

BİR KRİZE HAZIRLIKLI OLUN

KENDİNİZİN VE TOPLUMUN İYİLİĞİ İÇİN HAZIRLANIN

DANİMARKA'NIN KRİZ YÖNETİMİNİN BİR PARÇASISINIZ

Danimarka temelde güvenli ve emniyetli bir ülkedir. Dünyanın en gelişmiş ve dijitalleşmiş toplumlarından birinde iyi gelişmiş ve entegre bir altyapıyla yaşıyoruz; bu da elektrik, su, ısınma, iletişim ve gıda gibi temel ihtiyaçlara istikrarlı bir şekilde erişebildiğimiz anlamına geliyor.

Ancak aynı zamanda modern toplumumuz savunmasızdır.

Bu, özellikle kriz durumlarında geçerlidir. Bir bölgedeki elektrik kesintisi diğer bölgelerde de önemli sonuçlar doğurabilir. Buna herhangi bir süreliğine elektrik, su ve temel ihtiyaç maddelerine erişim de dâhildir.

Bir krizin nedeni ne olursa olsun kendinizin, ev halkınızın ve toplumun bu krizi atlatmasında aktif bir rol oynayabilirsiniz.

ÜÇ GÜN

Yetkililer bir kriz durumunda sizin ve ev halkınızın üç gün boyunca idare edebilecek durumda olmanızı tavsiye etmektedir.

Hazırlıklıysanız ve kendinize ve sevdiklerinize bakabilirseniz yetkililer çabalarını ihtiyacın en büyük olduğu yere odaklayabilir ve durumu normale döndürmek için çalışabilirler. Bir kriz sırasında ve hemen sonrasında ne kadar çok insan kendi başının çaresine bakabilir ve çevresindekilere yardım edebilirse toplum olarak o kadar güçlü oluruz.

Bazı basit tavsiyeler kendinize iyi bakmanıza yardımcı olacaktır. Bu tavsiye çok çeşitli Danimarkalı yetkililerle iş birliği içinde geliştirilmiştir. Yetkililer hepimizin bir krize nasıl hazırlanabileceğimiz konusunda ortak bir görüşü temsil etmektedirler.

Tüm tavsiyeleri uygulamaya koymanız gerekmeyebilir. Ama hazırlıklı olmak iyidir. Elinizden geleni yapın ve ailenize, komşularınıza ve arkadaşlarınıza yardım edin. Neyse ki Danimarka'da bu konuda iyiyiz. Umarım bu tavsiyeler gelecekteki krizlere daha da hazırlıklı olmamıza yardımcı olur.

Laila Reenberg
Müdür, Danimarka Acil Durum Yönetim Kurumu

BİR KRİZİ ATLATMAK

Bir krizi tetikleyebilecek pek çok faktör vardır. Ülkenin tamamını veya bir kısmını etkileyebilecek aşırı hava olayları daha sık ve şiddetli hâle gelecektir. Avrupa'da kötüleşen güvenlik durumu nedeniyle siber saldırı ve sabotaj gibi insan kaynaklı olayların tehdidi ciddidir. Son olarak kazalar, teknik sorunlar veya toplum üzerinde geniş etkisi olan diğer olaylar meydana gelebilir.

Özel şahıslar için krizin en doğrudan sonucu kamu hizmetlerinden mahrum kalma olabilir. Şalterde elektrik ya da muslukta su olmadığını düşünün. Buzdolabınız ve fırınınız

çalışmayacak. Bir süre alışveriş yapamayabilir, arama yapamayabilir veya internete giremeyebilirsiniz

Bir kriz durumu ortaya çıktığında bazı basit tavsiyelere uyararak kendi başınıza idare edebilirsiniz. Size ve ev halkınıza üç gün boyunca idare edebilecek şekilde hazırlık yapmanızı tavsiye ediyoruz. Bu da yetkililere durumu normale döndürmek ve ihtiyacın en fazla olduğu yerlere yardım etmeleri için zaman sağlayacaktır.

İÇME SUYU

KIŞI BAŞINA GÜNLÜK 3 LITRE

İçme ve yemek hazırlama için kişi başına günde 3 litre su hesaplayın. Yani üç gün boyunca suya ihtiyacınız varsa kişi başına 9 litre suya ihtiyacınız vardır. Evcil hayvanlar da dâhil olmak üzere evinizdeki herkes için su bulundurduğunuzdan emin olun

Danimarka Veterinerlik ve Gıda İdaresi ve Danimarka Çevre Koruma Kurumu'nun web sitelerinde daha fazla bilgi bulabilirsiniz.

SU UZUN SÜRE NASIL SAKLANIR

Şişelenmiş içme suyu satın alın, serin ve karanlık bir yerde saklayın ve yalnızca şişenin üzerindeki son kullanma tarihinde belirtilen süre boyunca saklayın. Suyu düzenli olarak değiştirin.

Musluktan içilen su mümkün olduğunca taze olmalıdır ancak serin ve karanlık bir yerde saklanırsa kapalı bir şişede/kapta birkaç ay saklanabilir.

Sadece gıda kullanımı için onaylanmış içme suyu kaplarını kullanın ve onları kullanmadan önce üreticinin talimatlarına göre temizleyin.

Kaplarda tutulan su düzenli olarak değiştirilmelidir. Örneğin bitkileri sulamak için eski suyu kullanın ardından kabı yıkayıp yeniden doldurun.

YIYECEK

ÜÇ GÜNLÜK YIYECEK

Eviniz için üç gün yetecek kadar yiyeceğiniz olduğundan emin olun. Yiyecekler buzdolabı veya dondurucu dışında uzun süre dayanabilecek türde olmalıdır. Fırında veya ocakta pişirilmesi gerekmeyen yiyecekleri (ör. konserve yiyecekler, gevrek ekmek) seçin. Sizin ve ev halkınızın günlük olarak kullandığı ve sevdiği yiyecekleri seçin.

RAF ÖMRÜ VE HAZIRLAMA

RAF ÖMRÜ

Her şeyi bir kerede almak zorunda değilsiniz. Her zamanki gıda alışverişinizi yaparken fazladan birkaç bozulmayan ürün satın alabilirsiniz. Ürünlerin çok eskimemesi için stoklarınızı düzenli olarak kullandığınızdan ve yenilediğinizden emin olun. Yiyecekleri serin, kuru ve karanlık bir yerde saklayın.

HAZIRLAMA

Hazırlanması gereken yiyecekleriniz varsa (ör. pilav, makarna) elektrik veya şebeke gazına erişiminiz olmadan su kaynatabileceğinizden emin olun. Bunun için örneğin bir barbekü ızgarası veya kamp ocağı kullanabilirsiniz. Dış mekân ızgaralarını vb. asla iç mekanlarda veya tamamen ya da kısmen kapalı alanlarda kullanmayın. Duman ve/veya karbon monoksit zehirlenmesi riski vardır.

Danimarka Veterinerlik ve Gıda İdaresi'nin web sitesinde saklama, hijyen vb. konularda daha fazla tavsiye bulunmaktadır.

İLAÇ, HIJYEN VE DİĞER İHTİYAÇLAR

İLAÇ VE İLK YARDIM

En az üç günlük ilacınız ve ilk yardım çantanız olduğundan emin olun. Bir ilk yardım çantasında yara bantları, sargı bezleri (kompresler, elastik bandajlar, gazlı bez vb.) ve yaraları temizlemek ve dezenfekte etmek için ürünler bulunabilir. Nükleer bir kaza durumunda en önemli tavsiye içeride kalmaktır. İyot tabletlerinin 40 yaşın altındaki kişiler ile hamile ve emziren kadınlar için hazır bulundurulması tavsiye edilmektedir. Daha fazlasını Danimarka Sağlık Kurumu'nun web sitesinde okuyabilirsiniz. Bir nükleer kaza durumunda yetkililerin tavsiyelerine uyun

HIJYEN

Tuvalet kâğıdı, el dezenfektanı, ıslak mendil, hijyenik ped ve tampon gibi hijyen malzemelerine sahip olduğunuzdan emin olun.

ISINMA

Kaloriferiniz yoksa ve dışarısoğuksa evinizdeki battaniyeleri, yorganları, sıcak tutan giysileri vb. kullanabilirsiniz. Hava uzun süredir soğuksa çoğunlukla bir odada kalarak evinizi sıcak tutun. Mum veya başka ısı kaynakları kullanıyorsanız bunları perde ve halı gibi yanıcı maddelerden uzakta sağlam bir yüzey üzerine yerleştirin.

DİĞER İHTİYAÇLAR

Çoğu kriz durumunda cep telefonu çok önemlidir. Cep telefonu sayesinde aile üyeleriyle iletişim hâlinde kalabilir ve olay hakkında bilgi alabilirsiniz. Yerel elektrik kesintileri durumunda cep telefonunuzu ve diğer cihazlarınızı açık tutmak için bir güç bankası/pil paketi kullanın. Geniş çaplı veya uzun süreli elektrik kesintileri sırasında telefon şebekeleri ve internet etkilenebilir veya kesilebilir.

Bir el feneri, mumlar, kibritler ve piller yanınızda bulundurmanız gereken diğer faydalı eşyalardır. İnternet kesildiğinde veya telefonunuzla ödeme yapamadığınızda kullanabileceğiniz bir veya daha fazla fiziksel ödeme kartınız olsun. PIN kodlarınızı hatırlayabildiğinizden emin olun. Buna ek olarak bozuk para ve küçük banknotlar hâlinde az miktarda nakit bulundurmayı düşünün.

DURUMUNUZU VE ÖZEL İHTİYAÇLARINIZI DÜŞÜNÜN

ÖZEL İHTİYAÇLAR

Evde bebek maması, bebek bezi veya bakım malzemeleri gibi özel ihtiyaçları olan bebekler, yaşlılar veya hastalar var mı? Varsa evinizde fazladan malzeme bulundurmak iyi bir fikirdir. Yiyecek ve suya ihtiyacı olan evcil hayvanlarınız da olabilir.

SEMTİNİZ

Bir krize ne kadar maruz kalacağınız nerede yaşadığınıza bağlı olabilir. Örneğin kıyıya yakın veya alçak bir bölgede yaşıyorsanız selden etkilenebilirsiniz. Örneğin kum torbaları gibi malzemeleri nereden temin edebileceğinizi öğrenmek iyi bir fikirdir.

ULAŞIM

Kullandığınız ulaşım araçlarını gözden geçirin ve alternatifleri değerlendirin. Rejseplanen ulaşım web sitesi, uygulamalar ve Danimarka Yol Müdürlüğü'nün trafik bilgileri gibi bildirim araçlarını takip edin. Uzak bir yerde yaşıyorsanız ve/veya ulaşım konusunda yardıma ihtiyacınız varsa gerektiğinde yardımcı olabilecek komşularınız, aile üyeleriniz ve arkadaşlarınızla düzenlemeler yapın.

KOMŞULAR, ARKADAŞLAR VE AİLE

Semtinizdeki veya sosyal çevrenizdeki insanların yardıma ihtiyacı olup olmadığının farkında olun. Örneğin önemli telefon numaralarını yazmayı ve buzdolabında tutmayı düşünün.

UYARILAR VE ALARMLAR

UYARILAR

Yetkililer acil durumlarda fiziksel uyarı sirenleri, S!RENEN (Danimarka'nın mobil tabanlı kamu uyarı sistemi) ve acil durum mesajları aracılığıyla uyarılar yayınlayabilir. Bir uyarı sireni duyarsanız içeriye girin ve DR veya TV 2 aracılığıyla yetkililerden bilgi alın. DR, diğer sistemlerin devre dışı kalması durumunda yetkililerden gelen acil durum duyurularını yayınlayacaktır. Diğer bilgi kanallarının başarısız olması durumunda yanınızda bulduracağınız pille/rüzgarla/güneş enerjisiyle çalışan bir FM radyo ile güncel kalabilirsiniz. Birçok insanın arabasında FM radyo vardır.

ACIL DURUM ÇAĞRISI YAPMA

Ambulansa, polise veya itfaiyeye ihtiyacınız varsa 1-1-2'yi arayın. 1-1-2'yi sadece acil bir durum söz konusuysa aramalısınız. Başka nedenlerle kullanılması ölüm kalım çağrıları için hattı bloke edebilir. Yetkililer 1-1-2 ile ilgili sorun yaşanması hâlinde alternatif iletişim bilgilerini duyuracaktır.

BILGI PAYLAŞMADAN ÖNCE DÜŞÜNÜN

Devletin sosyal medyasını ve web sitelerini takip edin. Bir kriz sırasında doğrulanmış bilgilerin paylaşılması ve söylentilerin, dezenformasyonun veya yanlış bilginin yayılmasının önlenmesine yardımcı olunması büyük bir yardımdır. Ağınızda bilgi paylaşmadan önce kaynağın güvenilirliğini her zaman iki kez kontrol edin.

BU TAVSIYE HAKKINDA

KRİZ DURUMLARINDA NEDEN KENDİ BAŞINIZIN ÇARESİNE BAKABİLMELİSİNİZ?

Üç gün boyunca kendi başınıza idare edebilirsiniz yetkililer en savunmasız kişilere yardım etmeye ve durumu normale döndürmeye odaklanabilir. Hazırlıklı olursanız siz ve aileniz de kriz durumlarında daha iyi durumda olursunuz. İstiyorsanız ve yapabiliyorsanız yani zamanınız alanınız ve kaynaklarınız varsa uzun bir süre için küçük bir ihtiyaç stoku oluşturmak, özellikle coğrafi olarak açık bir bölgede yaşıyorsanız veya temel ilaçlar gibi özel ihtiyaçlarınız varsa iyi bir fikirdir.

NEDEN ÜÇ GÜN?

Bir kriz durumunda üç gün boyunca idare edebilme tavsiyesi ve burada verilen özel tavsiyeler Danimarka Acil Durum Yönetim Kurumu tarafından bir dizi yetkiliyle iş birliği içinde derlenmiştir. Burada verilen tavsiye ve öneriler Ulusal Risk Değerlendirmesi ve diğer resmî tehdit, güvenlik ve kırılganlık değerlendirmelerinin yanı sıra gerçekçi ve ilgili olası durumların, bunların sürelerinin ve potansiyel sonuçlarının profesyonel olarak incelemesine dayanmaktadır.

DURUMUNUZ

Herkes kendi başına hazırlık yapabilecek durumda değildir ve bazen aile, arkadaşlar veya komşularla birlikte hazırlık yapmak daha mantıklıdır. Örneğin küçük bir yerde yaşıyor, bütçeniz kısıtlı veya yürümekte zorluk çekiyor olabilirsiniz. Kendi durumunuzda ve evinizde yapabileceğiniz ve sizin için mantıklı olanı yapın. Biraz hazırlık yapmak hiç hazırlık yapmamaktan iyidir.

BU TAVSIYE SADECE YOL GÖSTERME AMAÇLIDIR

Bu tavsiye sadece yol gösterme amaçlıdır ve her evin ihtiyaçlarına ve koşullarına göre uyarlanabilir.

KONTROL LİSTESİ

AŞAĞIDA SIZE FIKIR VEREBİLECEK BİR KONTROL LİSTESİ BULACAKSINIZ. KONTROL LİSTESİ EN TEMEL İHTİYAÇLARI KAPSAYAN ÖNERİLERDEN OLUŞMAKTADIR.

İÇME SUYU

Kişi başına günlük 3 litre

Gerekirse evcil hayvanlar için su

YIYECEK

Uzun raf ömrüne sahip ve hazırlanması kolay üç günlük yiyecek

İLAÇ VE İLK YARDIM

Ev için gerekli ilaçlar

İlk yardım çantası

Hamile ve emziren kadınların yanı sıra 40 yaşın altındaki kişiler için iyot tabletleri

HIJYEN ÜRÜNLERİ

Tuvalet kâğıdı

El dezenfektanı

Bebek bezleri, hijyenik pedler/tamponlar veya evinizle ilgili başka herhangi bir şey

ISINMA

Battaniyeler, yorganlar, sıcak tutan giysiler

DİĞER İHTİYAÇLAR

Örneğin cep telefonunuz için güç bankası veya pil paketi

Meşale

Aküler

Fiziksel ödeme kartları (PIN kodlarını unutmayın) ve uygunsuz bozuk para ve küçük banknotlar hâlinde nakit para

Gerekirse mumlar ve kibritler

ÖZEL İHTİYAÇLAR

Evde çocuk veya yaşlı var mı?

Sel baskını gibi bir duruma maruz kalan bir yerde mi yaşıyorsunuz?

Örneğin su baskını durumunda alternatif ulaşım seçenekleriniz var mı?

Ailenizden, komşularınızdan ve arkadaşlarınızdan yardım alabilir veya onlara yardım edebilir misiniz?

İLETİŞİM

Pille/rüzgarla/güneş enerjisiyle çalışan FM radyo (veya arabanızın radyosu yeterli olabilir).

