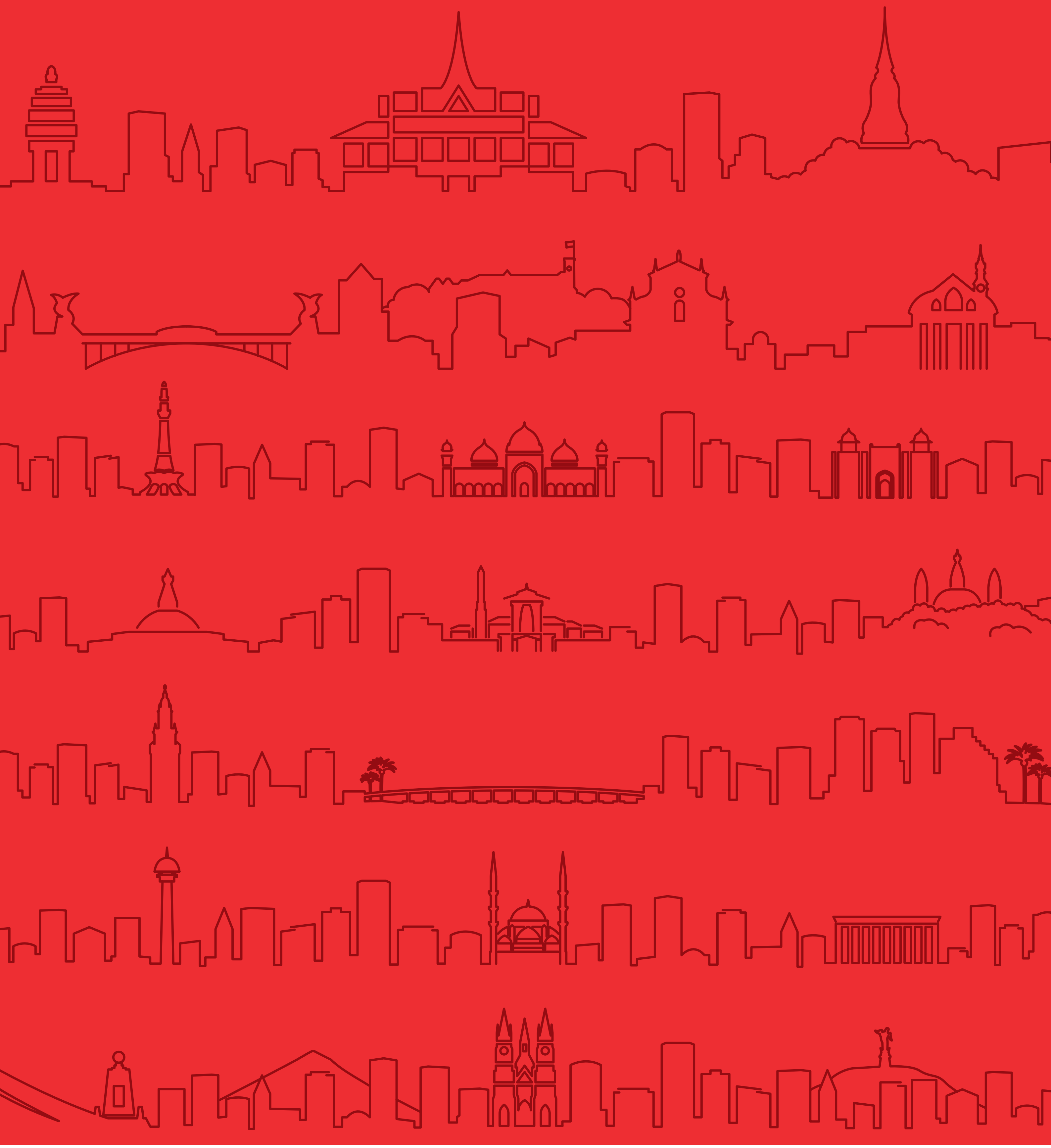


የከተማ የሙቀት ሞገድ መመሪያ <

የቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ ቅርንጫፎች

Climate-KIC

Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

eit Climate-KIC

Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

የከተማ የሙቀት ሞገድ መመሪያ

ለ ቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ

Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

የሙቀት ሞገዶች ገዳይ ከመሆናቸውም ባለፈ የሚያስከትሏቸው ተጽእኖዎች በአየር ንብረት ለውጥ የተነሳ በመላው አለም እየጨመሩ መጥተዋል። ሆኖም ይህ ማስቀረት የማይቻል ነው; ይህን የህዝብ ጤና ቀውስ መኖሪያ መንደሮቻችን፣ ወዳጆቻችን እና የቤተሰባችን አባላት ላይ ተጽእኖ እንዳይፈጥር መከላከል የሁላችንም ኃላፊነት ነው።

በየአመቱ ከልክ ያለፉ የሙቀት መጠኖች በማስከተል ምክንያት የጨቅላ ህጻናትን፣ አረጋውያንን እና ስር የሰደዱ የጤና ችግሮች ያሉባቸው ሰዎችን ህይወት ይቀጥፋሉ። ስለዚህ በዝምታ እየታለፈ ያለ አስቸኳይ ሁኔታ ላይ ተቀባይነት የሌለው ነገር ቢኖር ይህ ቀላል የሆኑ፣ ዝቅተኛ ወጪ የሚጠይቁ እርምጃዎች - ለምሳሌ መደበኛ ዜጎች ተጋላጭ የሆኑ አጎራባች መንደሮች ላይ ክትትል ማድረግ - በእጅግ አስቸጋሪ ሙቀት መከሰት ወቅት የሰዎችን ህይወት መታደግ ያስችላል።

እስከ 5 ቢሊዮን የሚደርሱ የአለማችን ህዝቦች
የሙቀት ሞገዶች ከመከሰታቸው አስቀድሞ እንደሚከሰቱ መተንበይ
በሚችሉባቸው ቦታዎች የሚኖሩ ሲሆን ይህም ማለት የሰዎችን
ህይወት ለመታደግ ቀድመን እርምጃ መውሰድ የምንችልበት ጊዜ አለን ማለት ነው። በከተሞች አካባቢ
የሚኖሩ ነዋሪዎች
እነዚህ ቦታዎች በዙሪያቸው ከሚገኙ የገጠር አካባቢዎች ይልቅ
የበለጠ ሞቃት በመሆናቸው ምክንያት የሙቀት ሞገድ በሚከሰትበት ወቅት በእጅጉ ከሚሙቱት መካከል
ናቸው።

በአሁኑ ወቅት ከግማሽ በላይ የሚሆኑት ህዝቦች በከተሞች አካባቢዎች የሚኖሩ ሲሆን ይህም አሀዝ በ2050 ዓ.ም በሁለት ሶስተኛ እንደሚጨምር ተተንብዩዋል። የቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ ሰራተኞች እና በጎ ፍቃደኞች በዕለት ከእለት በከተሞች አካባቢዎች በሚሰሯቸው ስራዎች ላይ የሚፈጠሩ ስጋቶችን ለመቀነስ የሚወስዷቸውን እርምጃዎች ማቀናጀታቸው ወሳኝ ነው።

ይህ መመሪያ የተዘጋጀው በቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ ቅርንጫፎች ስር የሚሰሩ ሰራተኞች እና በጎ ፍቃደኞች ስለሚያጋጥሟቸው የሚቀት ስጋቶች እንዲረዱ፣ ለሙቀት እርምጃ/ድርጊት ለማዘጋጀት ከአጋሮች ጋር በትብብር እንዲሰሩ፣ እና ቀላል፣ ዝቅተኛ ወጪ የሚጠይቁ፣ ህይወት አድን ተግባሮችን ከመደበኛ የቅርንጫፍ ስራዎች ጋር እንዲያቀናጁ ለመርዳት ታስቦ ነው። መመሪያው እራሱን ችሎ ወይም ከ ከተሞች የሙቀት ሞገድ መመሪያ ጎን ለጎን ሊያገለግል የሚችል ሲሆን ይህም ለከተማ ሰራተኞች የሙቀት ስጋቶችን እንዲረዱ፣ የቅድመ ማስጠንቀቂያ ስርአት እንዲያዘጋጁ እና የከተማ እቅድ ዝግጅት አሰራሮችን ስራ ላይ እንዲያውሉ ያግዛቸዋል።

የቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ ሰራተኞች እና በጎ ፍቃደኞች ለዚህ የመለስተኛ ከተሞችና ከተሞች የህዝብ የጤና አስቸኳይ ሁኔታ ከፊት የሚሰለፉ እንደመሆናቸው በሙቀት ምክንያት የሚከሰቱ አላስፈላጊ ሞቶችን በመከላከለል ረገድ የመሪነት ሚና መጫወታቸው ወሳኝ ነው።

ፍራንቼስኮ ሮካ/Francesco Rocca
የIFRC ፕሬዝዳንት

ማውጫዎች

መቅድም 5

መግቢያ 8

ይህ መመሪያ ለምን አስፈለገ? 8

ይህ መመሪያ እንዴት ጥቅም ላይ መዋል እንዳለበት 9

1. የሙቀት ሞገዶችን መረዳት 12

1.1 የሙቀት ሞገድ ምንድን ነው? 12

1.2 ለእጅግ አስቸጋሪ ሙቀት ተጋላጭ የሚሆነው ማን ነው? 14

1.3 ከፍተኛ ሙቀት የሚያጋጥመው የት ነው? 16

1.4 እጅግ አስቸጋሪ ሙቀትን እንዴት መከላከል እንደሚቻል 17

2. ለሙቀት ሞገድ መዘጋጀት 18

2.1 ከተማችሁን እንዴት ማሳተፍ እንዳለባችሁ 18

2.2 ከባለድርሻ አካላት ጋር መተባበር 19

2.3 በሙቀት ላይ ለሚወሰድ እርምጃ የገንዘብ ድጋፍ ማድረግ 19

2.4 በሙቀት ላይ ለሚወሰድ እርምጃ መዘጋጀት 19

3. በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት 20

3.1 ለህዝብ የሚተላለፍ መልዕክት 20

3.2 የቤተሰብ ጉብኝቶች 21

3.3 የትምህርት ቤት ጉብኝቶች 22

3.4 የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎች 23

3.5 ቀዝቃዛ ቦታዎች 24

3.6 የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ 25

3.7 የባህር ዳርቻና የውሀ ደህንነት 26

3.8 የስራ ቦታና የሰራተኞች ደህንነት 27

3.9 የበጎ ፍቃደኛ ደህንነት 28

4. ከሙቀት ሞገድ መከሰት በኋላ ክምችትን እና የተገኙ ትምህርቶችን መጠቀም 30

5. ለቀጣይ የሙቀት ሞገድ መዘጋጀት 31

የተግባር ቅጾች 32

የተግባር ቅጽ 1፡ የሙቀት ሞገድ ወና ሀሳብ 33
የተግባር ቅጽ 2፡ ባለድርሻ አካላቶችን በቅደም ተከተል ማስቀመጥ 34
የተግባር ቅጽ 3፡ የቤተሰብ ጉብኝቶችን ማቀድ 35
የተግባር ቅጽ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች እቅድ ማዘጋጀት 36
የተግባር ቅጽ 5፡ የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይቶ ማወቅ 37
የተግባር ቅጽ 6፡ ቀዝቃዛ ቦታዎች 38
የተግባር ቅጽ 7፡ ድህረ-ሙቀት ሞገድ ግምገማ 39

የድርጊት ካርዶች 40

የድርጊት ካርድ 1፡ የሚዲያ ምክክር 41
የድርጊት ካርድ 2፡ ሚዲያ ማስታወሻ መውሰድ 42
የድርጊት ካርድ 3፡ የቤተሰብ ጉብኝቶች 43
የድርጊት ካርድ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች 44
የድርጊት ካርድ 5፡ ይምህርት ቤት ጉብኝቶች ብሮሸር 45
የድርጊት ካርድ 6፡ የሙቀት ጫናን መገንዘብ 46
የድርጊት ካርድ 7፡ ሙቀትን ለማስወጣት/ለማስተንፈስ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ መስስት 47
የድርጊት ካርድ 8፡ ለልብ ምት ማቆም የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ መስጠት 48
የድርጊት ካርድ 9፡ የንግድ ስራ ባለቤቶችን ማነጋገር 49
የድርጊት ካርድ 10፡ በከፍተኛ ሙቀት ወቅት የሰራተኞች ደህንነት 50
የድርጊት ካርድ 11፡ የበጎ ፍቃደኛ ደህንነት 51

የኩነት ጥናቶች 52

የኩነት ጥናት 1፡ የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር 53
የኩነት ጥናት 2፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር 54
የኩነት ጥናት 3፡ የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ማህበር 55
የኩነት ጥናት 4፡ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል 56
የኩነት ጥናት 5፡ የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር 57
የኩነት ጥናት 6፡ የአርጀንቲና ቀይ መስቀል 58
የኩነት ጥናት 7፡ የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል 59
የኩነት ጥናት 8፡ የስፔን ቀይ መስቀል 60
የኩነት ጥናት 9፡ የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል 61
የኩነት ጥናት 10፡ የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር 62
የኩነት ጥናት 11፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር 63
የኩነት ጥናት 12፡ የስፔን ቀይ መስቀል 64

ሳጥኖች፥

ሳጥን 1፡ የሙቀት ሞገድ ፍኖተ ካርታ 10
ሳጥን 2፡ ተጋላጭ የሆኑ የህብረተሰብ አባላትን ለይቶ ማወቅ 14
ሳጥን 3፡ በጎ ፍቃደኞችን ማነሳሳትና ይዞ መቀጠል[5] 29

መግቢያ

ይህ መመሪያ ለምን አስፈለገ?

የሙቀት ሞገዶች እያደገ በመጣ መልኩ የጋራ የሆኑ ገዳይ አደጋዎች ሲሆኑ የሰው ልጅን ጤናና ደህንነትን በእጅጉ ይጎዳሉ። በሙቀት ሞገዶች መመታቶች በሚያጋጥሙበት ወቅት እጅግ ተጋላጭ የሚሆኑት በከፍተኛ ደረጃ የተጠቁ ቦታዎች ናቸው። ባለፉት አስርት አመታት ውስጥ በ2019 ዓ.ም በኔዘርለንድስ ያገጠትን ከ400 በላይ ህልፈቶች፣ በ2015 ዓ.ም በህንድ ያጋጠሙትን ከ1,500 በላይ ህልፈቶች፣ በ2003 ዓ.ም በፈረንሳይ ፓሪስ ያጋጠሙትን 4,870 ህልፈቶች እና በ2010 ዓ.ም በሩሲያ ያጋጠሙትን ከ10,000 በላይ ህልፈቶች ጨምሮ በቁጥር እጅግ ለበዙ የህይወት ህልፈቶች ምክንያቶቹ የሙቀት ሞገዶች ናቸው። በሙቀት ሞገዶች ምክንያት የሚፈጠሩ ሞቶችን መቁጠሪያ ምንም የአሰራር ዘዴ የሌለ በመሆኑ ምክንያት ይህ በአብዛኛው ዝቅተኛ ግምት ሊሆን ይችላል። ስለሆነም ለቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የሙቀት ሞገዶች ስለሚጋርጧቸው አደጋዎች ማወቅ፣ ስለ የተወሰኑ ቡድኖች ተጋላጭነት መረዳት እና የሰዎች ህይወትን ለመታደግ የተግባር እርምጃ መውሰድ አስፈላጊ ነው። የምትኖሩት ባለፉት ጊዜያት ውስጥ ሙቀት እነደ ችግር በማይነሳበት የአመቱ አብዛኛውን ጊዜ ማቃታማ በሆነ አገር ውስጥ ቢሆንም እንኳ በአሁኑ ወቅት በአየር ንብረት ለውጥ የተነሳ የሙቀት መጠን እየጨመረ በመሆኑ ምክንያት እንደ ችግር መነሳቱ አይቀርም። የሙቀት ሞገድ በሚያጋጥምበት ወቅት ፈጣን፣ ወቅቱን የጠበቀ የተመጠነ እርምጃ የሚወሰድ ከሆነ በእጅግ አስቸጋሪ ሙቀት ምክንያት የሚያጋጥሙ ሞቶችን በከፍተኛ ደረጃ መቀነስ ይቻላል። እርምጃዎቹ በተጨማሪም ቀላል፣ ዝቅተኛ ወጪ የሚጠይቁ እና ለቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ በተሰጠው ኃላፊነት ልክ የተመጠኑ ሊሆኑ ይችላሉ።

ይህ መመሪያ በጠቅላላው በ ለከተሞች የተዘጋጀ የሙቀት ሞገድ መመሪያ[1] ላይ ተመስርቶ የተዘጋጀ ቢሆንም በመለስተኛ ከተሞችና ከተሞች ለሙቀት ሞገዶች በሚደረግ ዝግጅትና ምላሽ አሰጣጥ ረገድ በቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ቅርንጫፎች መሪት ሊወሰዱ ከሚችሉ የተግባር እርምጃዎች ጋር ተያያዥነት ያለው ነው። የእነዚህ እርምጃዎች ሀሳቦች አዲስ ሊሆኑ ቢችሉም እንኳ አብዛኞቹ የሚመከሩ እርምጃዎች በቀላሉ አሁን ካሉት የቅርንጫፎች ስራዎች ጋር መቀናጀት ይችላሉ።

ምንም እንኳን የሙቀት ሞገዶች በገጠርም ይሁን ከተሞች ላይ ተጽእኖ የሚፈጥሩ ቢሆንም ይህ መመሪያ በከተሞች ከሚወሰዱ እርምጃዎች ጋር ተያያዥ ነው። የመለስተኛ ከተሞችና ከተሞች የሙቀት መጠን ሙቀት አጠራቅመው ቀስ በቀስ የሚለቁ እንደ ተጠጋግተው የተሰሩ ህንጻዎች፣ መንገዶች እና የእግረኛ መንገዶች የመሳሰሉ ብዙ ቦታዎች መኖር የተነሳ በዙሪያቸው ከሚገኙ የገጠር መንደሮች ይልቅ ሞቃታማ ነው። ይህ ተጽእኖ መለስተኛ ከተሞችና ከከተሞች ለረጅም ጊዜ ሞቃት እንዲሆኑ ያደርጋል። በገጠር አካባቢ የሚገኝ ቅርንጫፍ አንዳንዶቹ እነዚህ እርምጃዎች ላይ ለአካባቢው በተሻለ ሁኔታ በሚስማማ መልኩ ማሻሻያ ማድረግን ሊመርጥ ይችላል።

1 Singh, R., Arrighi, J., Jjemba, E., Strachan, K., Spires, M., Kadihasanoglu, A., *ለከተሞች የሙቀት ሞገድ መመሪያ።* 2019. የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የአየር ንብረት ለውጥ ማዕከል

ይህን መመሪያ ያዘጋጀነው ከብሔራዊ ማህበራት እና IFRC ዋና ዋና ሰራተኞች ጋር ሰፊ ምክክር በማድረግ እንደ ቡድን ሆነን ነው። መመሪያው ለሙቀት ሞገዶች ዝግጅት የማድረግና ምላሽ አሰጣጥ እርምጃ በመውሰድ ረገድ ለብሔራዊ ማህበር ሰራተኞችና በጎ ፍቃደኞች ጠቃሚ የመረጃ ምንጭ ሆኖ እንደሚያገለግል እናምናለን። በዚህ መመሪያ ላይ የሚሰጡንን ግብረ መልስ እና አስተያየቶች፣ ወይም ምክረ ሀሳቦቹ እንዴት እየተተገበሩ እንደሚገኙ የተመለከቱ መረጃዎችን በአክብሮት እንቀበላለን። እባክዎ ያለ ምንም ስጋት እነዚህን በኢሜይል በ cities@climatecentre.org ያካፍሉን።

መመሪያው እንዴት ጥቅም ላይ እንደሚውል

ይህ መመሪያ የተዘጋጀው ቀላል ፍኖተ ካርታን ተከትሎ– በቀላሉ ለማግኘት/ለመረዳት በሚያስችል መልኩ ነው። የመመሪያው ዋና ዋና ክፍሎች ስለ ሙቀት ሞገዶች፣ ከፍተኛ ስጋት ያለባቸው ቦታዎችና ተጋላጭ ቡድኖች የተመለከተ መሰረታዊ መረጃ የሚሰጠው ስለ የሙቀት ሞገዶች መረዳት፤ ከከተማ ባለድርሻ አካላት ጋር በሚመሰረት አጋርነት ላይ ትኩረት የሚያደርገው ለሙቀት ሞገድ መዘጋጀት፤ በተለያዩ ተጋላጭ ቡድኖች ላይ በሙቀት ምክንያት የሚፈጠሩ ተጽእኖዎች ስጋትን ለመቀነስ የሚረዱ እርምጃዎችን የሚዘረዝረው በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት፤ እና ከእርምጃ በኋላ የሚካሄድ ምርመራ መመሪያ የሚሰጠው ክምችት እና የተገኙ ትምህርቶችን መጠቀም እንዲሁም የመመሪያው የመጨረሻ ክፍል የሆነው ትምህርቱን ከ ለቀጣይ የሚቀት ሞገድ መዘጋጀት ጋር የሚያቀናጀው ክፍሎች ናቸው።

በእያንዳንዱ ክፍል ስር ለየራሳችሁ የእቅድ ዝግጅት ሂደት ድጋፍ በማድረግ ሊያግዙ የሚችሉ የተግባር ቅጾች፣ የድርጊት ካርዶች እና የኩነት ጥናቶች ተካተዋል። እነዚህ የተለያዩ የመረጃ ምንጮች ከዚህ በታች በተገለጹት ምልክቶች አማካኝነት ተመልክተዋል፡

የኩነት ጥናት | **የተግባር ቅጽ** | **የድርጊት ካርድ**

እስኪ ስለምታስቡት ነገር ንገሩን!

አብዛኛውን ጊዜ በአለማችን ላይ የተወሰነ ነገር እናስቀምጥ እና ይህ ስለ መጥቀም አለመጥቀሙም ሆነ እንዴት ልናሻሽለው እንደምንችል በፍጹም አናውቅም።

እባክዎ በዚህ መመሪያ ከታች የተመለከተውን ሊንክ ተጠቅመው ላይ ግብረ መልስዎን ለእኛ ለመስጠት 3 ደቂቃዎች ያክል ጊዜዎን ይውሰዱ፡ bit.ly/HWguideform

ይህን ግብረ መለስ ወደፊት በሚወጡ የዚህ መመሪያ እትሞች ላይ ማሻሻያዎችን የማድረግ እና በሙቀት ሞገዶች ላይ ለምትሰሩት ስራችሁ ድጋፍ የሚያደርጉ ተጨማሪ የመረጃ ምንጮችን የማዘጋጀት እቅድ አለን።

ሳጥን 1፡ የሙቀት ሞገድ ፍኖተ ካርታ

የሙቀት ሞገድ ዝግጁነት ፍኖተ ካርታ

ለቀጣይ የሙቀት ሞገድ
መዘጋጀት

ክምችትን መጠቀም

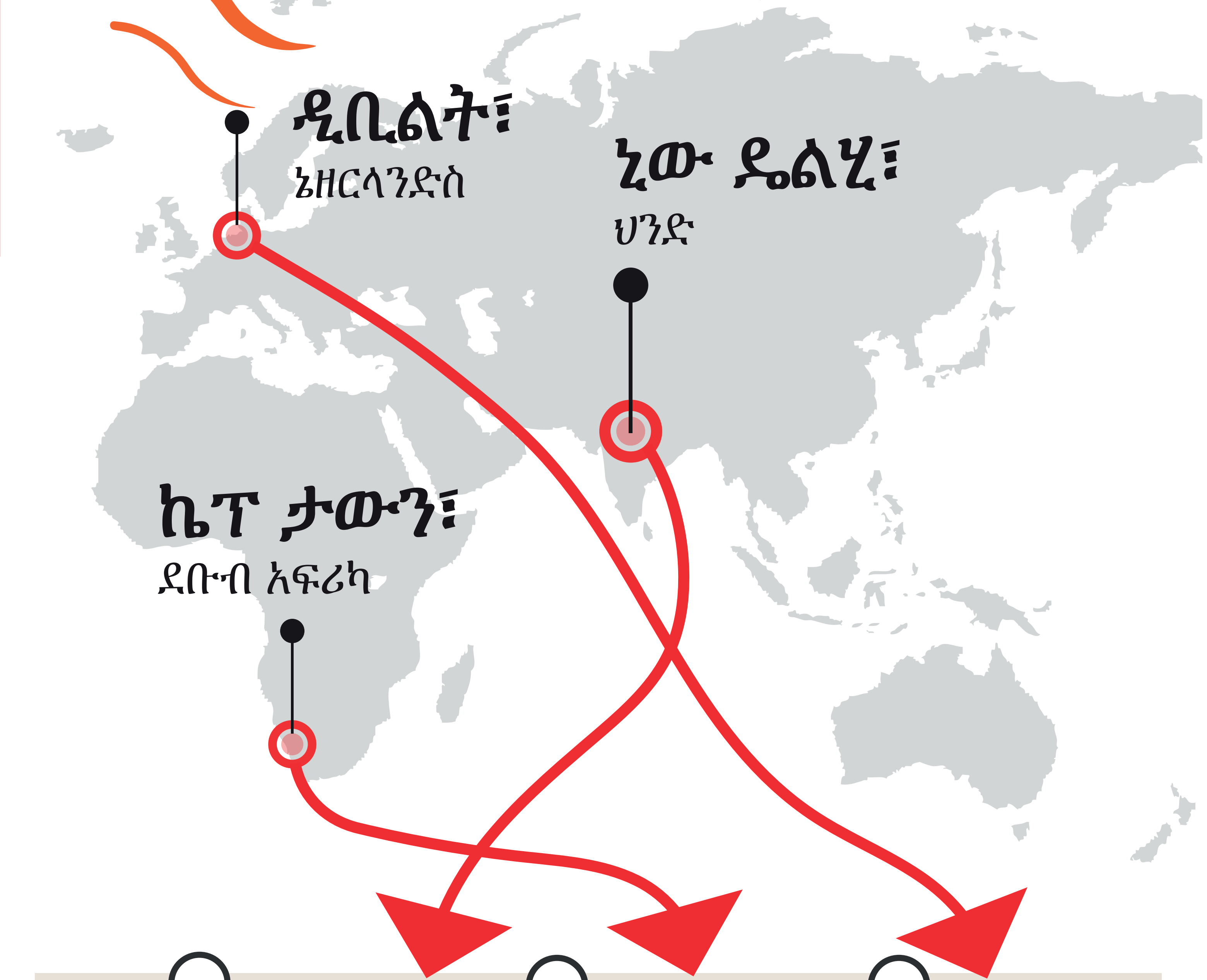
1. ስለ ሙቀት ሞገዶች መረዳት

1.1 የሙቀት ሞገድ ምንድን ነው?

ከፍተኛ የሙቀት መጠን ለሰው ልጅ ጤናም ሆነ ደህንነት ስጋት ከመሆኑም በተጨማሪ ስጋቱ በአየር ንብረት ለውጥ የተነሳ እያደገ መጥቷል። በጣም ብዙ ጥናቶች የአየር ንብረት ለውጥ ካለፉት ጊዜያት በበለጠ ሞቃት፣ ተደጋጋሚና ለረጅም ጊዜ የሚቆዩ የሙቀት ሞገዶችን እያስከተለ እንደሆነ ያመለክታሉ። ይህ አካሄድ እንደሚቀጥልና ወደፊት እየከፋ እንደሚሄድ ይጠበቃል። ከእጅግ ከፍተኛ የሙቀት መጠኖች መካከል አንዱ አይነት “የሙቀት ሞገድ” ተብሎ ይጠራል። የሙቀት ሞገድ በአብዛኛው ባልተለመዱ እጅግ ከፍተኛ የሙቀት መጠኖች፣ ወይም ለጤና አደገኛ ሊሆኑ የሚችሉ ከፍተኛ እርጥበትን በቀላቀሉ ከፍተኛ የሙቀት መጠኖች ምክንያት የሚፈጠር ገዳይ አደጋ ነው። የሙቀት ሞገዶች በተለምዶ የሚታወቅ ጅምር እና መጨረሻ አላቸው፣ ለተወሰኑ ቀናት የሚቆዩ እና በሰው እንቅስቃሴዎች እና በጤና ላይ ተፅእኖ አላቸው። የተለያዩ የሙቀት መጠኖች ብዙውን ጊዜ በተለያዩ የዓለም ክፍሎች ውስጥ የተለያዩ ተጽዕኖዎች ስላሉት ለሙቀት ሞገድ አንድ፣ ሁለንተናዊ ፍቺ የለውም። ለምሳሌ፡ በለንደን ዩናይትድ ኪንግደም 28°C ከፍተኛ የሙቀት መጠን የሙቀት ሞገድ ተደርጎ የሚቆጠር ሲሆን በህንድ ዝቅተኛ ቦታዎች ደግሞ የሙቀት ሞገድ ተደርጎ የሚወሰደው ከ40°C በላይ ከፍተኛ የሙቀ፡ት መጠን ነው። የሰው ልጅ አካል ያለ ቀዝቃዛ ምሽቶች ከቀኑ ከፍተኛ የሙቀት መጠን ለማገገም የሚከብደው በመሆኑ ምክንያት ከፍተኛ የምሽት የሙቀት መጠኖች የሙቀት ሞገድን ለመወሰን ወሳኝ ምክንያቶች ሊሆኑ ይችላሉ። ከፍተኛ እርጥበትም የሰው ልጅ ሰውነት እራሱን ከሚያቀዘቅዝባቸው ዋና ዋና ዘዴዎች መካከል አንዱ የሆነውን ሙቀትን ከቆዳ ላይ በላብ መልኩ ማስወጣትን ከባድ ያደርገዋል። ስለሆነም የሙቀት መጠን እና እርጥበት የሚቀት ስጋትን ታሳቢ በምናደርግበት ወቅት አስፈላጊ ናቸው።

eit Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

የሙቀት ሞገድ ፍቺዎችን ማወዳደር



የሙቀት ሞገድ ፍቺ	እለታዊ ከፍተኛ የሙቀት መጠናቸው ከ40°C የላይ በሆኑ ቢያንስ ሁለት ተከታታይ ቀናት	እለታዊ ከፍተኛ የሙቀት መጠናቸው ከ30°C የላይ በሆኑ ቢያንስ ሶስት ተከታታይ ቀናት	እለታዊ ከፍተኛ የሙቀት መጠናቸው ከ25°C የላይ በሆኑ ቢያንስ አምስት ተከታታይ ቀናት
የሙቀት ወቅት	ኤፕሪል – ጁን	ዲሴምበር – ፌብሩዋሪ	ጁን – ኦገስት
ወሰዱ የሚችሉ እርምጃዎች	የግል የማቀዝቀዣ ዘዴዎች ጥቅም ላይ ይውላሉ፤ ለምሳሌ፡ በርጥብ አንሶላ ተጠቅልሎ መተኛት	የጸሀይ ብርሀንን አንጸባርቀው በመመለስ በህንጻች ውስጥ የሙቀት መጠንን እንዲቀንሱ ጣሪያዎችን ነጭ ቀለም ይቀባሉ	ሰዎች ለህዝብ አየር ማግኛ ቦታወ በመሄድ አየር እየወሰዱ ሙቀqትን እንዲከላከሉ በከተማው ውስጥ በሙሉ የማቀዝቀዣ አገልግሎት መሰጫዎች ይከፈታሉ

1.2 ለእጅግ አስቸጋሪ ሙቀት ተጋላጭ የሚሆነው ማን ነው?

ማንኛውም ሰው በእጅግ ከፍተኛ ሙቀት ምክንያት አሉታዊ የጤና ተጽእኖዎች ወይም ሞትም ጭምር ሊያጋጥመው እንደሚችል ማወቅ አስፈላጊ ነው። ሆኖም በእድሜ የገፉ አዋቂ ሰዎችን፣ ወጣት ህጻናትን፣ ነፍሰ ጡር እና የሚያጠቡ ሴቶችን፣ ቀደም ሲል የነበሩ የጤና ችግሮች ያሉባቸው ሰዎችን፣ ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው የህብረተሰብ ክፍሎችን፣ ከቤት ውጭ የሚሰሩ ወይም በከፍተኛ ደረጃ አየር አጠር በሆኑ እንደ መደበኛ ያልሆኑ የሰፈራ መንደሮችና የጋራ መኖሪያ ቤት ባሉ ቦታዎች በቤት ውስጥ የምግብ ማብሰል ስራ የሚሰሩ ሰዎችን፣ እና መኖሪያ ቤት አልባ ሰዎችን ጨምሮ የተወሰኑ በልዩ ሁኔታ ለከፍተኛ ስጋት የሚጋለጡ የህብረተሰብ ቡድኖች አሉ። በእነዚህ የህብረተሰብ ቡድኖች ስር ያሉ ሰዎች ለበለጠ ሙቀት ተጋላጭ ሊሆኑ እና/ወይም ሰውነታቸው ሙቀትን ለመቆጣጠር ሊከብደው ይችላል።

ሳጥን 2፡ ተጋላጭ የሆኑ የህብረተሰብ አባላትን ለይቶ ማወቅ

ተጋላጭ የህብረተሰብ አባላት	የስጋት ምክንያቶች/መንስኤዎች
በእድሜ የገፉ አዋቂ ሰዎች (ለምሳሌ በእድሜ ከ65 አመት በላይ የሆኑ)	ከፍተኛ ሙቀተትን የመቋቋም አቅማቸው አነስተኛ ነው፣ ማህበራዊ መገለል ሊደርስባቸው ይችላል እንዲሁም ከፍተኛ ሙቀት ስጋት እንደሆነ ላጥገነዘቡ ይችላሉ። በእድሜ የገፉ አዋቂ ሰዎች በተጨማሪም በከፍተኛ የሙቀት መጠኖችም የውሀ ጥም ላይሰማቸው ስለሚችል ይህም የበለጠ ለሰውነት ፈሳሽ ማነስ ተጋላጭ ያደርጋቸዋል። በእድሜ የገፉ አዋቂ ሰዎች በተጨማሪም ሰውነታቸውን ሙቀትን ለመቋቋም እንዲከብደው የሚያደርግ መድሀኒት ሊወስዱ ይችላሉ።
ስር የሰደዱ የጤና ችግሮች ያሉባቸው ግለሰቦች	እነዚህ ችግሮች የልብ ድካምን፣ የሳንባና ኩላሊት ችግሮችን፣ የስኳር በሽታን እና የአእምሮ ህመምን ያጠቃልላሉ። በተጨማሪም ብዙ መድሀኒቶች የከፍተኛ ሙቀት ተጽእኖን ሊያባብሱ ይችላሉ።
እድሜያቸው ከአምስት አመት በታች የሆኑ ህጻናት	ከፍተኛ የሙቀት መጠን ለሚፈጥራቸው ተጽእኖዎች ተጠቂ በመሆናቸው ምክንያት ቅዝቃዜና ፈሳሽ ለማግኘት በሌሎች ሰዎች ላይ ጥገኛ ናቸው።
ሴቶችና ልጃገረዶች	እንደየአካባቢው የባህል ልማዶች ላይ ተመስርቶ ሴቶችና ልጃገረዶች ለተለያዩ ሚዲያዎች ተደራሽነታቸው ውሱን ሊሆን የሚችል በመሆኑ ይህም ከሙቀት ሞገድ ማስጠንቀቂያዎች ጋር የሚኖራቸውን ግንኙነት ይገድባል። ሴቶችና ልጃገረዶች የሚተኙት አየር በማያናፍሱ ክፍሎች ውስጥ ሊሆን ወይም ቅዝቃዜ ለማገኘት የሚረዳቸው የግል መታጠቢያ ቦታ በተለይም የወር አበባ በሚያዩበት ወቅት ላይኖራቸው ይችላል።
ነፍሰ ጡር እና የሚያጠቡ ሴቶች	ነፍሰጡር ሴቶች የሙቀት ሞገድ ከሚከሰትበት ጊዜ ቀጥሎ ባለው ሳምንት ውስጥ ከመውለጃ ጊዜያቸው አስቀድመው የሚወልዱበት እድል ከፍተኛ ነው። ይህ ስጋት በተከታታይ እጅግ ከፍተኛ የሙቀት መጠን በሚያጋጥምባቸው ቀናት ይጨምራል። የሚያጠቡ ሴቶች ማጥባት የሰውነት ፈሳሽ ማስወጣት በመሆኑ ምክንያት የበለጠ የመጠጥ ውሀ ያስፈልጋቸዋል።
ከቤት ውጭ የሚሰሩ ሰራተኞች (ትራፊክ ፖሊስን፣ የጥበቃ ሰራተኞችን፣ የጎዳና ላይ ነጋዴዎችን፣ የግንባታ ሰራተኞችን፣ ወዘተ ጨምሮ)	በአብዛኛው አስቸጋሪ የጉልበት ስራ የሚሰሩ ከመሆኑም ጎን ለጎን ለጸሀይ ብርሀን እንዲሁም ሙቀትና የአየር ብክለት ቀጥተኛ ተጋላጭ ናቸው። እነዚህ ሰራተኞች በከፍተኛ ደረጃ የሰውነት ፈሳሽ ማነስ ሊያጋጥማቸው እና ከሙቀት ጋር ተያያዥ ህመሞች ሊታመሙ ይችላሉ። እነዚህ ሰራተኞች የሚሰሯቸውን ስራዎች መጠን መቀነስ ሊኖርባቸው ስለሚችል ይህም የቤተሰባቸውን ገቢ ይቀንሰዋል።
አትሌቶች	በአብዛኛው ከቤት ውጭ በከባድ የአካል እንቅስቃሴ ተግባሮች ላይ የሚሳተፉ በመሆኑ ምክንያት ይህም የሰውነት የሙቀት መጠናቸው በፍጥነት እንዲጨምር እና ውሀ ከሰውነታቸው በላብ መልኩ እንዲወጣ ሊያደርጋቸው ይችላል።
የተገለሉ ወይም ለብቻቸው የሚኖሩ ሰዎች	በአስተማማኝ ሁኔታ የማስጠንቀቂያ መረጃ ላያገኙ ወይም በአፋጣኝ እርዳታ ማግኘት ላይችሉ ይችላሉ።
አካል ጉዳተኛ ግለሰቦች	ለቀዝቃዛ ቦታዎች ተደራሽነታቸው ውሱን ሊሆን እና በአፋጣኝ እርዳታ ማግኘት ላይችሉ ይችላሉ።
ከፍተኛ ክብደት ያላቸው ወይም የውፍረት በሽታ ያለባቸው ግለሰቦች	በከፍተኛ የሙቀት መጠን የበለጠ ተጠቂ ሊሆኑ እና ሰውነታቸው ሙቀትን መቆጣጠር ሊከብደው ይችላል።

ተጋላጭ የህብረተሰብ አባላት	የስጋት ምክንያቶች/መንስኤዎች
ዝቅተኛ የማህበራዊ-ኢኮኖሚ ደረጃ ያላቸው ግለሰቦች	የሙቀት ሞገዶችን እና/ወይም የመቀዝቀዣ ማዕከላትን እንዲሁም ጥቂት የድጋፍ ምንጮችን ለተመለከቱ መረጃዎች ተደራሽታቸው ውሱን ሊሆን ይችላል። ለቤተሰብ አባላቶቻቸው እንክብካቤ የሚያደርጉበት የስራ እረፍት ጊዜ ላይኖራቸው ይችላል። እነዚህ ሰዎች የመቀዝቀዣ ቦታዎችን ለማግኘት ረጅም ርቀት መጓዝ ሊኖርባቸው እና በተወሰኑ አጎራባቸው መንደሮች ጥሩ አቀባበል ላያገኙ ይችላሉ። በአንዳንድ ቦታዎች በተጨማሪም ንጹህ የመጠጥ ውሀ ተደራሽነት ውሱን ሊሆን ይችላል።
ተፈናቃዮችና ስደተኞች	ስለ ሙቀት አሉታዊ ጉዳቶች እና የጤና ስጋቶች በተመለከተ ወቅታዊ መረጃ ላይኖራቸው ወይም ከመኖሪያ ቦታቸው የተለዩ የሙቀት ሁኔታዎች ሊያጋጥሟቸው ይችላሉ። ለተፈናቃዮችና ስደተኞች ያሉት አሉታዊ የሀግ ወይም የባህል አሰራሮችም የስደተኞቹን የአስቸኳይ ጊዜ አገልግሎቶችን የማነጋገር ቸልተኝነት ሊጨምሩት ይችላሉ።
እጅግ ተጠጋግተው በተገነቡ ቦታዎች የሚኖሩ ሰዎች	እጅግ ተጠጋግተው በተገነቡ የከተማ ቦታዎች – ለምሳሌ ንጽህናቸው የተጓደለ መንደሮች፣ ኢ-መደበኛ ሰፈራዎች፣ ተንቀሳቃሽ-የመኖሪያ ቤት ፓርኮች እና ሰሚይ ጠቀስ ህንጻዎች – በጣም ብዙ ቁጥር ያላቸው ቤተሰቦች ትንሽ ቦታዎችን ተጋርተው ይኖራሉ። እጅግ ተጠጋግተው በተገነቡ ቦታዎች የከተማ የሙቀት መጠን ተጽእኖን ሊያጎሉት ይችላሉ።
መኖሪያ ቤት አልባ ሰዎች	ወቅታቸውን የጠበቁ የቅድመ ማስጠንቀቂያ መልዕክቶች ላይደርሷቸው፣ ስለ ማቀዝቀዣ ማዕከላት ላያውቁ እና ለሌሎች የማቀዝቀዣ እርምጃዎች (ምሳ፡ ቀዝቀዛ ሻወሮች ወይም መታጠቢያ ቤቶች) ተደራሽነታቸው ውሱን ሊሆን ይችላል። በመድልዎና መገለል የተነሳ በማቀዝቀዣ ማዕከላት ጥሩ አቀባበል ላይደረግላቸው ይችላል።
ዝቅተኛ የእውቀት ደረጃ ያላቸው እና የአፍ መፍቻ ቋንቋ ተናጋሪ ያልሆኑ ሰዎች	ስለ ሙቀት አሉታዊ ጉዳቶችና የጤና ስጋቶችን የተመለከተ ወቅታዊ መረጃ ማንበብ አይችሉም። የአፍ መፍቻ ቋንቋ ተናጋሪ ያልሆኑ ሰዎች በቲቪ እና ሬዲዮ የሚተላለፉ አሉታዊ ጉዳቶችን የተመለከቱ ስርጭቶችን መረዳት ላይችሉ ይችላሉ።
ቱሪስቶች/ጎብኚዎች	አሉታዊ ጉዳቶቹን በሚሄዱባቸው አካባቢዎች ቋንቋዎች ላይረዱ ይችላሉ። የአስቸኳይ ጊዜ አስተዳደር ስርአቶችን ጨምሮ የማቀዝቀዣ ማዕከላትን፣ አረንጓዴ ቦታዎች ወይም ሌሎች አገልግሎት መስጫዎችን እንዴት እንደሚያገኙ ላያውቁ ይችላሉ። በተጨማሪ ቀዝቃዛ አየር ንብረት ካለበት ቦታ የሚመጡ ሊሆኑና የመጡበትን ቦታ ሙቀት ላይላመዱ ይችላሉ።
የዝግጅት ተጓዦች	ዝግጅቶቹ ከቤት ውጭ ሊሆኑ፣ ለጸሀይ ሙቀት ሊጋለጡ ወይም ሰዎች ተገቢ አየር፣ ውሀ ወይም ማቀዝቀዣ በማያገኙባቸው ዝግ አዳራሾች ውስጥ የሚካሄዱ ሊሆኑ ይችላሉ።
እንደ LGBT፣ በቦታ አቀማመጥ የተነጠሉ ወይም በባህል የተገለሉ ቡድኖች የመሳሰሉ ሌሎች የተገለሉ ቡድኖች	ይህ እንደየቡድኑ የሚለያይ ቢሆንም በዋናነት ከመገለልና በሌሎች ከመዋጥ ጋር የተገናኘ ነው። የተገለሉ ሰዎች በማቀዝቀዣ ማዕከላት ጥሩ አቀባበል ላይደረግላቸው እና የህክምና ክትትል ለማድረግ ቸልተኛ ሊሆኑ ይችላሉ።
እንስሳት/ከብቶች/የቤት እንስሳት	ይህ በባለቤታቸው በቂ የሙቀት መከላከያ ያለው መሆን ላይ ይመሰረታል።

ከ *Kansas Extreme Heat Toolkit* [2] *የተወሰደ*

2 Kansas Extreme Weather Workgroup (2014), Kansas Extreme Heat Toolkit, Topeka, Kansas. ከ http://bit.ly/2ZHE6oy የተወሰደ

1.3 ከፍተኛ ሙቀት የሚያጋጥመው የት ነው?

የአንድ ከተማ መሰረተ ልማት ግንባታ – አርማታው፣ አስፋልቱ እና ብረቱ – ሙቀት አምቆ ሊይዝና ቆይቶም ሊለቅ የሚችል በመሆኑ ይህም የከተማውን የሙቀት መጠን በዙሪያው ከሚገኙ የገጠር ቦታዎች ይልቅ የበለጠ ሞቃት ሊያደርገው ይችላል። ይህም የከተማ የሙቀት ደሴትነት ውጤት ተብሎ ይጠራል። በአንዳንድ ከተሞች የተወሰኑ የከተማው ክፍሎች በከተማው ከሚገኙ ሌሎች ክፍሎች ይልቅ የበለጠ ሞቃት ሊሆኑ ይችላሉ። ለምሳሌ በኬንያ ናይሮቢ መደበኛ ያልሆኑ የመኖሪያ መንደሮች በህዝብ ብዛት መጨናነቅና የህንጻዎች አይነት እንዲሁም በአረንጓዴ ቦታዎች አለመኖር የተነሳ በከተማዋ ዙሪያ ካሉት ቦታዎቸ ይልቅ የበለጠ ሞቃት ናቸው። ይህ ማለት በእነዚህ ቦታዎች የሚኖሩ ሰዎች የበለጠ ለከፍተኛ ሙቀት ተጋላጨጭ ከመሆናቸውም በተጨማሪ ከፍተኛ ከሙቀት ጋር ተያያዥነት ያላቸው ህመሞች ስጋት ሊያጋጥማቸው ይችላል። ከአካባቢው አስተዳደር ጋር የጣልቃ ገብነቶች እቅድ ለማዘጋጀት በሚሰራበት ወቅት እንዴት በከተማዋ ውስጥ የሙቀት መጠኖች ሊለያዩ እንደሚችሉ፣ የትኞቹ ቦታዎች የሙቀት መጠናቸው ከፍተኛ እንደሆነ እና እጅግ ተጋላጭ የሆኑ ሰዎች የትኛው ቦታ እንደሚገኙ ታሳቢ ማድረግ አስፈላጊ ነው። እነዚህ ታሳቢዎች ኢላማ ለሚደረጉ ጣልቃገብነቶች ያግዛሉ። እንደ ጠቅላላ አቀራረብ ብዙ አረንጓዴ ቦታዎች የተሻለ ቅዝቃዜ ይኖራቸዋል። በአካባቢ ከሚገኝ ዩኒቨርሲቲ ጋር መተባበር ከተማዎን በተመለከተ ልዩ መረጃን ለይቶ ለማወቅ ጠቃሚ ዘዴ ሊሆን ይችላል።

የኩነት ጥናት 1፡ የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር

የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር በናይሮቢ ውስጥ በሚገኙ መደበኛ ያልሆኑ መኖሪያ መንደሮች የሚያጋጥሙ እጅግ ከፍተኛ የሙቀት ስጋቶች ለይቶ ለማወቅ ከአጋሮች ጋር በጋራ ይሰራል።

የኩነት ጥናት 2፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር

የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር ከጀርመን ቀይ መስቀል በሚደረግለት የቴክኒክ ድጋፍ አላማውን በሀኖይ ቬትናም የሚገኙ የፕሮጀክት ትግበራ ቦታዎችን መምረጥ ያደረገ የተጽእኖ ካርታ ዝግጅት አሰራር አዘጋጅቷል።

1.4 ከፍተኛ ሙቀትን እንዴት መከላከል እንደሚቻል

በአለማችን ብዙ ክፍሎች የሙቀት ስጋት ወቅት ተከትሎ የሚመጣ ነው – በአመቱ ውስጥ የሚጠበቅ ሙቀቱ እጅግ ከፍተኛ የሚሆንበት ጊዜ አለ። ለምሳሌ፡ ይህ በህንድ የዝናብ ወቅት ከሚገባበት ጊዜ በፊት ከሚያዚያ ጀምሮ እስከ ሰኔ ድረስ ሲሆን በደቡብ አፍሪካ ደግሞ ይህ በአብዛኛው ከህዳር እስከ የካቲት ድረስ ባለው የበጋ ወቅት ነው። የሙቀት ሞገዶች በአብዛኛው የሚያጋጥሙት በእነዚህ ወቅቶች ነው; ነገር ግን የሙቀት ሞገዶቹ በእነዚህ ወቅቶች ማብቂያና መጀመሪያ መካከልም ሊከሰቱ ይችላሉ። በከተማችሁ በሞቃት ወራት የቁጥጥር ስስችሁ ላይ ለማተኮር እንዲያስችላችሁ “ሞቃት ወቅት” ስለመኖሩ እና ይህ ወቅት መቼ እንደሚመጣ ማወቃችሁ አስፈላጊ ነው። በወቅት መጀመሪያ ላይ የሚከሰቱ የሙቀት ሞገዶች ሰዎች ለሞቃታማ ሁኔታዎች ብዙም ባልተዘጋጁበት ሁኔታ የሚመጡ በመሆኑ ምክንያት ገዳይ/እጅግ ከባድ ናቸው። በአለማችን የተወሰኑ ክፍሎች የሙቀት መጠኖቹ አመቱን በሙሉ ተመሳሳይ ሆነው ሊቆዩ የሚችሉ ሲሆን በዚህ ጊዜ አመቱን በሙሉ ያልተለመዱ የሙቀት መጠኖች ስለማጋጠማቸው በተመለከተ ከአየር ንብረት ትንበያ ማረጋገጥ አስፈላጊ ነው። የአየር ንብረት ትንበያ አገልግሎታችሁ በእነዚህ ጊዜያት “ከፍተኛ የሙቀት መጠን” ስለመከሰቱ ይገልጻል ወይም “የሙቀት” ማስጠንቀቂያዎችን ሊሰጥ ይችላል። ይህ የማይደረግ ከሆነ ይህ የማስጠንቀቂያ ስርአት ስለመዘጋጀቱ ለማረጋገጥ የአካባቢያችሁን የአየYር ንብረት ትንበያ መ/ቤት ማነጋገር አስፈላጊ ነው። እጅግ ከፍተኛ የሙቀት መጠንን ለመቆጣጠር ከብሄራዊ የቀይ መስቀልና የቀይ ጨረቃ ዋና መስሪያ ቤቶች እና እንደ ብሔራዊ የአየር ትንበያ አገልግሎት እና የጤናና ሚኒስቴር ከመሳሰሉ አጋር የመንግስት ድርጅቶች ጋር አብራችሁ መስራት እና ሁልጊዜም የቀጣዮቹን ቀናት የአየር ጸባይ ትንበያ ማወቃችሁን ማረጋገጥ ይኖርባችኋል።

የኩነት ጥናት 3፣ የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ማህበር

ከአካባቢ ባለስልጣናት ጋር አብሮ በመስራት የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ማህበር የህይወት አድን እርምጃዎችን ስራ ላይ ለማዋል የሙቀት ስጋቶችን ከወቅቶች እስከ ሳምንታት ብሎም በቀናት ይቆጣጠራል።

የተግባር ቅጽ 1፣ የሙቀት ሞገድ ወና ሀሳብ

ይህ የተግባር ቅጽ በከተማችሁ ያለውን ወቅታዊ የሙቀት ሞገድ ደረጃ ለመረዳት በሚረዱ ጥቂት ዋና ዋና ጥያቄዎች አማካኝነት ይረዳችኋል።

2. ለሙቀት ሞገድ

2.1 ከተማችሁን እንዴት ማሳተፍ እንደምትችሉ

ከተማችሁ ቀደም ሲል የተዘጋጀ የሙቀት ሞገድ መቼ እንደሚከሰት፤ ማን ከሙቀት ሞገድ መከሰት በፊት፣ በመከሰት ወቅት እና ከዚያ በኋላ ምን እንደሚያደርግ፤ እንዲሁም የረጅም ጊዜ የከተማ እቅድ ዝግጅት ስትራቴጂዎችን የሚገልጽ የሙቀት የድርጊት እቅድ ሊኖረው ይችላል። ይህ ሰነድ ከሌለ ከዚህ ሰነድ ጋር ተላመዱ (ወይም ምክክር አድርጉበት)። ይህ እቅድ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ማህበርን የስራ ድርሻ በግልጽ ላያስቀምጥ የሚችል በመሆኑ ምን ማድረግ እንደምትችሉ መረዳትና ይህን ማሳወቅ አስፈለጊ ነው።

ምንም የተዘጋጀ እቅድ ከሌለ የቀይ መስቀል ወይም ቀይ ጨረቃ ማህበር ከከተማው ባለ ድርሻ አካላት ጋር አንድ እቅድ ለማዘጋጀት አብሮ ሊሰራ ይችላል። በቀይ መስቀል እና ቀይ ጨረቃ ከ25 ከሚበልጡ አጋሮች ጋር በትብብር የተዘጋጀው የ ከተሞች የሙቀት ሞገድ መመሪያ ለከkተማችሁ የሚመለከታቸው አካላት የሙቀት ሞገድ የእቅድ ዝግጅት እንዲያሻሽሉ ምክረ ሀሳብ ለመስጠት እጅግ ጠቃሚ የመረጃ ምንጭ ነው።

በሙቀት ላይ የሚሰሩ ዋና ዋና የከተማ መምሪያዎች የጤና መምሪያን፣ የአየር ንብረት ትንበያ አገልግሎትን እና የአስቸኳይ ጊዜ አስተዳደር አገልግሎቶችን ያጠቃልላሉ። በከተማ ልማት እቅዶች ውስጥ ለሙቀት ሞገዶች የስጋት መቀነሻ እርምጃዎችን ለማካተት ከእቅድ ዝግጅት መምሪያ ጋር አብሮ መስራት በእጅጉ ይመከራል። የከተሞች የሙቀት ሞገድ መመሪያም ለከተሞች የረጅም ጊዜ የስጋት መቀነሻ እርምጃዎችን ለማስተዋወቅ ጥሩ የመረጃ ምንጭ ነው።

የተግባር ቅጽ 2፡ ባለድርሻ አካላቶችን በቅደም ተከተል ማስቀመጥ

ይህ የተግባር ቅጽ የሙቀት ተጽእኖዎችን ለመቀነስ አጋርነት የሚመሰረትባቸውን ባለድርሻ አካላት ለይቶ በማወቅና ቅደም ተከተል በመስጠት ላይ መሰረታዊ መመሪያ ይሰጣል።

የኩነት ጥናት 4፡ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል

የኔዘርላንድስ ቀይመስቀል ለኔዘርላንስ የሙቀት የድርጊት እቅድ ለማዘጋጀት ከአካባቢ እና ብሔራዊ ባለድርሻ አካላት ጋር በጋራ ይሰራል።

2.2 ከባለ ድርሻ አካላት ጋር ትብብር ማድረግ

የሲቪል ማህበራት ድርጅቶች በአብዛኛው እጅግ ተጋላጭ ከሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች እና ተአማኒ ማህበረሰቦች ጋር አብረው የሚሰሩ በመሆኑ ምክንያት በሙቀት ሞገድ ዝግጅት ላይ ወሳኝ ሚና ይጫወታሉ። እያንዳንዱን ድርጅት ጠንካራ ጎኖቹን እንዲያጎለብት ለማስቻል እና የጥረቶች ድግግሞሽ ለማስቀረት በሚያስችል መልኩ ተግባሮችን ለማስተባበር ከከተማ ባለስልጣናት እና ሌሎች የሲቪል ማህበር ተዋናዮች ጋር ግንኙነት ማድረግ አስፈላጊ ነው [3]። ተጨማሪ ግንኙነት የሚደረግባቸው ባለድርሻ አካላት የሚዲያ መገናኛዎችን፣ የጤና እንክብካቤ ሙያተኞችን፣ እምነት ላይ የተመሰረቱ ድርጅቶችን፣ ትምህርት ቤቶችና የህጻናት እንክብካቤ አቅራቢዎችን፣ የግል ዘርፍ አጋሮችና ምሁራንን ያጠቃልላሉ።

2.3 ለሙቀት ሞገድ እርምጃ የገንዘብ ድጋፍ ማድረግ

ለሙቀት ሞገድ ስራ ለመዘጋጀት ምን አይነት ሀብቶች እንደሚያስፈልጓችሁ እና በብሄራዊ ወይም ክልላዊ ደረጃ ምን አይነት ሀብቶች ሊገኙ እንደሚችሉ መረዳት አስፈላጊ ነው። ለማግኘት የሚቻሉ የገንዘብ ድጋፍ ምንጮችን በአየር ንብረት ለውጥ እና ጤና ላይ አተኩረው በሚሰሩ ብሄራዊ ወይም የማዘጋጃ ቤት ፕሮግራሞች አማካኝነት ማግኘት ይቻላል። የምታቅዱት ተለቅ ያለ ዘመቻ ለማካሄድ ከሆነ በአካባቢያችሁ ለሚሰራ ስራ የገንዘብ ድጋፍ የሚያደርግ እና ለአየር ንብረት ለውጥ መቋቋሚያ ፕሮጀክቶች ድጋፍ የሚያደርግ ለጋሽ እርዳታን ስለመጠቀም ማጤን ጠቃሚ ሊሆን ይችላል። በተጨማሪም በከተማችሁ ውስጥ ለማህበረሰቡ ጥሩ ስራ ለመስራት ከሚፈልጉ ኩባንያዎች ጋር የመንግስት- ግል አጋርነት የመመስረት እድልንም ልትጠቀሙበት ትችላላችሁ። በዚህ ጊዜ ኩባንያው እንደ የማቀዝቀዥ ማዕከላትን ማዘጋጃ ቦታዎች ልገሳ የመሳሰሉ ሀብቶች ወይም ለማህበረሰቡ የሚሰራጩ እንደ ውሀ ወይም የአየር ማቀዝቀዣዎች የመሳሰሉ ሀብቶችን ሊያቀርብ ይችላል።

2.4 ለሙቀት እርምጃ መዘጋጀት

በዚህ መመሪያ ቀጣይ ክፍል ስር የሚብራሩት እያንዳንዱ እርምጃዎች የሙቀት ሞገዶች ከመከሰታቸው በፊት መደረግ የሚኖርባቸው አንዳንድ ዝግቶችን ማድረግን ይጠይቃሉ። እነዚህ ዝግጅቶች የሙቀት ሞገድ ምላሽ እቅዶች ምርመራን፣ ለህብረተሰቡ የሚተላለፉ የሙቀት ደህንነት መልዕክቶች ዝግጅትን፣ ለበጎ ፍቃደኞች ትምህርት መስጠትን፣ የተጋላጭነት ካርታ ዝግጅትን፣ የውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይቶ ማወቅን እና የቤተሰብ ጉብኝት መስመሮችን ማዘጋጀትን ያጠቃልላሉ። ቀጣዩን በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት ህይወት ሊታደጉ የሚችሉ እርምጃዎች ምሳሌዎችን የያዘውን ክፍል በምትመለከቱበት ወቅት ፈጣን እርምጃ ለመውሰድ ስለሚያስፈልገው ዝግጅት አስታውሱ። ይህ ዝግጅት የሙቀት ወቅት ከመጀመሩ በፊት ባሉት ወራት ውስጥ ሊካሄድ ይችላል። እንዴት ዝግጅት እንደምታደርጉ በተመለከተ ተጨማሪ ዝርዝር መመሪያ ለማግኘት በቀጣዩ ክፍል ስር የተግባር ቅጾች እና የድርጊት ካርዶችን ተመልከቱ።

3 የመንግስት ባለስልጣናት ማስጠነንቀቂያዎችን የመስጠት ኃላፊነት አለባቸው። እንደ ብሔራዊ ህጎች ላይ ተመስርቶ የሲቪል ድርጅቶች በማስጠንቀቂያዎች ላይ እገዛ የማድረግ ኃላፊነት ሊኖርባቸው ወይም ላይኖርባቸው ይችላል።

3. በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት

የሙቀት ሞገድ በሚያጋጥምበት ወቅት ፈጣን፣ ወቅቱን የጠበቀ የተመጠነ እርምጃ የሚወሰድ ከሆነ በእጅግ አስቸጋሪ ሙቀት ምክንያት የሚያጋጥሙ ሞቶችን በከፍተኛ ደረጃ መቀነስ ይቻላል። እርምጃዎቹ ቀላል፣ ዝቅተኛ ወጪ የሚጠይቁና ለቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ በተሰጣቸው ኃላፊነት ልክ የተመጠኑ ናቸው። ሰዎች በሚያስፈልጋቸው ጊዜ ወቅት ቅዝቃዜ፣ በቂ ፈሳሽ እና ህክምና ማግኘታቸውን ማረጋገጥ በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት ህይወት ይታደጋል። ከዚህ በታች የተመለከቱት በሙቀት ሞገድ መከሰት ምክንያት የሚያጋጥሙ ሞቶችን ለመከላከል የሚወሰዱ አንዳንድ ዋና ዋና እርምጃዎች ናቸው፡

3.1 ለህዝብ መልእክት ማስተላለፍ

የቅርንጫፍ ሰራተኞችና ነባር በጎ ፍቃደኞች ህብረተሰቡ በሙቀት ሞገድ ወቅት ሊያጋጥሙት ስለሚችሉት ስጋቶች እና እነዚህን ዋና ዋና ስጋቶች ለመቀነስ ምን እርምጃዎችን መውሰድ እንደሚችል ስለማወቁ በማረጋገጥ ረገድ ወሳኝ ሚና ሊጫወቱ ይችላሉ[4]። የሚዲያ ቃለ መጠይቆች ዋና ዋና መልእክቶችን በተቻለ መጠን እጅግ ብዙ ቁጥር ላላቸው አድማጮች ለመድረስ እጅግ ተመራጭ ዘዴ ነው። የሙቀት ሞገድ ትንበያ በሚገለጽበት ወቅት ወይም ከዚያ በኋላ ወዲያውኑ ቅርንጫፉ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ኤክስፐርቶች በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት እንዴት ደህንነትን ጠብቆ መቆየት እንደሚቻል በተመለከተ መመሪያ ለመስጠት ዝግጁ መሆናቸውን ለማሳወቅ ከአካባቢ ራዲዮ፣ ቲቪ እና የህትመት ሚዲያ ጋር የሚዲያ ምክክር ሊያካሂድ ይችላል። የ IFRC ማህበረሰብን መሰረት ያደረገ የጤናና የመጀመሪያ ህክምና እርዳታ ቱልኪት የባህሪ ለውጥ መልእክቶች እንዴት እንደሚዘጋጁ የተመለከተ መመሪያ ይይዛል። ቅርንጫፉ በተጨማሪም ህይወት አድን መልዕክቶችን ለተጨማሪ ዋና ዋና አድማጮች ለማድረስ እንደ ትዊተር፣ ፌስቡክ፣ ዋትስ አፕና ቲክቶክ ያሉ የማህበራወ ትስስር ገጾችን መጠቀም አለበት። ምንም ትንበያ ካልተገኘ ቅርንጫፎች በተጨማሪም የሙቀት ሞገድ ስጋት ከፍተኛ በሚሆንበት የሞቃት ወቅት መጀመሪያ ላይ በመደበኛነት መልእክቶችን ለማስተላለፍ ሊያቅዱ ይችላሉ።

የድርጊት ካርድ 1፥ የሚዲያ ምክክር

ይህ የተግባር ካርድ ከሙቀት ሞገድ መከሰት በፊት ወይም በኋላ የሚዲያ ምክክር ለማዘጋጀት የሚያገለግል ቴምፕሌት ነው። የተግባር ካርዱ አንዴ ከተጠናቀቀ በኋላ በኦንላይን ሊጫን እና ለአካባቢ የሚዲያ ግንኙነቶች ሊሰጥ ይችላል።

የድርጊት ካርድ 2፥ ሚዲያ ማስታወሻ መውሰድ

ይህ የድርጊት ካርድ በጋዜጣዊ መግለጫ ቃለ መጠይቅ ወቅት ለህዝብ የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

4 በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት እንዴት ደህንነትን ጠብቆ መቆየት እንደሚቻል የተመለከቱ መልእክቶች በቀይ መስቀል ወይም ቀይ ጨረቃ ኃላፊነት ስር የሚካተቱ ናቸው። ሆኖም ጥሩ፣ ወጥነት ያለው መልእክት እንዲተላለፍ ለማረጋገጥ ሁልጊዜም እንደ የጤና ሚኒስቴር ካሉ የመንግስት አጋሮች ጋር በትብብር መስራት ጥሩ ሀሳብ ነው።

የኬዝ ጥናት 5፡ የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር

የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር በኒው ዴልሂ ውስጥ ለግንዛቤ ፈጠራ ለህዝብ የሚተላለፍ መልእክት ላይ የፈጠራ አቀራረብን ይከተላል።

የኬዝ ጥናት 6፡ የአርጀንቲና ቀይ መስቀል

የአርጀንቲና ቀይ መስቀል በማህበራዊ ትስስር ገጾች አማካኝነት በሙቀት ስጋቶች ላይ የህዝብ ግንዛቤ ፈጠራ ያካሂዳል።

3 . 2 የቤተሰብ ጉብኝቶች

በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት ከፍተኛ ስጋት ከሚፈጠርባቸው ቡድኖች መካከል አንዱ ቀደም ሲል የነበሩ የጤና ችግሮች ያሉባቸው በተለይም ማህበራዊ መገለል የደረሰባቸውና ለብቻቸው የሚኖሩ በእድሜ የገፉ ሰዎች ናቸው። በዚህ የስነ ህዝብ ምድብ ስር የሚገኙ ሰዎች በሙቀት መከሰት ወቅት ከፍተኛው የሞት እጣ ያጋጥማቸዋል። በዚህ ረገድ የእነዚህን ሰዎች ደህንነት፣ በቂ ፈሳሽ ማግኘታቸውን እና እንደ አስፈላጊነቱ የህክምና ክትትል ማግኘታቸውን ለማረጋገጥ የሚደረግ እያንዳንዱ ጥረት የሰዎቹን ህይወት ያድናል። በዚህ የስነ ህዝብ ምድብ ስር የሚገኙ ሰዎች እና ሌሎች ተጋላጭ ቡድኖች ጋር ለመድረስ ተመራጭ ከሆኑ ስትራቴጂዎች መካከል አንዱ በቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ በጎ ፍቃደኞች አማካኝነት የሚካሄዱ የቤተ ለቤት ጉብኝቶች ናቸው። በቅድሚያ የተመዘገቡ ደንበኞችን ሁኔታ ለማረጋገጥ በንቃት የሚደረጉ የስልክ ሆት ላይን ስርአት ጥሪዎችም እጅግ ውጤታማ ሊሆኑ ይችላሉ። የቤት ለቤት ጉብኝቶችን የሚያያሂዱ በጎ ፍቃደኞች በሙሙት ምክንያት የሚያጋጥሙ ህመሞችን ለማወቅ እና እንደ አስፈላጊነቱ መሰረታዊ የመጀመሪያ ህክምና እርዳታዎችን ለማቅረብ ስልጠና መውሰድ አለባቸው።

የተግባር ቅጽ 3፡ የቤተሰብ ጉብኝቶችን ማቀድ

ይህ የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት ለጉብኝት ቅድሚያ በሚሰጣቸው የመኖሪያ መንደሮችና ቤተሰቦች ላይ መመሪያ ይሰጣል።

የድርጊት ካርድ 3፡ የቤተሰብ ጉብኝቶች

ይህ የድርጊት ካርድ የቤተሰብ ጉብኝቶችን በማካሄድ ላይ መመሪያ ይሰጣል እንዲሁም በጉብኝቱ ወቅት የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

የኬዝ ጥናት 7፡ የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል

በቴሌክሮስ ረዲ አገልግሎት የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች ቀድመው የተመዘገቡ ደንበኞችን በሙቀት ሞገድ ጊዜ ጤንነታቸውን ለምመጠየቅ በየቀኑ ይደውላሉ።

የኬዝ ጥናት 8፡ የስፔን ቀይ መስቀል

የስፔን ቀይ መስቀል በስልክ መረጃ መስጫ ዘመቻ አማካኝነት በስጋት ውስጥ ለሚገኙ የህብረተሰብ ክፍሎች ጠቃሚ መረጃ ያካፍላል።

3 . 3 የትምህርት ቤት ጉብኝቶች

የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ በጎ ፍቃደኞች ለህጻናት በሙቀት ሞገድ ደህንነት ላይ ዋና ዋና መልዕክቶችን ለማስተላለፍ ከአካባቢ ትምህርት ቤቶች ጋር አብረው ሊሰሩ ይችላሉ። በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት እንዴት ደህንነትን ጠብቆ መቆየት እንደሚቻል ለተማሪዎች መሰረታዊ መረጃ ከማስተላፍ በተጨማሪ ከትምህርት ቤቶች ጋር ትብብር ማድረግ ስለ ሙቀት ሞገድ ስጋት በተመለከተ ለወላጆችና ቤተሰቦች ጠቃሚ መልዕክት ለማስተላለፍ ሊረዳ ይችላል። ተማሪዎችን ወላጆቻቸውን በእድሜ የገፉ ጎረቤቶቻቸውን እና የቤተሰብ አባላታቸውን ደህንነት እንዲያረጋግጡ እንዲጠይቋቸው መጠየቅ የተገለሉ፣ በእድሜ የገፉ የህብረተሰብ ክፍሎች በሙቀት ሞገድ ወቅት እንክብካቤ እንዲያገኙ ለማረጋገጥ ያስችላል። በከተማ ውስጥ የከተማ ሙቀት ደሴት ተጽእኖ ከፍተኛ በሚሆንባቸው እጅግ ብዙ ህዝብ በሚኖርባቸው አካባቢዎች የሚገኙ ትምህርት ቤቶች ቅድሚያ ማግኘት ካለባቸው መካከል አንዱ ናቸው። አንዳንድ ትምህርት ቤቶች የትምህርት ክፍሎች ደህንነታቸው ተጠብቆ እንዲቀጥሉ ለማረጋገጥ የማቀዝቀዣ እርምጃዎችን መውሰድ ሊያስፈልጋቸው ይችላል።

የድርጊት ካርድ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች

ይህ የድርጊት ካርድ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች ማካሄጃ መመሪያ ይሰጣል። የድርጊት ካርዱ ለትምህርት ቤት አስተዳዳሪዎች እንዲሁም በክፍል ውስጥ በቀጥታ ለተማሪዎች የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

የድርጊት ካርድ 5፡ ይምህርት ቤት ጉብኝቶች ብሮሸር

ይህ የድርጊት ካርድ ሊታተም እና ለተማሪዎች ሊሰራጭ የሚችል ብሮሸር ነው።

የተግባር ቅጽ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች አቅድ ማዘጋጀት

ይህ የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻዎች ወቅት ለጉብኝት ቅድሚያ የሚያገኙ ትምህርት ቤቶችን የተመለከተ መመሪያ ይሰጣል።

የኩነት ጥናት 9፡ የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል

የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል በሙቀት ስጋቶች ላይ ግንዛቤን ለማሳደግ የትምህርት ቤት የስልጠና ፕሮግራሞችን ያቀርባል እንዲሁም ለማህበረሰቡ በስፋት መረጃዎችን ያካፍላል።

3.4 የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎች

ውሀ ለጠቅላላው ህዝብ እንዲሁም ትኩረት ለሚደረግባቸው በተደጋጋሚ ተጋላጭ የሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች ለሚገኙባቸው ቦታዎች ሊከፋፈል ይችላል። ለጠቅላላ ህዝቡ የሰዎች ምልልስ በሚበዛባቸው ቦታዎች ውሀ ማከፋፈል የተቻለውን ያክል ብዙ ሰዎችን ለመድረስ ጥሩ ስትራቴጂ ሊሆን ይችላል። እንደ የህዝብ ፓርኮች፣ የውጭ የገበያ ቦታዎች፣ የህዝብ ትራንስፖርት መስጫ ቦታዎች እና የቱሪስት መስህቦች የመሳሰሉ ቦታዎችን አጢኑ። ከጠቅላላው ህዝብ በተጨማሪ በተለይም ለከፍተኛ ሙቀት ተጋላጭ በሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች በተደ៨ጋጋሚ የሚዘወተሩ ቦታዎች ላይ ውሀ ለማከፋፈል ትኩረት ማድረግ አስፈላጊ ነው። እነዚህ ቦታዎች የግንባታ ቦታዎችን፣ የማህበረሰብ ማዕከላትን እና ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ነዋሪዎች የሚኖሩባቸው መንደሮችን ያጠቃልላሉ። ቅርንጫፉ በተጨማሪም በውሀ ማከፋፈያ ቦታዎች በበቂ ሁኔታ ውሀ መከፋፈሉን ለማረጋገጥ እንደ የአምልኮ ቦታዎች ወይም የአካባቢ አስተዳደር ቢሪዎች ከመሳሰሉ ሌሎች ተቋማት ጋር በትብብር ሊሰራ ይችላል። ሁም የውሀ ማከፋፈል ትከኩረት በተደረገበት የሙቀት ሞገድ በሚከሰትበት ወቅት እንዴት ደህንነትን ጠብቆ መቆየት እንደሚቻል ለሰዎች መረጃ ለመስጠት በሚተላለፍ መልዕክት ተደግፎ መካሄድ አለበት። በመጨረሻም ብክነትን ታሳቢ በማድረግ ደህንነቱ አስተማማኝ እና ንጹህ የመጠጥ ወውሀ ማከፋፈል ያስፈልጋል። ለምሳሌ፡ ለአንድ ጊዜ ብቻ የሚያገለግል የፕላስቲክ የውሀ ጠርሙስ መጠቀምን ለማስቀረት እና ተግባራዊ ከሆነ በድጋሚ ጥቅም ላይ የሚውሉ የውሀ መያዣዎችን መጠቀም ልትፈልጉ ትችላላችሁ።

የተግባር ቅጽ 5፡ የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይቶ ማወቅ

ይህን የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት የውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይታችሁ ለማወቅና ቅደም ተከተል ለመስጠት ተጠቀሙበት።

የኩነት ጥናት 10፡ የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር

የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር በአየር ንብረት ትንበያ ላይ ተመስርቶ የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ስራ ላይ ያውላል።

3.5 ቀዝቃዛ ቦታዎች

በቀን ውስጥ ቢያንስ ለጥቂት ሰአቶች ቅዝቃዜ ማግኘት የሰው ልጅ አካልን በተራዘሙ የሙቀት ወቅቶች ሙቀትን እንዲቋቋም ሊረዳ ይችላል። የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ሰራተኞች ለሙቀት እጅግ ተጋላጭ የሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች በበቂ ሁኔታ ለቀዝቃዛ ቦታዎች ተደራሽ መሆናቸውን ለማረጋገጥ ከአካባቢ ባለስልጣናት ጋር በትብብር መስራት አ ለባቸው። የህዝብ ማዕከላት፣ የህዝብ ቤተ መጻህፍት እና የአምልኮ ቦታዎች እንዲሁም ሌሎች ዝግ የሆኑ የህዝብ መሰብሰቢያ ቦታዎች ለፈጣን እና ተሽጋጋሪ የማቀዝቀዣ ቴክኖሎጂዎች የመሚጣጣሙ መሆኑን፣ በአግባቡ ምልክቶች የሚለጠፉበቸው መሆኑን እና በሙቀት ሞገዶች ወቅት ለህዝብ ክፍት የሚደረጉ መሆናቸውን በማረጋገጥ የማቀዝቀዣ ማዕከላትን ለማቋቋም ተመራጭ ቦታዎች ሊሆኑ ይችላሉ። (ትምህርት ቤቶች በትምህርት ሰአቶች የህዝብ መሰብሰቢያ ቦታዎች መደረግ እንደሌለባቸው መገንዘብ ያስፈልጋል)። የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ በጎ ፍቃደኞች በማቀዝቀዣ ማዕከላት በሰራተኝነት ሊያግዙ እና ስለ እነዚህ ቦታዎች መገኛ የህዝብ ግንዛቤ በመፍጠር ሊያግዙ ይችላሉ። የማቀዝቀዣ ቦታዎች የመጠጥ ውሀ የሚገኝባቸው መሆኑን እና ለሚያስፈልገው ለሁሉም ሰው በፍጥነት እንዲገኙ በማስቻል በከተማው ውስጥ በሙሉ በበቂ ሁኔታ የሚከፋፈሉ መሆኑን ማረጋገጥ አስፈላጊ ነው። የህዝብ ፓርኮችና ሌሎች አረንጓዴ ቦታዎችም በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት በማቀዝቀዣ ቦታነት ሊያገለግሉ ይችላሉ።

የተግባር ቅጽ 6፡ ቀዝቃዛ ቦታዎች

ይህ የተግባር ቅጽ ቀዝቃዛ ቦታዎች እና የማቀዝቀዣ ማዕከላት የሚገኙበትን ቦታ እና እንዴት ማግኘት እንደሚቻል የተመለከተ መመሪያ ይሰጣል።

የኩነት ጥናት 11፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር

በነሀሴ 2019 ዓ.ም የሙቀት ሞገድ በተከሰተበት ወቅት የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር የሀኖይ ቬትናም ነዋሪዎችን ከፍተኛ የሙቀት መጠኖቹን እንዲቋቋሙ ለመርዳት የማቀዝቀዣ ማዕከላትና ተንቀሳቃሽ የማቀዝቀዣ አውቶቡሶች ከፍቶ ነበር።

3.6 የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ

ተገቢ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታና የድንገተኛ ህክምና እንክብካቤ በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት ህይወት አድን ሊሆን ይችላል። የመጀመሪ ደረጃ እርዳታ ክህሎቶች ያሏቸው በጎ ፍቃደኞች የተለያዩ የሙቀት ጫና ደረጃዎችን ማወቃቸው፣ ለሚያስፈልጋቸው ታካሚዎች የድንገተኛ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ አገልግሎቶች ማቅረባቸው እና በእጅግ ከባድ ሁኔታዎች ወቅት ለድንገተኛ ህክምና አገልግሎቶች መምራታቸው አስፈላጊ ነው። እነዚህ ክህሎቶች በስራ ላይ በዋሉበት ሁኔታ ሰራተኞችና በጎ ፍቃደኞች በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት በስፖርት ዝግጅቶች፣ የህዝብ ስብሰባዎችና የማቀዝቀዣ ማዕከላት፣ ወዘተ በመገኘት ለአካባቢ አስተዳደር ባለስልጣጣት ተጨማሪ የጣልቃገብነት ድጋፍ ሊያቀርቡ ይችላሉ። በስራ ላይ ያሉ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ ስልጠናና መሳሪያዎች ላይ ምርመራ መደረግ እና በሙቀት ሞገድ ህክምና ላይ በተሻለ ሁኔታና በልዩ መመሪያ መገኘት በሚችሉበት መልኩ ማሻሻያ መደረግ አለባቸው። አንዳንድ በሙቀት ምክንያት የሚያጋጥሙ ህመሞች ከሌሎች ሁኔታዎች ጋር ሊያደናግሩ የሚችለ ሲሆን የተሳሳተ ህክምና መስጠት ገዳይ ሊሆን ይችላል። የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ ማረጋገጫ ያላቸው ሆኖም ከሙቀት ጋር ተያያዥነት ያላቸው ህመሞች ህክምና ለመስጠት ስልጠና ላልወሰዱ በጎ ፍቃደኞች ተጨማሪ ስልጠና መሰጠት አለበት። በተጨማሪም ስለ ሙቀት ሞገዶች ከሚይዘው የIFRC የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ መተግበሪያ ላይ አረጋግጡ። ይህን የስልክ መተግበሪያ ከGoogle Play Store እንዲሁም የApple App Store ላይ ማግኘት ትችላላችሁ። ከሙቀት ጋር ተያያዥነት ላላቸው ህመሞች የሚሰጥ መሰረታዊ የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ ከቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የተግባር ቡድን (RCAT) ስልጠና ጋር ሊቀናጅ ይችላል።

የድርጊት ካርድ 6፣ የሙቀት ጫናን መገንዘብ

ይህ የድርጊት ካርድ የሙቀት ጫና ምልክቶችን እንዴት ለይተን እንደምናውቅ በተመለከተ የመረጃ መስጫ ግራፍ ነው።

የድርጊት ካርድ 7፣ ሙቀትን ለማስወጣት/ለማስተንፈስ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ መስስት

ይህ የድርጊት ካርድ ሙቀትን ለማስተንፈስ የሚሰጥ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታን የተመለከተ መረጃ መስጫ ግራፍ ነው።

የድርጊት ካርድ 8፣ ለልብ ምት ማቆም የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ መስጠት

ይህ የድርጊት ካርድ ለልብ ምት ማቆም የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ መስጠትን የተመለከተ የመረጃ መስጫ ሰንጠረዥ ነው።

3 . 7 የባህር ዳርቻና የውሀ ደህንነት

እጅግ ከፍተኛ ሙቀት በሚከሰትበት ወቅት ሰዎች እራሳቸውን ለማቀዝቀዝ ወደ ባህር ዳርቻዎች እና እንደ - ሀይቆች፣ ወንዞችና ሰው ሰራሽ ሀጥቆች ወደመሳሰሉ ቦታዎች የሚሄዱ በመሆኑ ምክንያት ድንገተኛ መስጠም ይጨምራል። በጎ ፍቃደኞች በእነዚህ የውሀ መገኛ ቦታዎች የደህንነት መልዕክቶችን ለማስተላለፍ፣ የመጀመሪያ ህክምና እርዳታዎችን ለመስጠት እና የተረጋገጡ የህይወት አድን ክህሎቶችን ለማስጨበጥ ጣቢያዎች ሊያቋቁሙ ይችላሉ። ከሙቀት ሞገድ መከሰት በፊትም ይሁን በኋላ ሰዎች በከፍተኛ ሙቀት ወቅት በከተማ እቅዶች ስር እንደ የውሀ መርጫ ፓርኮችና ፏፏቴዎች የመሳሰሉ ደህንነታቸው የተጠበቁ የውሀ ቦታዎች ብዛትን ለማሳደግ ከአካባቢ ባለስልጣናት ጋር በጋራ ሊሰሩ ይችላሉ።

የኩነት ጥናት 12፡ የስፔን ቀይ መስቀል

የስፔን ቀይ መስቀል በሙቀት ሞገዶች መከሰት ወቅት የሚያጋጥሙ ድንገተኛ ውሀ ውስጥ መስመጦችን ለመቀነስ ይሰራል።

3.8 የስራ ቦታ እና የስራ ደህንነት

የስራ ቦታዎች በተለይም የተገደበ የአየር ዝውውር ያለባቸው ህንጻዎች ወይም ተጨማሪ ሙቀት ለሚያመጡ ስራዎች በቅርበት የሚገኙ የስራ ቦታዎች ለሙቀት ሞገዶች ተጋላጭነት ሊጨምር ይችላል። ከቤት ውጭ ባሉ የስራ ቦታዎች የጉልበት ስራን የሚጠይቁ ስራዎች የሚሰሩ ሰዎች በሙቀት ሞገድ ምክንያት ለሚፈጠሩ የጤና ተጽእኖዎች እጅግ ተጋላጭ ከሆኑ ሰዎች መካከል አንዱ ናቸው። እነዚህ እንደ የፋብሪካ ሰራተኞች፣ የቀን ሰራተኞች፣ የትራፊክ ፖሊስና የመሬት ማስዋብ ሰራተኞች፣ ወዘተ የመሳሰሉ ስራዎችን ያጠቃልላሉ። የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ከፍተኛ ስጋትን በተመለከተ ግንዛቤ ለማስጨበጥ እና አሰሪዎችን በቀኑ እጅግ ከፍተኛ ሙቀት የሚበዛባቸው ጊዜያት የመጠጥ ውሀ፣ ተደጋጋሚ እረፍቶች እና በቂ የአየር ማስገቢያ እንዲያቀርቡ እና/ወይም በነዚህ ጊዜያት ስራ እንዲያቆሙ ለማበረታታት ከአሰሪዎች ጋር በጋራ ሊሰሩ ይችላሉ። አሰሪዎች ሰራተኞችን ሁሉንም መከላከያዎች ተከታትለው ተግባራዊ እንዲያደርጉ ማበረታታት አለባቸው። ሰራተኞችና አሰሪዎች በተጨማሪም የሙቀት ጫና ማስጠንቀቂያ ምልክቶችን ለይተው አእንዲያውቁ እና መሰረታዊ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ እንዲያቀርቡ ስልጠና መውሰድ አለባቸው።

የድርጊት ካርድ 9፡ የንግድ ስራ ባለቤቶችን ማነጋገር

ይህ የድርጊት ካርድ ስለ ከፍተኛ ሙቀት ስጋቶች እና የሰራተኞች ደህንነት በተመለከተ ለንግድ ስራ ባለቤቶችና የድርጅት ስራ አስኪያጆች የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

የድርጊት ካርድ 10፡ በከፍተኛ ሙቀት ወቅት የሰራተኞች ደህንነት

ይህ የድርጊት ካርድ ለሰራተኞች በስራ ቦታ ላይ እንዴት የሙቀት ጫናን መከላከል እንደሚችሉ በተመለከተ የመረጃ መስጫ ሰንጠረዥ ነው። ካርዱ ታትሞ ለሰራተኞችና ስራ አስኪያጆቻቸው ሊከፋፈል ይችላል። የዚህን ካርድ የፖስተር ህትመትም ማግኘት ይቻላል።

3.9 የበጎ ፍቃደኛ ደህንነት

በሙቀት ሞገድ መከሰት ወቅት የበጎ ፍቃደኛ ደህንነትን ማረጋገጥ አስፈላጊ ነው። የቤት ለቤት ጉብኝቶች ማካሄድ እና ለውሀ ማከፋፈያ ቦታዎች ሰራተኞችን መመደብ በከፍተኛ ሙቀት መከሰት ወቅት ውጥረት ሊፈጥር ይችላል። ለበጎ ፍቃደኞች በቂ ፈሳሽ ማግኘታቸውን እንዲቀጥሉ ማስታወስ እና ሌሎችን በሚረዱበት ወቅት የራሳቸውን ጤናና ደህንነት መጠበቃቸውን ለማረጋገጥ ተደጋጋሚ እረፍት እንዲወስዱ መጠየቅ አስፈላጊ ነው። የበጎ ፍቃደኛ የስራ መደቦች ላይ ፈረቃዎችን አጭር ለማድረግ እንዲቻል በቂ ሰራተኞች መመደብ አለባቸው። ለየትኛው የሙቀት ጫና ምልክቶች የሚታዩበት በጎ ፍቃደኛ ተገቢ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ ወይም አስቸኳይ ህክምና መቅረብ አለበት።

የድርጊት ካርድ 11፡ የበጎ ፍቃደኛ ደህንነት

ይህ የድርጊት ካርድ በሙቀት ሞገድ ወቅት በሚሰሩ ጊዜ ደህንነታቸውን ለመጠበቅ ለበጎ ፈቃደኛ ሠራተኞች መመሪያ ይሰጣል።

ሳጥን 3፡ በጎ ፍቃደኞችን ማነሳሳትና ይዞ መቀጠል[5]

የሙቀት ሞገዶች ተጽእኖዎችን ለመቀነስ የሚደረጉ ጥረቶች በበጎ ፍቃደኞች ተግባሮች ላይ የተመሰረቱ ናቸው። በጎ ፍቃደኞች የሙቀት ስጋቶችን ለመቀነስ ለሚያደርጓቸው ጥረቶች ማነሳሻና ሽልማት ማግኘታቸውን ማረጋገጥ በዚህም መስክ ቅርንጫፎች ለሚያደርጓቸው አጠቃላይ ጥረቶች ስኬታማ መሆን ወሳኝ ነው።

ለበጎ ፈፍቃደኛ እውቅና መስጠት አንዱ እጅግ ውጤታማ በጎ ፍቃደኞችን ማነሳሻና ይዞ ማቆያ ዘዴ ነው። ይህ በብዙ መንገዶች ሊደረግ ይችላል። እውቅና አሰጣጡ በጎ ፍቃደኛን ከማነሳሳቶች ጋር በጥምረት መካሄድ እና በግል የሚሰጥ፣ ቀጣይነት ያለው እና ለሁሉም በጎ ፍቃደኞች መሰጠት አለበት። ለየትኛውም ባህል እንዲጣጣሙ ተደርገው ማሻሻያ ሊደረግባቸው ከሚችሉ ሀሳቦች መካከል ጥቂቶቹ የሚከተሉትን ያጠቃልላሉ፡

- ለበጎ ፍቃደኞች በሀቀኝነት እና ከልብ “ምስጋና” ማቅረብ
- ከኃላፊያቸው በግል ማስታወሻ የሚቀበሉበትን ሁኔታ ማመቻቸት
- ስማቸውን እና ፎቶግራፋቸውን በዜና መጽሄት ወይም ጋዜጣ ላይ መውጣት
- በጎ ፍቃደኞችን ለሻይ ቡና እረፍት መውሰድ
- የልደት ቀናቸውን ማስታወስ
- አስተያየታቸውን መጠየቅ እና በውሳኔዎች ላይ ተሳታፊ የሚሆኑበት እድል መስጠት
- ስራቸውን ትርጉም ባለው መልኩና በጥንቃቄ መገምገም
- ከበጎ ፍቃደኞች ጋር በመሆን በቀየ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ስር የሙያ እቅድ ማዘጋጀት
- ለበጎ ፍቃደኞች የፈጠራ ሀሳቦችን የሚያፈልቁበት እድል መስጠት
- ለበጎ ፍቃደኞች ከውጭ ሀገር፣ የክፍል ስራ አስኪያጅ ወይም ጽህፈት ቤት ደብዳቤዎች መላክ
- በጎ ፍቃደኞችን ለበለጠ ኃላፊነት ማሳደግ
- ለበጎ ፍቃደኞች ከስራ ክፍላቸው ውጭ የሚሳተፉበት ወይም የሚሰለጥኑባቸው እድሎች መስጠት
- በጎ ፍቃደኞችን በጓደኞቻቸው ፊት ማሞገስ
- ሀሳቦቻቸውን ለመስማት ጊዜ መሰጠት
- በጎ ፍቃደኞችን በሰራተኞች ስብሰባዎች ላይ ማሳተፍ
- በበጎ ፍቃደኞች ስም ቀጣይ ቦታ ወይም ፕሮግራም መመደብ
- አዲስ ቴክኒክ፣ አሰራር ወይም ስርአትን ባዘጋጀው በጎ ፍቃደኛ ስም መሰየም
- ለበጎ ፍቃደኞች ከደንበኞችና አጋሮች የሚሰጣቸውን አድናቆት መግለጽ
- ለበጎ ፍቃደኞች አስተዋጽኦዎች በዋና ዋና ዝግጅቶች ላይ እውቅና መስጠት
- ለበጎ ፍቃደኞች የምስክር ወረቀት መስጠት ወይም ለሽልማት ማጨት

5 ይህ ይዘት የተወሰደው ከ‘Supervision of Community-based volunteers ነው፡ በዓለምአቀፍ የቀይ መስቀል ቀይ ጨረቃ ማሕበራት ፌደሬሽን በ 2009 የታተመ የስልጠና መመሪያ። ዝርዝር መረጃ በገፆች 39-41 ላይ ይገኛል።

4 . መገምገም እና ከሙቀት ሞገድ በኋላ የሚገኙ

በሙቀት ሞገድ ወቅት፣ እርምጃ አስቸኳይ እና አፈፃፀም ላይ ያተኮረ ነው። ከሙቀት ሞገድ ዘመቻ በኋላ፣ እንደ ቡድን ራስን ለመገምገም ጊዜውን በአግባቡ መጠቀም አስፈላጊ ነው:

» ምን አሳክተናል?

» ያልተጠበቀው ምን ነበር?

» በደንብ ያልሰራው ምንድን ነው?

» በቀጣይ ጊዜ በተለየ ሁኔታ የምንሰራው ምንድን ነው?

ከተሞክሮ ለመማር፣ ስልታዊ ዕቀዳን ለማሻሻል እና፣ በተለይም፣ በሙቀት ሞገድ ወቅት እና ከዚያ በፊት ያሉ ተግባራትን አፈፃፀም ለማሳደግ ልዩ ዕድል በመሆኑ ራስን ለመገምገም ይህንን ጊዜ መውሰድ በጣም አስፈላጊ ነው። እነዚህን የቡድን ግምገማዎች መሰነድ እና የተገኙትን ትምህርቶች ከወደፊት ዕቅዶች ጋር ማቀናጀት እኩል ጠቀሜታ አለው።

የተግባር ቅጽ 7 የድህረ-ሙቀት ሞገድ ግምገማ ለማካሄድ መመሪያ ያቀርባል። በዚህ እንቅስቃሴ ወቅት፣ እንዲህ ያለ ከድርጊት በኋላ ግምገማ፣ ዝርዝሮቹ በሰዎች አዕምሮ ውስጥ አዲስ እንደሆነ የሙቀት ሞገዱ ካለቀ በኋላ በአጭር ጊዜ ውስጥ መካሄድ እንዳለበት ማስታወስ አስፈላጊ ነው። ከድርጊት በኋላ ግምገማውን የሙቀት ሞገዱ ካለቀ በኋላ በመጀመሪያ ወር ውስጥ ማካሄድ ይመከራል።

የወደፊት የሙቀት ሞገድ እርምጃዎችን ለማጠናከር፣ ሁሉም ሰዎች አመለካከቶቻቸውን ለማጋራት ዕድል እንዲኖራቸው እና ሁሉም አመለካከቶች ተቀባይነት እንዳላቸው ማወቃቸው አስፈላጊ ነው። ምን ላይ ችግር እንደተፈጠረ ሲጠቀስ፣ ተሳታፊዎች ወደፊት ማሻሻያዎች እንዴት መደረግ እንደሚችሉ እንዲጠቁሙ መበረታታት አለባቸው። ምን በጥሩ ሁኔታ እንደሰራ በማጋራት ላይ፣ መልካም ልምድ እንዲስተዋል እና እንዲደገም ለይቶ መናገር አስፈላጊ ነው። ከአብዛኞቹ ነባር ሰራተኞች ወይም በጎፈቃደኞች ቢለዩም፣ ሁሉም ተሳታፊዎች እኩል ድምፅ እንዲኖራቸው እና አመለካከቶቻቸው እንደሚያስፈልጉ እንዲሰማቸው ማድረግ አስፈላጊ ነው።

የተግባር ቅጽ 7፡ ድህረ-ሙቀት ሞገድ ግምገማ

ውስጣዊ ከድርጊት በኋላ ግምገማ እንዴት እንደሚካሄድ እና የሙቀት ሞገድ ካለቀ በኋላ የሚገኝ ትምህርት እንዴት እንደሚሰነድ መምሪያ።

eit Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

5. ለቀጣይ የሙቀት ሞገድ

ከቅርቡ የሙቀት ሞገድ እርምጃ ትምህርቶችን እየወሰዱ ለቀጣዩ የሙቀት ሞገድ ዘመቻ የማስተባበር ዕቅዶችን ለማሻሻል- እንደ የአካባቢው መስተዳድር፣ ዩኒቨርሲቲዎች፣ የንግድ ስራዎች፣ የሲቪል ማሕበራት፣ ዕምነት-ተኮር ድርጅቶች እና ሌሎች ካሉ - ስልታዊ አጋሮች ጋር በቅርበት በመስራት ለቀጣዩ የሙቀት ሞገድ ዘመቻ ኃይል ለመገንባት ልክ ከአንድ የሙቀት ሞገድ በኋላ ያለው ጊዜ ጥሩ ነው።

አንድ የሙቀት ሞገድ ልክ እንደታወጀ ውጤታማ እርምጃ ለመውሰድ ዝግጁ እንዲሆኑ፣ ለቀጣዩ (የተሻለ) የሙቀት ሞገድ ዘመቻዎ ገንዘብ ማሰባሰብ ላይ በስልት ለማተኮርም ጥሩ ወቅት ነው። የብሔራዊ ማሕበራት እና ቅርንጫፎች የአደጋ ጊዜ ዝግጁነት እና የምላሽ ዕቅዶች ውስጥ የሙቀት ሞገዶችን ማካተት እኩል ጠቀሜታ አለው። በተጨማሪ፣ ቅርንጫፎች የሙቀት ሞገዶችን ለመጨመር እንደ ተጋላጭነት እና የአቅም ግምገማዎች ያሉ መሳሪያዎችን ማስተካከል ይችላሉ።

ለቀጣዩ ዘመቻ ከማቀድ በተጨማሪ፣ የረጅም ጊዜ የከተማ ዕቅድ እርምጃዎች የወደፊት የከፍተኛ የሙቀት መጠኖችን ክብደት እንዲሁም የሙቀት ሞገዶችን ተፅዕኖዎች እንደሚቀንሱ ለማረጋገጥ የቀይ መስቀል ቅርንጫፎች ከከተማ ባለስልጣናት ጋር መስራት አለባቸው። የቅርንጫፍ ሰራተኞች የማሕበረሰብ ጠበቃዎችን በማበረታታት እና የከተማውን ጠቅላላ የሙቀት መጠን ለመቀነስ ጥሩ የከተማ ዕቅድ እርምጃዎችን እንዲወስዱ ከአካባቢው መስተዳድር ባለስልጣናት ጋር በመነጋገር ጠቃሚ ሚና መጫወት ይችላሉ።

ቅድሚያ የሚሰጣቸው እርምጃዎች በከተማው ዙሪያ አረንጓዴ ቦታዎችን መጠበቅ እና መጨመር፣ ለሕዝብ የውሃ ነጥቦች ተደራሽነትን መጨመር፣ አንፀባራቂ ጣሪያዎች እና ያልነቁ የማቀዝቀዣ ስልቶች ያሏቸውን ህንፃዎች መለወጥ እንዲሁም ለወደፊት ፍላጎቶች ለመዘጋጀት ከጤና ስርዓቶች ጋር መስራትን ያጠቃልላሉ። እነዚህ ጥቆማዎች በ የሙቀት ሞገድ መመሪያ ለከተማዎች[6] ውስጥ በዝርዝር ይገኛሉ። ከአካባቢው መስተዳድር አካላት ጋር የሙቀት ሞገድ አደጋዎችን ለመቀነስ የረጅም ጊዜ ስልቶችን በመወያየት ላይ ይህንን መገልገያ ማጋራት ጠቃሚ መጀመሪያ ነጥብ ነው።

6 Singh, R., Arrighi, J., Jjemba, E., Strachan, K., Spires, M., Kadihasanoglu, A., የሙቀት ሞገድ መመሪያ ለከተማዎች። 2019. የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የአየር ንብረት ለውጥ ማዕከል

የተግባር ቅጾች

Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

የተግባር ቅጽ 1፡ የሙቀት ሞገድ ወና ሀሳብ

ይህ የተግባር ቅጽ በከተማችሁ ያለውን ወቅታዊ የሙቀት ሞገድ ደረጃ ለመረዳት በሚረዱ ጥቂት ዋና ዋና ጥያቄዎች አማካኝነት ይረዳችኋል።

ስለ ከተማዎ

በከተማዎ ውስጥ የሙቀት መጠኖች በጣም ከፍተኛ የሚሆኑበት “ሞቃት ወቅት” አለ?

ካለ፣ በዓመት ውስጥ የተኛው ጊዜ(ያት) ነው? (ለምሳሌ ከኤፕሪል እስከ ሜይ) ________

በከተማዎ ውስጥ ከፍተኛ፣ ወይም አደገኛ፣ የሙቀት መጠኖች ተብለው የሚታሰቡት ምንድን ናቸው? ________

ከተማዎ እርጥበት ያለበት ቦታ ነው? ________

በአካባቢዎ የሜትሮሎጂ አገልግሎት የተሰጠ የሙቀት ሞገድ ትንበያ አለ?

ካለ፣ የሚደርሱበት እንዴት ነው? ________

በተለምዶ ከሙቀት ሞገዱ ከስንት ቀን በፊት ይሰጣል? ________

የሜትሮሎጂ አገልግሎቱ ውስጥ ዋና የግንኙነት ነጥብዎ ማን ነው? ________

ከተማዎ የሙቀት ሞገድ የእርምጃ ዕቅድ አለው?

ካለው፣ የተሳተፉት የትኞቹ የመስተዳድር ክፍሎች ናቸው? ________

የከተማ መስተዳድሩ ውስጥ ዋና የግንኙነት ነጥብዎ ማን ነው? ________

የዕቅዱ ግልባጭ አልዎት? ________

አቅምዎ እና ዕውቀትዎ ምንድን ነው?

ብሔራዊ ማሕበርዎ ከሙቀት ሞገዶች ጋር ስለተያያዙት አደጋዎች ያውቃል? ________

ብሔራዊ ማሕበርዎ ማስፈፀም የሚችላቸውን ህይወት አዳኝ ተግባራት ያውቃል? ________

ብሔራዊ ማሕበርዎ ለሙቀት ሞገዶች የተስማማ የመጀመሪያ ዕርዳታ መመሪያ አለው? ________

ቀይ መስቀል ወይም ቀይ ጨረቃ ምን ማቅረብ ይችላሉ?

ብሔራዊ ማሕበርዎ የሚያቀርባቸው ዋና አገልግሎቶች ምንድን ናቸው? ________

የሙቀት ሞገድ ዝግጁነት፣ ፈጣን ዕርምጃ ወይም ምላሽ እነዚህ ዋና አገልግሎቶች ውስጥ መካተት ይችላሉ?

ከሆነ እንዴት? ________

ይህንን ለማድረግ ምን ግብዓቶች ያስፈልግዎታል? ________

ይህ የተግባር ቅጽ ብሔራዊ ማሕበርዎ የሙቀት ሞገድ ምላሽ ውስጥ ለመሳተፍ ስላለው መረጃ፣ አቅም እና ዕድሎች በራስዎ እንዲገመግሙ ይረዳዎታል።

የሙቀት ሞገዶች ላይ መስራት ሲጀምሩ የትኞቹ አካባቢዎች የበለጠ ትኩረት ሊፈልጉ እንደሚችሉ ለመረዳት ይረዳዎታል።

የተግባር ቅጽ 2፡ ባለድርሻ አካላቶችን በቅደም ተከተል ማስቀመጥ

ይህ የተግባር ቅጽ የሙቀት ተጽእኖዎችን ለመቀነስ አጋርነት የሚመሰረትባቸውን ባለድርሻ አካላት ለይቶ በማወቅና ቅደም ተከተል በመስጠት ላይ መሰረታዊ መመሪያ ይሰጣል።

የሙቀት አደጋዎችን የመቀነስ ተልዕኮ ለአንድ ድርጅት፣ ዘርፍ ወይም የከተማ መምሪያ ብቻ የተሰጠ አይደለም። ይልቅ፣ የከፍተኛ ሙቀት ውጤቶችን ለመቀነስ አጠቃላይ ጥረት ውስጥ ጠቃሚ ሚናዎች ያሏቸው የተለያዩ ባለድርሻ አካላት አሉ። ከእነዚህ አካላት ጋር አጋርነቶችን መመስረት ወይም ማጠንከር ለረጅም ጊዜ የሙቀት መቀነሻ ስልቶች ዕድሎችንም እየፈጠረ፣ ለከፍተኛ የሙቀት ክስተቶች ብቁ እና ውጤታማ ምላሾችን ለማረጋገጥ ይረዳል። ይህንን ገፅ በመጠቀም የሚያገኟቸውን ቁልፍ ባለድርሻ አካላት ለመለየት ጊዜ ይውሰዱ።

ብሔራዊ የሜትሮሎጂ ድርጅት ወይም የሙቀት ሞገድ ማስጠንቀቂያዎችን ለመስጠት ስልጣን ያላቸው ሌሎች አካላት፤

»

»

የከተማ ዕቅድ፣ የድንገተኛ አደጋ አስተዳደር እና ማሕበራዊ አገልግሎቶች ውስጥ የአካባቢው መስተዳድር የግንኙነት ነጥቦች፤

»

»

»

ለአረጋውያን እና ሌሎች ተጋላጭ ቡድኖች አገልግሎቶችን የሚያቀርቡ የማሕበረሰብ ማዕከላት፣ ዕምነት-ተኮር ቡድኖች እና ሌሎች የሲቪል ማሕበር ድርጅቶች፤

»

»

»

የሙቀት አደጋዎችን መቀነሻ ዕርምጃዎች ላይ መልዕክቶችን ለማሰራጨት የሚዲያ ዕውቂያዎች፤

»

»

»

ውጪ ላይ ወይም የተገደበ የአየር ዝውውር ያለባቸው ቦታዎች ውስጥ ከሚሰሩ ተቀጣሪዎች ጋር አጋሮች (መስተዳድር፣ የሕዝብ- እና የግል- ዘርፍ)፤

»

»

»

በከተማው ውስጥ ከፍተኛ ሙቀቶችን የሚያጠኑ የትምህርት ተቋማት/ክፍሎች፤

»

»

»

የጤና ተቋማት
(ሆስፒታሎች፣ ዋና ክሊኒኮች፣ የአረጋውያን መንከባከቢያ ቤቶች ወዘተ)፤

»

»

»

ማስታወሻ፡ ትምህርት ቤቶችም አስፈላጊ አጋሮች ናቸው። የተግባር ቅጽ 4 በትምህርት ቤቶች ላይ ተጨማሪ ጥልቅ መረጃ ያቀርባል።

የተግባር ቅጽ 3፡ የቤተሰብ ጉብኝቶችን ማቀድ

ይህ የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት ለጉብኝት ቅድሚያ በሚሰጣቸው የመኖሪያ መንደሮችና ቤተሰቦች ላይ መመሪያ ይሰጣል።

በከተማዎ ውስጥ ከሌሎች ሰፈሮች የበለጠ በዕድሜ የገፉ ሰዎች ያሉባቸው ሰፈሮች የትኞቹ ናቸው?

»

»

»

በከተማዎ ውስጥ ዝቅተኛ ገቢ ሰፈሮች የትኞቹ ናቸው?

»

»

»

በከተማዎ ውስጥ በጣም ሞቃት የሚሆኑት የመኖሪያ ሰፈሮች የትኞቹ ናቸው? (በተለይም በቁጥር ያነሱ አረንጓዴ ቦታዎች እና ሙቀት የሚሰቡ የህንፃ መሳሪያዎች ያሉባቸው ሰፈሮች)

»

»

»

ብዙ አዲስ መጪዎች ወይም ስደተኞች በተለምዶ የሚኖሩባቸው ሰፈሮች አሉ? ካሉ፣ የትኞቹ?

»

»

»

ይህንን ለማድረግ ምን ግብዓቶች ያስፈልግዎታል?

»

»

»

በአንድ ላይ፣ እነዚህ ሰፈሮች በተለይም ከነዚህ ዝርዝሮች ውስጥ በሁለቱ ወይም ከዚያ በላይ ውስጥ የሚታዩ ሰፈሮች የበር ለበር ጉብኝቶችን ለማስቀደም ምርጥ ቦታዎች ናቸው። በተጨማሪ፣ ሌሎች ጠቃሚ ምክሮች አሉ፤

1. የበለጠ ታላቅ ተፅዕኖ ለመፍጠር በተለዩት ሰፈሮች ውስጥ ንቁ ከሆኑ ድርጅቶች ጋር ይተባበሩ። አጋር የሚሆኑ ድርጅቶች ላይ ለሃሳቦች የተግባር ቅጽ 2 ን ይመልከቱ። ከተማዎ በዕድሜ የገፉ ህዝቦችን ማግኛ ሌላ መንገዶች ላይ ምክር ማቅረብ የሚችል የአረጋውያን ቢሮ ሊኖረው ይችላል።

2. ለበጎ ፈቃደኛ ምዝገባ ሰዎች ቀድመው፣ ወይም በሙቀት ሞገድ ወቅት፣ እንዲመዘገቡ ይጋብዙ። ይህ በስልክ ወይም ዕድሜያቸው በገፉ ህዝቦች የሚዘወተሩ የማሕበረሰብ ማዕከላትን ወይም ሌሎች ቦታዎችን በመጎብኘት መደረግ ይችላል።

3. በተለየ መልኩ አደጋ ላይ ያሉ ሰፈሮች እና ቤቶችን የሚጠቅሱ የከተማ አካባቢ ጠቃሚ ጥናቶችን ማድረጋቸውን ለማወቅ የአካባቢውን ዩኒቨርሲቲዎች ያግኙ።

በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት፣ ለሙቀት ሞገዶች ይበልጥ ተጋላጭ የሆኑት ጋር መድረስ ሊያከናውኗቸው ከሚችሏቸው በጣም ተፅዕኖ ፈጣሪ እንቅስቃሴዎች መካከል አንዱ ነው። ይህ ገፅ በሰፈር አቀራረብ በኩል በጣም ተጋላጭ ቤቶች እንዴት እንደሚለዩ እና ቅድሚያ እንደሚሰጣቸው ላይ መሰረታዊ መመሪያ ያቀርባል። ሰፈሮችን ለጉብኝቶች ቅድሚያ ከሰጡ በኋላ፣ የቤት ጉብኝቶች እንዴት እንደሚካሄዱ ላይ እንደ ማሕበረሰብ-ተኮር የጤና እና የመጀመሪያ ዕርዳታ መመሪያዎች[7] ያሉ መመሪያዎችን መከተል ይችላሉ።

7 ዓለምአቀፍ የቀይ መስቀል ቀይ ጨረቃ ማሕበራት ፌደሬሽን (IFRC)፣ ማሕበረሰብ-ተኮር ጤና እና የመጀመሪያ ዕርዳታ። 2009፣ IFRC ጄኔቫ፣ ስዊዘርላንድ

የተግባር ቅጽ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች እቅድ ማዘጋጀት

ይህ የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻዎች ወቅት ለጉብኝት ቅድሚያ የሚያገኙ ትምህርት ቤቶችን የተመለከተ መመሪያ ይሰጣል።

በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት፣ ተማሪዎችን እና አስተማሪዎችን ስለ የሙቀት አደጋዎች እና እንዴት እራሳቸውን እንደሚጠብቁ ለማስተማር የትኞቹን ትምህርት ቤቶች እንደሚጎበኙ ቅድሚያ መስጠት ይኖርብዎታል። ይህ የተግባር ቅጽ እንዴት ቅድሚያ እንደሚሰጥ ላይ መመሪያ ያቀርባል።

አንደኛው ቅድሚያ መስጫ መንገድ የትኞቹ ትምህርት ቤቶች ዝቅተኛ ገቢ ሰፈሮች ውስጥ እንደሆኑ በማሰብ ነው። ትምህርት ቤቱ በከተማው ውስጥ በአረንጓዴ ቦታዎች ማነስ እና በጣም የተገነባ አካባቢ በመሆኑ የሙቀት መጠኖች የበለጠ ከፍተኛ የሚሆኑበት "ሞቃት ስፍራ" ውስጥ መገኘት አለመገኘቱንም ከግምት ውስጥ ማስገባት ይኖርብዎታል። አብዛኛውን ጊዜ፣ እነዚህ ባህሪያት ይደራረባሉ። የበለጠ የተጨናነቁ ወይም አየር መቆጣጠሪያ የሌላቸውን ትምህርት ቤቶችም ከግምት ውስጥ ሊያስገቡ ይችላሉ፣ ምክንያቱም እነዚያ ትምህርት ቤቶች ውስጥ ያሉ ተማሪዎች ለከፍ ያሉ የሙቀት መጠኖች ሊጋለጡ ይችላሉ።

ይህንን መረጃ በመጠቀም፣ በከተማዎ ውስጥ በጣም ተጋላጭ እና/ወይም ለከፍተኛ ሙቀት የተጋለጡ ሁሉም ትምህርት ቤቶችን ዝርዝር ያውጡ። በሙቀት ዘመቻ፣ በጣም ሞቃት እስኪሆን መጠበቅ የለብዎትም። ቀድመው ያቅዱ - የሙቀት ወቅቱ መጀመሪያ ሲቃረብ ከትምህርት ቤቶቹ ጋር ጉብኝቶችን ቀጠሮ ያስይዙ፡

»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»
»

የተግባር ቅጽ 5፡ የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይቶ ማወቅ

ይህን የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ዘመቻ ወቅት የውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ለይታችሁ ለማወቅና ቅደም ተከተል ለመስጠት ተጠቀሙበት።

ሰፊውን ማህበረሰብ ለማግኘት፣ የሚከተሉትን ስፍራዎች ቅድሚያ አግኝተዋል

የትራንስፖርት ማዕከላት፡

»

»

የሕዝብ መናፈሻዎች፣ ገበያዎች እና ሌሎች የመሰብሰቢያ ቦታዎች፡

»

»

ብዙ ሰው የሚገኝባቸው የቱሪስት መስህቦች ወይም የዝግጅት ቦታዎች፡

»

»

በጣም ለአደጋ ተጋላጭ የሆኑትን ቦታዎች ለመድረስ ለሚከተሉት ቦታዎች ቅድሚያ ተሰጥቷል

የግንባታ ቦታዎች፡

»

»

ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ሰፈሮች (የመጠጥ ውሃው በበቂ ሁኔታ እንዲበተን የአካባቢውን የመንግስት መስሪያ ቤቶች እና የአምልኮ ስፍራዎችን ያገናዝቡ)፡

»

»

ይህ የተግባር ቅጽ በሙቀት ሞገድ ወቅት የመጠጥ ውሃ ማሰራጫ ቦታዎችን በመለየት በቅርንጫፍ ቢሮ ሰራተኞች እና በበጎ ፈቃደኞች መካከል ፈጣን የሃሳብ ማንሸራሸር ሂደትን ሊመራ ይችላል።

አሁን ያረጋግጡ፡

1. የቀሩ ሰፈሮች አሉ? በማናቸውም ሰፈሮች ውስጥ ከመጠን በላይ ጥርቅም አለ?
2. ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ሰፈሮች በበቂ ሁኔታ ተይዘዋል?
3. የራሳቸውን ጤንነት እና ደህንነት ለማረጋገጥ አጠር ያሉ ፈረቃዎችን በመጠቀም እነዚህን ሥፍራዎች በሠራተኛነት ለማገልገል በቂ ፈቃደኞች አሉን?

ጠቃሚ ምክሮች፡

- የውሃ ማከፋፈያ ቦታዎችን ሲያስቀምጡ ከአከባቢው ማህበረሰብ ጋር ያማክሩ። ለምሳሌ፣ በካርታ ላይ የተመለከተ አንድ ነጥብ ተስማሚ መስሎ ቢታይም በሕዝብ ማመላለሻ በቀላሉ ሊደረስበት ላይችል ይችላል።
- ቤታቸውን ለቀው መውጣት ወይም የማከፋፈያ ቦታዎችን ማግኘት የማይችሉ በሕብረተሰቡ ውስጥ ይበልጥ ተጋላጭ የሚሆኑት፣ አሁንም ድጋፍና ውሃ እንዲያገኙ እቅድ ያውጡ።
- የመጠጥ ውሃ ማከፋፈያ ቦታዎችን ሲያቀናብሩ ሰዎች ረጅም ወረፋዎችን ጸሃይ ላይ እንዳይጠብቁ ጥላ መኖሩን ያረጋግጡ።
- በሚቻልበት ጊዜ ከሚጣሉ የውሃ ኩባያዎች እና ከፕላስቲክ ውሃ ጠርሙሶች ይልቅ ንጹህ እና ደህንነቱ የተጠበቀ አማራጭ ለማግኘት ይሞክሩ። የሚጣሉ ኩባያዎች ጥቅም ላይ መዋል ሲኖርባቸው ከፕላስቲክ እና ከስታይሮፎም የበለጠ ወረቀት ዘላቂ ነው።
- ሆኖም፣ በአንዳንድ ሁኔታዎች - እንደ ከባድ ድርቅ እና ሙቀት ሁለቱም በአንድ ጊዜ ሲከሰቱ - የውሃ ጠርሙሶች ጥሩ አማራጭ ሊሆኑ ይችላሉ።

የተግባር ቅጽ 6፡ ቀዝቃዛ ቦታዎች

ይህ የተግባር ቅጽ ቀዝቃዛ ቦታዎች እና የማቀዝቀዣ ማዕከላት የሚገኙበትን ቦታ እና እንዴት ማግኘት እንደሚቻል የተመለከተ መመሪያ ይሰጣል።

የማቀዝቀዣ ማእከል ማለት በተለይም የአየር ማቀዝቀዣ ከሌለዎት በሞቃታማ የአየር ጠባይ ወቅት የሚቀዘቅዙበት ቦታ ነው። በተለምዶ የማቀዝቀዣ ማዕከሎች አየር ማቀዝቀዣ ያላቸው እና በአንድ ከተማ ውስጥ ላሉት ሰዎች ሁሉ በነፃ ተደራሽ ናቸው። አየር-ማቀዝቀዣ ማዕከላት ከሌሉ ከቤት ውጭ የመዝናኛ ቦታዎች - ለምሳሌ የአከባቢ መናፈሻዎች፣ ስፕላሽ ፓድ/ስፕሬይ ፓርኮች እና የተጠበቁ የባህር ዳርቻዎች፣ ሐይቆች እና የማህበረሰብ ገንዳዎች - ለመቀዛቀዝ ሌሎች ቦታዎች ናቸው። ጊዜያዊ ማዕከሎች ከተሽከርካሪ ፋኖች እና ከአየር ማቀዝቀዣ ጋር በድንኳኖች ውስጥ ሊዘጋጁ ይችላሉ። እነዚህ ድንኳኖች ኤሌክትሪክ እና ውሃ ማግኘት አለባቸው፣ በጥላ ስር (ለምሳሌ ከዛፍ ስር) መዘጋጀት ይኖርባቸዋል። በተጨማሪም፣ የማቀዝቀዣ ማዕከሉን እየሰሩ ያሉ ሰዎች ከሙቀት ጋር ተያይዘው ለሚመጡ ህመሞች የመጀመሪያ እርዳታ የሰለጠኑ መሆናቸውን ያረጋግጡ።

በከተማዎ ውስጥ የማቀዝቀዣ ማዕከሎች ምን ምን ሊሆኑ ይችላሉ? ያስታውሱ የማቀዝቀዣ ማዕከላት እንደ ቤተ-መጻህፍት፣ የማህበረሰብ እና በእድሜ ለገፉ ሰዎች ማዕከላት፣ ዩኒቨርስቲዎች እና እንደ የገበያ ማዕከሎች ያሉ በቤት ውስጥ አየር ማቀዝቀዣ ተቋማትን ያካትታሉ።

»

»

»

የማቀዝቀዣ ማዕከሎች ለህዝብ-የግል ሽርክናዎች ዕድል ይሰጣሉ። በከተማዎ ውስጥ ቀይ መስቀል ወይም ቀይ ሪሰንት በሙቀት ሞገድ ወቅት የአየር ማቀዝቀዣ ቦታዎቻቸውን ለመተት ፈቃደኛ የሚሆኑ የግል ኩባንያዎች አሉ? አጋር ሊሆኑ የሚችሉትን ዝርዝር ያዘጋጁ፡

»

»

»

አየር ማቀዝቀዣ ከሌለ የከተማው ነዋሪዎች ለማቀዝቀዝ የሚጠቀሙባቸው ሌሎች ቀዝቃዛ ቦታዎች አሉ? የቦታዎቹን ዝርዝር ይያዙ፡

»

»

»

ለጊዜው ቀዝቃዛ ቦታዎችን ለመፍጠር መንገዶች አሉ? ለምሳሌ፣ የውሃ ርጭት ፓርክ በመፍጠር ወይም በተወሰኑ የህዝብ ቦታዎች ላይ ጥላ በመጨመር? ሀሳቦችዎን ይዘርዝሩ፡

»

»

»

ሰዎች እንዴት ወደ ቀዝቃዛ ቦታዎች ይሄዳሉ? ምናልባት በሙቀት ሞገድ ወቅት የፒካፕ እና ዴሊቨሪ አገልግሎት ይፈለግ ይሆናል፣ በተለይም የተወሰኑ የህዝብ የማቀዝቀዣ ማዕከሎች ብቻ የሚከፈቱ ከሆነ እና ለሁሉም በቀላሉ ተደራሽ ካልሆኑ። ትራንስፖርት ለማቅረብ ሀሳቦችዎን ይዘርዝሩ፡

»

»

»

የተግባር ቅጽ 7፡ ድህረ-ሙቀት ሞገድ ግምገማ

ውስጣዊ ከድርጊት በኋላ ግምገማ እንዴት እንደሚካሄድ እና የሙቀት ሞገድ ካለቀ በኋላ የሚገኝ ትምህርት እንዴት እንደሚሰነድ መምሪያ።

ሃሳብ የመስጠት የመጀመሪያ ዙር፡ ምን በጥሩ ሁኔታ ተከናወነ?

»
»
»
»
»

የሁለተኛው ዙር ሃሳብ መስጠት፡ ምን ያስቸገረ ነገር ነበር? በትክክል ያልሄደው ምንድነው?

»
»
»
»
»

ሦስተኛው ዙር፡ በሚቀጥለው ጊዜ ምን የተለየ ነገር እናደርጋለን?

»
»
»
»
»

አንዳንድ የሙቀት-ሞገድ እርምጃዎችን ከወሰዱ በኋላ ቡድኑን መሰብሰብ እና በተገኘው ውጤት ላይ ማንፀባረቅ አስፈላጊ ነው፣ ምን ተግዳሮቶች አጋጥመውታል እና በሚቀጥለው ጊዜ ምን ማድረግ እንዳለባቸው ማሰላሰል አስፈላጊ ነው። የተማሩትን ጠቃሚ ትምህርቶች ከግምት ውስጥ በማስገባት የስትራቴጂክ እቅድ ሊዘመን የሚችል መሆኑን ለማረጋገጥ ይህ አስፈላጊ እርምጃ ነው።

የድርጊት ካርዶች

የድርጊት ካርድ 1፥ የሚዲያ ምክክር

ይህ በሙቀት ሞገድ ወቅት ወይም በፊት የሚዲያ አማካሪ በሚዘጋጅበት ጊዜ ይህ የድርጊት ካርድ ክስተት ተኮር መረጃዎችን [በቅንፍ] ውስጥ የሚገኙትን ጽሑፎች በመተካት እንደ መመሪያ ሊያገለግል ይችላል። ከዚያ ኦንላይን ሊለጠፍ እና ለአካባቢያው ሚዲያ እውቂያዎች ሊጋራ ይችላል።

የመገናኛ ብዙሃን አማካሪ፥ [ቦታ ስም] የሙቀት ሞገድ – የቀይ መስቀል ባለሞያዎች ይገኛሉ

[ቦታ], [የተሰጠበት ቀን] – **የቀይ መስቀል ባለሙያዎች በዚህ ሳምንት** [የቦታ ስም] **የሙቀት ሞገድ ሊመጣ የሚችለውን ሰብዓዊ ተጽዕኖ፣ እንዲሁም የሰዎችን ይወት ለመጠበቅ ሊወሰዱ የሚችሉ ቀላል እና አነተኛ ወጪ እርምጃዎችን ለመወያየት ዝግጁ ናቸው።**

በሚቀጥሉት ቀናት ሙቀቶች ይጨምራሉ ተብሎ ይጠበቃል፣ በጤና እና በማህበራዊ ደህንነት ስርዓቶች ላይ ከፍተኛ ጫና ያሳድራል፣ እንዲሁም ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች ህይወት እና ደህንነታቸው አደጋ ላይ ሊወድቅ ይችላል።

የቀይ መስቀል ባለሙያዎች የሙቀቱ ሞገድ ሊያስከትል የሚችለውን ሰብዓዊ ተጽዕኖ ለመቀነስ ግለሰቦች እና ባለሥልጣናት ሊወስዱት የሚችሏቸውን አንዳንድ ተግባራዊ፣ሕይወት አድን እርምጃዎችን ማጉላት ይችላሉ።

የሚገኙ ባለሙያዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፥
በ [ቦታ]፡ [ስም]፣ [ርዕስ]፣ [ተግባራዊ በሚሆንበት ጊዜ የተወሰነ የሙያ መስክ]
በ [ቦታ]፡ [ስም]፣ [ርዕስ]፣ [ተግባራዊ በሚሆንበት ጊዜ የተወሰነ የሙያ መስክ]

የሚዲያ ዕውቂያ፥
በ [ቦታ]፡ [ስም]፣ [ርዕስ]፣ [ስልክ]፣ [ኢሜይል]

የድርጊት ካርድ 2፡ ሚዲያ ማስታወሻ መውሰድ

እነዚህ ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴርዎ ጋር በመመካከር ለእርስዎ መተርጎም የሚያስፈልጋቸው የቁልፍ መልዕክቶች ናሙናዎች ናቸው። በውደ - ጽሑፋዊ ከሆኑ በኋላ በጋዜጣዊ መግለጫ ወቅት ለሕዝብ ሊጋሩ ይችላሉ።

ማስታወሻ: እነዚህ ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴርዎ ጋር በመመካከር ለእርስዎ መተርጎም የሚያስፈልጋቸው የቁልፍ መልዕክቶች ናሙናዎች ናቸው።

ቁልፍ መልእክት 1፡

የሙቀት ሞገዶች ገዳይ ናቸው፣ ግን በቀላል አነስተኛ ወጪ እርምጃዎች የሙቀት መሞትን መከላከል ይቻላል

- ምንም እንኳን የሙቀት ሞገዶች እንደ ጎርፍ እና አውሎ ነፋሶች ያሉ ሌሎች አደጋዎች ተመሳሳይ አስገራሚ የኢታይ ተፅእኖ ባይኖራቸውም፣ በሚከሰቱበት ጊዜ በጣም አደገኛ ከሆኑ የተፈጥሮ አደጋዎች ውስጥ አንዱ ናቸው።
- በሙቀቱ የመጠቃት ዕድላቸው ከፍተኛ የሆኑ ሰዎች ትናንሽ ልጆች፣ አረጋውያን፣ ሥር የሰደደ የጤና እክል ያሉባቸው ሰዎች (እንደ ልብ በሽታ፣ የሳንባ ሕመሞች፣ የስኳር በሽታ እና የአእምሮ ጤና ጉዳዮች ያሉ)፣ ከቤት ውጭ የሚሰሩ ሰዎች እና የተገለሉ ሰዎች ናቸው።

ቁልፍ መልእክት 2፡

በደንብ ውሃ መጠጣት የኃይለኛ ሙቀት ተጽዕኖዎችን ሊቀንስ ይችላል

- ሙቀቱን ለመቋቋም በጣም ውጤታማ ከሆኑ መንገዶች አንዱ ከጥማት በፊት ውሃ በመጠታት ሃይድሬትድ ሆኖ መቆየት ነው።
- በከፍተኛ ሙቀት ወቅት ካፌይን እና አልኮልን የያዙ መጠጦችንም ማስወገድ ይኖርብዎታል።

ቁልፍ መልእክት 3፡

በቀን ለጥቂት ሰዓታት ቀዝቀዝ ሆኖ መቆየት ሰውነትዎ ከፍተኛ ሙቀት ን እንዲቋቋም ሊረዳው ይችላል

- በከተማ ውስጥ ለማቀዝቀዝ የሚሄዱባቸው እነዚህ ቦታዎች ናቸው: [በከተማ ውስጥ ያሉ የተወሰኑ የተስተካከለ አየር ያላቸው ቦታዎች፣ የሕዝብ መናፈሻዎች፣ ጥበቃ ያላቸው የውሃ ቦታዎች፣የውሃ ፓርኮች ወዘተ ያሉ የተወሰኑ ቦታዎችን ስም ያስገቡ]
- ወደ [ባህር ዳርቻ፣ ሐይቅ ወ.ዘ.ተ] ወይም ወደሌሎች ውሃማ ቦታዎች የሚያቀኑ ከሆነ የውሃ ደህንነትን ያስታውሱ! በሙቀት ሞገድ ወቅት ድንገተኛ መስጠም አደጋ ቁጥሩ ይጨምራል።

ቁልፍ መልእክት 4፡

ቤተሰብዎን፣ ጓደኞችዎን እና ጎረቤቶችዎን ቼክ ያድርጉ። እርስዎ ወይም የሚወዷቸው ሰዎች ከባድ የሙቀት ጭንቀት ምልክቶች ማሳየት ከጀመሩ በፍጥነት ማቀዝቀዝ እና የአስቸኳይ የህክምና ዕርዳታ ይጠይቁ

- የከባድ የሙቀት ጭንቀት ምልክቶች ማስታወክ፣ ግራ መጋባት፣ መደናበር፣ ትኩስ ደረቅ ቆዳ እና ራስን አለማወቅ ይገኙበታል።

ጠቃሚ ምክሮች፡

- የሚዲያ ቃለ መጠይቆች ብዙውን ጊዜ በጣም አጭር ናቸው፣ ቁልፍ መልዕክቶችን ከሁለት እስከ ሶስት ደቂቃዎች ውስጥ ለማጋራት ይዘጋጁ። እርስዎ መዘጋጀት እንዲችሉ የሚዲያዎን ግንኙነት ምን ያህል ደቂቃዎች እንደሚኖሩዎት ይጠይቁ።
- በደማቅ የጽሕፈት ጽሑፍ ውስጥ ያሉት መልእክቶች በጣም አስፈላጊዎች ናቸው፣ በተመደበው ጊዜ ሁሉንም ለማካፈል እርግጠኛ ይሁኑ።
- ብሄራዊ ማህበረሰብዎ የሚዲያ ቃለመጠይቆችን የሚያከናውን ዕውቀት ያለው ቃል አቀባይ እንዳለው ያረጋግጡ።

የድርጊት ካርድ 3፤ የቤተሰብ ጉብኝቶች

ይህ የድርጊት ካርድ በቤተሰብ ጉብኝቶች ወቅት ፈቃደኛ ሠራተኞች ለማጋራት ቁልፍ መልዕክቶችን ይሰጣል። ፕሪንት አድርገው ከእርስዎ ጋር ይውሰዱት።

ማስታወሻ፡ እነዚህ ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴርዎ ጋር በመመካከር ለእርስዎ መተርጎም የሚያስፈልጋቸው የቁልፍ መልዕክቶች ናሙናዎች ናቸው።

ቁልፍ መልዕክቶች፤

- ይህ አካባቢ በአሁኑ ወቅት ከፍተኛ ሙቀት እያጋጠመው ይገኛል።
- ሙቀት ለእርስዎ እና ለቤተሰብዎ በተለይም ለአረጋውያን፣ ለትናንሽ ሕፃናት፣ እርጉዝ ሴቶች እና የስኳር ህመምተኞች፣ የልብ ወይም የመተንፈሻ አካላት ችግር ላለባቸው ሊጎዳ ይችላል።
- እርስዎ እና ቤተሰብዎ በደንብ ሃይድሬት በማድረግ፣ ውሃ ከመጠማትዎ በፊት ውሃ በመጠጣት እና ካፌይን ወይም አልኮሆል ያላቸውን መጠጦች በማስወገድ ደህንነትዎን መጠበቅ ይችላሉ።
- እርስዎም ሆኑ ቤተሰቦችዎ ከሙቀት እረፍት ለማግኘት ቀዝቃዛ ቦታዎችን በመጎብኘት ደህንነትዎን የተጠበቀ ማድረግ ይችላሉ። በአቅራቢያዎ ያለው ቀዝቃዛ ቦታ [ቦታውን ያስገቡ] ነው።
- እነዚህን መልእክቶች በማስተላለፍ እና ለአደጋ ተጋላጭ የሆኑትን አዘውትሮ በመመርመር ጓደኞችዎን እና ቤተሰቦችዎን ደህንነት ለመጠበቅ መርዳት ይችላሉ።
- እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው የሙቀት-ነክ በሽታ ምልክቶች ማሳየት ከጀመሩ እባክዎን ተጠቂውን ሰው ወደ ቅርብ ሆስፒታል ወይም ወደ ጤና ጣቢያ ይውሰዱት። ከባድ ምልክቶች ማስታወክ፣ ግራ መጋባት፣ መደናበር፣ ትኩስ ደረቅ ቆዳ እና ራስን መሳት ያካትታሉ።
- የቤትዎን ማቀዝቀዣ በሚከተለው ይጠብቁ፡
  - **ሀ.** ወደ ማታ ላይ ውጪ ላይ ቀዝቃዛ አየር ስለሚኖር ቤትዎን ከፍተው አየር ማስገባት።
  - **ለ.** በቀትር ከውስጥ ይልቅ ከቤት ውጭ ሞቃታማ ከሆነ ፀሀይን ለመቀነስ መስኮቶችን እንዲሸፍኑ ማድረግ።
  - **ሐ.** በምትኩ ቀዝቃዛ ምግቦችን በመመገብ ቤት ውስጥ ምግብ ማብሰልን ያስወግዱ። በቤት ውስጥ ምግብ ማብሰል ከፈለጉ እርጥበትን ለመቀነስ ድስቶችን ይሸፍኑ።

የድርጊት ካርድ 4፡ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች

ይህ የድርጊት ካርድ የትምህርት ቤት ጉብኝቶች ማካሄጃ መመሪያ ይሰጣል። የድርጊት ካርዱ ለትምህርት ቤት አስተዳዳሪዎች እንዲሁም በክፍል ውስጥ በቀጥታ ለተማሪዎች የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

ማስታወሻ፡ እነዚህ ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴርዎ ጋር በመመካከር ለእርስዎ መተርጎም የሚያስፈልጋቸው የቁልፍ መልዕክቶች ናሙናዎች ናቸው።

ለመምህራን ቁልፍ መልዕክቶች፡

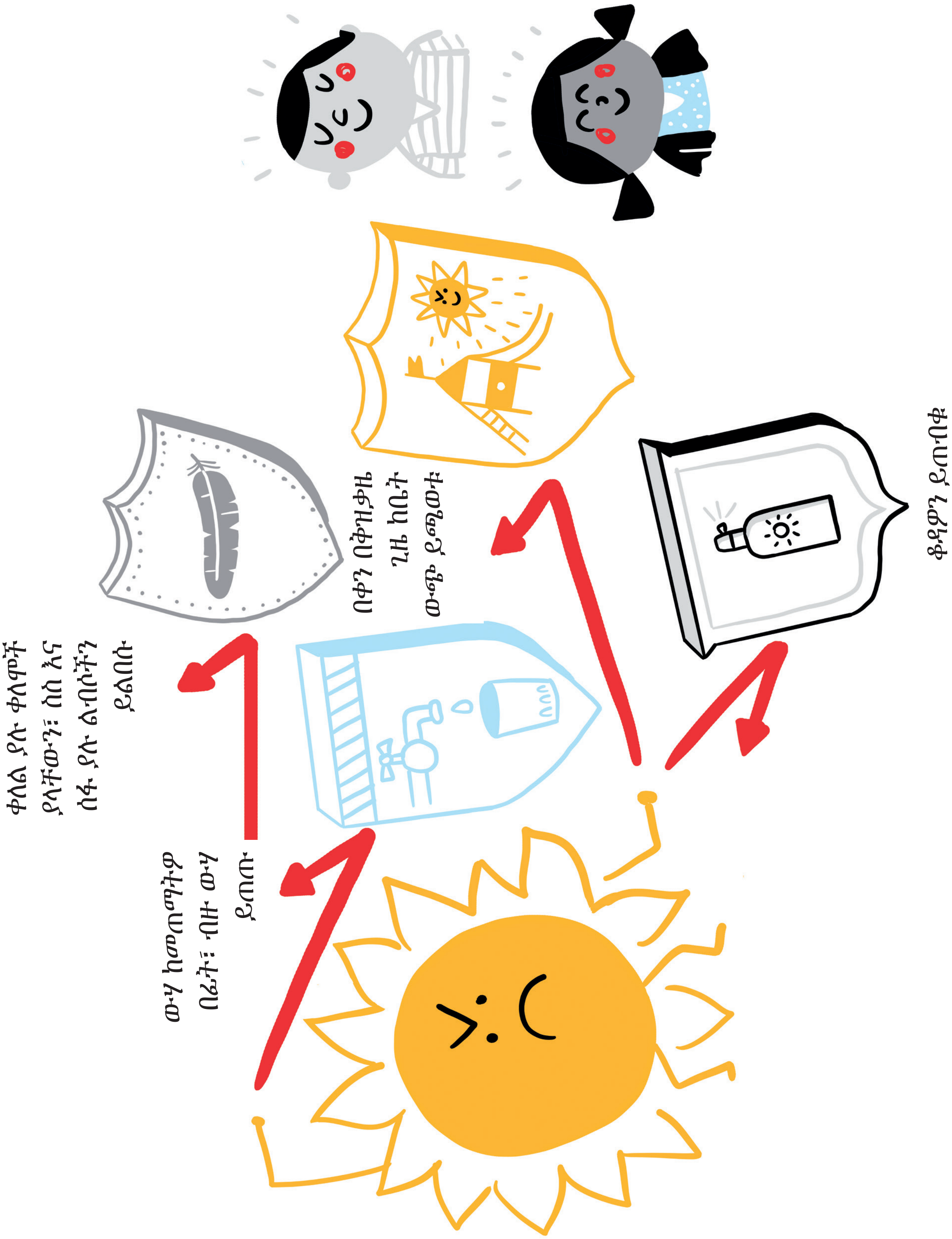
- ይህ አካባቢ በአሁኑ ወቅት እጅግ ከፍተኛ የሆነ ሙቀት እያገኘው ይገኛል።
- ከፍተኛ ሙቀት ጎዳይ ሊሆን ይችላል፣ በተማሪዎች የማተኮር ችሎታ ላይም አሉታዊ ተጽዕኖ ሊያሳድር ይችላል፣ አልፎ ተርፎም አለመግባባቶችን እና ጥሎችን ሊጨምር ይችላል። እርስዎ እና ተማሪዎችዎ በዚህ የሙቀት ሞገድ ወቅት ደህንነትዎ የተጠበቀ ሆኖ እንዲቆይ ማድረግ በጣም አስፈላጊ ነው።
- ተማሪዎች በደንብ ውሃ እየጠጡ እንደሆነ ያረጋግጡ። ውሃ ከመጠማታቸው በፊት፣ ብዙ ውሃ እንዲጠጡ ያበረታቷቸው።
- ከሙቀት ሞገድ በኋላ እስከሚሆን ድረስ የስፖርት ዝግጅቶችን መሰረዝ እና እንደገና ማቀድ ያስቡበት።
- የስፖርት ልምምድን ወደ ቀኑ ቀዝቃዛ ጊዜዎች፣ ለምሳሌ ማለዳ ላይ ማድረግን ያስቡ።
- ሕንጻው አየሩ የተስተካከለ ከሆነ፣ የእረፍት ጊዜዎችን በውስጥ ለማቆየት ያስቡ። ሕንጻው አየሩ የተስተካከለ ካልሆነ፣ ከቤት ውጭ ካለው የአየር ሙቀት የበለጠ ቀዝቀዝ ያለ ከሆነ በእረፍት ጊዜ ወይም በክፍል ቦታዎች ጥላዎች ላይ ክፍሎችን ለመያዝ ያስቡ።
- በሙቀት ሞገድ ወቅት የሚወዷቸው ሰዎች ደህንነታቸውን ጠብቀው እንዲኖሩ ተማሪዎች በጣም አስፈላጊ የለውጥ ምክንያቶች ናቸው። ይህንን ጠቃሚ ምክር ወደ ቤት እዲደርስ እባክዎ የሚከተሉትን ቁልፍ መልዕክቶች ለተማሪዎችዎ ያጋሩ።

ለተማሪዎች ቁልፍ መልዕክቶች፡

- ይህ አካባቢ በአሁኑ ወቅት ከፍተኛ ሙቀት እያጋጠመው ይገኛል።
- ሙቀት ለእርስዎ እና ለሚወዷቸው ሰዎች ጎጂ ሊሆን ይችላል። ሙቀቱን ለመቋቋም መረጃን በማጋራት ደህንነትዎን ይጠብቁ እና ሌሎችን ይረዱ።
- በሙቀት ሞገድ ወቅት፣ ውሃ ከመጠማትዎ በፊት እንኳን ብዙ ውሃ በመጠጣት በደንብ ሃይድሬትድ ሆኖ መቆየት አስፈላጊ ነው።
- በሙቀት ሞገድ ወቅት ለእርስዎ እና ለቤተሰብዎ በቀን ቢያንስ ለጥቂት ሰዓታት በቀዝቃዛ ቦታ ውስጥ ማሳለፉ አስፈላጊ ነው። ይህ በአየር ማቀዝቀዣ፣ በከተማዎ ውስጥ ያሉ መናፈሻዎች ወይም በዚህ የሙቀት ሞገድ ምክንያት የተከፈቱ ሌሎች ቀዝቃዛ ቦታዎች ሊሆኑ ይችላሉ። [በአቅራቢያ ያሉ ምሳሌዎችን ለማስገባት ፈቃደኛ]
- እንዲሁም በዕድሜ የገፉ ዘመዶችን እና ጎረቤቶችን ቼክ ማድረግ አስፈላጊ ነው። ወላጆችዎ ስለሚያውቋቸው ትልልቅ ሰዎች እንዲያስቡ ያበረታቷቸው። ደህንነታቸውን ለመፈተሽ ወላጆችዎን እንዲደውሉላቸው ወይም ከቤታቸው እንዲያቆሙ ይጠይቋቸው።

የድርጊት ካርድ 5፡ ይምህርት ቤት ጉብኝቶች ብሮሸር

ይህ የድርጊት ካርድ ሊታተም እና ለተማሪዎች ሊሰራጭ የሚችል ብሮሸር ነው።



የድርጊት ካርድ 6፡ የሙቀት ጫናን መገንዘብ

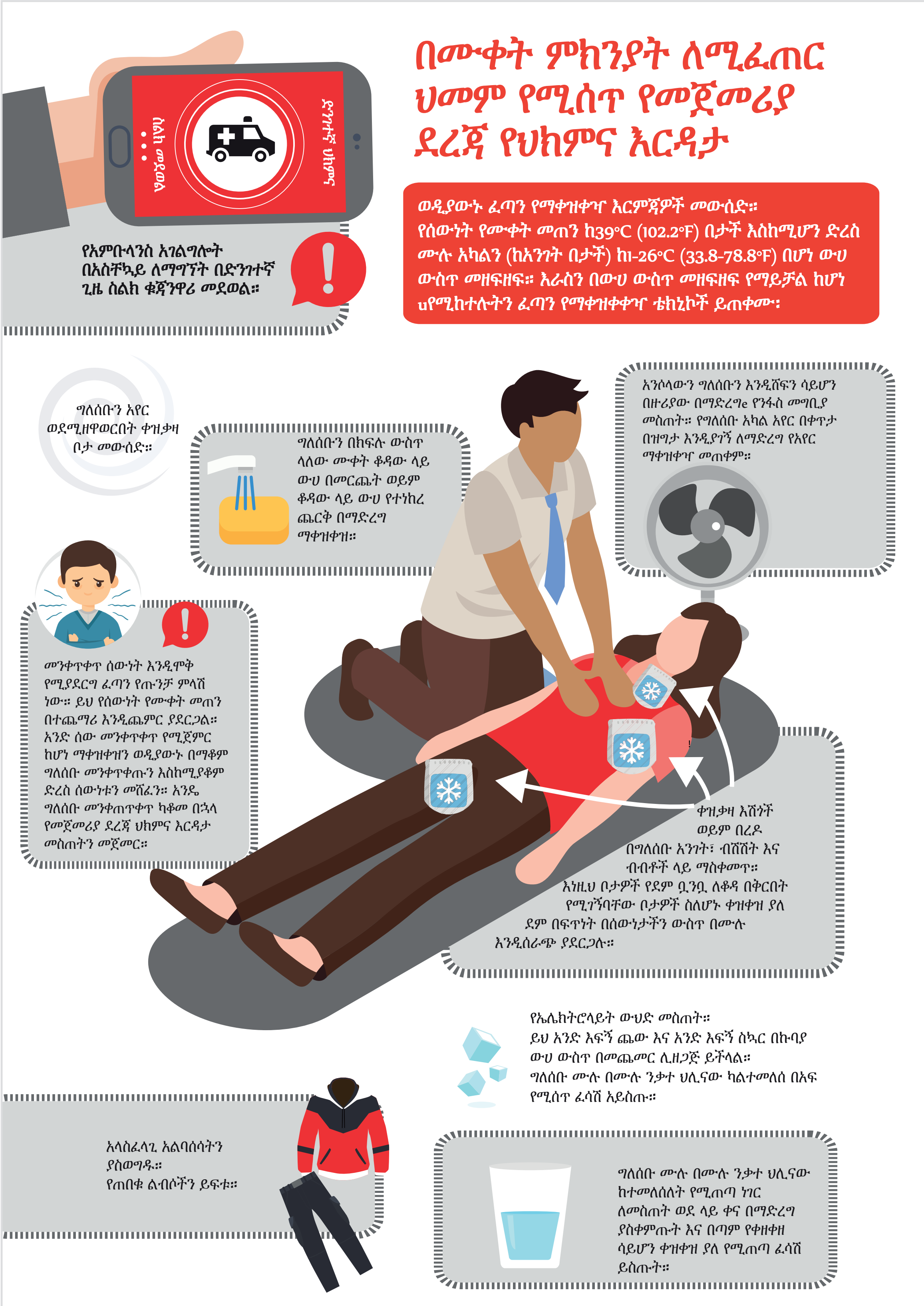
ይህ የድርጊት ካርድ የሙቀት ጫና ምልክቶችን እንዴት ለይተን እንደምናውቅ በተመለከተ የመረጃ መስጫ ግራፍ ነው።

የድርጊት ካርድ 7፡ ሙቀትን ለማስወጣት/ለማስተንፈስ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታ መስስት

ይህ የድርጊት ካርድ ሙቀትን ለማስተንፈስ የሚሰጥ የመጀመሪያ ደረጃ እርዳታን የተመለከተ መረጃ መስጫ ግራፍ ነው።

የድርጊት ካርድ 8፡ ለልብ ምት ማቆም የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ መስጠት

ይህ የድርጊት ካርድ ለልብ ምት ማቆም የመጀመሪያ ደረጃ ህክምና እርዳታ መስጠትን የተመለከተ የመረጃ መስጫ ሰንጠረዥ ነው።



የድርጊት ካርድ 9፥ የንግድ ስራ ባለቤቶችን ማነጋገር

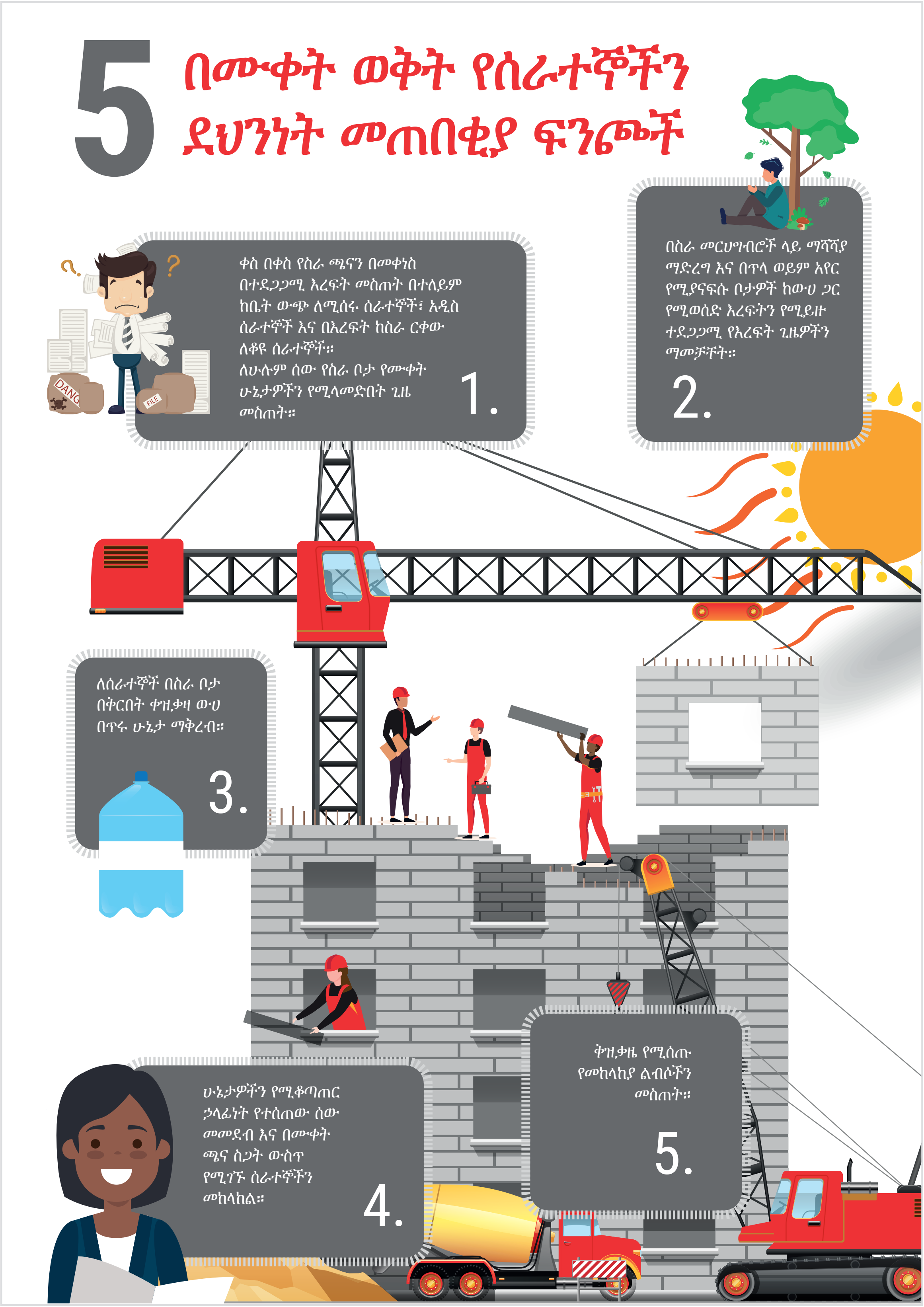
ይህ የድርጊት ካርድ ስለ ከፍተኛ ሙቀት ስጋቶች እና የሰራተኞች ደህንነት በተመለከተ ለንግድ ስራ ባለቤቶችና የድርጅት ስራ አስኪያጆች የሚተላለፉ ዋና ዋና መልእክቶችን ያቀርባል።

ቁልፍ መልዕክቶች፥

- ይህ አካባቢ በአሁኑ ወቅት ከፍተኛ ሙቀት እያጋጠመው ይገኛል።
- ከፍተኛ ሙቀት ገዳይ ሊሆን ይችላል፣ በንግድዎ ላይም አሉታዊ ተጽዕኖ ሊያሳድር ይችላል። በዚህ የሙቀት ሞገድ ወቅት እርስዎ እና ሰራተኞችዎ ደህንነትዎ የተጠበቀ ሆኖ መቆየቱ በጣም አስፈላጊ ነው።
- በቀን በጣም ሞቃታማ በሆኑ ጊዜያት ሰዎች ከቤት ውጭ ትንሽ ጊዜ እንዲያሳልፉ የስራ ሰዓቶችን ማስተካከል ይችላሉ። ለምሳሌ ሸቀጦችን በጠዋት ማለዳ ላይ ወይም ምሽት ላይ ያቅርቡ።
- ሰራተኞች ሁል ጊዜ የመጠጥ ውሃ ተጠቃሚ መሆናቸውን ማረጋገጥ እና ውሃው በደንብ እንዲኖር ያበረታቷቸዋል።
- ቢሮዎች፣ ሱቆች እና ሌሎች ሁሉም የስራ ቦታዎች ቀዝቅዘው መያዛቸውን ያረጋግጡ።
- የህዝብ ማመላለሻዎች በሞቃታማ የአየር ጠባይ ሊጎዱ ስለሚችሉ በስራ ሰዓቶች ላይ ተለዋዋጭ ይሁኑ።
- ሰራተኞቹ ቀዝቅዘው እንዲኖሩ ፈዘዝ ያለ ቀለም፣ ስስ እና ሰፋ ያሉ ልብስ እንዲለብሱ ያበረታቱ። በክራቫት እና ሱፍ መልበስን በተመለከተ ላይ ቀለል ያሉ መስፈርቶችን ያስቡ።
- አረጋውያን፣ ነፍሰ ጡር ሴቶች፣ ሥር የሰደደ የጤና ችግር ላለባቸው ሰዎች እና ሌሎችም በ ሳጥን 2 ውስጥ ለተዘረዘሩት ተደጋጋሚ ዕረፍቶች እና በቂ አየር ያግኙ፡ ተጋላጭ የሆኑ ሰዎችን መለየት።

የድርጊት ካርድ 10፡ በከፍተኛ ሙቀት ወቅት የሰራተኞች ደህንነት

ይህ የድርጊት ካርድ ለሰራተኞች በስራ ቦታ ላይ እንዴት የሙቀት ጫናን መከላከል እንደሚችሉ በተመለከተ የመረጃ መስጫ ሰንጠረዥ ነው። ካርዱ ታትሞ ለሰራተኞችና ስራ አስኪያጆቻቸው ሊከፋፈል ይችላል። የዚህን ካርድ የፖስተር ህትመትም ማግኘት ይቻላል።



የድርጊት ካርድ 11፡ የበጎ ፍቃደኛ ደህንነት

ይህ የድርጊት ካርድ በሙቀት ሞገድ ወቅት በሚሰሩ ጊዜ ደህንነታቸውን ለመጠበቅ ለበጎ ፈቃደኛ ሠራተኞች መመሪያ ይሰጣል።

ቁልፍ መልዕክቶች፡

ደህንነትዎ ከሁሉም በፊት አስፈላጊ ነው። ደህንነትዎ የተጠበቀ በሚሆንበት ጊዜ ሌሎች ደህንነታቸውን እንዲጠብቁ መርዳት ይችላሉ።

- በደንብ ውሃ ይጠጡ። ውሃ ከመጠማትዎ በፊት መጠጣትዎን እርግጠኛ ይሁኑ።
- ለሙቀት ከተጋለጡ፣ ብዙ እረፍት መውሰድዎን ያረጋግጡ። ከፀሐይ ጋር በቀጥታ ላለመጋለጥ እና ቀዝቅዞ ለመቆየት ሰፋ ያለ ባርኔጣ፣ የፀሐይ መከላከያ እና ፈዘዝ ያለ ቀለም ያለው፣ ስስ እና ሰፋ ያለ ልብስ መልበስዎን ያረጋግጡ።
- በአንዳንድ ቦታዎች ከፍተኛ ሙቀት እና እርጥበት ለትንኞች መጨመር ምክንያት ሊሆን ይችላል። እርስዎ ባሉበት ሁኔታ ይህ ከሆነ ትንኝን የሚከላከል መድኃኒት መጠቀም ያስቡበት።
- በቀኑ በጣም ሞቃት በሆኑ ጊዜያት የበጎ ፈቃደኞችን ፈረቃ ያሳጥሩ።
- በተቻለ መጠን በአካላዊ ጉብኝቶች ምትክ የስልክ ጥሪዎችን ያድርጉ።
- ቀላል ክብደት ያለው የቀይ መስቀል ቀይ ጨረቃ ጃኬት ይምረጡ ወይም በከፍተኛ ሙቀት ወቅት ባጅ/የስም መለያ ብቻ ያድርጉ።
- ደህንነታቸውን ለማረጋገጥ ከሌሎች ፈቃደኛ ሠራተኞች ጋር ተመዝግበው ይግቡ።
- በእራስዎ እና በባልደረባዎችዎ ውስጥ የሙቀት በሽታ ምልክቶችን ይወቁ።

የኩነት ጥናቶች

የኩነት ጥናት 1፡ የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር

የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር በናይሮቢ መደበኛ ባልሆኑ ሰፈሮች ውስጥ ከፍ ያለ የሙቀት አደጋዎችን ለመለየት ከአጋሮች ጋር ይሠራል።

የሙቀት - ስጋት ቦታዎችን መገንዘብ

በናይሮቢ በ 2015/16 በሞቃት ወቅት የኬንያ ተመራማሪዎች በሩቅ ዳሰሳ እና ጊዜያዊ የሙቀት ዳሳሾች ኔትወርክን በማጣመር በመላው ከተማ ውስጥ የሙቀት ልዩነቶችን መርምረዋል። የዚህ ጥናት ግኝቶች በናይሮቢ መደበኛ ባልሆኑ ሰፋሪዎች ላይ የማይክሮ-ሙቀት ደሴቶች መኖራቸውን ያሳያሉ። እዚህ፣ የሙቀት መጠኖች በብዛት ከዚያ ብዙ ዲግሪዎች የበለጠ ሞቃት ነበሩ
በአንጻራዊ ሁኔታ አረንጓዴ በሆነ የከተማው ክፍል ውስጥ በሚገኘው የናይሮቢ ኦፊሴላዊ የሙቀት መቆጣጠሪያ ጣቢያ ተመዝግቧል። ይህ የሙቀት ልዩነት ምናልባት በሰፈራዎቹ ውስጥ ባሉ የህንፃዎች ብዛት እና ዓይነት እንዲሁም የአረንጓዴ ስፍራዎች እጥረት የመጣ ሊሆን ይችላል። በተጨማሪም በሌሎች ጥናቶች ውስጥ ከሚታዩት የሙቀት ልዩነቶች ተመሳሳይ በመሆኑ በሕዝባዊ ጤና ላይ አሉታዊ ተጽዕኖ ያሳድራል። ከናይሮቢ የተገኙ የምርምር ግኝቶች በከተማ ውስጥ ላሉት የአስቸኳይ ጊዜ ሥራ አስኪያጆች አስፈላጊ የሆኑ ጥያቄዎችን ያስነሳሉ፣ ለምሳሌ መደበኛ ባልሆኑት ሰፈሮች ውስጥ የሚገኘውን ሞቃታማ የአየር ሙቀት መጠን ቅድመ ማስጠንቀቂያ ሥርዓተ ልማት ውስጥ እንዴት ማካተት እንደሚቻል፣ ይህም በሌሎች አካባቢዎችም በፍጥነት በከተማይቱ ክፍሎች ማስጠንቀቂያዎችን ሊያስነሳ ይችላል።

ይህ ጥናት የተጠናቀቀው በኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር፣ የልማት መንግስታት ባለስልጣን የልማት የአየር ንብረት ትንበያ እና ማመልከቻዎች ማዕከል፣ በአሜሪካ ቀይ መስቀል፣ በቀይ መስቀል ቀይ ክሪሰንት የአየር ንብረት ማእከል፣ በባልቲሞር ጆንስ ሆፕኪንስ ዩኒቨርሲቲ፣ በሜሪላንድ፣ በአሜሪካ እና በብላክስበርግ የሚገኘው ቨርጂኒያ ፖሊቴክኒክ ዩኒቨርሲቲ ትብብር ነው።

አንድ የኬንያ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኛ በናይሮቢ፣ ሙኩሩ ውስጥ ስለ እሳት አደጋዎች ይናገራል። እራሱ ፕሮጀክቱ በመላ ከተማው ውስጥ የሙቀት ልዩነቶችን ገምግሟል።
ፎቶ፡ ጁዛስ ሰርኒየስ/የአሜሪካ ቀይ መስቀል

የኩነት ጥናት 2፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር

የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር ከጀርመን ቀይ መስቀል በሚደረግለት የቴክኒክ ድጋፍ አላማውን በሀኖይ ቬትናም የሚገኙ የፕሮጀክት ትግበራ ቦታዎችን መምረጥ ያደረገ የተጽእኖ ካርታ ዝግጅት አሰራር አዘጋጅቷል።

የትግበራ ቦታዎችን ለመምረጥ በሃኖይ ውስጥ የኢምፓክት ካርታ

የሃኖይ ከተማ ከፍተኛ የህዝብ ብዛት እና የቤቶች ጥራት እና የሁኔታዎች ተለዋዋጭነት የሙቀቱ ሞገድ የህመም ስሜቶችን ለመቀነስ እርምጃዎች በቅድሚያ ተጠቃሚ ሊሆኑ የሚችሉትን ለመለየት አስቸጋሪ አድርጎታል። የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር የሚከተሉትን ጥያቄዎች መመለስ ነበረበት፣ ማንን እንረዳለን? በጣም ተጋላጭ የሆኑት እነማን ናቸው? በከተማ ውስጥ ከፍተኛ የሙቀት ተጋላጭ ቦታዎች የት አሉ? በጣም ተጋላጩ ህዝብ የት ይገኛል?

ለእነዚህ ጥያቄዎች መልሶችን ለማግኘት የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር - ከጀርመን ቀይ መስቀል በተገኘ የቴክኒክ ድጋፍ - የተጠቃሚ እና የፕሮጀክት ቦታዎችን ለመምረጥ የካርታ ስርዓት አዘጋጅቷል። ይህ የውሳኔ መስጫ መሳሪያ በሶፍትዌር ላይ የተመሰረተ ሲሆን፣ ከፍተኛ የሆነ ተጽዕኖ ሊያሳድሩ የሚችሉባቸውን አካባቢዎች ለመፈለግ የሚያስችሉ ሶስት የመረጃ ሌየሮችን (ተጋላጭነትን፣ የተጋለጡን እና አደጋን) ይሰራል።

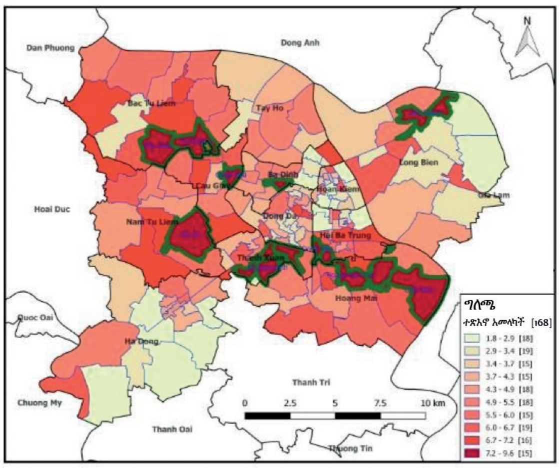
ሶፍትዌሩ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር እና የጀርመን ቀይ መስቀል ከተማ አቀፍ የሆነ የዳሰሳ ጥናት እንዲያደርጉ እና በሃኖይ ከተማ ውስጥ ባሉ 12 ዲስትሪክቶች እና 168 ዋርዶች ላይ ተጋላጭነትን፣ የተጋለጡን እና አደጋን የሚወክሉ ሶስት የተለያዩ ካርታዎችን እንዲያዘጋጁ አስችችሏቸዋል። ሶስቱ የመረጃ ሌየሮች እንደሚከተለው ነበሩ፣

- **ተጋላጭነት፡** ለአደጋ በእጅጉ ተጋላጭ የሆኑትን ቡድኖች (ዕድሜያቸው ከ 5 ዓመት በታች የሆኑ ሕጻናት፣ አዛውንቶች እና የአካል ጉዳተኞች) በመለየት አጠቃላይ ህዝብ ቁጥሩንም ያሳያል።
- **የተጋለጡ፡** ያረጁ አካባቢዎች እና የአየር ማቀዝቀዝ በሌለበት ዝቅተኛ ገቢ ባላቸው ቤተሰቦች ውስጥ የሚኖሩትን የህብረተሰብ ክፍሎች በመለየት አጠቃላይ ህዝብ ቁጥሩንም ያሳያል።
- **አደጋ፡** በቬትናም ሜትሮሎጂ፣ ሃይድሮሎጂ እና የአየር ንብረት ለውጥ ተቋም የቀረበውን በሃኖይ ከተማ ዙሪያ የከተማ ሙቀት ደሴቶች ስርጭት ያሳያል።

የፈረንሳይ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች በ 2015 ዓ.ም የሙቀት ሞገድ ወቅት ውሃ አሰራጭተዋል። በሃኖይ ውስጥ ለሙቀት አደጋዎች በጣም የተጋለጡ አካባቢዎችን የሚያሳይ ካርታ። ፎቶ፡ የጀርመን ቀይ መስቀል

እነዚህ ሶስት የመረጃ ሌየሮች ከተጣመሩ በኋላ፣ በከፍተኛ ሁኔታ የተጋለጡ እና ተጋላጭነት ከአደጋ ጋር የሚገጥሙባቸውን በጣም ለአደጋ ተጋላጭ የሆኑትን ዋርዶች የሚያሳይ የተጽዕኖ ትንበያ ካርታ (የትኩረት ካርታ ተብሎ የሚጠራው) ተፈጠሯል።

ሀኖይ የሙቀት ሞገድ ተጽእኖ ትንበያ ካርታ



በ 2019 በሃኖይ ውስጥ በጣም ለአደጋ ተጋላጭ የነበሩ አካባቢዎች 12 የከተማ ዲስትሪክቶች እና 168 ዋርዶች ነበሩ (በግራ በኩል ባለው ካርታ ላይ በጥቁር እና አረንጓዴ መስመሮች ውስጥ ይታያሉ)።

የኩነት ጥናት 3፡ የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ማህበር

ከአካባቢ ባለስልጣናት ጋር አብሮ በመስራት የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ማህበር የህይወት አድን እርምጃዎችን ስራ ላይ ለማዋል የሙቀት ስጋቶችን ከወቅቶች እስከ ሳምንታት ብሎም በቀናት ይቆጣጠራል።

ከመንግስት ጋር በመተባበር የሙቀት ማስጠንቀቂያዎችን መከታተል እና ምላሽ መስጠት

የሚቀርቡ ትንበያዎችን ለመከታተል እና ለሙቀት ሞገድ ክስተቶች ምላሽ ለመስጠት የፈረንሳይ ቀይ መስቀል ከአካባቢ፣ የክልል እና በአገር አቀፍ ደረጃ ካሉ የመንግስት አቻዎቻቸው ጋር በመተባበር ይሰራል። አራት የማንቂያ ደረጃዎች ክትትል ይደረግባቸዋል፡

1. ወቅታዊ የሆነ ምልከታ
2. መገመት እና መዘጋጀት
3. ለሙቀት ሞገድ ምላሽ ለመስጠት የዝግጅት ስራዎች
4. ለከፍተኛ የሙቀት ሞገድ ምላሽ ለመስጠት ይቻል ዘንድ መጠነ ሰፊ የሆነ፣ የድንገተኛ ጊዜ የአቅርቦት እንቅስቃሴ

በ 2019 ላይ ፈረንሳይ ሁለት የሙቀት ሞገዶች አስተናግዳ ነበር። የመጀመሪያው ለዘጠኝ ቀናት የቆየ ሲሆን ከ 1,160 በላይ የሚሆኑ የፈረንሳይ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች የመጠጥ ውሃ በማሰራጨት፣ የማቀዝቀዣ መጠለያዎችን በማዘጋጀት እና ተጋላጭ የሆኑ ሰዎችን ደህንነት ለመንከባከብ የቤት ለቤት ጉብኝት በማድረግ የተሳተፉበት ነበር። በጎ ፈቃደኞች ከ 34,000 ሰዓታት በላይ ድጋፍ የሰጡ ሲሆን፣ በዚህም 7,323 ሰዎችን አረድተዋል።
በአሁኑ ወቅት ብሄራዊ መንግስቱ ከአካባቢ አስተዳደር እና ከፈረንሳይ ቀይ መስቀል ጋር በመተባበር በአየር ንብረት ለውጥ ምክንያት ወደፊት ሊከሰቱ ለሚችሉ ተደጋጋሚ እና ከባድ የሙቀት ሞገዶች በተሻለ መልኩ ለመዘጋጀትና ምላሽ ለመስጠት ይቻል ዘንድ አሁን ያለውን የሙቀት ሞገድ ዕቅድ በመከለስ ላይ ይገኛል።

የፈረንሳይ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች በ 2015 ዓ.ም የሙቀት ሞገድ ወቅት ውሃ አሰራጭተዋል። ፎቶ፡ *Croix-Rouge française - COM DT 75 - Benjamin Vancrayenest*

የኬነት ጥናት 4፡ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል

የኔዘርላንድስ ቀይመስቀል ለኔዘርላንስ የሙቀት የድርጊት እቅድ ለማዘጋጀት ከአካባቢ እና ብሔራዊ ባለድርሻ አካላት ጋር በጋራ ይሰራል።

የኔዘርላንድን የሙቀት ምላሽ ዕቅድን ከመንግስት ጋር በመሆን ማዘጋጀት

የኔዘርላንድስ መንግስት በ 2006 ተከስቶ የነበረውን ገዳይ ሞቃታማ የበጋ ወቅት ተከትሎ በ 2007 ላይ ብሄራዊ የሙቀት ዕቅድ አውጥቷል። ይህንን እቅድ በማዘጋጀት ሂደት ላይ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል፣ የኔዘርላንድ ብሄራዊ የጤና ጥበቃ እና የአካባቢ ጥበቃ ተቋም እና ሌሎች አጋሮች በመሪነት ተሳትፈዋል። ዋና ዓላማቸው የነበረው በሮያል ኔዘርላንድስ የሜትሮሎጂ ተቋም የሚሰጥ የአየር ሁኔታ ትንበያ ላይ ተመስርቶ የዝግጁነት መልዕክቶችን ለህብረተሰቡ ለማስተላለፍ የሚያስችሉ ፕሮቶኮሎችን ማዘጋጀት ነበር። ከዚህ ጎን ለጎንም፣ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል የተወሰኑ፣ በጣም ተጋላጭ የሆኑ ቡድኖች ላይ ትኩረት ያደረገ የራሱን የግንኙነት ስትራቴጂ በተጨማሪ አዘጋጅቷል።

ከዚህ የእቅድ ዝግጅት ጊዜ ጀምሮ፣ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል የጤንነት ክትትሎችን ለማድረግ እና በሙቀት ሞገድ ወቅት ደህንነታቸውን ስለመጠበቅ አስፈላጊ መልእክቶችን ለማካፈል በዕድሜ ለገፉ ሰዎች የቤት ለቤት ጉብኝት ማድረግን ጨምሮ የተለያዩ ስራዎችን ሲሰራ ቆኡቷል። ከዚህም ሌላ ቀይ መስቀሉ በኮንሰርቶች እና ከቤት ውጭ በሚደረጉ ስፖርታዊ ዝግጅቶች ላይም የመጀመሪያ እርዳታ ይሰጣል። በተጨማሪም፣ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል ግንዛቤዎችን ለማሳደግ የተለያዩ ጌሞችን የሚጠቀም ሲሆን፣ በሙቀት ሞገድ ወቅት ደህንነት ተጠብቆ ስለመቆየት ቁልፍ መልዕክቶችን ለማሰራጨት እንደ 'Bloedhete Bingo' ወይም <Bloody Hot Bingo> ያሉ አዝናኝ የሆኑ ጌሞችን ይጠቀማል።

የወደፊቱን ጊዜ በማሰብ፣ በ 2019 የኔዘርላንድ መንግስት ተጨማሪ አረንጓዴ ቦታዎችን በማልማት እና ጥላማ ቦታዎችን በማብዛት እንዲሁም የመጠጥ ውሃ አቅርቦት የሚሰጡ ተቋማትን በማብዛት ከአካባቢ ጀምሮ የተለያዩ ተግባራትን በማከናወን የረጅም ጊዜ መፍትሄዎችን ተግባራዊ ለማድረግ እንቅስቃሴ ጀምሯል። ከ 2006 ጀምሮ የሙቀት አደጋዎችን በመቀነስ ረገድ ያለው በተግባር የታየ ተሞክሮ እና የህብረተሰቡን ስጋቶች የማሰማት ችሎታ ያለው ከመሆኑ አንጻር፣ የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል በእነዚህ ውይይቶች ላይ እጅግ ወሳኝ አጋር ነው።

በ 2018 በተፈጠረው የሙቀት ሞገድ ወቅት የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች ጎረቤታቸውን ሁኔታ ሲከታተሉ ነበር።
ፎቶ፡
የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል ማህበር

የኩነት ጥናት 5፡ የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር

በኒው ዴልሂ ውስጥ ስለ ሙቀት አደጋዎች ግንዛቤን ለማሳደግ የሕንድ ቀይ መስቀል ማህበር ለሕዝብ መልእክት የማስተላለፍ የፈጠራ ዘዴ።

ለሙቀት እርምጃ ፍላሽሞቦች
በኒው ዴልሂ፣ ሕንድ

የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር እና የህንድ ሜትሮሎጂ ክፍል ተጋላጭ በሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች ላይ የሚደርሰውን ተጽዕኖ ለመቀነስ በ 2017 በሙቀት ማእበል ትንበያ ላይ ተቀራርበው መሥራት ጀመሩ።

በጁን 2017 የህንድ ቀይ መስቀል ማህበር፣ 15 ወጣት ሰራተኞች እና በጎ ፈቃደኞች በቅርቡ ለሚመጣው የሙቀት ሞገድ እንዴት እንደሚዘጋጁ ለሰዎች ማሳወቂያ የሆነ አዲስ መንገድ አገኙ፡ፍላሽሞብ። ፍላሽ ሞብ የሚያልፉ መንገደኞችን ቀልብ ለመሳብ ያለምንም ማስታወቂያ በአደባባይ የሚከናወን የተቀናጀ የዘፈን እና የውዝዋዜ እንቅስቃሴ ነው። እና, በዚህ ጉዳይ ላይ, አስፈላጊ መልእክት ያስተላልፋሉ።

መልዕክቶቹ በጣም ቀላል ነበሩ፡ ተጨማሪ ውሃ መጠጣት፣ ጭንቅላት መሸፈን እና በ12:00 እና በ15:00 መካከል -የቀኑ በጣም ሞቃታማ ሰዓታት "እረፍት፣ እረፍት፣ እረፍት" ማድረግ።

በተለያዩ የኒው ደልሂ ሰፍራዎች በአራት ቀናት ውስጥ በአጠቃላይ ስምንት ፍላሽ ሞቦች ተካሂደዋል። ፍላሽሞበሮቹ እንቅስቃሴያቸውን ሲያሳዩ ተመልካቾች ተሰበሰቡ። የዴልሂ አየር ማረፊያ ባለሥልጣን እንኳን ለጎብኝዎች እና ለሠራተኞች በሙቀት ማዕበል የሙቀት መጠንን እንዴት እንደሚቋቋሙ ለማሳወቅ በአራት የተለያዩ ዓለም አቀፍ እና ብሔራዊ አውሮፕላን ማረፊያ የፍላሽ ሞቦችን እንዲያካሂድ ቀይ መስቀልን ጋበዘው። መልዕቶቹ በደንብ ተቀባይነት አግኝተው ብዙ ጊዜ በቃል እየተደገሙ ነበር። በደቡብ ደልሂ ጎዳና በሳሮጂኒ ናጋር ገበያ ውስጥ ሻጮች፣ ገዢዎች፣ የሱቅ ባለቤቶች እና መንገደኞች ፍላሽሞቡን ለመመልከት ባሉበት ቆሙ።

የህንድ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች
በ2017ቱ የሙቀት ሞገድ ጊዜ
ፍላሽሞብ አካሄዱ።
*ፎቶ፡ አዲቲ ካፑር/
የአየር ንብረት መዕከል*

የኬነት ጥናት 6፣ የአርጀንቲና ቀይ መስቀል

የአርጀንቲና ቀይ መስቀል በማህበራዊ ትስስር ገጾች አማካኝነት በሙቀት ስጋቶች ላይ የህዝብ ግንዛቤ ፈጠራ ያካሂዳል።

በሙቀት ሰዓት እንዴት ቀዝቅዞ እንደሚቆይ ግንዛቤን ለማሰራጨት ማህበራዊ ሚዲያን መጠቀም

የአርጀቲና ቀይ መስቀል ህዝብ ጋር ለመድረስ ማህበራዊ ሚዲያን በጣም አመቺ ከሆኑት መንገዶች አንዱ ሲል መርጦታል። በዚህም ምክኒያት፣ ለሙቀት ሞገዱ እንዴት ምላሽ መሰጠት እንዳለበት ግንዛቤ የሚጨምሩ የተለያዩ የመረጃ እና የትምህርት መሳሪያዎችን አዘጋጅቷል። እነዚህ መረጃዎች በፌስቡክ፣ በኢንስታግራም፣ በቲዊተር እና በዋትስአፕ ይሰራጫሉ።

ቅርንጫፎች እንዚህን መረጃዎች በተልይ ከበጋ በፊታ ባሉ ወራት በየጊዜው ይልካሉ። ከብሄራዊ የሜትሮሎጂ አገልግሎት በጣም ከፍተኛ ሙቀት የሚኖርባቸው ቀናት ማስጠንቀቂያ እንደረሰ ከአርጀንቲና ቀይ መስቀልም ይላካሉ።

ደንበኞች የነዚህን መረጃዎች አስፈላጊነት እና በማህበራዊ ሚዲያ በቀላሉ መገኘታቸውን ተገንዝበዋል። የአርጀንቲና ቀይ መስቀል ከቦናስ አይረስ ክልል መንግስት ጋር ለከተማዋ አጠቃላይ የሙቀት ክንውን ዕቅድ ስለማውጣት ውይይት ላይ ነው።

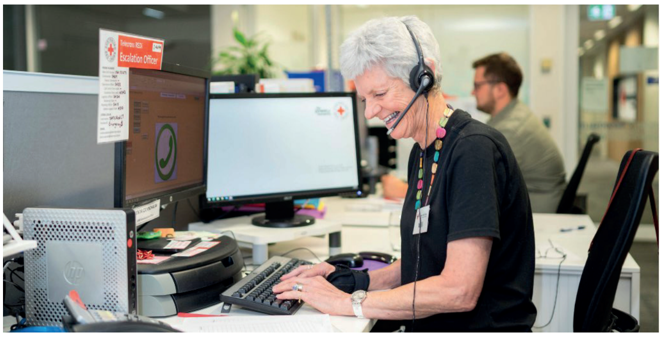
የኩነት ጥናት 7፥ የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል

በቴሌክሮስ ረዲ አገልግሎት የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች ቀድመው የተመዘገቡ ደንበኞችን በሙቀት ሞገድ ጊዜ ጤንነታቸውን ለምመጠየቅ በየቀኑ ይደውላሉ።

ለነዋሪዎች የመደወል አገልግሎት

የቴሌክሮስ ሬዲ አገልግሎት በተደነገጉ የሙቀት ሞገዶች ጊዜ ሰዎችን በየቀኑ በመደወል ያግዛል። በጣም ከፍተኛ የአየር ሁኔታ ክስተት ሲታወጅ በደቡብ አውስትራሊያ በሰብዓዊ አገልግሎቶች መምሪያ እንዲነሳ ይደረጋል። ከአውስትራሊያ ቀይ መስቀል የመጡ በጎ ፈቃደኞች ቀድመው የተመዘገቡ ደንበኞች ጋር ጤንነታቸውን ለመጠየቅ ይደውላሉ። ደዋዮቹ እንዴት እየተቋቋሙት እንደሆነ ይጠይቃሉ እናም በዚህ ከፍተኛ የአየር ሁኔታ ጊዜ አስፈላጊ እርምጃዎች ያስውሷቸውዋል። ጥሪ ካልተመለሰ ወይም አንድ ሰው በጭንቀት ውስጥ ከሆነ የደንበኛውን ደህንነት እና ደህንነት ለማረጋገጥ የድንገተኛ ጊዜ ሂደት ይሠራል። በአስቸጋሪ የአየር ሁኔታ ክስተቶች ወቅት ለአደጋ ተጋላጭ የሆኑ እና በዚህ ወቅት የስልክ ድጋፍ የሚፈልጉ በማህበረሰቡ ውስጥ ያሉ ሰዎች ለአገልግሎቱ እንዲመዘገቡ ይበረታታሉ። ይህ ብቻቸውን የሚኖሩ፣ አካል ጉዳተኛ የሆኑ፣ የአእምሮ ህመም ያለባቸውን፣ ከቤት መውጣት የማይችሉ፣ አቅመ ቢስ፣ ዕድሜያቸው የገፋ፣ ከበሽታ ወይም ከአደጋ የሚያገግሙ፣ ወይም እንደ የስኳር በሽታ ወይም የልብ ህመም ያለ ቀጣይ በሽታ ያለባቸውን ሰዎች ያጠቃልላል። ለበለጠ መረጃ እባኮን የቴሌክሮስ ሬዲን ድህረገጽ ይጎብኙ።

የአውስትራሊያ የቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኛ በሙቀት ሞገድ ጊዜ ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች ይደውላል። ፎቶ፡ የአውስትራሊያ ቀይ መስቀል



የኩነት ጥናት 8፡ የስፔን ቀይ መስቀል

የስፔን ቀይ መስቀል በስልክ መረጃ መስጫ ዘመቻ አማካኝነት በስጋት ውስጥ ለሚገኙ የህብረተሰብ ክፍሎች ጠቃሚ መረጃ ያካፍላል።

የስልክ የመረጃ ዘመቻ

የስፔን ቀይ መስቀል በየአመቱ ከጁላይ እስከ ሴፕቴምበር ባለው ጊዜ ውስጥ በበጋው ወቅት በጣም በሚሞቅባቸው አውራጃዎች ውስጥ የስልክ መረጃ ዘመቻ ይሠራል። ለከፍተኛ ሙቀት ተጋላጭ እንደሆኑ ለሚታወቁት የታቀደው ዘመቻ የደንበኞችን ጤና ለመፈተሽ እና ከፍተኛ የሙቀት መጠንን ለመቋቋም የሚረዳ ምክር ለመስጠት ያቅዳል።

ብዙውን ጊዜ ኦፕሬተሩ የዳሰሳ ጥናት ጥያቄዎችን እየጠየቀ እንዲሁም ግላዊ ምክር እየሰጠ እስከ ሶስት የስልክ ጥሪዎችን ያደርጋል። ለምሳሌ፣ ኦፕሬተሩ ሊጠይቅ የሚችለው፡ "በበጋ ቀን ውስጥ በመደበኛነት ምን ያህል ፈሳሽ ይጠጣሉ? (ይህ ውሃ፣ ተፈጥሯዊ የፍራፍሬ ጭማቂ ወይም ሌሎች ለስላሳ መጠጦች መሆን አለበት፣ ካፌይን የሌለበት፣ የስኳር ወይም የአልኮሆል መጠጦች መሆን የለበትም።)"። ኦፕሬተሩ እንደሚከተሉት አይነት መረጃ ሊያስተላልፍ ይችላል፡ "ምንም እንኳን እኛ ባንጠማም ወይም ሙቀት ባይሰማንም ጤናማ ለመሆን በየቀኑ ቢያንስ 1.5 ሊትር ውሃ መጠጣት አለብን"። እንደሚከተሉት አይነት ምክሮችን ሊሰጥ/ሊትሰጥ ይችላል/ትችላለች፡ "ሲወጡ ሁል ጊዜ አንድ ትንሽ የውሃ ኮዳ ይያዙ እና በትንሽ በትንሹ ይጠጡ። በማስጠንቀቂያ ደወል ወይም ሌላ ዓይነት ማስታወሻ እንዲያስታውሶ በማድረግ በየሁለት ሰዓቱ አንድ ብርጭቆ ውሃ ለመጠጣት ይሞክሩ።"

ሦስቱ የስልክ ጥሪዎች በራስ-ሰር ቀጠሮ ይይዛሉ፣ የሙቀት ሞገድ ጥሪዎች በየ15 ቀናት ይደረጋሉ። ኦፕሬተሩ ሁሌም ተመሳሳይ የዳሰሳ ጥናት ጥያቄዎችን ይከተላል፣ ነገር ግን ቀደም ሲል ባሉት ጥሪዎች ቀድሞውኑ በደንበኛው በአዎንታዊ መልስ የተሰጡትን ጥያቄዎች እንዲጠይቅ አይጠበቅም።

ስፔናዊ የቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኛ በሙቀት ሞገድ ጊዜ ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች ይደውላል።
ፎቶ፡ የስፔን የቀይ መስቀል ማህበር

የኩነት ጥናት 9፡ የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል

የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል በሙቀት ስጋቶች ላይ ግንዛቤን ለማሳደግ የትምህርት ቤት የስልጠና ፕሮግራሞችን ያቀርባል እንዲሁም ለማህበረሰቡ በስፋት መረጃዎችን ያካፍላል።

በሙቀት ሞገዶች ጊዜ የህብረተሰቡን የመቋቋም አቅም ማጎልበት

በ2017፣ የቻያና ቅይ መስቀል ማህበር ቅርንጫፍ የሆነው የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል (HKRC) የህብረተሰቡን መቋቋም ለማጎልበት የአምስት አመት ስትራቴጂያዊ ዕቅደ አቀረበ። በአየር ንብረት ለውጥ ምክንያት ሙቀት እንደ እየጨመረ ያለ አደጋ ስተለየ በስትራቴጂው ውስጥ ተቀናጅቷል።

ሕፃናትንና አዛውንቶች በሙቀት ሞገድ ወቅት በጣም ተጋላጭ መሆናቸው ስለተለየ በ2018 ከመዋዕለ ሕፃናት እና የመጀመሪያ ደረጃ እና የሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤቶች የተውጣጡትን ጨምሮ ለትምህርት ቤት ተማሪዎች የስልጠና መርሃ ግብር ጀመረ። ይህ መርሃግብር እንደ የአየር ንብረት ለውጥ፣ የሙቀት ሞገዶች፣ ቀዝቃዛ ክስተቶች፣ የህንፃዎች እሳት፣ ተላላፊ በሽታ እና መሰረታዊ እና ስነ-ልቦና የመጀመሪያ እርዳታን የመሳሰሉ ርዕሰ ጉዳዮችን የሚዳስስ አዲስ *የአደጋ ዝግጁነት የተቀናጀ የሥልጠና ጥቅል* አካቷል።

ሰባ ሰባት ሰራተኞች እና በጎ ፈቃደኞች እንደ አሰልጣኝነት የሰለጠኑ ሲሆን ኮርሶችን በማርች 2019 ማካሄድ ጀምረዋል። ተማሪዎች ስለ የአየር ንብረት ለውጥ እና ስለየሙቀት ሞገዶች ፅንሰ ሃሳብ ይማራሉ እና ተጽዕኖዎቻቸውን ለመቀነስ ምክሮች ይሰጧቸዋል። የሙቀት ሞገድ መንስኤዎችን ለመቀነስ ኃይልን እንዲቆጥቡ እና አካባቢውን እንዲጠብቁ ተበረታተዋል። በ2019 ከ13 ትምህርት ቤቶች የተውጣጡ ከ2,600 በላይ ተማሪዎች ሰልጥነዋል።

በትይዩ HKRC አረጋዊያን ለኤሌክትሪክ እና ለማቀዝቀዣ መሣሪያዎችን ያላቸውን ተደራሽነት በመገምገም የቤት-ምዘና መርሃ ግብር ጀመረ። በችግር ውስጥ ያሉ ቤቶች በኤሌክትሪክ ማራገቢያዎች ተሰቷቸው ነብር፣ በተለይም በትላልቅ አፓርታማ ሕንፃዎች ውስጥ በአፓርታማዎች ወይም በትንሽ ክፍሎች የተከፋፈሉ።

የትምህርት ቤቱ የስልጠና መርሃግብር ስለ አየር ንብረት ለውጥ ተጽዕኖዎች ግንዛቤን ለማሳደግ እና በአደጋዎች ወቅት የሰዎችን ምላሽ ሰጪነት ለማሻሻል ወደ ህብረተሰቡም ተዛምቷል። ግንዛቤያቸው ጨምሯል እናም ምላሻቸውም በጣም አዎንታዊ ሆኗል። መስተጋብር የህብረተሰቡን የመቋቋም አቅም ለመገንባት በጣም ውጤታማ ከሆኑ መንገዶች አንዱ መሆኑን በማሳየት አሁን በእንቅስቃሴዎች ውስጥ ለመሳተፍ ፈቃደኞች ናቸው።

አንድ የሆንግ ኮንግ የቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኛ በእንክብካቤ ጉብኝት ጊዜ ከአንድ አዛውንት ማህበረሰብ አባል ጋር ይራመዳል።
ፎቶ፡
የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል ማህበር

የኩነት ጥናት 10፡ የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር

የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር በአየር ንብረት ትንበያ ላይ ተመስርቶ የመጠጥ ውሀ ማከፋፈያ ቦታዎችን ስራ ላይ ያውላል።

በትንበያ ላይ የተመሠረተ የመጠጥ ውሃ ስርጭትን ማስጀመር

በጁላይ 10 2019 ለ 7ቀናት (12-18 ጁላይ 2019) ያህል የሙቀት ሞገድ ማስጠንቀቂያ በታጂኪስታን ሪፐብሊክ ብሔራዊ የሃይድሮሜትሮሎጂ አገልግሎት ለደቡባዊ፣ ሰሜናዊ እና ማዕከላዊ የአገሪቱ ክፍሎች ተደንግጎ ነበር። ከፍተኛ የሙቀት መጠን እስከ 44-46 ° ሴ. እንደሚጨምር ተተንብዮ ነበር። ማስጠንቀቂያው ሁለት ጊዜ ተራዝሞ ነበር – እስከ ኦገስት 10 2019። በምላሹም የታጂኪስታን ቀይ ጨረቃ ማህበር (RCST) ከድንገተኛ ሁኔታዎች ኮሚቴ እና ከቲጂኪስታን ሲቪል መከላከያ እና ከአከባቢው ባለሥልጣናት ጋር በቅርበት በመስራት የመጠጥ ውሃ ማከፋፈያ ቦታዎችን ከፍቶ ነበር።

በታጂኪስታን በሙቀት ሞገድ ወቅት የውሃ ተደራሽነት ለሰዎች ዋነኛው ችግር በመሆኑ የመጠጥ ውሃ ስርጭት ቅድሚያ የሚሰጠው ጉዳይ ነው። ከመንግስት ባለስልጣናት ጋር ጎን ለጎን በመስራት RCST በኦርዙ ሰፈር፣ በዛፋሮቦድ አውራጃ ላሉ በሙቀት ሞገዱ በከፍተኛ ሁኔታ ለተጎዱ ሰዎች በየቀኑ የመጠጥ ውሃ አቅርቦቶችን አሰራጭቷል። አጠቃላይ የሀገር አቀፍ ትንታኔን ተከትሎ ይህ ክልል ለሙቀት ሞገድ በጣም ተጋላጭ ነው ተብሎ ይታሰባል። በዚህ ምክንያት 180 ቤቶች (900 ሰዎች) በየቀኑ ለቤተሰብ ለመጠጥ እና ለንፅህና አገልግሎት የሚውለው በሰብአዊ ደረጃዎች (SPHERE) መሠረት በአንድ ሰው በ 15 ሊትር በየቀኑ 13,500 ሊትር ውሃ ተቀብለው ነበር።
ኦገስት 8 2019 ላይ በ29 ቀናት ውስጥ 391,500ሊትር ውሃ ተሰራጭቶ ነበር።

ከ RCST የግንኙነት ስትራቴጂ ጋር በተዛመደ የመረጃ ዘመቻዎች ዒላማ በሆኑት ማህበረሰቦች እና ሆስፒታሎች እንዲሁም በሕዝብ ቦታዎች ተካሂደዋል። እነዚህ ተግባራት የሙቀት-ነክ አደጋን እንዴት እንደሚቀንሱ የመልዕክት ልውውጥን አካትተዋል።

የታጂኪስታን ቀይ ጨረቃ ማህበር በ2019 የሙቀት ሞገድ ጊዜ የመጠጥ ውሃ አስተላፏል።
የፎቶ ክሬዲት፡ የታጃክስታን የቀይ ጨረቃ ማህበር

የኩነት ጥናት 11፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር

በኦገስት 2019 የሙቀት ሞገድ ወቅት የቪየት ናም ቀይ መስቀል ማህበር የሃኖይ፣ የቪዬትናም ነዋሪዎች እየጨመረ ያለውን ሙቀት ለመቋቋም እንዲረዳቸው የማቀዝዣ ማዕከላትን እና ተንቀሳቃሽ የሚያቀዘቅዙ ባሶችን ከፍቷል።

በትንበያ መሰረት የማቀዝቀዣ ማዕከላትን መክፈት

ከ 11-14 ኦገስት 2019 አንድ የሙቀት ሞገድ ሃኖይን ሲመታ የቪዬትናም የቀይ መስቀል ማህበር ከጀርመን ቀይ መስቀል ድጋፍ ጋር በመሆን አራት የማህበረሰብ ማቀዝቀዣ ማዕከላትን ከፍቶ ለአደጋ ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች አየር ማቀዝቀዣ ያላቸው ማረፊያዎችን ለማቅረብ የሚያስችሉ ሶስት አውቶቡሶችን ከማቀዝቀዝ ስርዓት ጋር አቅርቧል። የማቀዝቀዝ አውቶቡሶቹ በሃኖይ ጎዳናዎች የግንዛቤ መልዕክቶችን በማካፈል ይጓዛሉ እናም የጎዳና ላይ ሻጮች እና የሞተር ብስክሌት ነጂዎችን ጋር ለመድረስ ስትራቴጂካዊ ቦታዎች ላይ ያቆማሉ። የበጎ ፈቃደኞች ሰዎች የሙቀት ጭንቀትን ምልክቶች የሚያሳዩ ሰዎችን ለመርዳት በአስቸኳይ የመጀመሪያ እርዳታ ላይም ሰልጥነዋል።

ክፍት በነበሩባቸው አራት ቀናት ማዕከሎቹና አውቶቡሶቹ 1,787 ጎብኝዎችን ተቀብለዋል። ከጎብኝዎቹ መካከል 24 በመቶ የሚሆኑት የጎዳና ሻጮች፣ 23 በመቶ የሚሆኑት የሞተር ብስክሌቶች እና 15 በመቶ የሚሆኑት ደግሞ የቀን ሠራተኞች ነበሩ። በአማካይ ማዕከሎቹ ከውጭው ከሚያቃጥለው ሙቀት በ 7 °C ይቀዘቅዙ ነበር። የጎዳና ላይ ሻጮች ከፍተኛ ቁጥር ያለው ተደጋጋሚ ጉብኝቶች ብዛት ያላቸው ቡድን ሲሆኑ ከ60 በመቶ በላይ ከአንድ ጊዜ በላይ ጎብኝተዋል። ጎብኚዎች ወደ ማዕከሎቹ የመጡት ከሙቀት መሟጠጥ ጋር የተዛመዱ ምልክቶችን ለማስወገድ፣ ለመቀነስ ወይም ለማገገም ነው፣ ምልክቶችን የመለየት ችሎታቸውን እና በእነሱ ላይ እርምጃ ለመውሰድ ፈቃደኝነታቸውን ያሳያል። የማቀዝቀዣ ማዕከሎቹ በጥሩ ሁኔታ ተቀባይነት ያገኙ ሲሆን 95 በመቶ የሚሆኑ ጎብኝዎች የማዕከሎቹን ተፅእኖ እንደ <አዎንታዊ> ወይም <በጣም ቀና> አድርገው ይገመግማሉ።

ከከፍተኛ ሙቀት ጋር ስለሚዛመዱ አደጋዎች ከመንገድ ሻጮች ጋር እያወሩ

ፎቶ፡ የቬትናም ቀይ መስቀል ማህበር

የኩነት ጥናት 12፡ የስፔን ቀይ መስቀል

የስፔን ቀይ መስቀል በሙቀት ሞገዶች ጊዜ ድንገኛ መስመጦችን ለመቀነስ ይሰራል።

ነዋሪዎች የባህር ዳርቻ በሚጎበኙበት ጊዜ ደህንነታቸው መጠበቁን ማረጋገጥ

የስፔን ቀይ መስቀል በበጋው ወራት ለነዋሪዎች የባህር ዳርቻ ደህንነትን ይሰጣል፣ በተለይም በጁን ውስጥ ሰዎች የበጋውን ሙቀት ለመደሰት እና በውቅያኖሱ ውስጥ ለማቀዝቀዝ ወደ የባህር ዳርቻዎች በሚጎርፉበት ጊዜ። በመላው አገሪቱ በሚገኙ የባህር ዳርቻዎች እና በአገር ውስጥ ውሃዎች (ለምሳሌ ሐይቆች፣ ወንዞች፣ ወዘተ) ለሚሰጡት የመከላከያ አገልግሎቶች መካከል 40 በመቶው የስፔን ቀይ መስቀል ኃላፊነት ነው። በተጨማሪም ድንገተኛ ሁኔታ ሲከሰት እንደ የመጀመሪያ ምላሽ ሰጪዎች፣ አምቡላንሶች፣ የነፍስ አድን ጀልባዎች እና የለአካል ጉዳተኛ ለሆኑ ሰዎች ሰፊ ወንበር ያቀርባል።

በባህር ዳርቻው ላይ የቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኞች እና ሰራተኞች ከባህር ዳርቻው ከሚሄዱ ሰዎች ጋር በመነጋገር በባህር ዳርቻው ላይ እንዴት ደህንነትዎን መጠበቅ እና እንደ ሙቀት መሟጠጥ እና የሙቀት ምጥቀት፣ የፀሐይ ማቃጠል፣ ጀሊፊሽ መውጋት እና መስጠም ያሉ አደጋዎችን ለማስወገድ የሚረዱ በራሪ ወረቀቶችን ያሰራጫሉ። ይህ ለዋናተኞች ውሃ ውስጥ መግባት ደህንነቱ የተበቀ መሆኑን እና አለመሆኑን መረጃ በሚያቀርቡ ቀለም ባላቸው የባንዲራ ስርዓት መሰረት የባህርዳርቻ ወርክሾፖችን ያካትታል።

የስፔን ቀይ መስቀል በጎ ፈቃደኖኞች በሙቀት ሞገድ ወቅት ባህር ዳርቻ ከሚሄዱ ሰዎች ጋር ያወራሉ። ፎቶ፡ የስፔን የቀይ መስቀል ማህበር

ማስታወሻዎች

የዚህ መመሪያ ጸሀፊዎች፡

ዡሊ አሪጊ/ Julie Arrighi[1,2]፣ሩፐ ሲንግ/ Roop Singh[1] ፣ ራሚዝ ካን/ Ramiz Khan[1]፣ቤቲና ኮይል/ Bettina Koelle[1] እና ኤዲ ጄምባ/ Eddie Jjemba[1]።

ጸሀፊዎቹ የሚከተሉትን ግለሰቦች በዚህ መመሪያ ስር አንዳንድ ሳጥኖችን፣ የኩነት ጥናቶችን ወይም የመመሪያ ቅጾችን በመጻፍ ላደረጉት አስተዋጽኦ ለማመስገን ይወዳሉ፡

ናንሲ ክላክስተን/Nancy Claxton[3] – *ሳጥን 3፡ በጎ ፍቃደኞችን ማነሳሳትና ይዞ መቀጠል*
አሊሰን ፍሪባይርን/ Alison Freebairn[3] – *የድርጊት ካርድ 1፡ የሚዲያ ማማከር ቴምፕሌት*
ዤሮም ፋውሴት/Jerome Faucet[4] – *የኩነት ጥናት 2፡ የሀኖይ፣ ቬትናም የትግበራ ቦታዎችን መምረጫ የተጽእኖ ካርታ ዝግጅት እና የኩነት ጥናት 11፡ በትንበያ ላይ ተመስርቶ የማቀዝቀግ ማዕከላትን መክፈት*
አዲቲ ካፑር/ Aditi Kapoor[1, 3] – *የኩነት ጥናት 5፡ የኒው ዴልሂ፣ ህንድ የሙቀት እርምጃ የርጭት ዘመቻዎች*

[1] የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የአየር ንብረት ማዕከል
[2] አለም አቀፍ የአደጋ ዝግጁነት ማዕከል
[3] አለም አቀፍ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ማህበራት ፌዴሬሽን
[4] የጀርመን ቀይ መስቀል

ይህን መመሪያ እንዴት መጥቀስ እንደሚቻል፡

አሪጊ ጄ./Arrighi, J., ሲንግ አር./Singh, R., ካን አር./Khan, R., ኮሊ ቢ./Koelle, B., ጄምባ ኢ./Jjemba, E., *የቀይ መስቀልና ቀይጨረቃ ቅርንጫፎች የከተማ የሙቀት ሞገድ መመሪያ።* 2020. የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ የአየር ንብረት ማዕከል

ምስጋና

የዚህ መመሪያ ፀሀፊዎች ለሚከተሉት ግለሰቦች (በፊደል ቅደም ተከተላቸው) የዚህን መመሪያ አቅጣጫ ቅርጽ ለማስያዝና ለይዘቶቹ ምርመራ ውድ ጊዜያቸውን በመሰዋታቸው ምስጋናቸውን ለመግለጽ ይወዳሉ፡

Mariano Alfonsi, የአርጀንቲና ቀይ መስቀል; Andrea Ando, የጣሊያን ቀይ መስቀል;
Shirley Blackshaw González, የኮስታሪካ ቀይ መስቀል; Yvonne Breedijk, የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል ማህበር; Noemie Brocas, የፈረንሳይ ቀይ መስቀል; Fernel Campher, የደቡብ አፍሪካ ቀይ መስቀል ማህበር; Pascal Cassan, አለም አቀፍ የመጀመሪያ ደረጃ ሕክምና እርዳታ ሪፈራል ማዕከል; Nancy Claxton, አለም አቀፍ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ማህበራት ፌዴሬሽን; Erin Coughlan de Perez, የአየር ንብረት ማዕከል;
Sandrine Dacunha, የስፓኒሽ ቀይ መስቀል; Raimond Duijsens, የኔዘርላንድስ ቀይ መስቀል ማህበር;
Knud Falk, የአየር ንብረት ማዕከል; Jerome Faucet, የጀርመን ቀይ መስቀል;
Wolfgang Friedrich, የጀርመን ቀይ መስቀል; Bonnie Haskell, አለም አቀፍ የአደጋ ዝግጁነት ማዕከል;
Noor Jaber, የሊባኖስ ቀይ መስቀል;
Catalina Jamie, የአየር ንብረት ማዕከል; Hunter Jones, አለም አቀፍ የሙቀት ጤና መረጃ ኔትወርክ;
Aynur Kadihasanoglu, አለም አቀፍ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ማህበራት ፌዴሬሽን; Aditi Kapoor, የአየር ንብረት ማዕከል; Rachel Kirvan, የብሪቲሽ ቀይ መስቀል; Irene Lui, የሆንግ ኮንግ ቀይ መስቀል;
Sarafroz Mavlyanov, የታጃኪስታን ቀይ ጨረቃ ማህበር; Grace Mawalla, የታንዛንያ ቀይ መስቀል ማህበር;
Fleur Monasso, የአየር ንብረት ማዕከል; Daniel Mutinda, የኬንያ ቀይ መስቀል ማህበር;
Ian O'Donnell, አለም አቀፍ የቀይ መስቀልና ቀይ ጨረቃ ማህበራት ፌዴሬሽን; Monica Owens Doyle, የአሜሪካ ቀይ መስቀል; Richard Smejkal, የቼክ ቀይ መስቀል; Habiba Sultana Shompa, የባንግላዲሽ ቀይ መስቀል ማህበር;
Yoshiteru Tsuji, የጃፓን ቀይ መስቀል ማህበር; Ayub Twaha, የዑጋንዳ ቀይ መስቀል ማህበር; Ana Villa Mariquina, የፊሊፒንስ ቀይ መስቀል; Nicola Ward, የአየር ንብረት ማዕከል; Gavin White, የአሜሪካ ቀይ መስቀል

የዚህ መመሪያ የቅጂ አርትኦት የተካሄው በሳራ ቴምፔስት/ Sarah Tempest ነው፡፡ ዲዛይኑ የተዘጋጀው በኢስዝቴር ሳሮዲ/ Eszter Sarody ነው፡፡ ስዕሎች የተዘጋጁት በጆርጅ ማርቲን/ Jorge Martin ነው፡፡ የመረጃ ግራፎች የተዘጋጁት በአንድሬጅ ሄሪቤርኒክ/ Andrej Hribernik ነው፡፡
የዚህ መመሪያ ዝግጅት በአየር ንብረት/ Climate-KIC የገንዘብ ድጋፍ የተደረገለት ከመሆኑም በተጨማሪ የEU የምርምርና ፈጠራ ፕሮግራም አሰራር መዋቅር በሆነው ሆራይዘን 2020/ Horizon 2020 ስር የአውሮፓውያን ህብረት አካል ከሆነው ከአውሮፓውያን የፈጠራና ቴክኖሎጂ ተቋም/ European Institute of Innovation and Technology የገንዘብ ድጋፍ አግኝቷል፡፡ አለም አቀፉ የአደጋ ዝግጁነት ማዕከል ይህን መመሪያ ለማዘጋጀት ተጨማሪ ግብአቶች አቅርቧል፡፡

eit Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the
EIT, a body of the European Union

Climate-KIC

Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

Climate-KIC
Climate-KIC is supported by the EIT, a body of the European Union

IFRC

Climate Centre

Global Disaster Preparedness Center

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies
Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge
Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja
الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر
Global First Aid Reference Centre