

Giới thiệu bộ thẻ

ĐỪNG SỢ THIÊN TAI



LIVE & LEARN
For Environment and Community



Humanitarian Aid
and Civil Protection

LỜI NÓI ĐẦU

Hàng năm, Việt Nam phải thường xuyên đối mặt với nhiều loại thiên tai với thiệt hại nghiêm trọng như áp thấp nhiệt đới, bão, lũ, ngập lụt, sạt lở đất, hạn hán, xâm nhập mặn... Trong bối cảnh biến đổi khí hậu, thiên tai ngày càng trở nên khó dự đoán.

Không thể tránh được thiên tai, cả người lớn và trẻ em đều cần phải hiểu và biết sống an toàn. Chính vì vậy **Bộ thẻ “Đừng sợ thiên tai”** sẽ giúp các em nhỏ, thanh niên và bất cứ ai quan tâm bổ sung kiến thức và kĩ năng cần thiết để phòng tránh các tác động bất lợi của thiên tai.

Với những hình ảnh sinh động và thông tin cụ thể, trẻ em và người lớn có thể sử dụng các tấm thẻ theo cách vừa học vừa chơi. Các hoạt động có thể thực hiện theo nhóm nhỏ trong lớp học hoặc giữa bố mẹ và trẻ em trong gia đình.

Tài liệu do Trung tâm Sống và Học tập vì Môi trường và Cộng đồng (Live&Learn) phát triển trong dự án JANI – Sáng kiến mạng lưới vận động chính sách chung tại Việt Nam do ECHO – Cơ quan Viện trợ nhân đạo và Bảo vệ dân sự, Ủy ban châu Âu tài trợ. Bộ thẻ đã được thử nghiệm với học sinh đến từ chín trường tiểu học và trung học cơ sở tại Hà Nội, Thái Nguyên, Thanh Hóa, Đà Nẵng, Huế, Quảng Ngãi, và thành phố Hồ Chí Minh.

Chúng tôi rất mong muốn nhận được những ý kiến chia sẻ và đóng góp để **Bộ thẻ “Đừng sợ thiên tai”** trở thành một sản phẩm giáo dục có ý nghĩa.

GIỚI THIỆU

Mục đích: Sau khi sử dụng bộ thẻ, người tham gia sẽ:

- **Về kiến thức:** mô tả được các loại hình thiên tai, nhận biết được các tác động của thiên tai, phân biệt được các hoạt động nên và không nên làm để phòng, chống thiên tai;
- **Về kỹ năng:** nhận biết được nguy cơ thiên tai, biết được các công việc và kỹ năng cơ bản trong phòng, chống thiên tai; và rèn luyện các kĩ năng: đặt câu hỏi, lắng nghe, quan sát, làm việc nhóm, giải quyết vấn đề, truyền thông và hợp tác;
- **Về thái độ:** ý thức được tầm quan trọng của công tác phòng, chống thiên tai và có mong muốn bảo vệ cuộc sống và môi trường; tôn trọng, quan tâm, có trách nhiệm và sẵn sàng tham gia bảo vệ bản thân, bạn bè, gia đình và cộng đồng trước thiên tai.

Đối tượng: Bộ thẻ dành cho cả đối tượng trẻ em và người lớn với nhiều hình thức sử dụng khác nhau:

- Đối với học sinh mầm non, có thể sử dụng hoạt động quan sát tranh để giúp các em nhận biết cơ bản về thiên tai và các hoạt động an toàn;
- Đối với học sinh từ cấp tiểu học trở lên, có thể áp dụng tất cả các hoạt động trong phần hướng dẫn sử dụng với các mức độ đơn giản và phức tạp khác nhau;

- Với đối tượng người lớn, có thể lựa chọn các thẻ để minh họa trong các cuộc họp đánh giá và lập kế hoạch phòng, chống thiên tai; hoặc sử dụng một số trò chơi để nâng cao nhận thức;
- Phụ huynh và trẻ em có thể sử dụng thẻ để cùng chia sẻ và nâng cao nhận thức, kỹ năng và kinh nghiệm.

Nội dung và cấu trúc của bộ thẻ:

Bộ thẻ gồm 55 thẻ với mặt trước là tranh minh họa, mặt sau là lời giải thích nội dung bức tranh. Các thẻ được chia làm hai loại là thẻ Thiên tai và thẻ Hành động, tất cả đều được đánh số để dễ dàng lựa chọn khi tổ chức hoạt động. Ví dụ:

- Thẻ Thiên tai là các thẻ từ 1-13;
- Thẻ Hành động là các thẻ từ 14-55, trong đó: các thẻ Hành động về bão có số 14-41, lũ có thẻ số 14-36 và/hoặc 39-41; hạn hán có thẻ số 14-17 và/hoặc 31-36... (Chi tiết xem tại phần 2 - Kiến thức cơ bản về thiên tai).

Hướng dẫn sử dụng bộ thẻ:

- Hãy đọc kỹ Phần 1 - Hướng dẫn tổ chức hoạt động (trò chơi): Mỗi hoạt động là những thử thách khác nhau, và hoạt động sau đòi hỏi nhiều kỹ năng và kiến thức hơn hoạt động trước. Mỗi thẻ đều có nội dung rõ ràng và được nêu chi tiết trong Phần 2 - Kiến thức cơ bản về thiên tai.
- Trong mỗi hoạt động, có thể cho những người chơi hoạt động trong một nhóm nhỏ (từ 3 đến 7 người) hoặc tổ chức thành các nhóm thi đua với nhau.

- Người tổ chức trò chơi/hoạt động (quản trò) có thể là giáo viên, phụ huynh học sinh, các học sinh lớn tuổi hơn hoặc sau khi chơi thử, học sinh có thể tự tổ chức.
- Đặc biệt lưu ý: tùy theo đặc điểm địa phương và kinh nghiệm của người tham gia, hãy lựa chọn hoạt động và các thẻ có nội dung phù hợp. Quản trò cũng có thể xây dựng và bổ sung thêm các thẻ Hành động.



| | | |
|---|---|--|
| 1 | Tôi là ai? (15 phút) | <p>Mô tả tên thẻ bằng hành động, hoặc lời nói (không được nhắc đến các từ trong tên thẻ).</p> <ul style="list-style-type: none"> Nhận biết được các loại thiên tai. Rèn luyện kỹ năng đặt câu hỏi và tư duy phán đoán. |
| 2 | Nhìn hình, đoán nghĩa (15 phút) | <p>Nhìn tranh minh họa và mô tả nội dung của thẻ.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nhận biết được các loại thiên tai, các hành động nên và không nên làm khi thiên tai xảy ra. Rèn luyện kỹ năng quan sát, kỹ năng phản xạ nhanh. |
| 3 | Hãy chọn thẻ đúng (20 phút) | <p>Chọn các thẻ có nội dung liên quan đến một loại hình thiên tai.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nhận biết được các hành động nên hay không nên làm khi thiên tai xảy ra. Rèn luyện kỹ năng quan sát và phản xạ nhanh. |
| 4 | Truyền tin (20 phút) | <p>Nhận và truyền thông tin về nội dung của thẻ giữa các thành viên trong nhóm.</p> <ul style="list-style-type: none"> Hiểu được tầm quan trọng của việc nhận và truyền thông tin về thiên tai. Rèn luyện kỹ năng truyền thông và hợp tác. |
| 5 | Kể chuyện (30 phút) | <p>Xây dựng câu chuyện về thiên tai từ các thẻ.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mô tả được ảnh hưởng của thiên tai và nhận biết tầm quan trọng của phòng, chống thiên tai. Rèn luyện kỹ năng thuyết trình, lắng nghe và chia sẻ, khả năng tư duy sáng tạo. |
| 6 | Nếu thiên tai xảy ra thì... (40 phút) | <p>Đưa ra cách xử lý tình huống khi gặp thiên tai mô tả trong thẻ.</p> <ul style="list-style-type: none"> Vận dụng các giải pháp phòng, chống thiên tai. Rèn luyện kỹ năng giải quyết vấn đề. |
| 7 | Vượt qua thiên tai (40 phút) | <p>Tìm cách vượt qua các thử thách có thể xuất hiện trên một hành trình.</p> <ul style="list-style-type: none"> Vận dụng được tất cả các kinh nghiệm và kiến thức đã biết để cùng nhau “vượt qua thiên tai”. |

PHẦN 1

HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

HƯỚNG DẪN CHUNG

Bước 1: Chuẩn bị

Chuẩn bị các thẻ có nội dung phù hợp.

Tổ chức người chơi theo cặp hoặc cá nhân trong nhóm nhỏ (3-7 người).

Bước 2: Tổ chức hoạt động

1. Giới thiệu tên.
2. Giải thích luật chơi: ngắn gọn, rõ ràng và dễ hiểu.
3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ): Có thể chơi thử để mọi người làm quen với trò chơi, sau đó tiến hành chơi thật.

Bước 3: Tổng kết

Quản trò sẽ hướng dẫn hoặc người chơi tự chia sẻ những bài học từ hoạt động (kiến thức về thiên tai, những hành động nên làm và không nên làm khi thiên tai xảy ra).

Quản trò cũng tự đánh giá và rút kinh nghiệm để thực hiện tốt hơn trong các lần chơi sau.

Gợi ý cách tổ chức hoạt động khác

Tài liệu đưa ra một số gợi ý cách tổ chức hoạt động khác nhau, ví dụ tổ chức thi đua giữa các nhóm nhỏ hoặc làm tăng độ khó của hoạt động.

Để làm không khí sôi nổi hơn, có thể áp dụng một số hình thức thưởng - phạt vui. Ví dụ: người/nhóm thua cuộc hát một bài hát, nhảy lò cò một vòng quanh lớp học hoặc đứng lên ngồi xuống 3 lần...

1

Trò chơi Tôi là ai?

Thời gian:
10 - 15 phút



MỤC TIÊU

Nhận biết được các loại thiên tai.

Rèn luyện kỹ năng đặt câu hỏi và tư duy phán đoán.

CHUẨN BỊ

Chọn thẻ Thiên tai (thẻ 1-13).

Tổ chức người chơi thành từng cặp.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Người chơi số 1 đứng phía trước, trên lưng có dán 1 thẻ thiên tai. Người này không được nhìn thẻ và phải đoán: "Tôi có phải là...?".

Người chơi số 2 đứng phía sau nhìn thấy tên và nội dung của thẻ, và phải mô tả cho người đứng trước. Không được nói ra các từ trong tên thẻ, không dùng ngoại ngữ. VD: "Người chơi số 2 mô tả đây là thiên tai diễn ra ở ven sông, ven suối", "đây là thiên tai làm rung chuyển nhà cửa". Lượt chơi kết thúc khi người chơi số 1 đoán chính xác tên loại hình thiên tai. Các cặp tiếp tục chơi cho đến khi hết thẻ được phát. Cặp nào đoán được nội dung thẻ trong thời gian ngắn nhất sẽ chiến thắng.

3. Tiến hành hoạt động (theo cặp)

Quản trò mời một cặp lên trước lớp chơi thử để cả lớp nắm rõ luật chơi, sau đó cho các cặp tự tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Quản trò khuyến khích các nhóm chia sẻ về những điều nhớ nhất trong trò chơi và tổng kết về các loại hình thiên tai.

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

- Để trò chơi khó hơn, người không nhìn thấy thẻ sẽ phải đặt câu hỏi: "Tôi có phải là...?" cho tới khi tìm ra tên chính xác, và người còn lại sẽ chỉ trả lời Đúng/Sai.
- Quản trò mời một số cặp lên trước lớp, cho các cặp thi đấu với nhau. Cặp nào đoán được nội dung thẻ nhanh nhất là cặp chiến thắng.

2

Trò chơi

Nhìn hình đoán nghĩa

Thời gian:
10 - 15 phút



MỤC TIÊU

Nhận biết được các loại thiên tai, các hành động nên và không nên làm khi thiên tai xảy ra.

Rèn luyện kĩ năng quan sát, kĩ năng phản xạ nhanh.

CHUẨN BỊ

Chọn 15-20 thẻ bao gồm cả thẻ Thiên tai và thẻ Hành động.
Tổ chức người chơi theo nhóm, mỗi nhóm 3-5 người.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Quản trò rút từng thẻ và chỉ cho người chơi xem mặt có tranh. Người chơi lần lượt rút từng thẻ và chỉ được xem mặt có tranh. Người chơi nhìn tranh và đoán tên hoặc nội dung chính của thẻ. Ai nói đúng và nhanh nhất về tên/nội dung thẻ thì sẽ được cầm thẻ đó. Kết thúc trò chơi, người nào có nhiều thẻ nhất sẽ chiến thắng.

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

Quản trò mời một người chơi thử để nắm rõ luật chơi, sau đó mới tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Sau mỗi thẻ, quản trò tổng kết lại nội dung của thẻ hoặc mời người đoán đúng đọc rõ ràng thông tin sau thẻ. Kết thúc trò chơi, quản trò mời người chơi chia sẻ điều nhớ nhất trong trò chơi và khen thưởng người thắng cuộc.

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

Tổ chức người chơi thành các nhóm nhỏ. Quản trò chọn 10 thẻ bất kỳ. Các nhóm có 1 phút để xem cả tranh và nội dung của 10 thẻ này. Sau đó, 10 thẻ này sẽ được cất đi (hoặc chỉ nhìn thấy mặt có tranh) và các nhóm có thêm 1 phút để ghi lại tên/nội dung chính của thẻ đã xem. Nhóm nào ghi được nhiều tên thẻ đúng nhất sẽ thắng.

3

Trò chơi

Hãy chọn thẻ đúng



Thời gian:
15 - 20 phút



MỤC TIÊU

Nhận biết được các hành động nên hay không nên làm khi thiên tai xảy ra.

Rèn luyện kĩ năng quan sát và phản xạ nhanh.

CHUẨN BỊ

Chọn 20 - 25 thẻ Hành động nên liên quan đến 2-3 loại hình thiên tai (ví dụ: hạn hán, lũ quét...).

Quản trò nghiên cứu thông tin trong phần Kiến thức cơ bản về thiên tai.

Tổ chức người chơi theo nhóm 3-7 người.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Quản trò đọc to một loại hình thiên tai (ví dụ “Hạn hán”) và yêu cầu người chơi (theo cá nhân hoặc theo cặp) tìm thẻ Hành động liên quan đến loại thiên tai đó. VD: Các thẻ liên quan đến hạn hán gồm: 14-17, 20, 23-24, 26, 35. Khuyến khích người chơi chọn hành động cả trước, trong và sau thiên tai.

Mỗi thẻ đúng được tính 1 điểm. Kết thúc trò chơi, người có số điểm cao nhất sẽ chiến thắng.

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

Quản trò tổ chức chơi thử để cả nhóm nắm rõ luật chơi, sau đó tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Người chơi đọc nội dung của thẻ để hiểu rõ hoạt động nên (hoặc không nên). Quản trò tổng kết những hành động nên (hoặc không nên) làm khi thiên tai xảy ra.

Kết thúc trò chơi, quản trò mời người chơi chia sẻ điều nhớ nhất trong trò chơi và khen thưởng người thắng cuộc.

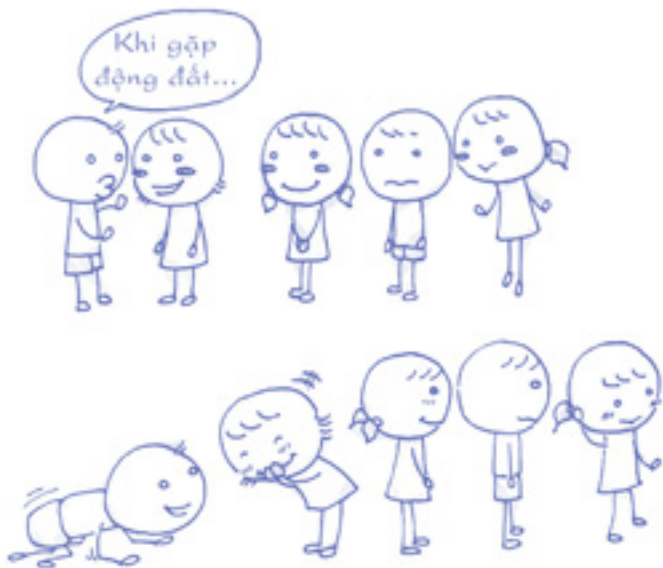
GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

- Chuẩn bị mỗi nhóm một bộ thẻ. Quản trò đọc to một loại hình thiên tai. Các nhóm thi đua tìm ra thẻ Hành động liên quan đến loại thiên tai đó. Nhóm chiến thắng là nhóm tìm được nhiều thẻ đúng nhất.
- Quản trò có thể tăng độ khó bằng cách yêu cầu tìm thẻ hoặc phân biệt thẻ theo: “trước”, “trong” và “sau” thiên tai.

4

Trò chơi Truyền tin

Thời gian:
10 - 15 phút



MỤC TIÊU

Hiểu được tầm quan trọng của việc truyền và nhận thông tin về thiên tai.

Rèn luyện kĩ năng truyền thông và hợp tác.

CHUẨN BỊ

Chọn 3-5 thẻ từ các thẻ Hành động.

Tổ chức người chơi theo các nhóm 4-7 người. Các nhóm xếp thành hàng dọc.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Quản trò chọn một thẻ và viết ra giấy thông điệp chính trong thẻ làm “tin” cần truyền.

Người chơi đứng đầu hàng được xem tranh, nội dung trong thẻ và “tin” cần truyền. Khi có hiệu lệnh “truyền tin”, người này sẽ truyền tin bằng cách nói thầm cho người ngay sau mình và truyền lần lượt đến hết. Người cuối cùng sẽ viết “tin” ra giấy và đưa cho người quản trò.

Nhóm chiến thắng là nhóm có “tin” cuối cùng đúng với “tin” ban đầu và nhanh nhất.

Khi truyền tin, lưu ý:

- Chỉ nói thầm.
- Chỉ được truyền lần lượt giữa 2 người đứng cạnh nhau trong hàng.
- Người nhận tin không được hỏi lại.

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

Quản trò tổ chức cho các nhóm chơi thử để nắm rõ luật chơi, sau đó tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Kết thúc trò chơi, quản trò mời người chơi chia sẻ điều nhớ nhất trong trò chơi và khen thưởng nhóm thắng cuộc.

Quản trò đặt câu hỏi cho nhóm thảo luận:

- Cần làm gì để truyền thông tin tốt hơn?
- Có những cách nào để trẻ em, người lớn có thể nhận thông tin về thiên tai? (Ví dụ: tivi, báo, đài, bảng tin...).
- Để phổ biến tin về thiên tai cho gia đình, bạn bè, cộng đồng, chúng ta có thể làm gì?

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

- Mỗi lần truyền tin, quản trò có thể sử dụng một thẻ chung cho tất cả các nhóm.
- Để tăng thêm độ khó, người chơi có thể bắt đầu từ cuối hàng (người chơi đứng quay lưng lại, chỉ đến lượt truyền tin mới được quay lại để quan sát). Và sử dụng các hình thức truyền tin khác nhau: (1) vẽ; (2) thể hiện bằng cử chỉ...
- Phụ thuộc vào kinh nghiệm của người chơi, quản trò có thể tăng độ dài của thông tin truyền đi.

5

Hoạt động **Kể chuyện**

Thời gian:
30 phút



MỤC TIÊU

Mô tả được ảnh hưởng của thiên tai và nhận biết tầm quan trọng của hoạt động phòng, chống thiên tai.

Rèn luyện kỹ năng thuyết trình, lắng nghe, chia sẻ và khả năng tư duy sáng tạo.

CHUẨN BỊ

Chuẩn bị bộ thẻ.

Tổ chức người chơi theo cặp hoặc các nhóm 3-5 bạn.

Quản trò nghiên cứu thông tin trong phần Kiến thức cơ bản về thiên tai.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Mỗi người/cặp bốc thăm 5 thẻ bất kỳ và xây dựng một câu chuyện liên quan đến thiên tai từ các thẻ đó. Thời gian xây dựng câu chuyện: 10 phút và mỗi người/cặp có 3-5 phút kể lại câu chuyện của mình.

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

Quản trò đưa ví dụ để nắm rõ luật chơi, sau đó tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Sau mỗi câu chuyện, quản trò mời các bạn khác đặt thêm câu hỏi và chia sẻ cảm nhận (ví dụ: nên làm gì và không nên làm gì nếu gặp tình huống trong câu chuyện...).

Quản trò tổng kết ý nghĩa các câu chuyện và các giải pháp phòng, chống thiên tai liên quan.

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

- Tổ chức người chơi thành nhóm nhỏ.
- Cho mỗi nhóm bốc thăm 5 thẻ và cả nhóm cùng xây dựng câu chuyện về thiên tai.
- Quản trò có thể yêu cầu các hình thức kể chuyện bằng cách thuyết trình, vẽ tranh, diễn kịch...

6

Hoạt động “Nếu thiên tai xảy ra, thì...”

Thời gian:
40 phút



MỤC TIÊU

Vận dụng các giải pháp phòng, chống thiên tai.
Rèn luyện kỹ năng giải quyết vấn đề.

CHUẨN BỊ

Chuẩn bị các thẻ Thiên tai (thẻ 1-13).
Tổ chức người chơi theo các cặp hoặc nhóm 3-7 bạn.

Quản trò nghiên cứu thông tin trong phần Kiến thức cơ bản về thiên tai.

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Mỗi người/cặp bốc thăm 1 thẻ thiên tai (thẻ 1-11) bất kỳ. Trong 10 phút, người/cặp bốc thăm suy nghĩ về một tình huống cụ thể khi loại thiên tai đó xảy ra. Ví dụ: gặp lốc xoáy khi đang ở trên đường đi học; mưa đá rơi khi đang chơi ngoài sân; động đất khi ở trường học; hỏa hoạn xảy ra khi đang trong nhà...

Sau đó mỗi người/cặp chọn một tình huống để nêu ra cách xử lý và có 3-5 phút để minh họa tình huống của mình (bằng cách thuyết trình, vẽ tranh, diễn kịch...).

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

Quản trò tổ chức cho chơi thử để nắm rõ luật chơi, sau đó mới tiến hành chơi thật.

TỔNG KẾT

Sau mỗi tình huống, quản trò mời các bạn khác chia sẻ cảm nhận (ví dụ: nên làm gì và không nên làm gì trong tình huống đó...).

Quản trò tổng kết bài học rút ra trong từng tình huống và những hành động nên/không nên liên quan tới loại hình thiên tai đó.

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

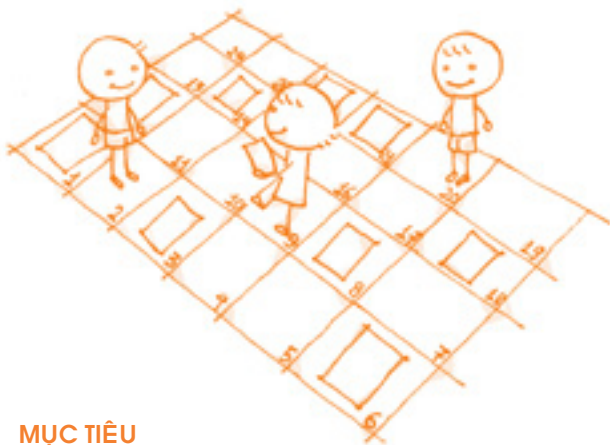
- Quản trò có thể cho chơi theo nhóm. Quản trò có thể khuyến khích các nhóm cạnh tranh và bình chọn cách xử lý tình huống hay nhất.
- Quản trò có thể yêu cầu các hình thức thuyết trình như: thuyết trình, vẽ tranh, diễn kịch...

7

Trò chơi

Vượt qua thiên tai

Thời gian:
20-30 phút



MỤC TIÊU

Vận dụng được tất cả các kinh nghiệm và kiến thức đã biết để cùng nhau “vượt qua thiên tai”.

CHUẨN BỊ

- Một khoảng trống/không gian đủ để kẻ ô theo hình minh họa.

| ĐÍCH | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 |
|------|----|----|----|----|----|
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

- Người chơi xuất phát từ ô số 1 và đi theo các số tăng dần về ĐÍCH.
- Xếp 10 - 15 thẻ bất kỳ vào các ô, mặt chữ úp xuống.
- 1 con xúc xắc (hoặc 6 phiếu bốc thăm) có đánh số từ 1 đến 6.
- Nếu ô nhỏ và không đủ chỗ đứng, tìm một vật đại diện cho mỗi người chơi (ví dụ: gọt bút chì, cục tẩy, sỏi...).

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

1. Giới thiệu tên

2. Giải thích luật chơi

Người chơi lần lượt tung xúc xắc (hoặc bốc thăm) để tìm ra số ô được phép di chuyển.

- Tại một ô, sẽ có các tình huống như sau:
 - ◆ Nếu ô có thẻ Hành động nên làm, người chơi được tiến 2 ô;
 - ◆ Nếu ô có thẻ Hành động không nên làm, người chơi bị lùi 1 ô.
 - ◆ Nếu ô có thẻ Thiên tai, người chơi phải nêu ra 1 hành động nên và 1 hành động không nên làm khi gặp thiên tai đó trong 30 giây. Nếu trả lời đúng, người chơi đứng nguyên, nếu sai hoặc quá 30 giây người chơi phải lùi 1 ô.
 - ◆ Nếu ô không có thẻ, người chơi đứng nguyên.
- Khi đến gần đích, nếu người chơi tung xúc xắc ra số lớn hơn số ô tiến về đích thì coi như mất lượt và phải đứng yên.
- Người thắng cuộc là người về đích đầu tiên.

3. Tiến hành hoạt động (nhóm nhỏ)

- Quản trò tổ chức cho cả nhóm chơi thử để nắm rõ luật chơi, sau đó mới tiến hành chơi thật.

GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KHÁC

Điều chỉnh số lượng thẻ, số lượng ô theo số lượng nhóm/người chơi và thời gian cho phép.

Có thể vẽ hành trình vượt thiên tai theo hình tròn, hình zic zac...

PHẦN 2

Kiến thức cơ bản về thiên tai

Thiên tai là hiện tượng tự nhiên bất thường có thể gây thiệt hại về người, tài sản, môi trường, điều kiện sống và các hoạt động kinh tế - xã hội.¹

Các loại hình thiên tai gồm: Bão, áp thấp nhiệt đới, lốc, sét, mưa lớn, lũ, lũ quét, ngập lụt, sạt lở đất do mưa lũ hoặc dòng chảy, sụt lún đất do mưa lũ hoặc dòng chảy, nước dâng, xâm nhập mặn, nắng nóng, hạn hán, rét hại, mưa đá, sương muối, động đất, sóng thần và các loại thiên tai khác.

Rủi ro thiên tai là thiệt hại mà thiên tai có thể gây ra về người, tài sản, môi trường, điều kiện sống và hoạt động kinh tế - xã hội.²

Ví dụ: nhà cửa bị hư hỏng, trẻ em bị đuối nước, sản lượng nuôi trồng thủy sản giảm, trâu bò bị dịch bệnh, ô nhiễm nguồn nước...

Phòng, chống thiên tai được thực hiện theo phương châm bốn tại chỗ: chỉ huy tại chỗ; lực lượng tại chỗ; phương tiện, vật tư tại chỗ; hậu cần tại chỗ.³

"Bốn tại chỗ" có hiệu quả đối với tất cả các giai đoạn như trước, trong và sau khi thiên tai xảy ra.

1. Luật Phòng, chống thiên tai số 33/2013/QH13.

2. Như trên.

3. Như trên.

CÁC LOẠI HÌNH THIÊN TAI CHỦ YẾU

1. Áp thấp nhiệt đới, bão

Bão xảy ra khi gió đạt từ cấp 8 (từ 63 km/h) trở lên và có thể ảnh hưởng tới một vùng rộng từ 200 đến 500 km.

Áp thấp nhiệt đới là một cơn gió xoáy có phạm vi rộng, thường gây ra gió lớn dưới cấp 8 (dưới 63 km/h), mưa rất to và nước dâng.

2. Lũ, lụt

Lũ là mực nước và tốc độ của dòng chảy trên sông, suối vượt quá mức bình thường.

Lụt là hiện tượng nước ngập vượt quá mức bình thường, ảnh hưởng đến sản xuất, đời sống và môi trường.

3. Sạt lở đất

Sạt lở đất là đất, đá trên các sườn dốc, sườn đồi núi trượt từ trên xuống, hoặc đất ven sông bị sụt, lún.

4. Lốc

Lốc (còn gọi là vòi rồng) là một cột không khí xoáy hình phễu, tốc độ gió xoáy mạnh từ 64 km/h trở lên, phạm vi hẹp đến tối đa 16 km đường kính di chuyển rất nhanh trên đất liền và trên biển.

5. Đông, sét

Sét là hiện tượng phóng điện trong khí quyển giữa các đám mây và đất hay giữa các đám mây mang các điện tích khác dấu.

Đông là hiện tượng thời tiết kèm theo sấm và chớp. Đông cũng thường kèm theo gió mạnh, mưa rào, sấm sét dữ dội, thậm chí cả mưa đá.

6. Hạn hán

Hạn hán xảy ra khi một khu vực bị thiếu nước trong một thời gian dài.

7. Cháy rừng

Cháy rừng là sự xuất hiện và lan truyền của những đám cháy trong rừng mà không nằm trong sự kiểm soát của con người; gây nên những tổn thất nhiều mặt về tài nguyên, của cải và môi trường.

8. Hỏa hoạn

Hoả hoạn là cháy xảy ra không kiểm soát được ngoài nguồn lửa chuyên dùng và gây thiệt hại cho tài sản và/hoặc người xung quanh.

9. Mưa đá

Mưa đá là mưa kèm theo những viên nước đá có hình dạng và kích thước khác nhau rơi xuống đất. Thông thường mưa đá nhỏ bằng hạt đậu, hạt ngô.

10. Rét đậm, rét hại

Rét đậm xuất hiện khi nhiệt độ trung bình trong ngày dưới 15°C. Rét hại xuất hiện khi nhiệt độ trung bình trong ngày dưới 13°C.

11. Sương mù, sương muối

Sương muối là hiện tượng hơi nước đóng băng thành các hạt nhỏ và trắng như muối ngay trên mặt đất hay bề mặt cây cỏ hoặc các vật khác khi không khí trên đó ẩm và lạnh.

Sương mù là hiện tượng hơi nước ngưng tụ thành các hạt nhỏ li ti trong lớp không khí sát mặt đất, làm giảm tầm nhìn ngang xuống dưới 1 km.

12. Động đất

Động đất là sự rung chuyển hay chuyển động lung lay của mặt đất, được tạo ra bởi sự dịch chuyển đột ngột của các khối địa chất trong lòng đất.

13. Sóng thần

Sóng thần là một chuỗi các sóng có thể di chuyển trên bề mặt đáy đại dương với tốc độ hơn 800 km mỗi giờ. Khi đổ bộ vào bờ, chiều cao của sóng thần có thể lên tới 30 m hoặc hơn thế.

Các hành động nên và không nên làm trước, trong và sau khi thiên tai xảy ra

ÁP THẤP NHIỆT ĐỐI, BÃO: các thẻ số 1, 14-41

Trước khi có áp thấp nhiệt đới hoặc bão

- Trồng cây quanh nhà và trường học để tạo hàng rào bảo vệ, chắn gió bão và ngăn không cho đất bị xói mòn.
- Trước mùa bão phải chặt bỏ cành to, cây khô quanh nhà và trong khu vực sinh sống để giảm nguy cơ cây gãy, đổ vào nhà khi bão xảy ra.
- Bảo quản các giấy tờ quan trọng trong túi ni lông dán kín.
- Dự trữ lương thực, thực phẩm, chất đốt, nước sạch thuốc men và các vật dụng cần thiết khác ở nơi an toàn, cao ráo trong mùa mưa bão.
- Nghe tin bão trên đài phát thanh, truyền hình và loa truyền thanh công cộng.
- Mua pin để có thể dùng đài hoặc đèn pin khi bị cắt điện.
- Chằng, chống nhà cửa để có thể chịu được gió to.
- Cất tất cả những đồ vật có thể bị gió bão thổi bay vào trong nhà.
- Bảo vệ nguồn nước khỏi bị ô nhiễm (ví dụ: che đậy giếng nước, bể chứa. . .).
- Xác định vị trí an toàn có thể trú ẩn được nếu phải sơ tán khỏi nhà.
- Đưa gia súc, vật nuôi đến nơi an toàn.
- Bảo vệ dụng cụ đánh bắt cá và khu vực nuôi tôm, cua, cá.

Trong khi có áp thấp nhiệt đới hoặc bão

- Không ra khơi trong thời gian có áp thấp nhiệt đới hoặc có bão.
- Tránh xa các ổ điện hoặc dây điện đứt.
- Ở trong các khu nhà kiên cố, không được đi ra ngoài.
- Trông nom các em nhỏ và luôn luôn ở gần bố mẹ.
- Không trú ẩn dưới gốc cây, đứng gần cột điện bởi vì chúng có thể đổ xuống, gây thương tích.
- Không đi lại hay di chuyển trên đường khi bão bắt đầu gây ảnh hưởng.
- Không liều mạng vượt qua các đập tràn hay vùng ngập nước do mưa bão hay áp thấp nhiệt đới gây ra.

Sau khi có áp thấp nhiệt đới hoặc bão

- Tiếp tục nghe tin bão trên đài, vô tuyến, loa truyền thanh.
- Nhắc người lớn kiểm tra lại nguồn điện trong nhà để đảm bảo an toàn trước khi sử dụng.
- Kiểm tra để phát hiện ra những chỗ nhà cửa bị hư hỏng để kịp thời sửa chữa.
- Kiểm tra xem nguồn nước có bị xác súc vật chết, nước bẩn hoặc nước mặn làm nhiễm bẩn không.
- Kiểm tra xem gia đình và hàng xóm có bị ảnh hưởng gì không.
- Kiểm tra xem vật nuôi có được an toàn không.

LŨ LỤT: các thẻ số 2, 14-36, 39-41

Trước khi lũ lụt

- Theo dõi thông tin về lũ lụt trên vô tuyến, đài hoặc loa phóng thanh công cộng.
- Thảo luận với các thành viên gia đình về những gì cần làm khi lũ lụt xảy ra.
- Bảo vệ các đồ vật quý và các giấy tờ quan trọng bằng cách cho vào một chiếc

túi không thấm nước và cất giữ ở nơi khô ráo an toàn.

- Chuẩn bị túi dự phòng khẩn cấp (đựng giấy tờ, quần áo, diêm/bật lửa, nước uống, thực phẩm khô, đèn pin); kiểm tra định kỳ để đảm bảo mọi thứ luôn tốt.
- Nếu học sinh hay phải đi qua sông, suối, nên dạy trẻ học bơi và mua cặp phao cho học sinh.
- Dự trữ đủ lương thực và nước uống cho gia đình trong ít nhất là một tuần ở nơi cao ráo, an toàn.
- Nếu có thể, giúp bố mẹ sửa lại nhà cửa và làm cho nhà cửa có sức chịu đựng lũ lụt tốt hơn. Bảo vệ nhà bằng cách nhồi đầy cát vào các bao tải và xếp chúng quanh nhà.
- Nếu nhà có thuyền cần giữ gìn cẩn thận, mua sắm đủ phao, vật nổi hay áo phao, dây thừng để có thể sử dụng khi cần thiết.
- Cần chuẩn bị tre và dây thừng để làm gác lửng trong nhà để ở tạm. Chú ý phải làm một đường ra ở sát mái hoặc trên mái nhà để có thể thoát ra ngoài trong trường hợp nước lên quá cao.
- Xác định địa điểm và phương tiện để di dời khi cần.
- Bảo vệ nguồn nước của gia đình bằng cách che đậy giếng, bể chứa nước. . .
- Dự trữ thuốc để khử trùng nước như viên Cloramin B, Cloramin T, viên Aquatabs. . .
- Nếu một ai đó trong gia đình bị thương, phải biết có thể nhờ ai giúp đỡ. Ví dụ: cán bộ y tế hoặc hội viên Hội Chữ Thập Đỏ địa phương.

Trong khi lũ lụt

- Cắt hết các nguồn điện để đảm bảo an toàn trong thời gian lũ lụt.
- Di chuyển đến nơi cao và an toàn, ví dụ như một tòa nhà hai tầng hoặc một quả đồi. Chú ý phát hiện rầm rết hay các động vật nguy hiểm khác vì những con vật này cũng tìm đến nơi cao ráo. Không được lội xuống nước nếu nhìn thấy dây điện hoặc cột điện bị đổ xuống nước, cũng như không chạm vào bất kì ổ điện nào để đề phòng điện giật.

- Không đi lại, bơi lội, chơi đùa hay làm việc ở những nơi ngập lụt tránh bị nước cuốn đi và chết đuối.
- Mặc áo phao nếu có. Nếu không có áo phao, có thể sử dụng các đồ vật nổi khác như săm (ruột) xe, can nhựa rỗng, chai nhựa rỗng buộc vào nhau hoặc thân cây chuối thay phao để di chuyển trong vùng ngập lụt.
- Tránh xa các bờ sông hoặc suối ở các vùng ngập lụt vì chúng có thể không an toàn và có thể bị lở đất.
- Không được uống nước lụt mà hứng lấy nước mưa để uống và nấu ăn. Cố gắng đun sôi nước để uống. Nếu không có nguồn nước nào khác, sử dụng nước đã được lọc hoặc nước đã được khử trùng bằng thuốc.
- Không được ăn thức ăn đã bị ôi thiu hoặc bị ngâm trong nước lụt vì không đảm bảo vệ sinh (có nhiều vi khuẩn), có thể bị nhiễm bệnh.

Sau khi lũ lụt

- Sử dụng màn khi ngủ kể cả ban ngày và ban đêm để tránh côn trùng và muỗi đốt.
- Không đến khu vực gần bờ sông hoặc nơi bị sạt lở và khu vực không có người ở.
- Không được vào bất kì một căn nhà đã bị ngập nào nếu chưa được kiểm tra.
- Không được chạm vào bất kì ổ điện hay bật điện lên cho tới khi mọi thứ khô hẳn. Cần để người lớn kiểm tra an toàn điện trước khi sử dụng lại.
- Không dùng thức ăn, lương thực đã bị ngấm nước lụt.
- Nhờ cán bộ y tế kiểm tra và làm sạch giếng nước trước khi sử dụng lại.
- Cùng bố mẹ sửa lại nhà cửa, khu vực chăn nuôi gia súc gia cầm.
- Kịp thời đi khám, chữa bệnh nếu người thân trong gia đình bị ốm.
- Tham gia làm vệ sinh môi trường trong khu vực mình ở.
- Trồng tre hoặc các loại cây thích hợp xung quanh nhà để bảo vệ và phòng chống lũ lụt.
- Khơi thông cống, rãnh để nước lụt, lũ rút nhanh.

LŨ QUÉT: các thẻ số 3, 14-36, 40, 42-43

SẠT LỞ ĐẤT:

các thẻ số 4, 14-19, 22, 24-36, 43-45

Trong thời gian không có sạt lở đất

- Trồng cây mới tại những nơi cây đã chết hoặc bị chặt.
- Không chặt cây. Có thể tỉa bớt cành hoặc chặt phần cây đã chết nhưng không được róc vỏ thân cây.
- Tìm hiểu xem khu vực gần nhà mình đã từng xảy ra sạt lở đất chưa.
- Không nên xây nhà ở những khu vực dễ xảy ra sạt lở đất như dưới sườn dốc, vùng ven sông, suối hoặc gần bờ biển.
- Thường xuyên quan sát đất quanh nhà và nơi ở để phát hiện các dấu hiệu của sạt lở đất. Ví dụ: cây cối đang bị nghiêng dần, những vết nứt trên tường nhà hoặc sườn đồi, các vết lún trên mặt đất hoặc trên đường.
- Nói chuyện với mọi người trong gia đình và phân công những việc cần phải làm cho từng người nếu sạt lở đất xảy ra.

Những việc cần làm khác nếu trời mưa to và kéo dài

- Cẩn hết sức cảnh giác nếu sống ở gần sông, suối.
- Chú ý lắng nghe dự báo thời tiết và thông tin cảnh báo từ vô tuyến, đài về các đợt mưa lớn.
- Sẵn sàng rời khỏi nhà để di chuyển đến nơi an toàn.
- Lắng nghe bất kì tiếng động không bình thường nào do đất đá chuyển động gây ra, ví dụ tiếng cây gãy hoặc đá va vào nhau...
- Chú ý sự thay đổi của nước từ trong thành đục bởi vì những thay đổi như vậy là do có sạt lở đất ở phía đầu nguồn. Sẵn sàng rời khỏi nhà, không được chậm trễ. Điều quan trọng trước tiên là phải tự bảo vệ mình, không cần cứu đỡ đặc.
- Tránh xa khu vực bị sạt lở đất. Nếu không kịp chạy thoát, tự bảo vệ mình bằng cách cuộn tròn mình lại, hai tay ôm lấy đầu và lăn như một quả bóng.

Sau sạt lở đất

- Tránh xa khu vực sạt lở đất vì nền đất vẫn chưa ổn định và có thể tiếp tục sạt lở nữa.
- Không được vào bất kì ngôi nhà nào nếu chưa được người lớn kiểm tra.

LỐC: các thẻ số 5, 14-22, 28-36, 46

Khi lốc xảy ra

- Tránh đường đi của lốc và tìm nơi trú ẩn an toàn, nếu có thể làm được.
- Tránh xa cây, tòa nhà, cột điện vì có thể bị lốc làm đổ, gãy.
- Ở trong nhà khi có lốc xảy ra. Nên trú ẩn dưới gầm cầu thang, gầm bàn hoặc gầm giường.
- Nếu đang trên đường và không tránh kịp, nhảy vào một đường hào gần đó hoặc nằm bám sát đất.

DÔNG VÀ SÉT:

các thẻ số 6, 14-17, 22, 24, 28, 31-36, 49-50

Khi có dông

- Nếu cơn dông sắp đến, đi vào nhà và ngồi trên ghế hoặc giường gỗ, chân không được chạm đất.
- Tháo dây ăng ten vô tuyến.
- Tắt điện, tắt các thiết bị điện để tránh bị sét làm cháy, hỏng, có thể để lại một bóng đèn điện để chiếu sáng (vì đèn điện không làm cho ngôi nhà dễ bị sét đánh hơn).
- Nếu không vào nhà được hoặc cảm thấy dựng tóc gáy, có nghĩa là sét sắp đánh. Thu mình lại và ngồi xổm kiểu con ếch trên đầu ngón chân, hai tay bịt tai và cúi thấp đầu xuống.

- Tránh xa các vật cao như cây đôn độc, các ngọn tháp, hàng rào, cột điện, đường dây điện và điện thoại bởi chúng là những thứ thu hút sét.
- Khi dông tố xảy ra, không được đi ra ngoài, đi xe đạp hoặc cầm, chạm vào các đồ vật kim loại vì có thể bị sét đánh.
- Nếu đang ở trên thuyền hoặc đang bơi, vào bờ ngay lập tức vì nước mưa là chất dẫn điện.
- Không được sử dụng điện thoại cho đến khi hết dông.

Có thể tính được cơn dông ở cách chỗ đứng bao xa bằng cách đếm số giây trong khoảng thời gian từ khi nhìn thấy ánh chớp đến khi nghe thấy tiếng sấm. Một khoảng thời gian 3 giây sẽ tương đương với 1 km.

HẠN HÁN:

các thẻ số 7, 14-17, 20, 23-24, 26, 35

Trước khi hạn hán

- Thường xuyên theo dõi dự báo thời tiết trên đài phát thanh và truyền hình, truyền thanh địa phương để biết thêm thông tin và cảnh báo hạn hán, đặc biệt là khi ít có hoặc không có mưa.
- Không lãng phí nước và bảo vệ nguồn nước một cách cẩn thận.
- Nhắc bố mẹ sửa chữa ống nước và vòi nước bị vỡ, rò rỉ.
- Dự trữ nước trong tất cả các vật dụng sạch có thể chứa được nước.
- Thiết lập hệ thống thu gom và trữ nước mưa.
- Cát giữ hạt giống nơi an toàn để có thể dùng sau khi hạn hán kết thúc.
- Để dành cỏ để chăn nuôi gia súc.

Trong khi hạn hán

- Theo dõi chặt chẽ tin dự báo thời tiết trên đài phát thanh, vô tuyến truyền hình để có các lời khuyên cần thiết về những việc nên làm trong thời kì hạn hán.

- Tiết kiệm nước. Tái sử dụng nước đã dùng trong sinh hoạt, ví dụ để tưới cây hoặc dội nhà vệ sinh.
- Giúp bố mẹ đi lấy nước ở nguồn nước an toàn gần nhà nhất.

Sau khi hạn hán

- Giúp gia đình kiểm tra và sửa chữa hệ thống nước.
- Giúp bố mẹ gieo hạt giống.

CHÁY RỪNG

Trước khi cháy rừng

- Vào thời điểm nắng nóng, hanh khô, mùa đốt nương làm rẫy, thường xuyên chặt bỏ cành, cây khô quanh nhà và khu vực sinh sống để giảm nguy cơ bắt lửa trong mùa khô.
- Trước khi đốt nương, rẫy, đồng ruộng, phải làm đường cản lửa bao quanh; có người canh chừng, có đủ dụng cụ để dập lửa nếu cháy lan vào rừng; sau khi đốt xong phải dập tắt hết tàn lửa.
- Không được nghịch lửa, bật diêm, hút thuốc trong rừng.

Trong khi cháy rừng

- Trong đa số vụ cháy rừng, bức xạ nhiệt tỏa ra lớn đến mức có thể gây chết người từ xa hàng trăm mét mà không có ngọn lửa chạm vào. Có thể bảo vệ bản thân khỏi nhiệt bức xạ bằng một số cách như: mặc thêm quần áo; tránh xa đám cháy; sử dụng tấm chắn như bức tường hoặc tòa nhà để tạo ra rào cản.
- Chạy ngược chiều gió để tránh nóng, lửa cháy. Tìm cách thoát khỏi đám cháy rừng càng xa càng tốt.

Sau khi cháy rừng

- Tìm kiếm, cấp cứu ngay người bị nạn.
- Dập tắt các tàn lửa, tro nóng.
- Sửa chữa nhà cửa.
- Vệ sinh các đồ vật gia đình, bể chứa nước.
- Thực hiện các biện pháp bảo đảm vệ sinh môi trường.

HOẢ HOẠN⁴:

các thẻ số 7, 14-17, 20, 23-24, 26, 35

Khi hoả hoạn xảy ra

- Kêu to “cháy, cháy” và chạy khỏi nhà càng nhanh càng tốt. Khi đã ra khỏi nhà rồi, ở ngoài và gọi người đến giúp.
- Không được vào một căn nhà đang cháy hay đến gần đám cháy.
- Không sử dụng thang máy trong toà nhà đang bị hoả hoạn.
- Nếu bị mắc kẹt trong một căn phòng đầy khói, bò bằng tay và đầu gối dưới đám khói và thoát ra ngoài càng nhanh càng tốt. Khói bay phía trên không chỉ chứa nhiều khí độc hại mà còn rất nóng (có thể lên đến 1500°C).
- Sử dụng khăn, quần áo ẩm để che mũi, tránh hít phải khói độc.
- Nếu quần áo bị bắt lửa, nằm ngay xuống đất, che mặt và lăn qua lăn lại cho tới khi lửa tắt.
- Nếu bị bỏng, dùng nước sạch làm nguội chỗ bỏng và không bôi bất kỳ thứ gì lên vết bỏng.

4. Hội Chữ Thập Đỏ Việt Nam, 2005. *Giới thiệu về phòng ngừa thảm họa cho học sinh tiểu học*. Nhà xuất bản Thanh niên.

MƯA ĐÁ⁵:

các thẻ số 9, 14-17, 20, 22, 24, 28, 31-36, 51

Khi có mưa đá

- Ở trong nhà và không được đi ra ngoài cho đến khi hết mưa đá.
- Nếu không vào nhà được, cố gắng che chắn, bảo vệ đầu bằng các loại mũ cứng, bằng bảng hoặc bằng cặp sách.

RÉT HẠY:

các thẻ số 10, 14-17, 20, 23-24, 35, 52

Khi rét hại

- Mặc quần áo ấm, đi tất và giày dép cẩn thận.
- Đắp chăn ấm khi ngủ.
- Không sưởi ấm bằng lò than trong phòng kín nhằm tránh chết ngạt.
- Giữ ấm cho gia súc bằng bao tải.
- Không chăn thả gia súc ngoài đồng, che chắn chuồng trại, tránh gió lùa.
- Bảo vệ cây giống, cây mới trồng bằng cách che đậy kín.

SƯƠNG MÙ, SƯƠNG MUỐI

Khi sương mù

- Sương mù làm giảm tầm nhìn, nếu phải đi xe nên đi thật chậm, bật đèn chiếu sáng (ánh sáng vàng là tốt nhất), sử dụng còi khi cần thiết.
- Hạn chế ra đường vào lúc sáng sớm là thời điểm sương mù xuất hiện nhiều để tránh hít phải các chất độc bay lơ lửng trong không khí.

5. Hội Chữ Thập Đỏ Việt Nam, 2005. *Giới thiệu về phòng ngừa thảm họa cho học sinh tiểu học*. Nhà xuất bản Thanh niên.

- Khi đi đường, đeo khẩu trang để tránh bụi, khói, các chất độc không thoát được trong không khí do bị sương mù cản lại.
- Mặc thêm quần áo ấm để không bị nhiễm lạnh khi bị các hạt nước bám vào, đặc biệt là những người bị các bệnh về đường hô hấp. Nếu tiếp xúc với sương mù thì sau đó nên nhỏ mũi, mắt, súc miệng bằng nước muối nhạt.

ĐỘNG ĐẤT⁶:

các thẻ số 12, 14-20, 22, 27-36, 53-54

Trước khi động đất

- Luyện tập các tình huống ứng phó với động đất.
- Chuẩn bị túi cứu trợ khẩn cấp chứa nhu yếu phẩm, thuốc men, các dụng cụ vệ sinh, quần áo.
- Xác định những nơi an toàn ở trong nhà và trong trường học.
- Nơi an toàn là dưới gầm một chiếc bàn chắc chắn. Nếu không có bàn chắc chắn, nằm cạnh giường, ngồi cạnh góc nhà.

Trong khi động đất

- Không hoảng loạn hãy cố giữ bình tĩnh.
- Nếu đang ở trong nhà, tìm đến những nơi an toàn, cố gắng chỉ trong phạm vi vài bước chân, tránh xa cửa chính, cửa sổ, ban công.
- Thực hiện các động tác: chui xuống dưới gầm bàn, ghế, tay giữ chặt lấy chân bàn. Đảm bảo đầu và cổ được bàn che phủ.
- Tránh xa các đồ vật bằng kính, tủ quần áo, đồ điện và các đồ vật khác.
- Không sử dụng thang máy.
- Nếu đang ở bên ngoài, nhanh chóng tránh xa các nhà cao tầng, cây cối, đèn đường, dây điện, thực hiện động tác: ngồi sụp xuống, hai tay che đầu và giữ chặt.

6. New Zealand Ministry of Civil Defence and Emergency Management, 2009. *What is the Plan Stan teacher's guide*.

- Nếu bị mắc kẹt dưới đồng hồ nóng, không di chuyển, che miệng bằng khăn hay quần áo để tránh bụi, gõ vào đường ống hoặc tường để cứu hộ có thể tìm ra. Không bật lửa, diêm v.v.v vì có thể gây cháy.
- Nếu đang lái xe máy, ô tô hãy dừng lại cho đến khi hết chấn động.
- Nếu đang ở bãi biển hãy để phòng thêm sóng thần hay biển dâng do động đất.

Sau khi động đất

- Sau các trận động đất thường có các dư chấn. Lắng nghe các chỉ dẫn của người lớn hoặc của những người cứu hộ.
- Kiểm tra xem mình có bị thương hay không thì cố gắng sơ cấp cứu cho mình hay người xung quanh.
- Nếu ở trong những tòa nhà đổ nát, cố gắng tìm cách thoát ra ngoài và tìm nơi an toàn.
- Hãy quan sát các mối nguy hiểm xung quanh, ví dụ kính vỡ, đồ vật rơi... bảo vệ chân, tay khi di chuyển.
- Tránh xa cột điện, dây điện các loại.
- Tắt gas, tắt điện, không bật lửa nếu không biết là có rò rỉ khí gas hay không.
- Kiểm tra đường nước, nhà vệ sinh trước khi dùng.
- Không nghe hay truyền tin đồn thổi.
- Cố gắng nghe các thông báo về động đất qua đài, loa truyền thanh để có chỉ dẫn cụ thể.

SÓNG THẦN⁷:

các thể số 13, 14-22, 25, 27-36, 55

Trước khi sóng thần

- Tìm hiểu các dấu hiệu cảnh báo sóng thần như: một trận động đất lớn bất kỳ hay sự thay đổi bất thường ở mực nước biển.

- Phải biết những khu đất cao hoặc khu vực an toàn và các tuyến đường sơ tán gần nơi đang sống để chạy đến những khu vực này khi sóng thần xảy ra.
- Tuyên truyền rộng rãi trong cộng đồng để biết cách chủ động chuẩn bị và ứng phó với thảm họa sóng thần, ví dụ như cách chạy thoát nhanh nhất để tự cứu mình.
- Tham gia các buổi diễn tập ứng phó khẩn cấp với sóng thần.
- Chú ý đến các cảnh báo sóng thần hiện có ở địa phương.
- Trồng thêm hoặc duy trì rừng ngập mặn và các loại cây thích hợp dọc theo các khu vực ven biển.

Trong khi sóng thần

- Lập tức chạy ngay đến khu vực cao, an toàn (địa hình cao trên 15 m so với mặt nước biển và cách xa bờ biển ít nhất là 1 km).
- Đừng chờ đợi để được cảnh báo hoặc cho đến khi nhìn thấy sóng. Đừng cố gắng để cất giữ bất kỳ đồ đạc nào trong nhà. Nếu có thể, đem theo túi cứu hộ khẩn cấp.
- Nếu không thể chạy đến điểm an toàn, trèo lên một cây to khoẻ gần nhất có thể hoặc trèo lên nóc nhà/công trình.
- Ở lại khu vực an toàn trong vài tiếng sau đó vì có thể vẫn tiếp tục có sóng thần đánh vào.
- Nếu đang ở trên thuyền ngoài khơi thì không quay về bờ, tiếp tục ở trên biển cho đến khi sóng giảm đi.
- Nếu đang ở trên thuyền ngoài cảng biển và không kịp ra khơi thì cố gắng lên chỗ cao nhất trên thuyền để tìm cách giữ an toàn.
- Nếu đang bị chặn bởi sóng thần, bơi thật nhanh và tìm vật nổi, leo lên và bám vào đó thật chắc.

7. Chương trình tình nguyện Liên Hợp Quốc (UNV) và Chương trình Phát triển Liên hợp quốc, 2011, Tờ thông nguy hiểm.

Sau khi sóng thần

- Tìm sự trợ giúp y tế nếu cần thiết.
- Trợ giúp người bị thương hoặc bị mắc kẹt trong tòa nhà. Cấp cứu cho những người bị thương nếu có thể.
- Đến trung tâm sơ tán gần nhất để giúp đỡ trẻ em, phụ nữ mang thai, người già và người tàn tật.
- Khi đã an toàn, về nhà và kiểm tra tình trạng thiệt hại đã ảnh hưởng đến ngôi nhà.
- Kiểm tra nguồn hàng thực phẩm và nước uống. Không nên dùng thực phẩm và nước sinh hoạt đã bị ảnh hưởng bởi sóng thần vì có thể bị ô nhiễm và gây hại cho sức khỏe.
- Tham gia làm sạch môi trường và khôi phục lại cuộc sống bình thường.
- Tham gia dọn dẹp các tuyến đường và các mảnh vỡ.

Biên soạn: Đỗ Vân Nguyệt, Lê Thu Thảo, Phạm Thuý Ngân, Nguyễn Thị Phương với sự đóng góp của: Jane Stabb, James Wilderspin, Phạm Thị Bích Ngà, Đào Thu Hiền, Đặng Văn Tạo, Đoàn Minh Cường, Đinh Thị Hồng Phương và các tình nguyện viên của Live&Learn

Minh họa: Phan Hoàng Linh, Nguyễn Thu Hương, Vũ Văn Tiệp, Nguyễn Đăng Khuyến

Thiết kế: Nghiêm Hoàng Anh



Tài liệu được xây dựng bởi Trung tâm Sống và Học tập vì Môi trường và Cộng đồng (Live&Learn) trong khuôn khổ dự án JANI – Sáng kiến mạng lưới vận động chính sách chung tại Việt Nam do ECHO – Cơ quan Viện trợ nhân đạo và Bảo vệ dân sự, Ủy ban châu Âu tài trợ.

Để biết thêm thông tin, xin mời liên hệ:

Trung tâm Sống và Học tập vì Môi trường và Cộng đồng (Live&Learn)

Số 24, Làng kiến trúc phong cảnh, Ngõ 45A Vọng Thị, Tây Hồ, Hà Nội

Tel: +84-4 37185930 • Fax: +84-4 37186494

Email: vietnam@livelearn.org • Website: www.livelearn.org, www.thehexanh.net

©Live&Learn, 2014

Được cấp phép in theo giấy phép số ...

In tại nhà in La Bàn

