

LET'S OVERCOME DISABILITIES
TOGETHER AGAINST DISASTERS

AFETLERE KARŞI ENGELLERİ
BİRLİKTE AŞALIM



FİZİKSEL ENGELLİLER İÇİN SEL RİSKLERİNE HAZIRLIK



T.C
İÇ İŞLERİ BAKANLIĞI
AFET VE ACİL DURUM YÖNETİM BAŞKANLIĞI



Bu çalışma Eskişehir AFAD (İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü) koordinatörlüğünde yürütülen ve Türkiye Ulusal Ajansı tarafından desteklenen 2016-1-TR01-KA204-034345 no.lu Afetlere Karşı Engelleri Birlikte Aşalım Projesi kapsamında Eskişehir AFAD ve Anadolu Üniversitesi işbirliğinde hazırlanmıştır.

Bu çalışmada yer alan bölümler referans verilmeden çoğaltılamaz. Kullanılması durumunda çalışmanın ve projenin tam isminin belirtilmesi zorunludur.

Eylül, 2017



**Eskişehir Valiliği
İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü**



ANADOLU ÜNİVERSİTESİ



GİRİŞ

Dünyada ve ülkemizde yaşanan afetlerin sayısında özellikle son dönemlerde önemli bir artış görülmekte olup, yaşanan afetler sosyal, kültürel ve ekonomik kayıpları da beraberinde getirmektedir. Afetlerden korunmanın en etkili yolu afetlere karşı hazırlıklı olmak ve bunu yaşam biçimi haline getirmektir. **Güvenli bir yaşam için; Bilgilenin, Plan yapın, Hazırlanın ve Uygulayın!**

Afetleri engellemek mümkün olmasa da vereceği zararları en aza indirmek ancak bilinçli, eğitilmiş ve planlı bir toplumla mümkündür. Her bireyin afet ve acil durumlar karşısında hazırlıklı olmasını amaçlayan bu çalışma, dezavantajlı grupların var olan doğru davranış şekillerini kendi imkân ve kabiliyetleri ölçüsünde uygulamalarını ortaya koymaktadır.

Kendi kişisel ihtiyaçlarınızı değerlendirerek ve bu ihtiyaçlara uyan bir acil durum planı hazırlayarak kendinizi ve sevdiklerinizi afet ve acil durumlara daha iyi hazırlayabilirsiniz.

Unutmayın, ihtiyaçlarınızı, tercihlerinizi ve becerilerinizi kimse sizden daha iyi bilemez. **KENDİNİZİN** uzmanı yine **KENDİNİZSİNİZ!**



SELDEN ÖNCE

- ◆ Öncelikle yaşadığınız yerin sel riskinin ne olduğunu öğrenin.
- ◆ Evinizi veya ofisinizi, koridorları, merdiven boşluklarını, kapıları, pencereleri ve diğer alanları acil durumlarda binayı rahatça terk edecek şekilde güvenli hale getirin. Çıkış yolunuzu engelleyebilecek mobilyaları sabitleyin veya kaldırın.



Resim 1: Eşyaları sabitleme

- ◆ Engelli birey yatağa bağımlı ise yatağın bulunduğu bölge iyi seçilmelidir. Yatağı pencerelerden uzak bir yere konmalı, etrafında dayanıklı ve her biri sabitlenmiş eşyalar bulunmalıdır. Ayrıca afet ve acil durum çantası bu bölümde yer almalıdır.
- ◆ Bir **Afet Planı** ve **Kişisel Destek Ağı** (Size Yardımcı Olabilecek Kişiler) oluşturun;
 - Bir Afet Planı oluşturun ve acil durumlarda nasıl iletişim kuracağınızı, ne şekilde tahliye olacağınızı kişisel destek ağınızdaki kişilerle birlikte planlayın.



- Bir tahliye/kaçış planı oluşturun. Sel sonrası aile bireyleriyle buluşulacak açık ve güvenli alanları belirleyerek ev, okul, işyeri gibi sıklıkla bulunulan mekânların yakınında bir buluşma alanı seçin.



Resim 2: Afet Planı

- Tekerlekli sandalye ya da akülü tekerlekli sandalye kullanıyorsanız, afet planınıza göre çıkışa giden tüm koridor ve tahliye yollarının tekerlekli sandalye erişimine uygun olduğundan emin olun. Değilse uygun hale getirin.
- Engelli bireyler için afet hazırlığındaki ilk adımlardan birisi destek için güvenebileceği kişileri belirlemektir. Kişisel bir destek ağı, acil durumlarda sizinle iletişim kurabilecek, sizin iyi olduğunuzu kontrol edebilecek ve yardıma ihtiyaç duyarsanız size yardım edebilecek kişileri içerir.
- Kişisel destek ağı sizlere yürüme mesafesinde aile, komşu ve iş arkadaşı gibi en az üç kişiden oluşur.
- Kişisel destek ağınızı evde, işyerinde ve zamanınızın çoğunu geçirdiğiniz mekânları kapsayacak şekilde oluşturun.



- Kişisel destek ağınızdaki kişilerin bir tehlike durumunda sizi kontrol edebilmek için evinize girişin nasıl olduğu, haber alınamadığı anlarda size nasıl ulaşabileceği gibi durumları bilmesi gerekmektedir.

- Planınızdan kişisel destek ağınızdaki kişilerin haberdar olmasını sağlayın. Destek cihazlarınız ve gerekli belgeler konusunda onları bilgilendirin.

- Tekerlekli sandalye veya akülü tekerlekli sandalye kullanıyorsanız ve çok katlı bir binadan tahliye olmanız gerekiyorsa, uygun bir acil tahliye sandalyesi, sedye veya aracını, çalıştığınız veya yaşadığınız aynı kattaki merdiven boşluğunda hazır bulundurun.

Böylece tahliye edilebilmeniz için kişisel destek ağınızdaki kişiler ve kurtarma ekipleri size kolayca erişebilir.

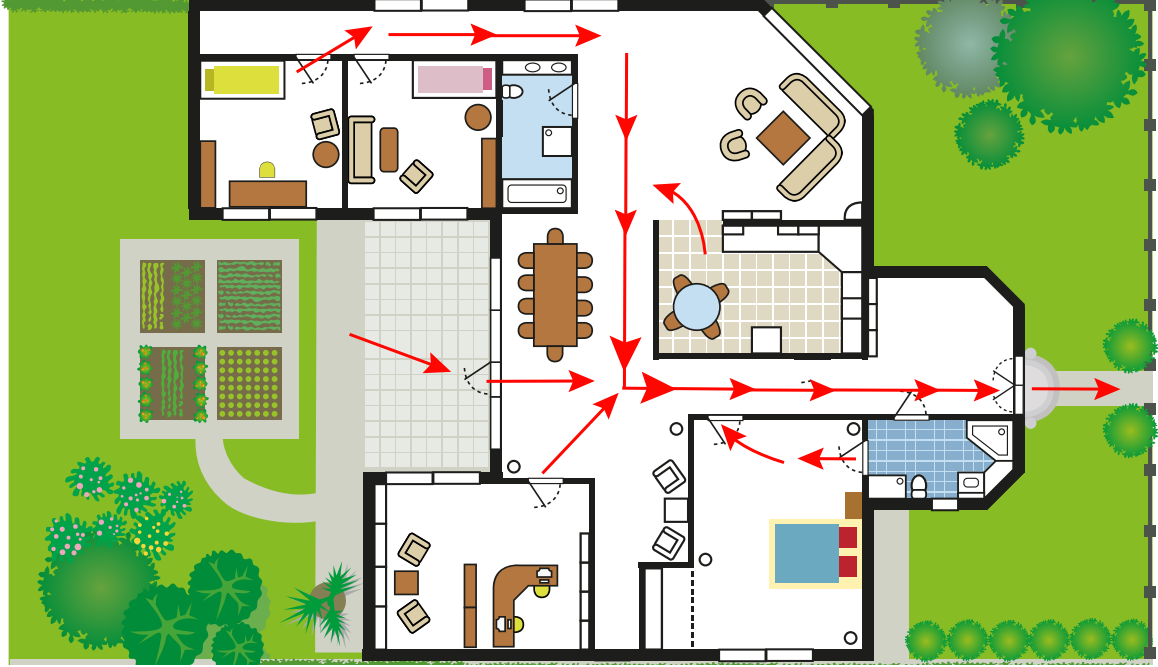
- Erişilebilir bir çıkış olmadığında ve bulunduğunuz binadan tahliye olmanız gerektiğinde size en uygun tahliye şeklini alternatifleriyle belirleyip destek ağınızdaki kişiler ile tatbik edin.

- Özellikle çok katlı bir apartman, site ya da büyük bir işyerinde kalıyorsanız apartman ve site görevlileri ile yöneticilerine engel durumunuz, özel ihtiyaçlarınız, bina ve yaşam alanlarınız ile ilgili liste verin. Olası bir afet ve acil durumda öncelikle görevlilerin size ulaşabilmesi ve etkin müdahalede bulunabilmesi için bu durum önem arz etmektedir.

◆ Farklı senaryolara göre **tatbikatlar** yapın.

- Bu tatbikatlarda, destek ağınızdaki kişilerin sel sırasında yanınızda olup olmaması gibi durumları dikkate alın. Tatbikatlar hem sel anında yapılması gerekenleri, hem de selden sonra tahliyeyi kapsamalı ve en sık bulunduğunuz yerlerin tümünde (ev, okul, işyeri) uygulanmalıdır.

- Tatbikat sırasında karşılaşılabilecek sorun ve zorluklar planınızı revize etmenizi ve uygun davranış şekilleri geliştirmenizi sağlayacaktır.



Resim 3: Tahliye / Çıkış Planı

- Tahliye tatbikatlarına hazırlık için öncelikle bir çıkış planı yapılmalıdır. Bu plan yapılırken bireyin sel sırasında yalnız olması ve destek ağındaki kişilerle birlikte olması ihtimalleri düşünülerek hareket edilmelidir. Plan destek ağındaki kişilerle uygulanmalı ve sel sırasında içinde bulunulan mekânın özellikleri değerlendirilerek çıkış yolları alternatifleriyle birlikte belirlenmelidir.
- Hareket kabiliyeti çok kısıtlı ya da yatağa bağımlı olan fiziksel engelli bireylerin tahliyesinde kişisel destek ağındaki refakatçi kişi sorumluluk üstlenmelidir.
- ◆ Engel durumunuza göre kullanmış olduğunuz, yürüme bastonu, protez, koltuk değneği, yürüteç gibi destek ekipmanlarınızı size en yakın yerde ya da yatağınızın yanında bulundurun.
- ◆ Sel riski öncesi önemli belgelerinizi, protez veya diğer destek ekipmanlarınızı sel hasarına karşı korumak için daha yüksek bir seviyede tutun.
- ◆ Çıkış ve tahliye kapılarının dışa açılır olmasını sağlayın.



◆ Afet ve Acil Durum Çantası Hazırlayın;

• Afet ve acil durumlar her an her yerde meydana gelebilir ve muhtemelen gerekli malzemeleri aramak veya almak için herhangi bir fırsatınız olmayacaktır. Engel durumunuza göre özel ihtiyaç ve temel yaşamsal destek malzemelerini içeren afet ve acil durum çantası hazırlayın ve çantanızı sizin için kolay erişilebilir yerlerde muhafaza edin.

• **Tavsiye edilen içerik:** Medikal ihtiyaçlar, su, kuru gıda, reçete örnekleri, hijyen malzemeleri, acil durum iletişim bilgileri, önemli evrakların kopyası ve destek ağınızdaki kişilerin iletişim bilgilerini içeren liste, battaniye, aile fertlerinin güncel fotoğrafları, büyüteç, pil, radyo, kıyafet, düdük, yıkıntıları temizlemek için eldiven, ilk yardım kiti, kimlik fotokopisi, toz maskesi ve gözlüğü, evinizin yedek anahtarı, çocuklar için mama, bez, biberon, emzik vb.



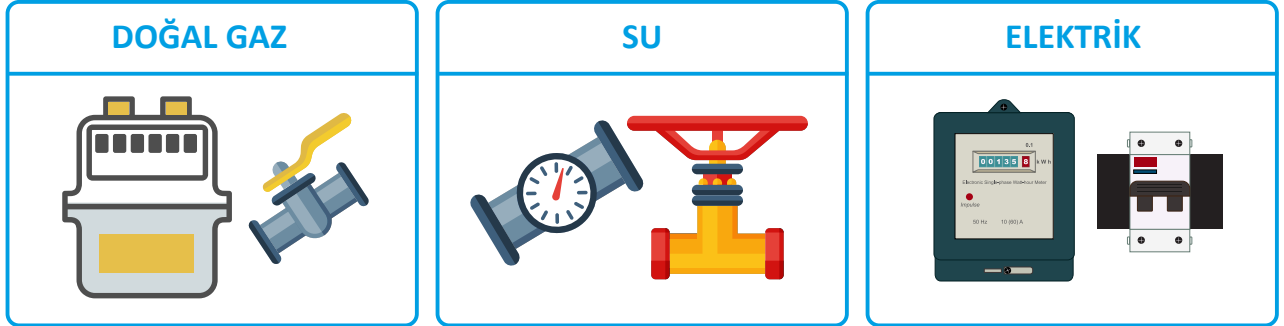
Resim 4: Acil Durum Çantası



- **Özel ihtiyaçlar:** İhtiyacınıza göre katlanabilir yürüme bastonu, portatif koltuk değneği, oksijen maskesi, tekerlekli sandalye kullanıyorsanız lastik tamir kiti, akülü sandalye için yedek batarya, vb.
Bu malzemeler tavsiye edilen içeriktir. Özel ihtiyaçlarınıza göre çantanızı oluşturabilirsiniz.
 - Afet ve acil durum çantası içerisindeki tüm malzemeleri düzenli periyotlarda kontrol edin, gerektiğinde yenileyin (su, gıda ve pillerin son kullanma tarihleri ile mevsime göre kıyafetlerin güncellenmesi).
 - Önemli evrak fotokopileri ve su ile temas ettiğinde tahrip olacağını değerlendirdiğiniz eşyalarınızı su geçirmez koruyucu malzeme içerisinde muhafaza edin.
 - Afet ve acil durum çantası hazırlanırken kolaylıkla taşınabilir şekil ve ağırlıkta olmasına dikkat edilmelidir.
 - Kullanılan cihaz ve gereçlerin çantaya konulamayacak büyüklükte olması halinde güvenli bir yerde muhafaza edilmesine ve her zaman çantayla yan yana durmasına dikkat edin.
 - Afet ve Acil Durum Çantanızı, kullandığınız yürüteç, tekerlekli sandalye ya da akülü aracınızın yanında veya asılı şekilde hazır bulundurun.
- ◆ **Kişisel Değerlendirme Listesi Hazırlayın:**
- Afet ve acil durumlar sonrası, görevlilerin engel durumunuza göre ihtiyaçlarınızı daha iyi anlaması ve size etkin şekilde müdahale edebilmesi için günlük hayatta yapabildiğiniz ve yapamadığınız kişisel becerileri içeren kişisel değerlendirme listesi hazırlayın ve listenizi afet ve acil durum çantanızda muhafaza edin.
- ◆ Cihaz ya da gereç kullanıyorsanız cihazın veya gerecin nasıl kullanıldığını açıklayan yazılı bir belge ve gerekli görülüyorsa bu araçların temin edilebileceği yerlerin iletişim bilgilerini yanınıza almayı unutmayın.
- ◆ Akülü tekerlekli sandalye kullanıyorsanız, olası bir sel anında kolayca erişilebileceğiniz yerde hafif bir manüel sandalye yedek olarak bulundurun. Tekerlekli sandalyenizin boyut ve ağırlığının yanı sıra taşınabilir ve katlanabilir olmasına dikkat edin.



- ◆ Evinizde gaz, su ve elektrik kaynaklarının yerlerini öğrenin ve nasıl kapatılacağını bildiğinizden emin olun. Tesisatlarınız kolay ulaşacağınız yerde olmalıdır.



- ◆ Sel ve taşkınla mücadele eğitim programlarına katılın. İlk yardım eğitimi alın.
- ◆ Sel risklerine karşı binanızı ve işyerinizi sigortalatın.
- ◆ Sel riski var ise zemin kat ile bodrum girişleri ve kapıların kum torbaları veya bariyerler ile korunmasını sağlayın.
 - Bodrum ya da zemin kattaki kanalizasyon kanallarını ve tuvalet bağlantılarını ahşap bir tıpa ile kapayın.
- ◆ Sel sonrası olası bir geçici barınma ihtiyacına karşılık yakın çevrenizdeki ya da bölgenizin dışındaki bir otel veya sığınma merkezinde bulunan erişilebilir mekânları belirleyin.
- ◆ **Rehber/asistan hayvanlar ve köpekler** gündelik hayatta olduğu kadar olası bir afet ve acil durumda da bir yol arkadaşıdır. Rehber/asistan hayvanlar meydana gelen tehlikelerden güvenli bir şekilde kurtulma ve fiziksel engelli bireye tahliye anında kılavuzluk etme konusunda yardımcı olabilirler. **Eğer bir rehber/asistan hayvana sahipseniz;**
 - Afet ve acil durum çantanızı hayvanınızın bakım ihtiyaçlarına göre belirleyin ve onlar için de hazırlık yapmayı unutmayın.
 - Aşağıdaki liste, acil durumlarda rehber/asistan hayvanınızın veya evcil hayvanınızın ihtiyaçlarını karşılamak için elinizde bulunması gereken temel öğelerdir. Afet sonrası tahliye gerekebileceğinden, afet ve acil durum çantasının erişilebilir olduğundan ve taşınmasının kolay olduğundan emin olun.



Hayvanlar için acil durum çantası içeriği: Yetecek kadar şişelenmiş su, hayvan yemi, kaşık, tasma ve sevk kayışı, koşum takımı, battaniye ve oyuncak, plastik çanta, kağıt havlu, poşet, steril eldiven, karne fotokopisi (sahiplik bilgisi, kimlik bilgileri, veteriner kağıtları), manüel konserve açacağı, kullandığı ilaçlar, vitamin, gazete, ağızlık, maske (toz ve dumana karşı) mama, su kabı.



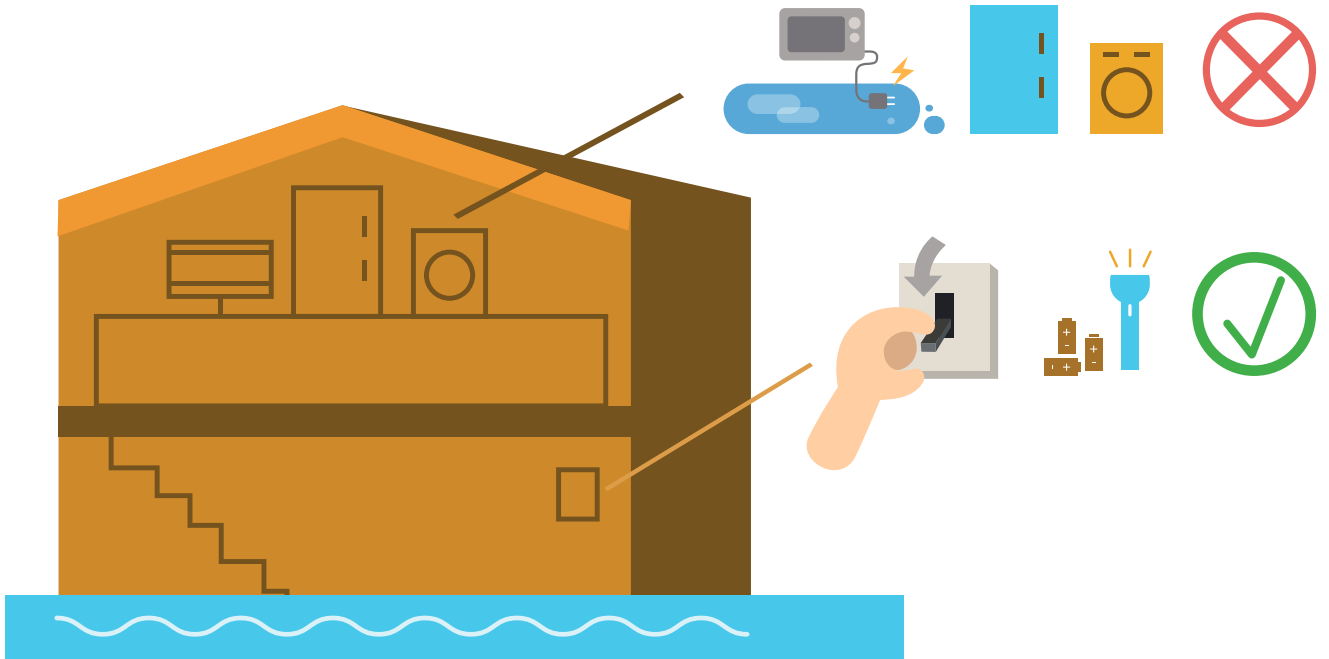
Resim 5: Hayvanlar için acil durum çantası içeriği.

- Bu malzemeler tavsiye edilen içeriktir. Hayvanınızın özel gereksinimlerine göre çantayı oluşturabilirsiniz.
 - Çanta içerisindeki değişmesi gereken malzemeleri 6 ayda bir kontrol ederek yenilemeyi unutmayın.
- ◆ Sel sırasında veya sonrasında ev hayvanlarının ve rehber hayvanların kafası karışmış, korkmuş veya yaralanmış olabileceğini unutmayın. Hayvanlarınızı taşımak ve tahliye edebilmek için ulaşılabilir bir yerde kafes ya da taşıyıcı bulundurun. Onları arkada bırakmayın.



SEL SIRASINDA

- ◆ Herhangi bir sel riskine maruz kalırsanız;
 - Acil durum haberleri ve talimatları için yerel radyo ve TV kanallarını takip edin.
 - Herhangi bir gaz sızıntısı algılar veya duyarsanız, doğalgaz vananızı ya da dedantörünüzü kapatın. Çakmak ve kibrit kullanmayın. Elektrik anahtarlarını ve prizleri kullanmayın.
 - Yetkili makamlarca evlerin tahliye edilmesi gerektiği bildirilirse, elektrikli cihazları fişten çekin, elektrik devrelerini ve gaz tesisatını kapatın. Elektrikli ancak, sel tehlikesi henüz doğmamışsa ve sigorta kutusu çevresindeki alan tamamen kuruysa kapatın.



- Aracınız sel sırasında durursa, aracı olduğu yerde bırakarak derhal terk edin.
- ◆ Sel sırasında aracınızdaysanız asla su ile kaplı yoldan gitmeye çalışmayın. Herhangi bir arıza oluştuysa yüksek bir yere çıkın. Ölümün büyük çoğunluğunun araç içinde gerçekleştiğini unutmayın.
- ◆ Bodrum veya garaja dolan sel suyuna girmeye çalışmayın.



- ◆ Akan suyun içinden geçmeyin. Suya girmeniz gerekiyorsa, suyun akış halinde olmadığından emin olun ve sopa ya da çubukla ne kadar derin olduğunu kontrol edin.
- ◆ Ortalama 15 santim derinliğindeki akan su sizle birlikte tekerlekli sandalyenizi hareket ettirebilir ya da devirebilir. Akan suya tekerlekli sandalye ya da akülü sandalyenizle girmeyin.
- ◆ Ayak bileğiniz seviyesindeki su sizi, diz seviyesindeki su ise aracınızı sürükleyebilecek kuvvettir. Sel sularına girmeyin.
 - Yetkililerce dışarı çıkmamanız söylenirse binanızda üst katlara çıkın ve binanın ortasında pencerelerden uzak şekilde durun. Hareket kabiliyeti kısıtlıysa aile bireyleri, iş arkadaşları ya da komşularınız gibi destek kişilerinden yardım alın.
- ◆ Sel sırasında dışarıdaysanız, çukur alanlardan uzak durun; hareket kabiliyetiniz elverdiği ölçüde bulunduğunuz yerden daha yüksek yerlere ulaşmaya çalışın.



- ◆ Gaz sızıntısı olma ihtimaline karşı elektrikli alet ve ışık kullanmayın, pilli fener kullanın.
- ◆ Kısa süreli yağışların yoğun ani sele, uzun süreli yağışların ise nehirlerin taşmasına neden olacağını unutmayın. Dere yatağı, nehir, hendek, vadi ve kanyon gibi yerler ani su baskınlarına maruz kalır; buralardan uzak durun.

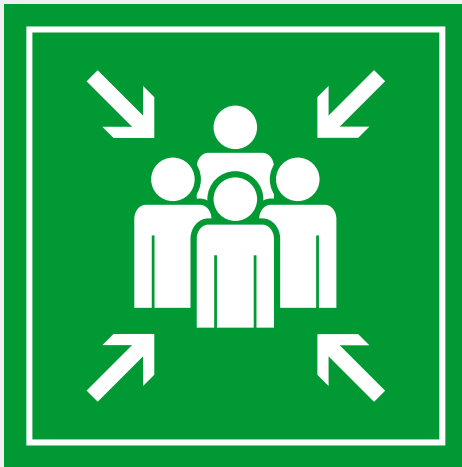


- ◆ Tahliyenize bir başkası yardımcı olacaksa; tekerlekli sandalye, akülü araç, yürüteç gibi araçlarınızın nasıl taşınacağını veya engel ve sağlık durumunuza göre sizi güvenli ve hızlı nasıl taşıyacaklarını görevlilere etkili bir şekilde iletin. Açık, kısa ve net talimatlar verin.

Örneğin; “Tekerlekli sandalyemi katlayın”, “Yürütecim yatağın yanında”, “Oksijen tüpümü alın”, “Omzunuzda taşımayın”

SELDEN SONRA

- ◆ Durum değerlendirmesi yapın.
 - Soğukkanlı olmaya çalışın. Selden ne şekilde etkilendiğinizin, sağlık durumunuzun, çevrenizin durumunu değerlendirin.
- ◆ Binanız sel sularına maruz kalmışsa elektriği kesmeye teşebbüs etmeyin. Tahliye planınıza göre evinizi derhal terk edin ve yetkililerin uyarısına kadar evinize girmeyin.
- ◆ Önceden afet planınızda belirlenmiş olan acil durum toplanma/buluşma alanlarına gidin ve orada bekleyin.



- ◆ Sel sonrası zeminde oluşabilecek delik ve çukurlara, kırık cam ve enkaz gibi tehlikelere karşı dikkatli olun.



- ◆ Afet ve acil durum çantanızdaki iletişim araçları ile yetkililerden gelen talimatları takip edin.
- ◆ Renk, koku veya tadından dolayı içme suyunuzun kirlendiğinden şüpheleniyorsanız, içmeyin.
 - Kaynağını bilmediğiniz suları kullanmayın.
 - Ambalajlı su kullanmaya özen gösterin.
- ◆ Binalarınızdaki hasarı kontrol edin, kontrol ederken pilli fener ve su geçirmez ayakkabı kullanın.
- ◆ Çamurla kaplı zemine ve merdivenlere dikkat edin. Kaygan olabilir; özellikle yürüme bastonu, yürüteç vb. aletleri kullanıyorsanız kayıp düşebilirsiniz.
- ◆ Sel sularıyla temas etmiş eşyaları kullanmadan temizliğini sağlayın.
- ◆ Sel suları zararlı haşere ve hayvanları sürükleyebileceğinden sel sonrası yaşam alanlarınızı iyice kontrol edin.
- ◆ Deniz, göl ve nehir kenarlarından uzak durun.
- ◆ Selden sonra toprak kayması ve heyelan meydana gelebilir; riskli yerlerden uzak durun.
- ◆ Doğalgaz borularından, elektrik direk ve hatlarından uzak durun.

KİŞİSEL BECERİ

Herhangi bir afet ve acil durum halinde size müdahale edecek görevlilerin daha iyi yardım edebilmesi amacıyla hazırlanan bu listede sadece yapabildiklerinizi işaretleyiniz.

- | | |
|---|---|
| ☐ Duyabilirim | ☐ Yardımcı cihaz ile duyabilirim |
| ☐ Görebilirim | ☐ Yardımcı cihaz ile görebilirim |
| ☐ İletişim kurabilirim | |
| ☐ Yardımcı cihaz (.....) ile iletişim kurabilirim | ☐ İşaret dilini kullanabilirim |
| ☐ Dudak okuyabilirim | |
| ☐ Yazı yazabilirim | |
| ☐ Okuyabilirim | |
| ☐ Tekerlekli sandalye ile yer değiştirebilirim | |
| ☐ Yardım olarak tekerlekli sandalye ile yer değiştirebilirim | |
| ☐ Yürüyebilirim | ☐ Yardım ile yürüyebilirim |
| ☐ Kendi yemeğimi hazırlayabilirim | ☐ Kendim yiyebilirim |
| ☐ Oturabilirim | ☐ Yardım ile oturabilirim |
| ☐ Banyo yapabilirim | ☐ Yardım ile banyo yapabilirim |
| ☐ Elbiselerimi giyebilirim | |
| ☐ Kişisel bakımımı ve temizliğimi yapabilirim | |

Özel ihtiyaç duyduğum konular:

SAĞLIK BİLGİLERİ

Bu kart, bir afet veya acil durum halinde bilinciniz kapalı ise ya da acil olarak tahliye edilmeniz gereken durumlarda sizi kurtarmaya gelenlere bilmeleri gereken ilk bilgileri sağlar. Bu bilgilerin bir kopyasını işyerinizde, cüzdanınızda/çantanızda ve evinizde tutun.

Adı- Soyadı:

T.C. Kimlik Numarası:

Telefon:

Adres:

Kan Grubu:

Özel Durum ve/veya Engellilik:

İlaçlar (Reçeteler, dozaj, alınan zaman vs.):

Kullanılan Araçlar (işitme cihazı, tekerlekli sandalye vb.):

Alerjiler:

Diğer Özel İhtiyaçlar:

Özel Diyet:

Eğer Bir İletişim Engeliniz Varsa Sizinle İletişim Kurmanın En İyi Yolu:

Dini:

ÖNEMLİ NUMARALAR

Polis:

İtfaiye:

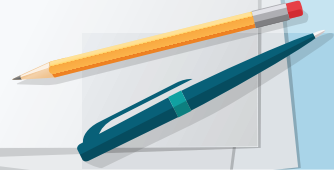
Ambulans:

Arama-Kurtarma:

Afet sırasında kendinizi koruyun. Sizi ya da ekipmanınızı güvenli bir şekilde yönlendirmek veya taşımak için en iyi yolu insanlara hızlı bir şekilde nasıl açıklayacağınızı önceden çalışın.

BİLGİ KARTLARI

Afet ve acil durum çantasında bulunması gereken ve hayati önem taşıyan bilgi kartları özenle doldurulmalı ve her değişiklikte titizlikle güncellenmelidir.



Bu çalışma, Türkiye Ulusal Ajansı tarafından finanse edilen 2016-1-TR01-KA204-034345 numaralı "Afetlere Karşı Engelleri Birlikte Aşalım" Projesi kapsamında hazırlanmıştır. "Erasmus+ Programı kapsamında Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Ancak burada yer alan görüşlerden Avrupa Komisyonu ve Türkiye Ulusal Ajansı sorumlu tutulamaz."



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



KİŞİSEL DESTEK AĞI

Ev Halkı Üyeleri İletişim Bilgileri:

Ev Adresi:

Ev Dışındaki Buluşma Yeri:

1 - Adı-Soyadı:

Telefon:

İş/ Okul Adresi:

2 - Adı-Soyadı:

Telefon:

İş/ Okul Adresi:

3 - Adı-Soyadı:

Telefon:

İş/ Okul Adresi:

4 - Adı-Soyadı:

Telefon:

İş/ Okul Adresi:

Kişisel Temas Üyeleri:

1 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

2 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

3 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

4 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

Şehir Dışındaki Temas Kişileri:

1 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

2 - Adı-Soyadı:

Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

3 - Adı-Soyadı:

Telefon:

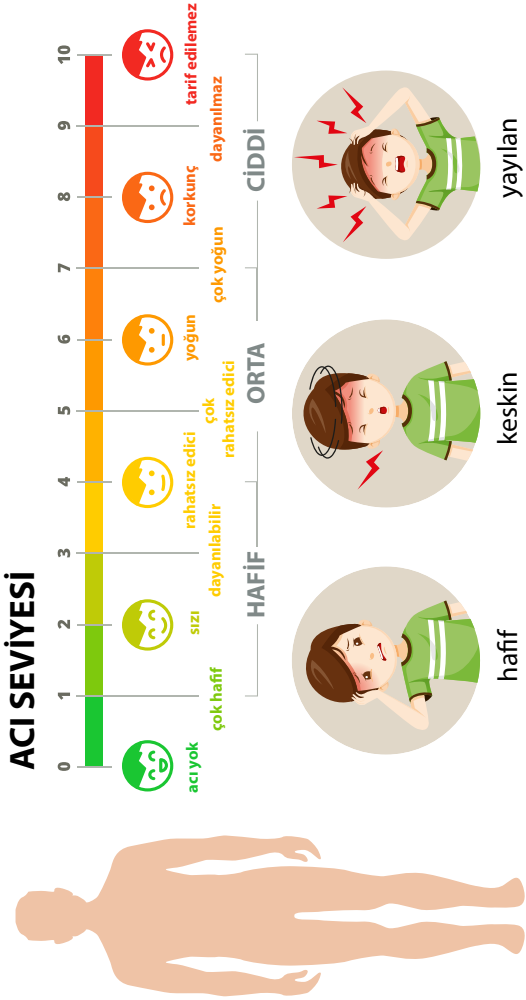
Ev/ İş/ Okul Adresi:

4 - Adı-Soyadı:

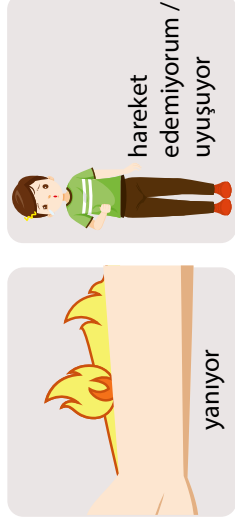
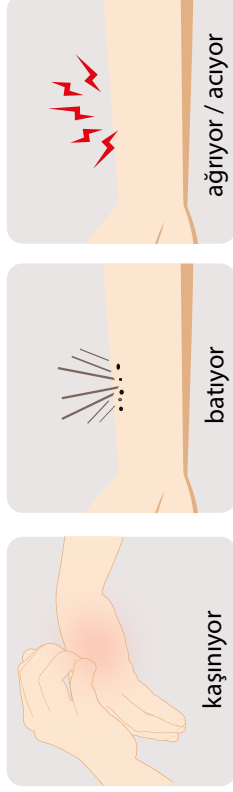
Telefon:

Ev/ İş/ Okul Adresi:

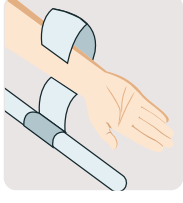
HİS - ACI ÇİZELGESİ / KARTI



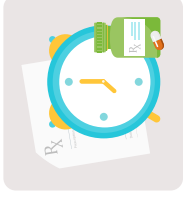
AĞRI KESİCİ İSTİYORUM



Durumum nasıl?



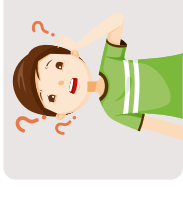
baskıyı kaldır



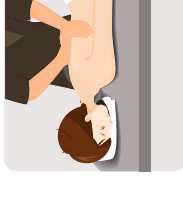
hangi gün / saat?



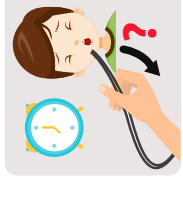
egzersiz



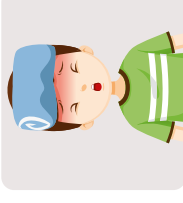
ne oluyor ?



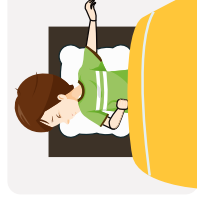
masaj



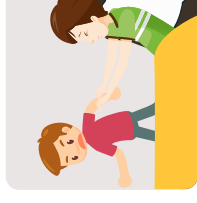
tüp ne zaman çıkıyor ?



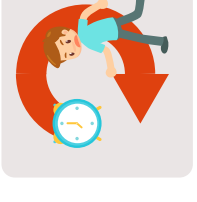
serinletici bez



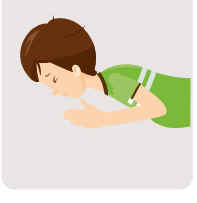
beni yalnız bırak



beni bırakma



daha sonra gel



dua



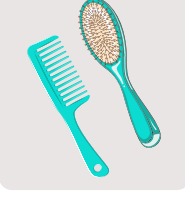
tuvalet



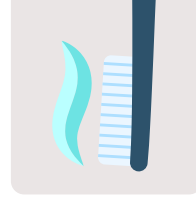
şampuan / banyo



yüzümü yıka



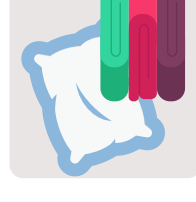
tarak / fırça



diş fırçalama



çorap / gözlük



yastık / battaniye

İLETİŞİM ÇİZELGESİ / KARTI

Bu kartı afet çantanıza koyabilirsiniz. Herhangi bir afet sonrası iletişiminize yardımcı olması için kullanabilirsiniz.

BEN

zor nefes alıyorum	başım dönüyor	hasta hissediyorum	acı çekiyorum	boğuluyorum
susadım	yorgunum	korktum	açım	usandım
üşüyorum	üzgünüm	kızgınım	sıcaklıyorum	üşüyorum

GÖRMEK İSTİYORUM

doktor	aile	hemşire	din görevlisi

İSTİYORUM

oksijen	dudak nemlendirici	su / buz	rahatlatılmak	uyumak
tv / dvd / video	çağrı butonu / kumanda	sessizlik	ışığı kapa / aç	eve gitmek
düz durmak	aşağı yatmak	sola / sağa dönmek	yatak başlığını yukarı kaldırmak / aşağı indirmek	yataktan çıkmak

TEŞEKKÜR
EDERİM

kağıt / kalem

Enfeksiyon kontrolü amacıyla hastalar arasında lütfen bu kartı yeniden kullanmayın !

A	B	C	Ç	D	E	F	G	Ğ	H	1	2	3
I	İ	J	K	L	M	N	O	Ö	P	4	5	6
R	S	Ş	T	U	Ü	V	Y	Z	.	7	8	9
Q	W	X	!	?					,	-	0	+