

جروهایی امداد و نجات در سراسر جهان برای آمادگی در برابر حوادث آتشی در زمان زنده ماندن در شرایط سخت دوره های آموزشی ویژه ای می بینند؛ این آموزش شامل هنر زنده ماندن در کوبور ، برف ، کوه ؛ دریا ؛ سیل ؛ آتش ؛ زیر آوار بعد از زلزله) است . از آنجا که در چند روز گذشته موج سرما وارد ایران شده است، قسمتی از در سهای تخصصی یکی از گروه های امداد و نجات ایران را می خوانید:

چگونگی برای رویارویی با سرما آماده شوید

پای آنکه توانایی در سرمای شدید و یا محاصره برف جان خود و خانواده تان را نجات دهید، لازم است علاوه بر آشنایی با لوازم و تجهیزات اولیه فردی ، نحوه استفاده صحیح از امکانات و تجهیزات را که در اختیار دارید، بدانید. چند سال پیش در گردنه امامزاده هاشم یک ماشین سواری در کولاک برف ، چند صد متر دور از پناهگاه مانده بود و اعضای خانواده ای که در آن گردنه بودند بعد از چند ساعت برف زده و فست کوه بودند این در حالی بود که اگر می دانستند سوزاندن هر لاستیک ماشین می تواند علاوه بر گرمای لازم جهت زنده ماندنشان، یک علامت نجات بسیار خوب برای جاننشان باشد ، اکنون آنان نیز در میان ما بودند.

پوشاک مناسب چه مشخصاتی باید داشته باشد

سرمای شدید و بادهای سخت می تواند ظرف چند دقیقه باعث یخ زدن قسمتهای بدن شود. پس تمام بدن ، دستها و پاها را بطور کامل بپوشانید. پوششهای کوبور باید پس از نقاط یاز بدن به سرعت خارج شده و سرما نیز پراختی وارد می شود پس بهتر است در اولین اقدام برف و سر آستینها و پاچه های شلوار را باند یا کش ببندید و پاچه های شلوار تان را درون پوینتی یا جورابان کشید.

اگر در حین فعالیت احساس سرما کردید، قبل از آنکه ترقی ، شما را از زیر لباس خیس کنید، بعضی از پندها همچون سر آستینها را باز کنید و اگر باز گرمشان بود، یک لباس کم کنید.

بهترین حالت برای حرکت در زمان بارش برف این است که پوشش رویی شما ضد باد باشد (دقت نمایید ضد باد یا ضد آب یکی نیست) پوشش های ضد باد با بافتی محکم مانع برف می شوند و ضمناً منفذ کافی برای تنفس نیز دارند تا مانع خیس شدن لباسهای زیر برف ترقی بدن شوند.

بهترین حالت برای گرم ماندن بدن این است که زیر پوشش ضد باد خود لباسهای ضخیم پشمی یا بافتی که قابلیت عبور ترقی داشته باشد و بتواند عایق حرارتی مناسبی باشد، بپوشید.

فراموش نکنید که لباس پشمی یا آب جذب نمی کند و حتی به هنگام مرطوب بودن بدن نیز گرم است و مسافت های بین بافت پشم؛ گرمای بدن را در خود ذخیره می کند و به همین سبب در چنین مواقعی مطلقاً نباید لباس زیر در چنین مواقعی لباس زیر پشمی است. پوشش های پنبه ای مثل قلیله روپوش را به خود می کشد همشبه یادتان باشد؛ وقتی پشمی ۴۰ تا ۴۰ بر سر تعریق حرارت را از دست می دهد. اگر برای یک زمستان سرد برنامه ریزی می کنید توجه داشته باشید کاپشنهایی که کلاه نیز دارند در اولویت هستند.

کلاه

فراموش نکنید کلاه ضد آب همانگونه که نمی گذارد آب وارد شود، امکان خروج رطوبت و تبخیر سطحی پوست شما را نیز اندک می سازد. در صورتی که در عرض چند ساعت سر شما غرق خواهد شد و این خود آغاز سرماخوردگی و سرمازدگی است. کلاه های بافتنی بسیار مناسب بوده و برای برف ایده آل هستند.

یک کلاه خوب باید علاوه بر محافظت از سر شما از صورت و گردن شما نیز در برابر سرما محافظت کند؛ لذا چنانچه کلاه شما دارای گردن گیر و پوشش گوش نیست می بایست برای محافظت گردن و صورت و گوشه پانتان؛ برای خود تقاب بسازید. کافی است لباس یا حداقل پارچه ای را برداشته و در روی آن سه دایره برای چشمها و دهانتان سوراخ کنید سپس آن را بر سر کشیده و لبه های پانیمان را در تن پوشش خود مخفی کنید سپس کلاه را بر سر بگذارید و یا به کمک هد تاپ پارچه ای یا پنبه ای آن روی سر خود مهار کنید ؛ مطمئناً قیافه زیبایی نخواهد داشت اما شما را از یخ زدگی پوست که می تواند احتمالاً در اختیار ندادید کم جوراب زياته نیز می تواند به کار بیاید. در این حالت سعی کنید استند اسر و صورت خود را با نکه های پارچه پوشانده ، سپس جوراب را بروی آن بکشید تا به عنوان پوشش ثانویه عمل کند. توجه داشته باشید کودکان را حتماً در زمان خواب با کلاه مناسب پوشش دهید تا گرمای بدنشان از دست نرود.

کفشها

فراموش نکنید یکی از نقاطی که در ارتباط مستقیم و مستمر با برف و خصوصاً سرما است، پاها هستند؛ اگر تصمیم دارید به مدت طولانی در برف راه بروید، حتماً باید کفشهای خود بر نامه داشته باشید ؛ پاها بر اثر رطوبت و سرما دچار یخ زدگی می شوند بنابراین برای اینکه پاها شما دچار یخ زدگی شود بین برف تا پوست پای خود با عایقهای حرارتی و طولانی فاصله گیری کنید. برای این کار می توانید از اکس یا گریس و در صورت عدم دسترسی به این دو از روغن حتی روغنهای غذایی برای چرب کردن سطح پوشش کفش خود بهره ببرید این کار باعث می شود که آب به درون کفش شما نفوذ نکند و برای عایق کردن کفش خود در برابر سرما می توانید از جورابهای پشمی و نین کاور کردن کفش با پرتزی یا لباسهای پشمی مرادزی که ممکن است همراه خود و یا در منزل داشته باشید استفاده کنید.

فراموش نکنید پیش از آن که امکان نفوذ آب از سطوح کفش شما به داخل چکمه

خواهد داشت، برفهای تازه از پشته های شلوار و لبه چکمه شماست که پانتان را برای سرما زدگی خیس خواهد کرد.

اگر در منزل خود و در یک برف سنگین گیر کرده اید و امکان خروج از منزل خود را

ندارید؛ چه می توانید بکنید ؟

در صورتی که آب و برف و گل از شما نشو وصل است

برای باقی ماندن جریان راز نیز حتماً قطع برف صرفه جویی کنید. تا همه از نعمت برف و گل بهره مند شوند.

برای صرفه جویی توجه به چند نکته ضروری است.

سعی کنید از یک شعله حرارتی استفاده همزمان ببرید. مثلاً یک چراغ روشنایی اضطراری کار شهربی هم روشنایی مورد نیاز شما را تامین خواهد کرد. به هم گرمای لازم راه ؛ در کانه در یک برف صرفی قوی مؤثر است. ضمن آنکه به مساله گاز ادرامت توجه کنید!

یک علامت لین و یا بخاری گازی در اتاق می تواند ضمن گرمای دهی ، نقش ایجاب خوراک یزی را نیز برانگیزان کند.

برای قطع آب که ممکن است در اتر یخ زدگی لوله ها هر لحظه اتفاق بیفتد آب ذخیره کنید؛ در اتاقهایی که با سقف استفاده قرار نمی دهید، همچون پذیرایی و اتاق خواب کودکان، از بسته و شوفاژ و بخاری آنها را ببندید تا با مصرف کمتر گاز از احتمال قطع گاز بخطر افت شلوار بکاهد ؛

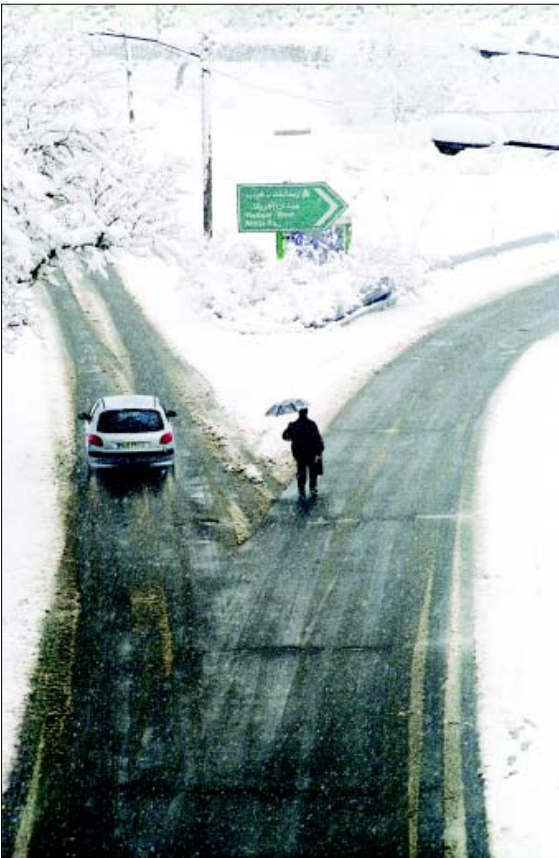
درزهای پنجره ها و درها را بگیرد؛ برای این کار می توانید از نوارهای پارچه ای یا دستمال کاغذی استفاده کنید؛ چایبه که می تواند هیچ قسمتی مورد نیاز برای گرم کردن را در منزل خود کاهش دهد؛ با این کار به راحتی می توانید با مصرف حداقل سوخت آترا به مدت بیشتر گرم نگه دارید.

موانع غذایی موجود در منزل را جهت نیاز چند روزه خانواده خود با بینی نموده و در صورت کم بودن برف ای جزیره هرگز از منزل نبرنامه ریزی کنید.

جز در موارد اضطراری از یک مخزن ذخیره و دریاها و پنجره ها را باز نکنید. با ایجاد گرمی خود از انرژی موجود در خانه شاکتگر استفاده کنید. هرگز از شعله های مستقیم سوختی گاز یا کف هافد لوله ها استفاده نکنید. به یاد داشته باشید، اگر گرمی گورنگی از خلزرات اصلی در زمان محاصره در برف است. چرا که شما درزهای خانه را بسته ای و کاملاً موزون و در منزل بسیار محدود است. رطوبت خانواده را بالا نگه دارید.

در حفهای آبگرم کننده و پیش گرمی های دی و گلاور بفریزید.

اخیراً از رادیو و تلوویزیون به طور مداوم پیگیری کنید. در صورت امکان با بقیه اعضای خانواده خود در نقاط دیگر شهر تماس گرفته و جویای احوالشان باشید.



در صورتی که آب و برف و گل از شما نشو وصل است

برای باقی ماندن جریان راز نیز حتماً قطع برف صرفه جویی کنید. تا همه از نعمت برف و گل بهره مند شوند.

برای صرفه جویی توجه به چند نکته ضروری است.

سعی کنید از یک شعله حرارتی استفاده همزمان ببرید. مثلاً یک چراغ روشنایی اضطراری کار شهربی هم روشنایی مورد نیاز شما را تامین خواهد کرد. به هم گرمای لازم راه ؛ در کانه در یک برف صرفی قوی مؤثر است. ضمن آنکه به مساله گاز ادرامت توجه کنید!

یک علامت لین و یا بخاری گازی در اتاق می تواند ضمن گرمای دهی ، نقش ایجاب خوراک یزی را نیز برانگیزان کند.

برای قطع آب که ممکن است در اتر یخ زدگی لوله ها هر لحظه اتفاق بیفتد آب ذخیره کنید؛ در اتاقهایی که با سقف استفاده قرار نمی دهید، همچون پذیرایی و اتاق خواب کودکان، از بسته و شوفاژ و بخاری آنها را ببندید تا با مصرف کمتر گاز از احتمال قطع گاز بخطر افت شلوار بکاهد ؛

درزهای پنجره ها و درها را بگیرد؛ برای این کار می توانید از نوارهای پارچه ای یا دستمال کاغذی استفاده کنید؛ چایبه که می تواند هیچ قسمتی مورد نیاز برای گرم کردن را در منزل خود کاهش دهد؛ با این کار به راحتی می توانید با مصرف حداقل سوخت آترا به مدت بیشتر گرم نگه دارید.

موانع غذایی موجود در منزل را جهت نیاز چند روزه خانواده خود با بینی نموده و در صورت کم بودن برف ای جزیره هرگز از منزل نبرنامه ریزی کنید.

جز در موارد اضطراری از یک مخزن ذخیره و دریاها و پنجره ها را باز نکنید. با ایجاد گرمی خود از انرژی موجود در خانه شاکتگر استفاده کنید. هرگز از شعله های مستقیم سوختی گاز یا کف هافد لوله ها استفاده نکنید. به یاد داشته باشید، اگر گرمی گورنگی از خلزرات اصلی در زمان محاصره در برف است. چرا که شما درزهای خانه را بسته ای و کاملاً موزون و در منزل بسیار محدود است. رطوبت خانواده را بالا نگه دارید.

در حفهای آبگرم کننده و پیش گرمی های دی و گلاور بفریزید.

اخیراً از رادیو و تلوویزیون به طور مداوم پیگیری کنید. در صورت امکان با بقیه اعضای خانواده خود در نقاط دیگر شهر تماس گرفته و جویای احوالشان باشید.

فراموش نکنید که کلاه ضد آب همانگونه که نمی گذارد آب وارد شود، امکان خروج رطوبت و تبخیر سطحی پوست شما را نیز اندک می سازد.

در صورتی که در عرض چند ساعت سر شما غرق خواهد شد و این خود آغاز سرماخوردگی و سرمازدگی است. کلاه های بافتنی بسیار مناسب بوده و برای برف ایده آل هستند.

یک کلاه خوب باید علاوه بر محافظت از سر شما از صورت و گردن شما نیز در برابر سرما محافظت کند؛ لذا چنانچه کلاه شما دارای گردن گیر و پوشش گوش نیست می بایست برای محافظت گردن و صورت و گوشه پانتان؛ برای خود تقاب بسازید.

کافی است لباس یا حداقل پارچه ای را برداشته و در روی آن سه دایره برای چشمها و دهانتان سوراخ کنید سپس آن را بر سر کشیده و لبه های پانیمان را در تن پوشش خود مخفی کنید سپس کلاه را بر سر بگذارید و یا به کمک هد تاپ پارچه ای یا پنبه ای آن روی سر خود مهار کنید ؛ مطمئناً قیافه زیبایی نخواهد داشت اما شما را از یخ زدگی پوست که می تواند احتمالاً در اختیار ندادید کم جوراب زياته نیز می تواند به کار بیاید.

در این حالت سعی کنید استند اسر و صورت خود را با نکه های پارچه پوشانده ، سپس جوراب را بروی آن بکشید تا به عنوان پوشش ثانویه عمل کند. توجه داشته باشید کودکان را حتماً در زمان خواب با کلاه مناسب پوشش دهید تا گرمای بدنشان از دست نرود.

فراموش نکنید یکی از نقاطی که در ارتباط مستقیم و مستمر با برف و خصوصاً سرما است، پاها هستند؛ اگر تصمیم دارید به مدت طولانی در برف راه بروید، حتماً باید کفشهای خود بر نامه داشته باشید ؛ پاها بر اثر رطوبت و سرما دچار یخ زدگی می شوند بنابراین برای اینکه پاها شما دچار یخ زدگی شود بین برف تا پوست پای خود با عایقهای حرارتی و طولانی فاصله گیری کنید. برای این کار می توانید از اکس یا گریس و در صورت عدم دسترسی به این دو از روغن حتی روغنهای غذایی برای چرب کردن سطح پوشش کفش خود بهره ببرید این کار باعث می شود که آب به درون کفش شما نفوذ نکند و برای عایق کردن کفش خود در برابر سرما می توانید از جورابهای پشمی و نین کاور کردن کفش با پرتزی یا لباسهای پشمی مرادزی که ممکن است همراه خود و یا در منزل داشته باشید استفاده کنید.

فراموش نکنید پیش از آن که امکان نفوذ آب از سطوح کفش شما به داخل چکمه خواهد داشت، برفهای تازه از پشته های شلوار و لبه چکمه شماست که پانتان را برای سرما زدگی خیس خواهد کرد.

اگر در منزل خود و در یک برف سنگین گیر کرده اید و امکان خروج از منزل خود را ندارید؛ چه می توانید بکنید ؟

در صورتی که آب و برف و گل از شما نشو وصل است

برای باقی ماندن جریان راز نیز حتماً قطع برف صرفه جویی کنید. تا همه از نعمت برف و گل بهره مند شوند.

برای صرفه جویی توجه به چند نکته ضروری است.

سعی کنید از یک شعله حرارتی استفاده همزمان ببرید. مثلاً یک چراغ روشنایی اضطراری کار شهربی هم روشنایی مورد نیاز شما را تامین خواهد کرد. به هم گرمای لازم راه ؛ در کانه در یک برف صرفی قوی مؤثر است. ضمن آنکه به مساله گاز ادرامت توجه کنید!

یک علامت لین و یا بخاری گازی در اتاق می تواند ضمن گرمای دهی ، نقش ایجاب خوراک یزی را نیز برانگیزان کند.

برای قطع آب که ممکن است در اتر یخ زدگی لوله ها هر لحظه اتفاق بیفتد آب ذخیره کنید؛ در اتاقهایی که با سقف استفاده قرار نمی دهید، همچون پذیرایی و اتاق خواب کودکان، از بسته و شوفاژ و بخاری آنها را ببندید تا با مصرف کمتر گاز از احتمال قطع گاز بخطر افت شلوار بکاهد ؛

درزهای پنجره ها و درها را بگیرد؛ برای این کار می توانید از نوارهای پارچه ای یا دستمال کاغذی استفاده کنید؛ چایبه که می تواند هیچ قسمتی مورد نیاز برای گرم کردن را در منزل خود کاهش دهد؛ با این کار به راحتی می توانید با مصرف حداقل سوخت آترا به مدت بیشتر گرم نگه دارید.

موانع غذایی موجود در منزل را جهت نیاز چند روزه خانواده خود با بینی نموده و در صورت کم بودن برف ای جزیره هرگز از منزل نبرنامه ریزی کنید.

جز در موارد اضطراری از یک مخزن ذخیره و دریاها و پنجره ها را باز نکنید. با ایجاد گرمی خود از انرژی موجود در خانه شاکتگر استفاده کنید. هرگز از شعله های مستقیم سوختی گاز یا کف هافد لوله ها استفاده نکنید. به یاد داشته باشید، اگر گرمی گورنگی از خلزرات اصلی در زمان محاصره در برف است. چرا که شما درزهای خانه را بسته ای و کاملاً موزون و در منزل بسیار محدود است. رطوبت خانواده را بالا نگه دارید.

در حفهای آبگرم کننده و پیش گرمی های دی و گلاور بفریزید.

اخیراً از رادیو و تلوویزیون به طور مداوم پیگیری کنید. در صورت امکان با بقیه اعضای خانواده خود در نقاط دیگر شهر تماس گرفته و جویای احوالشان باشید.

از چند شمع و یا یک گردسوز یا یک فانوس هم می توان در ساختن کرسی بهره برد به طرز خاصی که با آتش سوزی در درسد جدیدی برای خود ایجاد کنید و یادتان باشد در هنر زنده ماندن در شرایط سخت حتی یک بیکت گرم هم می تواند سرسوز است ساز باشد!

در صورت یخ زدگی لوله ها و قطع آب باید از روش آب کردن برف استفاده کنید اما توجه داشته باشید در صورتی که سرما خوردید این خوردن برف گرمای بدن شما را کاهش می دهد و لرز خواهد کرد. یادتان باشد از خوردن غذاهای فستخیز بپرهیزید آنها می توانند بیشتر از هر چیز دیگری به سیستم گوارشی شما صدمه بزنند.

در پایان یک تذکر بسیار مهم!

دقت زیادی به خروج گازهای سمی که بر اثر سوختنهای فسیلی از بخاری هایی که فاقد لوله بخاری هستند خارج می شود داشته باشید تا خدای نکرده در اثر گاز گرفتگی حادثه ای برتان اتفاق نیفتد ؛ در حین ساختن کرسی به نکات ایمنی پیش از حد دقت کنید؛ تا خدای ناکرده آتش سوزی و یا سوختگی بر اثر تماس پای کودک با منبع گرمی شما نیاید.

به گاز های مسموم کننده بسیار مهم است. توجه داشته باشید یک پیک نیکی یا چراغ والور و یا علاءالدین یک حتی یک روشنایی یا سوخت گاز را نفت در صورت مصلود بودن تمام منافذ اتاق می تواند برای شما بی نهایت خطرناک باشد. موضوع را جدی بگیرید!

در صورتی که در راه دورن ماشین در برف گیر افتاده اید

همانند گروه های امداد و نجات با ماشینهای خود یک گاز کوچک مسافرتی ؛ کیسه خواب؛ بظهای پشم شیشه؛ مگک و لوازم امداد و نجات جاده و مقداری شکلات و خشکبار داشته باشید تا در زمان حادثه از آن استفاده کنید.

در صورت ماندن در بوران برف در جاده در اولین اقدام هر آنچه پوشاک در صندوق عقب ماشین دارید به داخل اتاق بیاورید.

مطمئن باشید که به همه آنها نیاز پیدا خواهید کرد. در صورتی که کیسه خواب به همراه دارید آن را در داخل ماشین بر تن کنید؛ این کار کمک بسیار زیادی به زنده ماندن شما می کند. (از جورابهای اضافی همروتان می توانید به جای دستکش بهره ببرید).

در یک بوران یا سقوط بهمین ؛ فراموش نکنید معمولاً در این حالت چند ماشین پشت سر هم در یک تریاق قرار می گیرند در اولین گام باید در صورتی که تعداد افراد ماشین شما کم هستند و یا به تنهایی سفر می کنید سعی کنید تا با ماشینهای دیگر یک گروه تشکیل دهید تا تعداد ماشینهای روشن را کمتر کرده و بتوانید میزان بنزین موجود را برای مدت طولانی تری ذخیره داشته باشید. به این منظور در یک ماشین جمع شده و ماشین های دیگر را هر نیم ساعت یکبار برای اطمینان به مدت چند دقیقه روشن کنید تا موتور گرم بماند!

در صورتی که سوخت ماشین شما به پایان رسید و نیروهای امدادی هنوز به شما نرسیده اند می توانید با آتش زدن لاستیک زاپاس ماشین؛ هم برای کمک؛ علامت خود ایجاد کنید هم زمانی که لاستیک می سوزد از گرمای آن برای نجات جان خود استفاده کنید؛ توجه داشته باشید هر ماشین پنج لاستیک و صندوقی قابل سوختن دارد و اگر هر کدام تنها یکبار شما را نگه دارد شما می توانید پنج ساعت زنده بمانید! پیشنهاد می کنم اگر بران امکان داشت لاستیک را به قطعات کوچک تبدیل نموده و بران اقدام به آتش زدن آن کنید؛ این کار موجب می گردد تا با حرارتی قابل قبول مدت زمان بیشتری آتش داشته باشید.

آتش زدن یک لاستیک کار سختی است اگر روش کار را بلد نیستید؛ فراموش نکنید که برای آتش زدن لاستیک باید از یک واسطه بهره ببرید این واسطه می تواند تکه ای پارچه نخی و یا مواد قابل اشتعال همچون روغن موتور باشد اما بهترین روش این است که از بنزین ماشین استفاده کنید؛ برای این کار کفایت کافیست شلنگ بنزین را از کارباتور خارج نموده و استارت بزنید به اندازه کافی بنزین خواهید داشت! توجه داشته باشید در صورتی که بنزین بروی پوست شما بریزد خصوصاً در سرمای شدید می تواند به مراتب بدتر از آب موجب یخ زدگی پوستتان شود. بنابراین در زمان برداشت بنزین دقت کنید به خودتان صدمه نزنید.

گاهی دیده می شود افرادی در زمان بحران از گاز بیک نیکی یا والور برای گرم کردن داخل وسیله نقلیه استفاده می کنند. این کار علاوه بر خطر آتش سوزی موجب آلودگی و فحش ناشی از آن نیز می شود. اما اگر در وضعیتی خاص مجبور به انجام این روش برای گرم ساختن ماشین خود شدید، توجه کنید که گردش هوای تازه را در داخل ماشین نیز نگاه دارید.

یکی از روشهای مطمئن ، استفاده از واشرهایی است که کف اتاق ماشینها برای شست و شو تمهیه شده است و به کف ماشین معروف است. کافی است زیربزی پایهای صندلی جلوندبان آن بگردید و سپس با پایین کشیدن بسیار کم پنجره این امکان را به وجود آورید که جریان هوا برای تأمین اکسیژن مورد نیاز شما با بالا آمدن آذ کف و خروج از پنجره ایجاد شود.

کنکه دیگری که هنگام محبوس شدن در ماشین با آن روبرو می شویم، کاهش حرارت بخاری به تدریج است. برای کنترل نمای بخاری کافی است با بستن پنجره جلوی رادیاتور به کمک تکه ای مقوا یا پارچه یا پلاستیکی کاری کنید که رادیاتور گرمای خود را از دست ندهد. دقت کنید که این روش ممکن است موجب جوش آوردن ماشین شود بنابراین به دقت امیر از این روش نظر داشته باشید. داشتن ترموستات؛ برف پاک کن ؛ بخاری سالم؛ زنجیر و آمپر بدین ترتیب برای ای مسافرت ایمن الزامی است. هرگز به تریاج امید

بنزین میان راه با یک خالی وارد گناه نشود.

از ضد یخ برای رادیاتور و افزودنیهای همچون الکل دراد شیشه شور در عمای بسیار پایین هم است. آب شیشه شور در سرمای زیاد یخ زده و امکان نام نمودن در صورتی که مستحیر است و دید شما را بسیار کم می کند.

در صورتی که ماشین شما درون برف فرو رفته است ، کافی است ابتدا برف جلوی چراغها را برداشته و با بنده سنگین از آمی حرکت کنید. تمام لوازم مورد نیاز خود را به یک اتاق که کمترین یخچره ها را دارد یا فاقد پنجره است منتقل کنید؛ گرمای پنجره های اتاق را به کمک پتو و میخ به صورتی بپوشانید که حداقل تبادل گرمایی آن داشته باشد؛ دقت کنید یکی از بهترین عایقهای حرارتی هوا است. کافی است پنجره و پوینتی که بروی آن نصب می کنید مقداری فاصله نگذارید و پتو و قوق را به دقت در نزدیکی تکه تبادل گرمایی نداشته باشد. تمام اعضای خانواده را در همان اتاق نگه دارید و سعی کنید که گرمی خودگان با همواره بپاشش و قوقی نگه دارید.

معمولاً قطع برف در زمان ریژش برف آخرین خبرید است؛ پس برای استفاده از پهنه یاز برفی برنامه ریزی کرده؛ شاید هرگز در خصوص برف محبت از گرمای می شود اولین چیزی که به یاد ما می آید بخاری برفی است؛ اگر چند پنجره یزی را اولویت اول است اما گرمی که به یخیم در نمود بخاری برفی با هم می توان با استفاده از برف؛ گرمای لازم را برای زنده ماندن ایجاد کرد؛ ساده رهن روشی ساختن کرسی است. یک یا چند لایه پوست وات ساده می تواند با استفاده از یک کتب کوچک و چند پتو و لفاف که به دقت به هم دوخته شده اند یا یخ یا ستیاق قفلی تبدیل به یک کرسی مطمئن شود؛ حال اگر هیتر خوراک یزی در دسترس نباشد که چه بهتر یک کرسی کافی خواهد شد.

در زمان یخ خوردن با بدون خانق صورت هستید، حتماً هر چند دقیقه برای جلوگیری از صدمه دیدن پوست خود آن را منقبض و منبسط کرده و مرتباً چینی بیندازید و عضلات خود را تکان داده و دستها و پاها را بسته کنید. همواره در وقت تغییر رنگ پوست خود و همرواهاتان ناخود تغییر رنگ خصوصاً در صورت و کمرها و دستها و انگشتان خود توجه کنید؛ این نشانه ها به معنای صدمه و سوختگی است؛ اگر در وقت تغییر رنگ پوست به تغییر رنگ پوست به رنگهای سیاه ؛ سرخ و یا زنگی است!

در صورتی که با شخصی که دچار یخ زدگی شده است روبرو هستید دقت کنید که هرگز عضو یخ زده را با حرارت مستقیم گرم نکنید در مناطق سردسیر همچون کردستان کسی را که باهایش سرما زده؛ در حالی که باهایش را در لگنی از برف قرار می دهند یا مالش دادن درون خود برف گرم می کنند تا برف زدگی موجب سیاه شدن و احتمالاً قطع عضو گردد.

ثروتی که به همسایه هدیه می شود

مشاهده ییشرفتهای مادی و امکانات جذب ثروت در بعضی از نقاط قبلاً محروم چون دوی به انسان ایرانی با احساسی را غصه دار می کند و غیبطه می خورد!

پولی که تنها وسیله موهناتن ایرانی از داخل به دبی سرازیر می شود اگر جمع آن (با سالی ششصد میلیون دلار سرمایه گذاری رسمی در امارات) و سرمایه گذاریهای کلان توسط ایرانی ها را در نظر بیاوریم به ارقام نجومی می رسد که تنها به رقم هر سال آن می شد کارخانه ای نسبتاً بزرگ نصب و تولید کار کرد و نیز کسانی که املاک و مستغلات حتی خانه مسکونی خود را فروخته تمام پول آن را به خارج می فرستند بسیار زیاد و جای کمال تأسف است و کسی از این دسته سؤال نمی کند این همه پول چگونه و چرا رفت؟!؟

امرا اینترنشنل نشان می دهد هر هفته ۱۴۶ پرواز از تهران، اصفهان، شیراز، مشهد، تبریز، بوهر، بندرعباس، کرمان و... به دوی رفت و برگشت دارد که تعداد پرواز سالانه (۲۰۵۵۲ هفته) ۷۵۸۲ پرواز خواهد بود و اگر میانگین سرشیمان هر پرواز را ۱۵۰ نفر تصور کنیم تعداد مسافرین از ایران به دوی به سال ۱۱۳۸/۸۰۰ نفر خواهد شد و چنانچه برای چند روز توقف و استفاده از هتلهای گران قیمت چند ستاره حتی ۷ ستاره و دیسکوها و کارتنشو و خرید از فروشگاههای بزرگ هر نفر حداقل هزار دلار خرج کنند ۱۱۳۸/۸۰۰۰۰ دلار و به پول ایران رقمی معادل ۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ تومان خواهد شد

و اگر قریب همین رقم هر هفته مسافرین به کشورهای زیارتی (مستحبی) و دیگر کشورها را محاسبه کنیم حداقل ۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ تومان سالانه از کشور عزیز ما خارج می شود؟! بنابراین شخصیتهایی طرف رونق و باسیتی داوطلب خدمت شده با تبلیغ وسیع و تشکیک شرکتها سهامی افراد را تشویق کنند با خرید سهام مبادرت به احداث کارخانه یا سرمایه گذاری در کارهای دیگر خدمت بسیار بزرگی به مملکت و موطن خود انجام دهند

در نتیجه این پیکار همه بیکاران در مملکت به کار می افتند و عده زیادی به کشورهای دیگر سفر نمی کنند که با جان کندن لقمه نانی آن هم در ولایت غریب به دست آورند! ناگفته نماند که کلیه ایرانی های مقیم دوی سرمایه های کلان برده در آن شهر به کار انداخته اند و کار در سطح پایین دارند.

آمار نشان می دهد از هشتصد و شصت هزار نفر ساکنین دوی و چهار میلیون نفر کل جمعیت مقیم امارات متحده عربی تنها هشتصد هزار نفر محلی و قریب دویست هزار ایرانی و بقیه از کشورهای عرب و هند، هندوستان، پاکستان، افغانستان، بنگلادش و... هستند. هشتصد هزار محلی آن اکثریت قریب به اتفاق کار نمی کنند تنها معدودی که به عنوان صندوق دار در فروشگاهها و کارهای کلیدی مهم شغل بی زحمت وارد اندی تمام با خدمت و تلاش به عهده غیروومی هاست که طبق همان آمار نود و سه درصد کار مملکت را خارجی ها انجام می دهند که میانگین درآمد نفر از کل جمعیت ۱۷ هزار دلار در سال است و بالطبع این هم درآمد بومی ها خیلی بیش از عملی ها می باشد و ولی میانگین درآمد هر فرد در ایران پنج هزار دلار در سال می باشد و دوی هفت درصد اضافه درآمد در سال دارد!

نویسنده به دنبال انگیزه و دلیل ورود این همه سیاح خارجی و پول بی زیان به کشور سواری و قافله در نوع آثار قدیمی جالب و سابقه تاریخی مردم که در فروشگاههای بزرگ مشاهده شد زندهای با رویند و زندهای دیگر با پوشش کامل که فقط دو چشم آنها دیده می شد ولی در کنار آنها زنان و دخترانی هستند که با شلوارک یا شلوار چین تنگ و لباس آستین کوتاه در حرکتند و مردان دسته ای با کراوات و لباس مرتب، عده ای با شلوارک و زیرش رکابی و اغلب خالکوب شده!

با این همه تناقض در کنار هم کسی را با کسی کاری نیست و از نظر خوراک و آشامیدن حتی در نوشیدن مشروبات الکلی کاملاً آزاد هستند و دولت محلی به منظور جلب بیشتر توریست کمال امنیت و آزادی را برای اقوام کرده قیده دارد. هر کسی که دین خود و با سلیقه شخصی خود از است و چون اسم این کشور اسلامی است و نظاره هر زوری در راه مبارک رمضان جایز نیست اب سردن کس ها را داخل نواتل ها قرار دارد آنکه هر کس خواست آب بخورد آزاد است. تا آنجا که با کمال تأسف بعضی از خوندگان همچون به خاطر جلب پول تبلیغ همیشه فارس را در کاره ها خلیج عربی می خوانند و برای حاضر در جلسه کف می زنند.

با توجه به اینکه کشور عزیز ما ایران سابقه تاریخی درخشان و کم نظیری دارد و مجموع آثار قدیمی آن در کمتر نقطه جهان به این حد رسیده می شود و آب و هوایی موهناتن همه و همه ایجاب می کند که مردم کشور خودشان به جای رفتن به دوی به جزیره زیبای کیش و دیگر شهرهای دیدنی ایران سفر کنند و زبای تبلیغ و دادن آرزوهای و تأمین کامل مسیحاتن سیاحان خارجی و بان ازدواج و کاری کنند که علاوه بر اینکه این همه پول مستولان به خارج نرود بلکه ثروت موهناتن در همین کشورشان به مصرف رسیده و سیاحان خارجی وسیله بزرگ و جالبی برای جلب درآمد باشند.

محمد محمدی

زننده ماندن در شرایط سخت برفی

علی رضا سعیدی



فراموش نکنید که کلاه ضد آب همانگونه که نمی گذارد آب وارد شود، امکان خروج رطوبت و تبخیر سطحی پوست شما را نیز اندک می سازد.

در صورتی که در عرض چند ساعت سر شما غرق خواهد شد و این خود آغاز سرماخوردگی و سرمازدگی است. کلاه های بافتنی بسیار مناسب بوده و برای برف ایده آل هستند.