a levegővel elkeveredve már nem olyan mértékben zavaró, mint tömény formában. Mindegyik vegyszernek sajátos „illata” van, érdemes a leggyakrabban előfordulók „szagát”

gyakorolni és játékos formában illatfelismerő feladatokat végrehajtani. A vegyszer azonban nem játék!
Padlózat: figyelj arra, hogyha valami kiömlött, azonnal töröld fel, így nem csúszol el!

Közlekedjünk!

A közlekedés önmagában sok veszélyt rejthet, de ha betartjuk a közlekedési szabályokat, nem érhet baj.
Fontos a közlekedési táblák, a jobbkéz-szabály ismerete. A gyerekek leggyakoribb közlekedési eszköze a kerékpár, illetve a manapság népszerű rollerek többféle változata. A legfontosabb szabály, hogy vigyázzunk magunkra és vigyázzunk másokra!

Utcai átkelésnél segítségedre van a jelzőlámpa. Mindig figyelmesen közlekedj, ne felejtsd el, hogy a szirénázó és kéklámpás autóknak (mentők, rendőrök, tűzoltók) elsőbbségük van, ezért a zöld jelzés ellenére mindig nézz körbe, és csak azt követően indulj át a gyalogátkelőhelyen, úttesten!

Szabadidő, sport

Nagyon fontos a mozgás az egészség megőrzése érdekében, ezért speciális sportegyesületek vannak, ahol a mindennapi sportok nagy részét lehet űzni – kicsit másképp a hallássérültek számára is. A legnépszerűbbek az asztalitenisz, a kerékpározás, az atlétika, a kézilabda, a labdarúgás, a sakk és az úszás. A sikerélmény szárnyakat ad és barátságokat. Fontos és betartandó szabály: figyeljünk arra, mit mond az edző, figyeljünk magunkra és másokra!

Túrázás

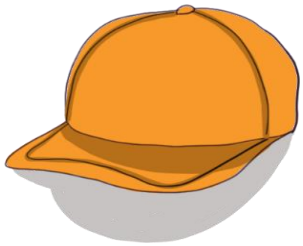
Soha ne menj egyedül túrázni, még ha azt is gondolod, hogy nem tévedhetsz el. Változhatnak az erdei utak, kidőlt fák akadályozhatják a mozgást, de az is előfordulhat, hogy hirtelen vihar kerekedik és nem tudsz védett helyre menni.
A vezetővel való túrán is óvatosan közlekedj, csak a kijelölt úton menj, ne térj le! Jó érzés megérinteni egy virágot, de óvatosan tedd, ne tépd le, csak szagold! Ne hangoskodj, mert az erdő tiszteletet érdemel, a benne élő állatok félnek a zajtól. A szemetet soha ne dobd el, vannak szemetesek, abba kell bedobni vagy hazavinni. Ha tele palackot hoztunk, az üreset már játszva elbírjuk hazáig!
Mindig figyeljünk a vezető utasításaira, ne maradjunk le és a legszükségesebb és legpraktikusabb dolgokat vigyük magunkkal egy pár órás túrára.
Mik ezek?

- az irataid, pénz vagy bankkártya,
- feltöltött telefon,
- enni- és innivaló,
- esőköpeny.

Nyári örömök

Fürdés

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 hallja őket. A balesetek többsége figyelmetlenségből ered!
Az erős UV sugárzás miatt tartózkodj árnyékban, kend be magad magas faktorszámú krémmel, a vízben legyen rajtad sapka, napszemüveg! Igyál sok folyadékot, többet, mint a mindennapokban!



A napszúrás tünetei: borzongás, láz, fejfájás, hányinger, bőrpír.
Fenti tünetek esetén hűvös szobában kell pihenni és szükség esetén láz- és fájdalomcsillapítót lehet bevenni! Súlyos tünetek esetén orvoshoz kell fordulni!
Természetes tóban, folyóban csak felügyelet mellett fürödj, mert a természetes vizek kiszámíthatatlanok és nagy veszélyt jelenthetnek.

A 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

Szánkózás, síelés

Bár a mostanában előforduló enyhe telek miatt ez az élmény egyre inkább kimarad az életünkből, a szomszédos országokban még élvezhetjük a tél örömeit.
Szánkózni soha ne menj egyedül, mert a szánkót irányítani nem egyszerű feladat. Öltözz melegen, ha lehet vízhatlan ruházatba. Két óránál többet ne tartózkodj a hidegben! Inkább kevesebb időt tölts el a szabadban, csak gyakrabban!
A téli sportok veszélye a végtag- és fejsérülés. Mindig viselj sisakot! Ha megsérültél, kiálts segítségért! Ne pánikolj, a segítség érkezni fog!
Nagy havazás esetén a magas hegyekben lavinaveszély alakulhat ki. Ezt általában előre jelzik, mindig tájékozódjatok, mielőtt szánkózni, síelni indultok! Soha ne térjetek le a kijelölt útról!

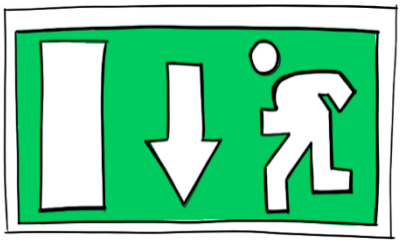
Felkészülést segítő kérdések

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-e 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.