

# বিপর্যয় নিয়ে স্মৃতিভিত্তিক খেলা

ভূমিকা: আইএফআরসি-র মতে বিপর্যয় (hazard) হল "এমন কোনো বিপজ্জনক ঘটনা, বস্তু, মানবঘটিত মানুষ হতাহত হতে পারে বা কারো স্বাস্থ্যের ওপর অন্য কোনো প্রভাব পড়তে পারে অথবা সম্পদের ক্ষতি, জীবিকা ও সেবার অভাব, সামাজিক ও অর্থনৈতিক ক্ষেত্রে ব্যাঘাত সৃষ্টি কিংবা পরিবেশের ক্ষতি হতে পারে।" বিপর্যয়কে দুর্ঘোণে পরিণত হওয়া থেকে আটকানো সম্ভব। দুর্ঘোণের ঝুঁকি এবং সাধারণ প্রস্তুতির পদক্ষেপগুলো জানার মাধ্যমে নিজের দুর্বলতা বা অসহায়ত্ব কমিয়ে আনা এবং দুর্ঘোণের প্রভাব কাটিয়ে ওঠার ক্ষমতা বাড়ানো সম্ভব।

## দুর্ঘোণের ঝুঁকি

### হ্রাসকরণ কার্যক্রম

#### সময়

১৫ মিনিট

#### জটিলতা

সহজ

#### সরঞ্জাম

কাগজ, প্রিন্টার

#### ধাপ ১

- নিচের ছকটিকে কেটে ভাগ করে কার্ডগুলোকে এলোমেলো করে নিন।

#### ধাপ ২




- একটি টেবিলে সবগুলো কার্ড রাখুন।

#### ধাপ ৩

- বিপর্যয়ের নামগুলোকে বিপর্যয়ের সঠিক বিবরণ এবং যথাযথ করণীয় বা বর্জনীয় কাজগুলোর সাথে মিল করুন।



# বিপর্যয় নিয়ে স্মৃতিভিত্তিক খেলা

বিপর্যয়ের নাম	বিপর্যয়ের বর্ণনা	করণীয় বা বর্জনীয় কাজ
 <p>প্রচণ্ড গরম</p>	দীর্ঘ সময় ধরে অস্বাভাবিক রকমের উচ্চ তাপমাত্রা থাকা এবং প্রায়ই আর্দ্রতা বেড়ে যাওয়া	করণীয়: দিনের ব্যস্ততম সময়ে খেলাধুলা এবং ভারী ব্যায়াম এড়িয়ে চলুন
 <p>মহামারী</p>	কোনো কমিউনিটিতে বা অঞ্চলে অপ্রত্যাশিতভাবে ও অধিকাংশ ক্ষেত্রেই আকস্মিকভাবে নির্দিষ্ট কোনো অসুখের প্রকোপ বেড়ে যাওয়া	বর্জনীয়: তাজা পণ্যের সাথে কাঁচা মাংস রাখা
 <p>ভূপৃষ্ঠের নীচে শিলার স্থান পরিবর্তনের কারণে অথবা মাটির নিচে আগ্নেয়গিরি- বা ম্যাগমা-সৃষ্ট কার্যকলাপের কারণে ভূমির আকস্মিক ও জোরালো কম্পন</p>	করণীয়: মাটিতে শয়ে পড়ুন কিংবা হুইলচেয়ারে বসা থাকলে চাকা লক করে দিন, মাথা ও ঘাড় ঢেকে রাখুন এবং শক্ত করে কোনোকিছু আঁকড়ে ধরে থাকুন	



# বিপর্যয় নিয়ে স্মৃতিভিত্তিক খেলা

 <p>সুনামি</p>	<p>সমুদ্রের তলদেশের বড় একটি অংশ জুড়ে ভূমির স্থানচ্যুতি থেকে উৎপন্ন সমুদ্রের ঢেউ। এই ঢেউ জেট প্লেনের গতিতে এগোতে পারে এবং ২০ মিটার/৬৬ ফুটেরও বেশি উচ্চতায় উপকূলে অঘাত হানতে পারে</p>	<p>করণীয়: উঁচু জায়গায় এবং সমুদ্র থেকে যতদূর সম্ভব ভেতরের দিকে সরে যান</p>
 <p>বন্যা</p>	<p>খাল, নদী বা অন্যান্য জলাধারের স্বাভাবিক সীমানা ছাড়িয়ে পানি উপচে পড়া অথবা সাধারণভাবে শুষ্ক থাকা জায়গায় পানি জমে থাকা</p>	<p>বর্জনীয়: জলের মধ্যে দিয়ে হাঁটা, সাঁতার কাটা বা গাড়ি চালানো</p>
 <p>দাবানল</p>	<p>গ্রাম ও শহর উভয় অঞ্চলেই ঘটতে পারে এমন বড় আকারের অনিয়ন্ত্রিত ও ধ্বংসাত্মক অগ্নিকাণ্ড</p>	<p>করণীয়: খোলা জায়গায় আগুন জ্বালাবেন না, বিশেষ করে দাবানলের মৌসুমে</p>
 <p>বিদ্যুৎবিভ্রাট</p>	<p>বিদ্যুৎ সরবরাহ বন্ধ হয়ে যাওয়া</p>	<p>করণীয়: যদি আপনার বাড়ির পরিবেশ খুব বেশি গরম বা খুব বেশি ঠান্ডা হয়, অথবা যদি আপনার কাছে চিকিৎসার উদ্দেশ্যে ব্যবহৃত এমন কোনো যন্ত্র থাকে যা বিদ্যুতে চলে তাহলে বাড়ি ছেড়ে অন্য কোথাও চলে যান</p>

