

# دليل التعامل مع الزلازل



مستعدًا للزلازل!

كن

وزارة النقل  
الهيئة العامة للأرصاد الجوية والرصد الزلزالي  
قسم الرصد الزلزالي







**يتضمن هذا الكتيب المحتويات الآتية :**

- **مقدمة عن الزلازل**
- **كيف نتصرف عن حدوث الزلازل**
- **7 خطوات للسلامة من الزلازل**
- **حقيبة الطوارئ**
- **الارشادات العامة للتعامل مع الكوارث الطبيعية**
- **صفحة الاعداد**

**سلامتك بين يديك  
فلتكن البداية من هنا**



## ما هو موقع العراق زلزاليًا ؟

يعد العراق من البلدان التي تتعرض الى نشاط زلزالي بحكم موقعه حيث يقع في منطقة اصطدام الجزء الشمالي والشمالي الشرقي من الصفحة العربية والصفحتين التركية واليرانية . وايضا يعد من البلدان التي تتوفر فيه وثائق تاريخية مهمة تشير الى حدوث عدد كبير من الزلازل المدمرة.

### تقاس الزلازل بمقياس يسمى مقياس ريختر وفق درجات :

**٤-٤** درجات تعتبر هزة خفيفة غالبا

**٥-٦** درجات تعتبر هزة متوسطة قد تسبب اضرار بالمنازل والمباني والارواح

**٧** درجات فما فوق تعتبر هزة عنيفة وتستطيع هذه الزلازل العنيفة التسبب بدمار كبير .



## ما هي الزلازل؟

الزلازل هي احدى الظواهر الطبيعية وهي عبارة عن اهتزازات ارضية سريعة متبعة بارتدادات تسمى موجات زلزالية بسبب تكسر الصخور وتحركها في باطن الارض نتيجة تحرك الصفائح الارضية

تؤدي الزلازل الى تشقق الأرض وحدث امواج عالية تحت سطح البحر تسونامي , وأيضا لها آثار تخريبية على المباني والمواصلات والمنشآت .

لا يمكن التنبؤ بوقوع الزلازل , كما لا يمكن تفاديها ولكن من الممكن اتخاذ الاستعدادات اللازمة للحد من أضرارها أثناء وبعد وقوعها.



## كيف نتصرف عند حدوث الزلزال؟

### اذا كنت داخل مبنى او غرفة :

**حاول** ايجاد ما يسمى **مثلث الحياة** , اجلس في وضع الجنين بالقرب من جسم ضخم كما موضح في الصورة .

**ابتعد** عن النوافذ والزجاج والرفوف وعن اي شيء ممكن ان يسقط عليك من الاعلى ويؤذيك.

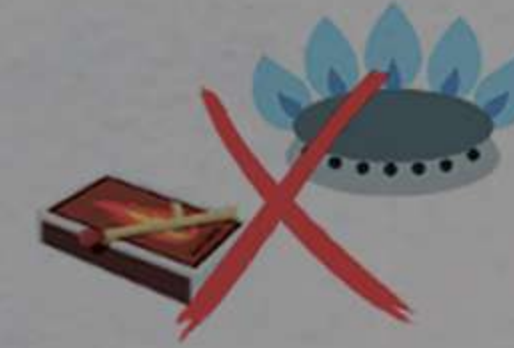
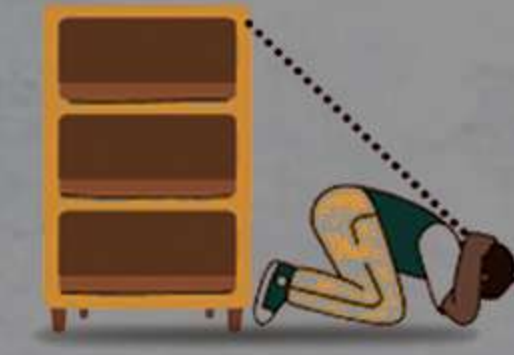
**احذر** من تسرب الغاز في المنازل ولا تشعل الشموع او اعواد الثقاب خلال الهزة او بعدها.

**اجلس** تحت طاولة متينة .

**قف** تحت إطار مدخل الباب .



امسحني



### اما اذا كنت خارج المبنى :

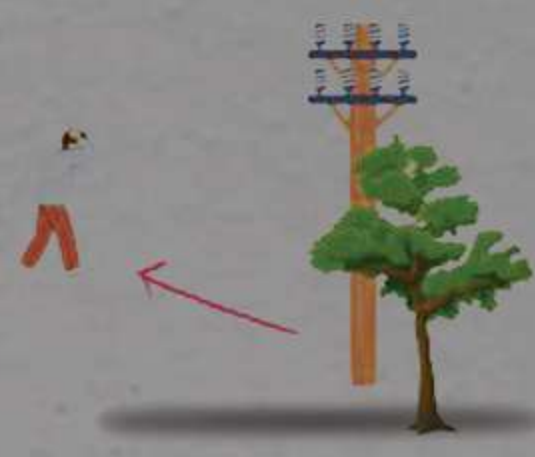
توقف في **مكان** مفتوح الى حين توقف الهزة

قف **بعيدا** عن الاشجار واعمدة الانارة فهي قد تسقط وتسبب اضرار كبيرة

في كل الاحوال حافظ على هدوئك ولا ترتبك

**ابتعد** عن المنحدرات الصخرية وسفوح الجبال والجسور

**ساعد** من تستطيع واسعف من حولك ان استطعت





# 7

## خطوات للسلامة من الزلازل

اتبع الخطوات السبع للسلامة من الزلازل كي تكون مستعدا للبقاء على قيد الحياة والتعافي من الزلزال المدمر المقبل .

### 1

الخطوة 1 : **تأمين مكانك** من خلال تحديد المخاطر وتأمين المواد المتحركة.



### 2

الخطوة 2 : **التخطيط لتكون آمنا** من خلال وضع طوارئ وتحديد كيفية التواصل .



### 3

الخطوة 3 : **تنظيم امدادات الطوارئ** في مواقع مناسبة.



### 4

الخطوة 4 : **تقليل المصاعب المالية** من خلال تنظيم المستندات المهمة وتقوية ممتلكاتك والنظر في التغطية التأمينية



### 5

الخطوة 5 : **الانخفاض والاختباء والانتظار** او اجراءات اخرى موصى بها (اذا شعرت بهزة زلزالية او تلقيت تنبيها)



### 6

الخطوة 6 : **تحسين السلامة** بعد الزلازل عن طريق الاخلاء عند الضرورة ومساعدة الجرحى ومنع المزيد من الاصابات او الاضرار



### 7

الخطوة 7 : **اعادة الاتصال** واستعادة الحياة اليومية من خلال اعادة التجمع مع الاخرين واصلاح الاضرار واعادة بناء المجتمع



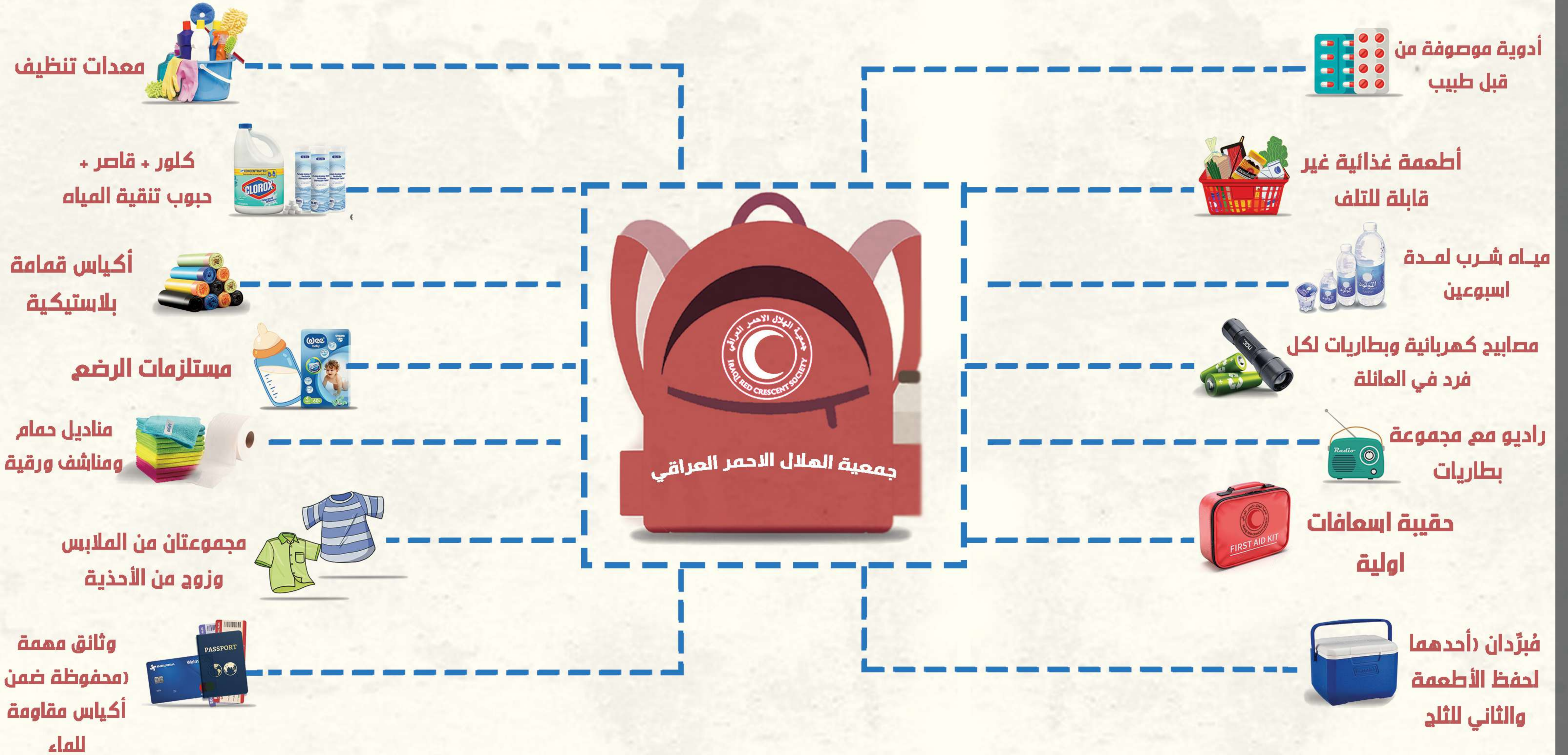
الزلازل قد يكون مفاجئًا، لكن استعدادك سيكون أسرع !

المهينة العامة للأنواء الجوية والرصد الزلزالي



# حقيبة الطوارئ

تعتبر حقيبة الطوارئ إحدى أهم أدوات الاستعداد لدالات الطوارئ وفيما يلي أهم مستلزمات الحقيبة:





# دائمًا في الخدمة

هم حاضرون في كل وقت وكل مكان  
ليؤمّنوا لنا السلامة والامان !

115٢

اتصل بفرق الدفاع المدني عند حدوث الكوارث الطبيعية



تابعوا الاخبار الرسمية للرصد الزلزالي  
في  
الهيئة العامة للأحوال الجوية والرصد الزلزالي





## ارشادات عامة للتعامل مع الطوارئ والكوارث

**يجب** التخطيط والاستعداد للكوارث الطبيعية مسبقا وذلك عن طريق اعداد خطة الطوارئ والتدريب على كيفية تنفيذها وتجهيز ما يلزم من مواد ومعدات وادوات الاسعاف الاولي .

**الاستماع** لتحذيرات السلطات المحلية والوطنية واتباع التعليمات التي تصدرها بشأن الكوارث الطبيعية كما ينصح بمتابعة الموقع الرسمي للهيئة العامة للانواء الجوية والرصد الزلزالي .

**يجب** البقاء على اتصال مع الاهل والاصدقاء والسلطات المحلية والوطنية وذلك عن طريق الهواتف المحمولة ووسائل التواصل الاجتماعي والابلاغ عن اي حالة طوارئ .

**تخزين المواد الغذائية للطوارئ** يعد امرا مهما للغاية لضمان توفر الطعام في حالات الطوارئ مثل الكوارث الطبيعية او الانقطاع المفاجئ للكهرباء او المياه وفيما يلي بعض الارشادات العامة لتخزين المواد الغذائية للطوارئ .

### اختيار المواد الغذائية الصحية :

يجب اختيار المواد الغذائية التي يمكن تخزينها لفترة طويلة وتوفر العناصر الغذائية الاساسية وتشمل هذه المواد الارز والشعير والحمص والشوفان والحبوب والعدس والبقوليات والحليب المجفف والسكر والملح والزيوت النباتية والتوابل .



**يجب** استخدام حاويات محكمة الاغلاق وممانعة للرطوبة والهواء والحشرات لتخزين المواد الغذائية الجافة وتشمل هذه الحاويات الجرار البلاستيكية والحاويات الزجاجية والاكياس البلاستيكية الممانعة للرطوبة .



## السلامة مسؤولية الجميع

الهيئة العامة للانواء الجوية والرصد الزلزالي







**بإشراف**

**السيد المدير العام**

**الدكتور سلمان صدام جاسم**

**تصميم وإعداد**

**طه عبدالحكيم شاكر**

**قسم الرصد الزلزالي**

**الهيئة العامة للأنواء الجوية والرصد الزلزالي**

**اب ٢٠٢٤**





كن مستعدًا  
كن آمنًا  
كن جزءًا من  
الحل

جميع الحقوق محفوظة

© للمهنة العامة للأنواء الجوية والرصد الزلزالي 2024

