



Home Front Command

Mga Alituntunin sa Pagliligtas ng Buhay

☎ 104



oref.org.il

Mga Yugto sa Pagtanggap ng Alituntunin sa Panahon ng Atake ng Rocket at Misil mula sa Iran

Ang Israel ay nahaharap sa malaking banta mula sa Iran. Upang matiyak na maabot mo ang pinakamainam na protektadong espasyo sa iyong lugar, mayroong tatlong yugto para sa pagtanggap ng mga alerto sa panahon ng pagatake ng rocket at misil mula sa Iran.

Mga yugto ng alerto sa panahon ng pag atake ng rocket at missile mula sa Iran

Inisyal patnubay

Pasulong patungo
ang pinakamahasay na protektadong lugar

Ilang minuto bago matanggap ang babala

pagtanggap isang alerto

pumasok
sa protektadong lugar

ayon sa magagamit na oras upang maabot ang kanlungan

manatili sa protektadong lugar

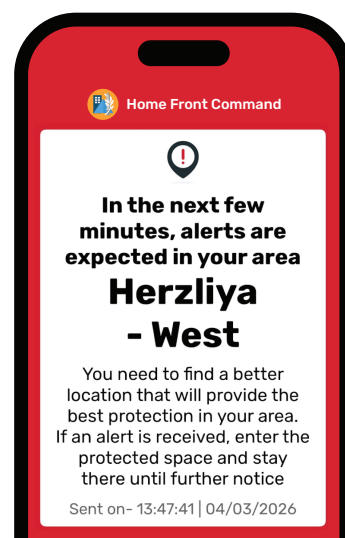
Huwag lumabas

hanggang sa makatanggap ka ng isang malinaw na gabay

Home Front Command Public Guidance

Yugto 1: Paunang Alituntunin - sa susunod na ilang minuto, inaasahan ang mga alerto sa iyong lugar.

Kapag posible, maglalabas ng paunang alituntunin upang magbigay ng ilang minuto para maghanda. Ito ang magbibigay-daan sa iyo na makarating sa pinakamainam na protektadong espasyo sa iyong lugar bago matanggap ang alerto. Pakitandaan, ang paunang alituntunin ay available lamang para sa mga banta na mula sa malalayong lugar. Ang paunang alituntunin ay matatanggap sa pamamagitan ng mensaheng ipinadala sa CB at sa Home Front Command app, sa National Emergency Portal (website na ito), at sa mga Telegram channel ng Home Front Command. Pakitandaan: Para sa mga paglulunsad mula sa malapit na lugar, tanging karaniwang alerto lamang ang ilalabas. Kailangan mong pumasok sa pinaka-protektadong espasyo sa paligid mo sa loob ng oras na magagamit para makarating sa kanlungan at manatili doon hanggang sa makatanggap ka ng malinaw na alituntunin na sinasabing maaari ka nang lumabas sa protektadong espasyo.



Yugto 2: Alerto at Pagpasok sa Protektadong Espasyo

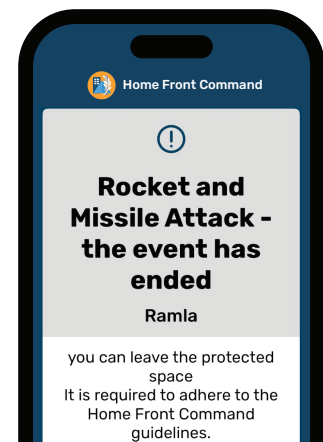
Sa yugtong ito, maglalabas ng alerto sa pamamagitan ng mga paraan ng alerto ng Home Front Command: ang opisyal na app, mga sirena, ang National Emergency Portal, at broadcast media. Sa pagtanggap ng alerto, kailangan mong pumasok sa pinakamainam na protektadong espasyo sa loob ng oras na magagamit para makarating sa kanlungan. Kailangan mong isarado ng mahigpit ang pinto sa pamamagitan ng pag-ikot ng handle ng 90 degrees, tiyaking ang bintana ay mahigpit na nakasara, at manatili sa loob ng protektadong espasyo hanggang sa makatanggap ka ng malinaw na alituntunin. Ang paglabas sa protektadong espasyo bago makatanggap ng malinaw na alituntunin na nagsasabing maaari kang lumabas, ay mapanganib sa buhay.



Yugto 3: Paglabas ng Mensahe

Maingat na basahin ang notipikasyon - kung maaari kang lumabas sa protektadong espasyo, o kung maaari kang lumabas ngunit manatili malapit sa protektadong espasyo.

Pakitandaan: Suriin nang mabuti ang nilalaman ng notipikasyon o mensahe ng Home Front Command at kumilos nang naaayon. Posible na iba-ibang alituntunin ang ilalabas sa iba't ibang lugar sa bansa.



Manatili malapit sa protektadong espasyo at bawasan ang pananatili sa labas

- Sa pagtanggap ng alituntunin mula sa Home Front Command na manatili malapit sa protektadong espasyo, manatili malapit sa isang pinakamainam na protektadong espasyo na maaari mong abutin sa loob ng oras na magagamit para makarating sa kanlungan.
- Iwasan ang pagiging nasa labas o paglalakad sa labas maliban kung ito ay para sa isang mahahalagang pangangailangan.
- Iwasan ang mga pagtitipon.

Pagpili ng Pinakamainam na Protektadong Espasyo

Piliin ang pinakamainam na protektadong espasyo ayon sa sumusunod na pagkakasunod-sunod ng priyoridad:

1. Sa pribadong espasyo:

Isang residential protected room (Mamad), shared protected room (Mamak), o institutional protected space (Mamam) - ang mga ito ang pinakamainam na pagpipilian.

2. Sa pampublikong espasyo:

isang pampublikong kanlungan, isang standardized na protektadong espasyo sa institusyong pang-edukasyon, o isang pasilidad ng munisipalidad, tulad ng community center, na inaprubahan ng Home Front Command.

3. Isang "magandang espasyo sa gitna":

Tanging kung walang pampublikong protektadong espasyo sa iyong lugar, pumili ng "magandang espasyo sa gitna": isang panloob na hagdanan o panloob na espasyo sa bahay, ayon sa sumusunod:

- a) **Isang panloob na hagdanan (walang mga bintana o panlabas na pader)** - sa pagtanggap ng alerto, manatili sa hagdanan at hindi sa bukas na espasyo ng palapag. Sa gusaling may higit sa tatlong palapag, manatili sa hagdanan na may hindi bababa sa dalawang palapag sa itaas nito. Sa tatlong-palapag na gusali, manatili sa hagdanan ng gitnang palapag. Huwag manatili sa palapag ng pasukan.
- b) **Isang panloob na espasyo na hangga't maaari ay napapalibutan ng maraming pader** at kung maari ay may kaunting mga bintana at siwang. Tiyakin na ang panloob na espasyo ay walang ceramic, porselana, o salamin na maaaring mabasag. Maaari ka ring pumili ng panloob na koridor, at isara ang mga pinto at bintana. Sa pagtanggap ng alerto, umupo malapit sa panloob na pader, sa ibaba ng linya ng bintana, at hindi nakaharap sa pinto.

Mga Lugar na Hindi Maaaring Gamitin Bilang Protektadong Espasyo

Huwag pumili ng mga underground parking lot na hindi inaprubahan ng Home Front Command bilang protektadong espasyo. Ang mga parking lot na ito ay nakakapanganib sa buhay dahil sa panganib ng pagguho at maaaring maging bitag para sa mga nasa loob.

Huwag pumili ng kusina, shower, o banyo. Ang mga silid na ito ay may mga bagay na maaaring mabasag at magdulot ng pinsala, tulad ng ceramic, porselana, at salamin.

Mga Panuntunang Pangkaligtasan na Nagliligtas ng Buhay

Sa Labas

Pumasok sa pinakamainam na protektadong espasyo na pinakamalapit sa iyo. Kung hindi ka makapasok sa protektadong espasyo, humiga sa lupa at protektahan ang iyong ulo gamit ang iyong mga kamay.

Sa Sasakyan

- Huminto sa gilid ng daan, lumabas ng sasakyan, at pumasok sa pinakamainam na protektadong espasyo sa paligid mo.
- Kung hindi ka agad makakarating sa isang gusali, lumabas ng sasakyan at lumayo mula dito patungo sa gilid ng daan o lampas sa safety barrier, humiga sa lupa, at protektahan ang iyong ulo gamit ang iyong mga kamay.
- Kung hindi mo maaaring iwanan ang sasakyan, huminto sa gilid ng daan, buksan ang mga bintana, at yumuko sa ibaba ng linya ng bintana.

Sa Pampublikong Transportasyon

- Sa inter-city bus - Ang drayber ay dapat huminto sa gilid ng daan at buksan ang mga pinto, at ang mga pasahero ay dapat yumuko sa ibaba ng linya ng bintana at protektahan ang kanilang mga ulo gamit ang kanilang mga kamay.
- Sa urban bus - Ang drayber ay dapat huminto sa gilid ng daan at buksan ang mga pinto upang ang mga pasahero ay makababa at pumasok sa pinakamalapit na pinakamainam na protektadong espasyo. Kung ang pinakamainam na protektadong espasyo ay hindi maabot sa loob ng oras na magagamit para makarating sa kanlungan, yumuko sa ibaba ng linya ng bintana at protektahan ang iyong ulo gamit ang iyong mga kamay.
- Sa tren - Ang drayber ay dapat bumagal sa 30 km/h, at ang mga pasahero ay dapat yumuko sa ibaba ng linya ng bintana sa mga karwahe at protektahan ang kanilang mga ulo gamit ang kanilang mga kamay. Pagdating sa pinakamalapit na istasyon, ang mga pasahero ay bababa nang maingat at papasok sa pinakamainam na protektadong espasyo sa istasyon.

Mahahalagang Paalala

- Manatili sa pinakamainam na protektadong espasyo hanggang sa makatanggap ka ng malinaw na alituntunin mula sa Home Front Command na ligtas nang lumabas.
- Huwag gamitin ang elevator.
- Kung ikaw ay nasa isang prefabricated na gusali na walang access sa pinakamainam na protektadong espasyo sa oras na available para makarating sa kanlungan, lumabas ng gusali, humiga sa lupa, at protektahan ang iyong ulo gamit ang iyong mga kamay.
- Huwag magtipon sa lugar na tinamaan. Ang pagtitipon ay mapanganib dahil sa panganib ng karagdagang atake ng rocket.
- Ang paghawak ng ammunition ay maaaring magdulot ng pagsabog at ikapahamak ng iyong buhay. Kung nakakita ka ng mga kahina-hinalang bagay: lumayo sa lugar, ilayo ang iba at mag-ulat sa Israel Police sa 100 call center sa lalong madaling panahon.

Kaaway na Sasakyang Panghimpapawid Ibang Banta, Parehong Alituntunin

Sa pagtanggap ng alerto tungkol sa pagpasok ng hostile aerial vehicle, pumasok sa pinakamainam na protektadong espasyo sa lalong madaling panahon at manatili doon hanggang sa makatanggap ka ng malinaw na alituntunin.

Mga Hindi Pumutok na Rocket at Hindi Kilalang mga Bagay

Sa kasalukuyan, ang mga hindi pumutok na rocket at mga piraso ng misil at rocket ay maaaring makita sa lupa. Napakahalagang tandaan na ang pagkuha ng litrato ng mga bagay na ito, ang pananatili malapit sa kanila, at - higit sa lahat - anumang uri ng pakikipag-ugnayan ay mga aksyon na nakakapanganib sa buhay!

Tandaan: Kung nakakita ka ng mga kahina-hinalang bagay, lumayo sa lugar, ilayo ang iba, at mag-ulat sa Israel Police sa 100 call center sa lalong madaling panahon.

Mahahalagang Numero ng Telepono:

- 104 - Ang Home Front Command
- 106 - Ang lokal na munisipalidad
- 100 - Israel Police
- 101 - Magen David Adom
- 102 - Mga serbisyo ng bumbero at pagliligtas

Umasa lamang sa opisyal na impormasyon mula sa mga awtorisadong pinagmulan.

Mga Paalala para sa mga Tagapag-alaga

Pagtanggap ng mga Alerto:

Ang mga matatanda ay maaaring makaranas ng pagkawala ng pandinig at maaaring hindi marinig ang sirena. I-install ang Home Front Command app sa iyong mobile phone at tulungan ang matatandang tao na i-install ito sa kanila. Kung may problema sa pandinig, maaari mong i-configure ang app upang magbigay ng mga alerto sa pamamagitan ng vibration, at sa mga Android device, sa pamamagitan ng flashlight flickering. Tiyakin na ang location services ay aktibo at itakda ang iyong kasalukuyang lokasyon bilang isang "Area of Interest" upang matiyak na matatanggap mo ang mga alerto kahit sa panahon ng mga pagkagambala ng GPS.

Ligtas na Pagdating sa Protektadong Espasyo

Para sa mga matatanda, ang pagpasok sa protektadong espasyo ay maaaring maging kumplikado dahil sa mga problema sa pagkilos, kapansanan sa paningin, at iba pang mga hamong pisikal. Samakatuwid, ang paunang paghahanda ay kritikal upang matiyak ang ligtas na pagdating at maiwasan ang mga pagkahulog o mga pinsala sa daan. Pakisunod ang mga alituntuning ito:

- Umupo kasama ang matatandang tao upang matukoy kung gaano karaming oras mayroon sila para makarating sa kanlungan (batay sa kanilang lokasyon) at piliin ang pinaka-angkop na protektadong espasyo nang naaayon.
- Planuhin ang ruta papunta sa protektadong espasyo nang maaga. Alisin ang anumang mga hadlang o panganib na maaaring magdulot ng pagkahulog o pinsala. Kung maaari, magsanay na lumipat sa protektadong espasyo nang magkasama upang matiyak na magagawa ito sa loob ng kinakailangang oras.
- Kung ang pinakamainam na protektadong espasyo ay isang hagdanan, maglagay ng angkop na upuan doon nang maaga upang magkaroon sila ng mauupuan agad pagdating.
- Para sa mga gumagamit ng wheelchair, walker, o mga nakaratay sa kama, mag-set up ng kama sa loob ng **MAMAD** (residential protected room) o isang panloob na silid. Itapat ang kama sa panloob na pader, sa ibaba ng linya ng bintana, at malayo sa pinto. Tiyaking walang mga istante o mabibigat na bagay na nakabitin sa itaas ng kama na maaaring mahulog.
- Kung mahirap lumipat mula sa sofa patungo sa wheelchair nang mabilis, ilipat ang sofa itapat sa panloob na pader, malayo sa mga bintana, at hindi direktang nakaharap sa pinto.
- Tiyakin na ang lahat ng kinakailangang tulong sa pagkilos, tulad ng mga wheelchair o walker, ay nananatiling malapit sa lahat ng oras upang ma-access agad kapag kinailangan.

Paghahanda ng Protektadong Espasyo

Ang paghahanda ng protektadong espasyo nang maaga ay nagbibigay-daan sa mga matatanda na makaramdam ng handa, nagpapataas ng kanilang pakiramdam ng kontrol, at binabawasan ang hindi magandang pakiramdam tulad ng kawalan ng kakayahan at takot. Ang ilang matatanda ay nangangailangan ng mga espesipikong paraan upang manatili sa protektadong espasyo. Mahalaga na gawing accessible ang protektadong espasyo at ihanda ang mga paraan na ito nang maaga upang akma sa kanilang mga pangangailangan - halimbawa, isang upuan para maupo, isang malaking orasan upang subaybayan kung gaano katagal na sa protektadong espasyo, isang listahan ng mahahalagang numero ng telepono, at mga bagay na pampalipas oras tulad ng crosswords, diyaryo, at libro. Bukod pa rito, tiyaking ang emergency equipment kit ay nasa protektadong espasyo, kabilang ang mga kagamitan na naaangkop sa mga espesipikong pangangailangan ng matatanda.

Pagkatapos lumabas ng protektadong espasyo

Kung hindi ka nakatira sa parehong lokasyon ng matatandang tao, inirerekomenda na itakda ang kanilang alert area sa iyong personal na Home Front Command app o sa National Emergency Portal (website na ito). Sa ganitong paraan, malalaman mo kung may na-trigger na alerto sa kanilang lugar at maaari mong tawagan sila upang suriin ang kanilang kalagayan sa sandaling matapos ang pangyayari.