

# لنضع حدًا للحرائق

نصائح للسلامة من  
الحريق للكبار  
في السن



# 1. ضع خطة.

يجب أن تعرف ما يجب عمله وأين تذهب في حال نشوب حريق. إذا كنت تسكن في بناية من عدة طوابق، تعرّف على خطة السلامة من الحريق في البناية (Fire Safety Plan).



# 2. أجهزة الإنذار من الدخان تنقذ حياة الناس.

ركّب جهاز إنذار للدخان في كل

طابق من طوابق بيتك. إذا كنت تنام  
وأبواب غرف النوم مغلقة، إعمل  
على تركيب جهاز إنذار من الدخان  
في كل غرفة نوم. تفحص أجهزة  
الإنذار من الدخان مرة في كل شهر؛  
يمكنك إستعمال نهاية المكنسة للقيام  
بذلك بسهولة. يجب تغيير البطاريات  
لهذه الأجهزة مرتين في السنة.

### 3. كن حذرًا عندما تطبخ.

إذا كان من الضروري الرد على  
الهاتف أو الباب أثناء الطبخ، يجب  
عليك إطفاء الموقد، أو يمكنك أن  
تحمل معك ممسكة وعاء الطبخ أو  
ملعقة لتذكيرك. إستعمل للطبخ أولاً  
الرؤوس الأمامية على الموقد، إجعل  
يد وعاء الطبخ متجهة إلى الداخل،  
وإرفع أكمامك. إذا اشتعلت النيران  
بأحد أوعية الطبخ، يجب عليك إطفاء  
الموقد وإلقاء غطاء عليه.

### 4. لا تترك شمعة مشتعلة بدون مراقبة.

**5.**

**إستعمل منافض سجائر عميقة.**  
إذا كنت من المدخنين، تأكد دائماً أن أعقاب السجائر مطفئة وباردة تماماً. لا تدخن إطلاقاً في السرير، أو إذا شعرت بالنعاس، أو إذا كنت تتناول أدوية.

**6.**

**أترك مساحة كافية حول المدفأة المحمولة.**  
أترك مسافة 3 أقدام (1 متر) على الأقل بين المدفئة وأي شيء آخر، وهذا يشملك أنت أيضاً.

**7.**

**إذا اشتعلت النيران بملابسك . . .**  
. . . إسلقِ على الأرض، غط وجهك، وتدحرج بشكل متواصل حتى تنطفئ النار. إذا كنت غير قادر على الإستلقاء على الأرض، إستعمل منشفة، أو قطعة قماش لإخماد الحريق.

## 8. تجنب الحرق أو اللسع بالأشياء الساخنة.

إحرص على تعديل حرارة سخّان المياه بحيث لا تتجاوز حرارته 120 درجة فهرنهايت (49 درجة مئوية). إملأ حوض الحمام إلى المستوى المطلوب بالمياه وإختبر حرارتها قبل أن تغمر نفسك في داخل الحوض.

## 9. كيف تعالج الحرق.

إذا تعرضت بالصدفة للحرق أو اللسع من شيء ساخن، ضع المكان المصاب تحت مياه باردة لمدة 10 - 15 دقيقة.

**10.** إزحف منخفضاً تحت الدخان.  
يتعرض معظم ضحايا الحريق للوفاة بسبب استنشاق الدخان. إحرص على البقاء منخفضاً حيث الهواء يكون أسهل للتنفس لأن الدخان يرتفع إلى الأعلى. إزحف منخفضاً حتى تستطيع الهرب إلى مكان آمن.

**11.** إذا أردت المزيد من المعلومات، إتصل بخدمات الطوارئ والحريق في ميسساغا (Mississauga) Fire and Emergency . (Services

يستطيع مسؤول التثقيف العام الموجود هناك مساعدتك:  
**905-615-4377** أو تفضل بزيارة  
موقعنا على الإنترنت  
**www.mississauga.ca**

