



PHÒNG TRÁNH

ĐUỐI NƯỚC

CHO TRẺ EM

TRẺ EM CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC



Không đi bơi khi có bão, lũ, mưa to

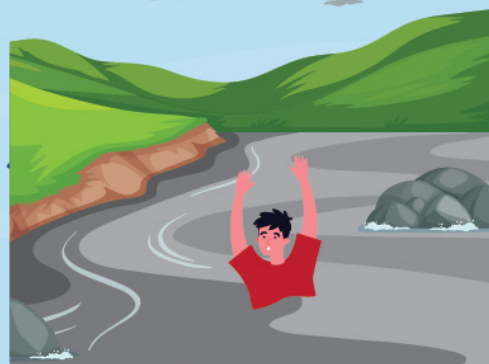
Không đi qua ngầm, tràn, cầu, cống hoặc các đường giao thông khi lũ tới



Khi đi tàu, thuyền, đò, xuồng, bè, mảng...luôn mặc áo phao theo quy định

Nếu thấy mình có nguy cơ đuối nước:

- Ngay lập tức kêu cứu thật to
- Bình tĩnh và cố gắng ngóc đầu lên, hít một hơi dài, thả lỏng người
- Không hoảng loạn, quẫy đạp lung tung càng làm cho người bị chìm sâu xuống nước
- Bơi xuôi theo dòng nước và bơi hướng dẫn vào bờ



Nếu thấy bạn mình có nguy cơ đuối nước:

- Gọi thật to để người lớn tới giúp
- Tuyệt đối không nhảy xuống cứu bạn nếu không biết bơi hoặc bơi chưa giỏi và chưa biết cách cứu người đuối nước
- Tìm cách vớt dây, sào dài để bạn tóm lấy và kéo bạn lên bờ



NGƯỜI LỚN CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ EM



Luôn luôn để mắt đến trẻ nhỏ vì trẻ nhỏ có thể bị đuối nước chỉ trong tích tắc



Không để trẻ ở nhà một mình, luôn thu xếp người lớn trông trẻ.



Dạy trẻ những dấu hiệu cảnh giác, chú ý trong mùa mưa, bão, lũ lụt. Ví dụ tránh xa sông suối, ao, hồ và đặc biệt không đi vào vùng bị ngập lụt,...





XỬ LÝ NƯỚC AN TOÀN

TRONG TRƯỜNG HỢP XẢY RA THIÊN TAI

Để xử lý nước an toàn, cần thực hiện 2 bước sau:

BƯỚC 1

LÀM TRONG NƯỚC BẰNG PHÈN CHUA HOẶC DÙNG VẢI ĐỂ LỌC
(Với nước đã trong có thể bỏ qua bước này)

1

Chuẩn bị
1 gram PHÈN
cho 20 lít nước



2

Hoà tan PHÈN
trong một gáo
nước



3

Đổ gáo nước
đã hoà tan PHÈN
vào dụng cụ
chứa nước



30 phút

4

Gạn lấy nước
trọng sau 30
phút



BƯỚC 2

KHỬ KHUẨN NƯỚC THEO HƯỚNG DẪN CỦA CÁN BỘ Y TẾ

Lựa chọn trong các cách sau:

Cách 1



ĐUN SÔI NƯỚC
trong vòng ít nhất 1 phút

Cách 2



Khử khuẩn nước bằng
CLORAMIN B

Cách 3



Khử khuẩn nước bằng
VIÊN AQUATABS

Cách 4



Khử khuẩn nước bằng
TÚI LỌC PUR

Cách 5



Lọc và khử trùng nước bằng
BÌNH LỌC GỐM

Trữ nước an toàn trong các dụng cụ chứa nước có nắp đậy để tránh muỗi đẻ trứng
và phòng bệnh sốt xuất huyết



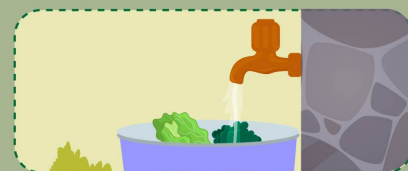
unicef
for every child



United Nations
CERF
Central
Emergency
Response
Fund

Những việc cần làm ĐỂ PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH

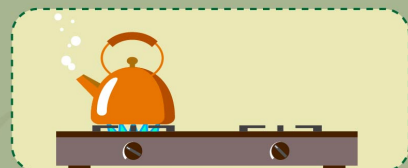
TRONG TRƯỜNG HỢP XẢY RA THIÊN TAI



SỬ DỤNG NƯỚC SẠCH
ĐỂ ĂN UỐNG VÀ SINH HOẠT



THỰC HIỆN VỆ SINH CÁ NHÂN



ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN
THỰC PHẨM, ĂN CHÍN, UỐNG SÔI



ĐẬY KÍN
CÁC DỤNG CỤ CHỨA NƯỚC



VỆ SINH SẠCH SẼ NHÀ CỬA
VÀ MÔI TRƯỜNG SỐNG XUNG QUANH



SỬ DỤNG NHÀ TIÊU HỢP VỆ SINH.
THU GOM, XỬ LÝ RÁC THẢI
ĐÚNG QUY ĐỊNH



KỸ NĂNG AN TOÀN TRƯỚC LŨ LỤT



1. TRƯỚC LŨ

Thường xuyên theo dõi thông tin, cảnh báo mưa, lũ.



Bảo vệ nguồn nước sạch; dự trữ nước uống, lương thực, thực phẩm, thuốc men, các vật dụng cần thiết đủ dùng ít nhất trong 7 ngày.



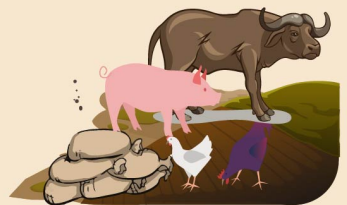
Chuẩn bị thuyền, phao, bè, máng, vật nổi; gia cố nhà làm gác lửng, lối thoát trên mái nhà để ở tạm, cất giữ đồ đạc để phòng lũ.



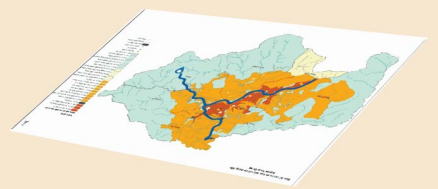
Tranh thủ thu hoạch các sản phẩm nông nghiệp và nuôi trồng thủy sản.



Di chuyển gia súc, gia cầm, đồ đạc lên nơi cao để tránh ngập.



Tìm hiểu, nắm bắt các tuyến đường sơ tán khẩn cấp đến nơi an toàn



Chủ động sơ tán khỏi vùng bãi sông, vùng thấp trũng, vùng có nguy cơ sạt lở, lũ quét.



Để phòng lũ xảy ra vào ban đêm.



Lưu giữ các số điện thoại và địa chỉ liên lạc trong trường hợp khẩn cấp.



2. TRONG LŨ



NHỮNG VIỆC NÊN LÀM

- ★ Bảo vệ người già, yếu, trẻ em, người khuyết tật,...
- ★ Tham gia lực lượng xung kích phòng chống thiên tai, cứu hộ cứu nạn của địa phương.
- ★ Hỗ trợ nhau theo truyền thống "Lá lành đùm lá rách".
- ★ Ăn uống hợp vệ sinh, đảm bảo sử dụng nguồn nước sạch.
- ★ Khi di chuyển phải sử dụng áo phao hoặc các đồ vật nổi khác.
- ★ Di chuyển đến nơi cao ráo, an toàn.
- ★ Cắt hết các nguồn điện sinh hoạt.
- ★ Tuyệt đối tuân thủ chỉ đạo của cơ quan chức năng.



NHỮNG VIỆC KHÔNG NÊN LÀM

- ★ Không chơi đùa, bơi lội hoặc đi lại trong nước lũ.
- ★ Không vớt củi, đồ vật trôi trên sông..
- ★ Không đi vào khu vực nguy hiểm.
- ★ Không lội qua suối khi đang có dòng chảy siết.
- ★ Không đánh bắt cá, thăm ruộng khi đang có lũ.
- ★ Không để trẻ em chơi gần kênh, mương rạch, cống thoát nước.

3. SAU LŨ

Kiểm tra các trang thiết bị trước khi sử dụng để đảm bảo an toàn.



Khẩn trương khắc phục hậu quả, khôi phục sản xuất.



Thống kê thiệt hại, báo cáo kịp thời, đầy đủ, chính xác với chính quyền địa phương.



Tham gia dập dịch bệnh và xử lý môi trường.





HƯỚNG DẪN KỸ NĂNG AN TOÀN TRONG VÀ SAU LŨ, NGẬP LỤT

Trong lũ, ngập lụt

Ngắt hết các nguồn điện sinh hoạt.



Không đi ra ngoài khi trời đang mưa lớn, nước sông dâng cao



Không chơi đùa, bơi lội hoặc di chuyển qua các ngầm, tràn, cầu treo khi đang có lũ



Không vớt củi, đồ vật trôi trên sông



Không lội xuống nước nếu thấy dây điện, cột điện đổ xuống nước



Không lại gần hoặc vui chơi tại khu vực ngập sâu, nước chảy mạnh, nắp cống, kênh mương ven sông,...



Không đi vào khu vực có biển cảnh báo nguy hiểm, lũ ống lũ quét, sạt lở



Không đánh bắt cá, thủy sản.



Sau lũ, ngập lụt

Kiểm tra hệ thống điện, không chạm vào ổ cắm bị ướt, ẩm, chập,...



Dọn dẹp, vệ sinh xung quanh trong nhà và khu vực xung quanh



Thống kê thiệt hại của gia đình và báo cáo chính quyền địa phương



Xử lý nguồn nước bị ô nhiễm



Ăn chín, uống sôi để đảm bảo vệ sinh



Không ăn thức ăn/thực phẩm bị ôi thiu, ô nhiễm



Khi di chuyển phải mặc áo phao.





PHÒNG TRÁNH

ĐUỐI NƯỚC

CHO TRẺ EM

**NGƯỜI LỚN CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC
CHO TRẺ EM**



Luôn luôn để mắt đến trẻ nhỏ vì trẻ nhỏ có thể bị đuối nước chỉ trong tích tắc



Không để trẻ ở nhà một mình, luôn thu xếp người lớn trông trẻ.



Dạy trẻ những dấu hiệu cần cảnh giác, chú ý trong mùa mưa, bão, lũ lụt. Ví dụ tránh xa sông suối, ao, hồ và đặc biệt không đi vào vùng bị ngập lụt,...





PHÒNG TRÁNH

ĐUỐI NƯỚC

CHO TRẺ EM

TRẺ EM CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC



Không đi bơi khi có bão, lũ, mưa to

Không đi qua ngầm, tràn, cầu, cống hoặc các đường giao thông khi lũ tới



Khi đi tàu, thuyền, đò, xuống, bè, mảng...luôn mặc áo phao theo quy định



Nếu thấy mình có nguy cơ đuối nước:

- Ngay lập tức kêu cứu thật to
- Bình tĩnh và cố gắng ngóc đầu lên, hít một hơi dài, thả lỏng người
- Không hoảng loạn, quẫy đạp lung tung càng làm cho người bị chìm sâu xuống nước
- Bơi xuôi theo dòng nước và bơi hướng dẫn vào bờ



Nếu thấy bạn mình có nguy cơ đuối nước:

- Gọi thật to để người lớn tới giúp
- Tuyệt đối không nhảy xuống cứu bạn nếu không biết bơi hoặc bơi chưa giỏi và chưa biết cách cứu người đuối nước
- Tìm cách vớt dây, sào dài để bạn tóm lấy và kéo bạn lên bờ





KỸ NĂNG AN TOÀN KHI CÓ LŨ, NGẬP LỤT

Trước lũ, ngập lụt

Đi sơ tán (khỏi vùng bãi sông, vùng trũng thấp,...)



Thường xuyên theo dõi bản tin cảnh báo mưa, lũ, ngập lụt trên tivi, đài, báo, mạng xã hội,...



Gia cố nhà, làm gác lửng để ở tạm, cất giữ đồ đạc



Chuẩn bị vật nổi thuyền, phao, bè,...



Tạo lối thoát trên mái nhà để phòng sự cố hoặc tiếp nhận cứu trợ.



Chuẩn bị lương thực dự trữ (nước uống, mì tôm, gạo, nước mắm, ...)



Chuẩn bị thuốc men, dụng cụ y tế



Chuẩn bị trang phục thiết yếu (áo mưa, dép, chăn, ...)



Bảo vệ nguồn nước sạch (giếng, bể nước, ...)



Di chuyển xe, phương tiện (ô tô, xe máy,...) đến nơi cao ráo, an toàn.



Di chuyển gia súc, gia cầm đến nơi cao ráo, an toàn.



Tranh thủ thu hoạch sản phẩm nông nghiệp của gia đình (lúa, khoai, sắn, rau màu,...)



Lưu các số điện thoại khẩn cấp (cứu hỏa, cấp cứu,...)





PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH MÙA MƯA Lũ

Sau mưa, lũ, vô số vi sinh vật từ đất, bụi, chất thải,... hòa vào dòng nước là nguy cơ và mầm mống tạo ra dịch bệnh với con người. Do đó, người dân vùng lũ cần nâng cao ý thức phòng, trị bệnh nhằm bảo vệ sức khỏe cho bản thân và gia đình.



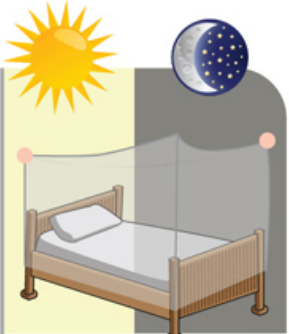
Nước rút đến đâu
làm vệ sinh đến đấy



Thau rửa bể nước,
giếng nước,
dụng cụ chứa nước



Thường xuyên rửa
tay với xà phòng



Mắc màn khi ngủ kể
cả ban ngày



Thu gom, xử lý và
chôn xác súc vật



Khám và điều trị tại
các cơ sở y tế gần nhất



Vệ sinh cá nhân
hàng ngày, rửa chân
sạch và lau khô các
kẽ ngón chân



Ăn thức ăn nấu chín
và nước đun sôi



Khử trùng nước ăn uống
và sinh hoạt theo hướng
dẫn của nhân viên y tế

NGẬP LỤT



• Khái niệm

Ngập lụt là hiện tượng mặt đất bị ngập nước do ảnh hưởng của mưa lớn, lũ, triều cường, nước biển dâng.

• Nguyên nhân

Lụt có thể xuất hiện khi nước trong sông, hồ tràn qua đê hoặc gây vỡ đê làm cho nước tràn vào các vùng đất được đê bảo vệ. Kích thước của hồ hoặc các vực nước có thể thay đổi theo mùa phụ thuộc vào giáng thủy hoặc tuyết tan, nó không có nghĩa là lũ lụt trừ khi lượng nước này tràn ra gây nguy hiểm cho các vùng đất như làng, thành phố hoặc khu định cư khác.

Lụt có thể xảy ra khi mực nước sông dâng cao do lũ lớn làm tràn ngập và phá hủy các công trình, nhà cửa dọc theo sông. Có thể giảm thiệt hại do lũ bằng cách di dời dân cư xa sông, tuy nhiên các hoạt động kinh tế, dân sinh thường gắn liền với sông. Do vậy, con người vẫn cứ định cư trong những khu vực có nhiều rủi ro bị thiệt hại do lũ, khi đó giá trị thu được do sống gần vực sông cao hơn là chi phí dự báo.



NGUYÊN TẮC PHÒNG TRÁNH NGẬP LỤT



- 01** Sơ tán người ra khỏi khu vực nguy hiểm, nơi không bảo đảm an toàn; tập trung triển khai biện pháp bảo đảm an toàn cho người, đặc biệt đối tượng dễ bị tổn thương trong tình huống thiên tai khẩn cấp;
- 02** Di chuyển tàu thuyền, phương tiện nuôi trồng thủy sản trên biển, ven biển, trên sông ra khỏi khu vực nguy hiểm; tổ chức kiểm đếm, hướng dẫn tàu thuyền neo đậu hoặc thực hiện biện pháp khác để bảo đảm an toàn;
- 03** Thực hiện biện pháp bảo đảm an toàn đối với nhà cửa, công sở, bệnh viện, trường học, kho tàng, công trình và cơ sở kinh tế, an ninh, quốc phòng;
- 04** Chủ động thực hiện biện pháp bảo vệ sản xuất;
- 05** Kiểm tra, phát hiện và xử lý sự cố công trình phòng, chống thiên tai, công trình trọng điểm về kinh tế - xã hội và an ninh, quốc phòng;



NGUYÊN TẮC PHÒNG TRÁNH NGẬP LỤT



- 06 Giám sát, hướng dẫn và chủ động thực hiện việc hạn chế hoặc cấm người, phương tiện đi vào khu vực nguy hiểm trên sông, trên biển, khu vực và tuyến đường bị ngập sâu, khu vực có nguy cơ sạt lở đất do mưa lũ hoặc dòng chảy và khu vực nguy hiểm khác;
- 07 Bảo đảm giao thông và thông tin liên lạc đáp ứng yêu cầu chỉ đạo, chỉ huy phòng, chống thiên tai;
- 08 Thực hiện hoạt động tìm kiếm cứu nạn, cứu chữa người bị thương, hỗ trợ lương thực, thuốc chữa bệnh, nước uống và nhu yếu phẩm khác tại khu vực bị chia cắt, khu vực ngập lụt nghiêm trọng và địa điểm sơ tán;
- 09 Bảo đảm an ninh, trật tự an toàn xã hội, bảo vệ tài sản của Nhà nước và nhân dân tại khu vực xảy ra thiên tai;
- 10 Huy động khẩn cấp và tuân thủ quyết định chỉ đạo, huy động khẩn cấp về nhân lực, vật tư, phương tiện, trang thiết bị, nhu yếu phẩm để kịp thời ứng phó với thiên tai.





8 LƯU Ý ĐỂ DU LỊCH AN TOÀN MÙA MƯA LŨ

THEO DÕI DIỄN BIẾN THỜI TIẾT

Tình hình thực tế thời tiết tại điểm đến



CÂN NHẮC PHƯƠNG TIỆN DI CHUYỂN

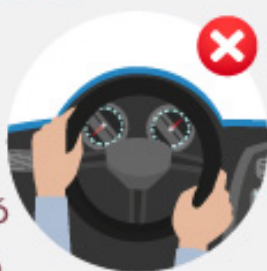
Xe máy / ô tô
tàu hỏa / máy bay



KHÔNG LÁI XE TRONG KHI MƯA BÃO

Không băng qua đập tràn, suối, đường mòn, hoặc đi trong đêm tối

Không đi tàu thuyền khi có cảnh báo biển động, gió to



CHUẨN BỊ TƯ TRANG PHÙ HỢP

Áo mưa, ô, giày dép chống trượt, thuốc cảm sốt...



TRÁNH MẶC QUẦN ÁO HAY GIÀY ẨM ƯỚT

Nhất là trang phục bó sát và rườm rà => dễ gây khó chịu, ngứa ngáy, mẩn đỏ và bị cảm



TÌM NƠI TRÚ ẨN AN TOÀN

Tránh các đỉnh núi, đồi trọc, nơi chứa nhiều kim loại, nhiều dây điện trong lúc trời mưa

Nếu thời tiết chuyển biến xấu, nên ở yên trong cơ sở lưu trú/ khu sơ tán



LỊCH TRÌNH PHÙ HỢP & PHƯƠNG ÁN DỰ PHÒNG

Mùa mưa, ưu tiên các điểm tham quan, ăn uống trong nhà (bảo tàng, khu vui chơi, trung tâm thương mại...)



TUÂN THEO CHỈ DẪN

của cơ quan chức năng/
cảnh báo của người dân địa phương



Người dân nên làm gì sau khi nước lũ rút?



Hiện tại, mưa lũ đã có dấu hiệu giảm chậm, rút bớt ở các tỉnh miền Trung. Để đảm bảo an toàn về sức khỏe, tài sản của nhân dân sau thiên tai, Ban Chỉ đạo Trung ương về Phòng chống thiên tai khuyến cáo người dân nên thực hiện các hướng dẫn sau:



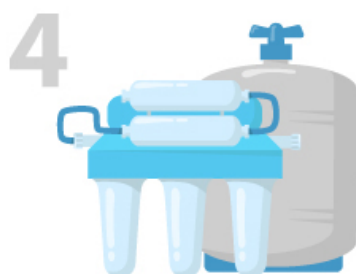
1 Ăn chín, uống chín, bảo đảm an toàn thực phẩm



2 Thường xuyên rửa tay với xà phòng



3 Thau rửa dụng cụ chứa nước



4 Khử trùng nước sử dụng cho ăn uống và sinh hoạt



5 Làm vệ sinh môi trường ngay sau khi nước rút



6 Thu gom, xử lý, chôn xác động vật bằng vôi bột



7 Phun hóa chất diệt côn trùng



8 Kịp thời phát hiện và dập tắt các dịch bệnh truyền nhiễm