

● * در خیابان هستید و حمله هوایی می‌شود.*

بسیاری فکر می‌کنند در فضای باز هیچ راه نجاتی نیست، اما زمین بهترین دوست شماست. در لحظه خطر، «عوارض زمین» (مثل جوی آب یا گودال) می‌تواند مانند یک زره از شما در برابر موج انفجار و ترکش محافظت کند.

◆ * کجا پناه بگیریم؟ (اولویت‌بندی)*

- ◆ جوی آب خشک: یکی از بهترین سنگرهای شهری است. دیوارهای جوی مانع رسیدن ترکش‌های افقی می‌شوند.
- ◆ گودال‌ها و پستی‌بلندی‌ها: هر نوع فرو رفتگی در زمین که بدن شما را پایین‌تر از سطح افق قرار دهد.
- ◆ دیوارهای بتنی ضخیم: فقط به شرطی که از پایداری آن مطمئن باشید (از دیوارهای قدیمی و آجری دوری کنید).

◆ * اشتباهات مرگبار در فضای باز:*

- ◆ ایستادن و تماشای محل انفجار (ترکش‌ها سریع‌تر از صدا حرکت می‌کنند).
- ◆ پناه گرفتن زیر پل‌های عابر پیاده یا تیرهای برق.
- ◆ دویدن به سمت ساختمان‌های با نمای شیشه‌ای.

◆ * نحوه صحیح خوابیدن روی زمین:*

- ◆ روی شکم بخوابید (دمر).
- ◆ سینه را کمی از زمین بلند کنید (روی آرنج‌ها) تا لرزش زمین به قلب آسیب نزنند.
- ◆ انگشتان دست را در هم قفل کرده و پشت سر بگذارید.
- ◆ دهان را کمی باز نگه دارید تا پرده گوش در اثر تغییر فشار آسیب نبیند.

◆ * در مورد کودکان:*

- ◆ بلافاصله او را زیر شکم خود قرار دهید (کودک روی زمین و شما روی او).
- ◆ با دست‌هایتان گوش‌های او را بگیرید.
- ◆ به او بگویید: «فکر کن یک بازی، باید مثل یک لاک‌پشت توی لاکت بمانی تا من بگم تموم شده.»

◆ * ۵ گام حیاتی در فضای باز:*

۱. موقعیت را بسنج
بهترین گودال یا جوی آب را در شعاع ۳ متری خود پیدا کن و به سمتش برو.

۲. فاصله از خودروها

حداقل ۱۵ تا ۲۰ متر از خودروهای پارک شده فاصله بگیر (خطر انفجار باک و پرتاب قطعات بدنه).

۳. از شیشه فرار کن

ویرین مغازه‌ها در زمان انفجار تبدیل به هزاران خنجر پرتابی می‌شوند. پشت به شیشه‌ها بخواب.

۴. بلند نشو!

انفجار معمولاً موج دوم دارد. حداقل ۵ تا ۱۰ دقیقه در وضعیت خوابیده بمان تا گرد و غبار و ترکش‌های معلق فروکش

کنند.

۵. به صدای امداد گوش بده
پس از اطمینان از اتمام حمله، به جای فرار بی‌هدف، به توصیه‌های بلندگوهای امدادی یا رادیو عمل کن.