

जोखिम स्मृति खेल

IFRC अनुसार, जोखिमहरू "खतरनाक घटना, पदार्थ, मानव गतिविधि वा अवस्था हुन् जसले जीवनमा हानि, चोटपटक वा अन्य स्वास्थ्य प्रभावहरू, सम्पत्ति क्षति, जीविकोपार्जन र सेवाहरूको हानि, सामाजिक र आर्थिक अवरोध, वा वातावरणीय क्षति हुन सक्छ।" खतराहरू प्रकोपमा परिणत हुनुपर्दैन। विपद् जोखिमहरू र सरल तयारी चरणहरू थाहा पाउँदा जोखिम कम गर्न र तपाइँको प्रकोप लचिलोपनलाई बलियो बनाउन मद्दत गर्न सक्छ।

विपद् जोखिम न्यूनीकरण क्रियाकलापहरू

समय

15 मिनेट

कठिनाई

सजिलो

मानव संसाधन:

कागज, प्रिन्टर

● चरण १

- तलको तालिका काट्नुहोस् र कार्डहरू फेरबदल गर्नुहोस्।

● चरण २




- सबै कार्डहरू टेबुलमा राख्नुहोस्।

● चरण ३

- खतराको नामलाई सही खतरा विवरण र उपयुक्त गर्ने वा नगर्नेसँग मिलाउनुहोस्।



जोखिम स्मृति खेल

जोखिमहरु	जोखिम विवरण	गर्ने वा नगर्ने
 <p>अत्यधिक गर्मी</p>	<p>असामान्य रूपमा उच्च तापमान र अक्सर उच्च आर्द्रता को एक विस्तारित अवधि</p>	<p>गर्ने: दिनको उच्च समयमा खेलकुद र भारी व्यायाम नगर्नुहोस्</p>
 <p>महामारी</p>	<p>एक अप्रत्याशित, अक्सर अचानक, एक समुदाय वा क्षेत्र भित्र एक विशेष रोग को वृद्धि</p>	<p>नगर्ने: ताजा उत्पादन र कांचो मासु सँगै राख्नुहोस्</p>
 <p>भूकम्प</p>	<p>सतह मुनि चट्टानहरु सर्ने वा पृथ्वीमा ज्वालामुखी वा चुम्बकीय गतिविधिको कारणले गर्दा जमिनको अचानक र द्रुत हल्लिने</p>	<p>गर्ने: झप/लक गर्नुहोस्, आफ्नो टाउको र घाँटी छोप्नुहोस् र होल्ड गर्नुहोस्</p>



जोखिम स्मृति खेल

 <p>सुनामी</p>	<p>समुन्द्री भुइँको ठूलो मात्रामा विस्थापनबाट सुरु भएको समुद्री लहर। छालहरु जेट प्लेन जतिकै छिटो सर्न सक्छन् र 20 मिटर/66 फीट भन्दा बढी उचाइमा तटरेखाहरु मार्न सक्छन्।</p>	<p>गर्ने: माथिल्लो जमिन र सकेसम्म भित्री भूमि खाली गर्नुहोस्</p>
 <p>बाढी</p>	<p>धारा, नदी वा पानीको अन्य शरीरको सामान्य सीमाबाट ओभरफ्लो भएको पानी, वा सामान्यतया सुख्खा भएको क्षेत्रमा जम्मा भएको</p>	<p>नगर्ने: हिडनुहोस्, पौडी खेल्नुहोस् वा पानीमा ड्राइभ गर्नुहोस्</p>
 <p>डढेलो</p>	<p>ठूला, अनियन्त्रित र सम्भावित विनाशकारी आगो जसले ग्रामीण र शहरी क्षेत्र दुवैलाई असर गर्न सक्छ</p>	<p>गर्ने: खुल्ला ठाँउमा आगो नबाल्नुहोस्, विशेष गरी आगोको मौसममा</p>
 <p>बिजुली आउटेज</p>	<p>बिजुली आपूर्तिमा हानि</p>	<p>गर्ने: यदि तपाईंको घर धेरै तातो वा धेरै चिसो छ भने वा तपाईंसँग शक्ति चाहिने मेडिकल उपकरणहरु छन् भने खाली गर्नुहोस्</p>

