

শীতকালীন ঝড়ের ফলে হওয়া দুর্ঘটনা মোকাবেলা করা

পটভূমি:

শীতকালীন ঝড়ের তীব্র গতিতে হওয়া বইতে থাকে, জমাটবাঁধা বৃষ্টি, শিলাবৃষ্টি, ভারী তুষারপাত এবং তীব্র ঠান্ডা পড়ে। তীব্র শীতকালীন বৃষ্টির ফলে রাস্তা অবরুদ্ধ হতে পারে, বিদ্যুতের লাইন বিকল হতে পারে, বিদ্যুত বিভ্রাট হতে পারে এবং পথ দুর্ঘটনা ঘটতে পারে।

সাধারণত আপনাকে নিম্নলিখিত পরিভাষাগুলি জানতে হবে:

- **Winter Storm Watch** (উইন্টার স্টর্ম ওয়াচ) মানে হল শীতকালীন ঝড় হতে পারে।
- **Winter Storm Warning** (উইন্টার স্টর্ম ওয়ার্নিং) মানে হল ঝড় হচ্ছে অথবা শীঘ্রই ঝড় হবে।
- **Blizzard Warning** (ব্লিজার্ড ওয়ার্নিং) মানে হল ঘন্টায় 35 মাইল অথবা তার থেকে বেশী বেগে বাতাস বইতে থাকা অথবা দমকা হওয়া দেওয়া তিন ঘন্টা বা তার বেশী সময় ধরে (কোয়ার্টার মাইলের কম দূরত্বে কিছু দেখা যায় না) সম্ভবনা।
- **Frost/Freeze Warning** (ফ্রস্ট/ফ্রিজ ওয়ার্নিং) মানে হলে জমে যাওয়ার তাপমাত্রা থেকেও কম তাপমাত্রা প্রত্যাশিত।
- **Freezing Rain** (ফ্রিজিং রেন) মানে হল মাটিতে পড়া মাত্রই যে বৃষ্টি জমে যায়, সড়ক, হেঁটে চলাচল করার রাস্তা, গাছ এবং বিদ্যুতের তারে বরফের আস্তরণ তৈরি করে।
- **শিলাবৃষ্টি (স্লিট)** মানে হল বৃষ্টি মাটিতে পড়ার আগে বরফের টুকরোয় পরিণত হয়, যার ফলে রাস্তায় পড়ে থাকা শিশির জমে যায় এবং রাস্তা পিচ্ছিল হয়ে ওঠে।

শীতকালীন ঝড়ের আগে এগুলি করুন:

আপনার বিপর্যয় মোকাবেলার কিটের মধ্যে এগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন:

- রাস্তার বরফ গলাতে খনিজ লবণ নিয়ে নিন
- উত্তোলনের সুবিধার জন্য বালি
- বরফ সরানোর বেলচা এবং বরফ সরানো অন্যান্য সরঞ্জাম।

শীতকালীন ঝড়ের ফলে হওয়া দুর্ভোগ মোকাবেলা করা

আপনার বাড়ী ও পরিবারকে প্রস্তুত রাখুন:

- গরম করার পর্যাপ্ত জ্বালানী রেখে সম্ভাব্য বিচ্ছিন্নতার জন্য **আপনার বাড়ীকে প্রস্তুত করুন**; নিয়মিত জ্বালানীর উৎস থেকে জ্বালানী নাও পাওয়া যেতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, আপনার অগ্নিকুণ্ড বা কাঠের চুলার জন্য শুষ্ক, পাকা কাঠ মজুদ করুন।
- দেওয়াল, চিলেকোঠা, কালাপাতি এবং ওয়েদার-স্ট্রিপিং দরজা এবং জানলাগুলি অন্তরক করে আপনার জ্বালানীর সরবরাহের মেয়াদ বৃদ্ধি করার মাধ্যমে **আপনার বাড়ীটিকে শীতের উপযুক্ত করে তুলুন** এবং ঝড়ের হাত থেকে বাঁচাতে স্ট্রম উইন্ডো স্থাপন করুন অথবা জানলাতে প্লাস্টিকের আচ্ছাদন দিন।
- আপনার পরিবার, প্রতিবেশীদের আশ্রয় প্রদান করতে পারে এবং, গৃহপালিত পশু বা যন্ত্রপাতি রাখা যায় **এমন বাড়ী, শস্যগার, চালা বা অন্য কোন কাঠামোকে শীতের উপযুক্ত করে তুলুন**। বৃষ্টির জল নিকাশের নর্দমা সাফ রাখুন, ছাদের কোনো ফুটো থাকলে তা মেরামত করা করুন এবং ঝড়ে আপনার বাড়ী বা অন্যান্য কোনো কিছুর উপর পড়ে যেতে পারে এমন শাখা-প্রশাখা কেটে দিন।
- পাইপগুলিকে ইন্সুলেশন বা সংবাদপত্র এবং প্লাস্টিক দিয়ে **ইনসুলেট** অর্থাৎ অন্তরণ করুন এবং জমে যাওয়া এড়াতে ঠান্ডা আবহাওয়ার সময় ফোঁটা ফোঁটা করে জল পড়তে দেওয়ার জন্য চুপ্পী খোলা রাখুন।
- **হাতের কাছে অগ্নি নির্বাপক রাখুন**, এবং এটি কিভাবে ব্যবহার করতে হয় তা যাতে আপনার বাড়ীর সকলে জানেন তা নিশ্চিত করুন। যেহেতু বেশীরভাগ মানুষ অতিরিক্ত গরমের জন্য বিকল্প উৎস থেকে বিনা সতর্কতায় শক্তি ব্যবহার করে তাই বাড়ীতে আগুন লাগার অতিরিক্ত ঝুঁকি রয়েছে।
- **কিভাবে ওয়াটার ভালভ বন্ধ করতে হয় তা জানুন** (কোনো পাইপ ফেটে যাওয়ার ক্ষেত্রে)।
- **সময়ের আগে আপনার জানা উচিত যে বয়োজ্যেষ্ঠ বা প্রতিবন্ধী বন্ধু, প্রতিবেশী বা কর্মীদের সহায়তা করতে কি করা উচিত।**
- যদি বাড়ির সমতল ছাদে তুষার জমে বা জমা জল নিগমন না হয় তাহলে বরফ ও জমে থাকা জলের জন্য যে ভার ছাদের উপর পড়বে তা বহন করার ক্ষেত্রে ছাদ কতটা টেকসই এবং ছাদের কাঠামোগত ক্ষমতা পরীক্ষা করতে একজন ঠিকাদার নিযুক্ত করুন।

আপনার গাড়ী প্রস্তুত রাখুন:

আপনার গাড়ীতে নিম্নলিখিত জিনিসগুলি আছে কিনা তা পরীক্ষা করুন অথবা একজন মিস্ট্রী ডেকে তা পরীক্ষা করান:
অ্যান্টি-ফ্রিজ লেভেল - জমে যাওয়া এড়ানোর পর্যাপ্ত ক্ষমতা রয়েছে কিনা নিশ্চিত করুন।

- **ব্যাটারি এবং ইগনিশন সিস্টেম** - সবসময় ভালো রাখতে হবে এবং ব্যাটারি টার্মিনালগুলি পরিষ্কার থাকা উচিত।
- **ব্রেক** - তার এবং তরলের মাত্রা পরীক্ষা করুন।
- শীতকালে **কম করে ট্যাকের অর্ধেক পরিমাণ জ্বালানী ভর্তি রাখুন**।
- **হিটার এবং ডিফ্রস্টার** - সেগুলি যাতে সঠিকভাবে কাজ করে তা নিশ্চিত করুন।
- **লাইট এবং ক্ল্যাশ করে এমন হ্যাজার্ড (বিপদের সংকেত প্রদানকারী) লাইট** - কাজ করছে কিনা পরীক্ষা করুন।
- **তেল** - মাত্রা এবং ওজন পরীক্ষা করুন। গাঢ় তেল কম তাপমাত্রায় আরো বেশি জমাট বেঁধে যায় এবং পিচ্ছিল করতেও সক্ষম হয় না।
- **থার্মোস্ট্যাট** - এটি সঠিকভাবে কাজ করে তা নিশ্চিত করুন।



ডিস্ট্রিক্ট অফ কলম্বিয়া সরকার

রচনা:

হোমল্যান্ড সিকিউরিটি এন্ড ইমার্জেন্সি ম্যানেজমেন্ট এজেন্সি (HSEMA)



সর্বশেষ সংশোধিত: নভেম্বর, 2011

শীতকালীন ঝড়ের ফলে হওয়া দুর্ভোগ মোকাবেলা করা

উইন্ডশিল্ড(গাড়ীর সামনের কাঁচ)-এর ওয়াইপার সরঞ্জাম

কোনো সমস্যা থাকলে তা মেরামত করে নিন এবং ওয়াশার ফ্লুইডের যথাযথ স্তর বজায় রাখুন।

- শীতকালের জন্য উপযুক্ত টায়ার লাগান। টায়ারে যাতে পর্যাপ্ত ড্রিড থাকে তা নিশ্চিত করুন। শীতের বেশীরভাগ অবস্থায় সাধারণত অলওয়েদার রেডিয়ালগুলি যথাযথ কাজ করে। যদিও, কিছু এলাকার রাস্তায় গাড়ী চালাতে হলে তাতে চেন অথবা স্কুলশীর্ষ পেরেক সহ বরফের উপযুক্ত টায়ার থাকা আবশ্যিক।

প্রতিটি গাড়ীতে শীতকালীন জরুরী কিট রাখুন যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হল:

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">□ একটি বেলচা□ উইন্ডশীল্ড স্ক্র্যাপার এবং ছোট ঝাড়ু□ ফ্ল্যাশলাইট□ ব্যাটারি চালিত রেডিও□ অতিরিক্ত ব্যাটারি□ জল□ জলখাবার□ দেশলাই বা লাইটার | <ul style="list-style-type: none">□ অতিরিক্ত টুপি এবং দস্তানা□ ছোট ছুরি সহ প্রাথমিক চিকিৎসার সরঞ্জাম□ প্রয়োজনীয় ওষুধ□ কঙ্কল□ টো চেন বা দড়ি□ রোড লবণ এবং বালি□ বুস্টার কেবল□ আপৎকালীন অগ্নিতরঙ্গ |
|--|---|

আবহাওয়ার জন্য যথাযথ পোশাক

- একটি ভারী গরম পোশাক পরার থেকে কয়েকটি ডিলেটাল, হালকা, গরম পোশাক পরুন। বাইরের পোশাক হিসেবে শক্তভাবে বোনা এবং জল নিরোধী পোশাক পরা উচিত।
- একধরনের দস্তানা পড়ুন, যা গ্লাভসের থেকেও গরম হবে।
- একটি টুপি পড়ুন।
- আপনার ফুসফুস রক্ষা করার জন্য একটি স্কার্ফ দিয়ে আপনার মুখ ঢেকে রাখুন।

শীতকালীন ঝড়ের সময়:

আপনি যদি বাড়ীর ভিতরে থাকেন তাহলে এগুলি করুন:

- আবহাওয়ার অবস্থা এবং আপৎকালীন তথ্যের জন্য রেডিও শুনুন, টিভি দেখুন এবং NOAA আবহাওয়া রেডিও শুনুন।
- নিয়মিত খাবার খান এবং প্রচুর তরল পান করুন, কিন্তু ক্যাফিন পান করা এবং মদ্যপান করা এড়িয়ে যান।
- আপনার বাড়ী স্বাভাবিকের থেকে কম ঠান্ডা রেখে প্রয়োজনে জ্বালানী সংরক্ষণ করুন। কিছু কক্ষে সাময়িকভাবে গরম হওয়া বন্ধ করুন।
- যদি পাইপগুলি জমে যায়, তাহলে যে কোনো ইন্সুলেশন অথবা নিউজপেপারের স্তর অপসারণ করে ছেঁড়া জামাকাপড় দিয়ে পাইপগুলি মুড়ে দিন। সমস্ত চুঙ্গীগুলি সম্পূর্ণ খুলুন এবং যেখানে সব থেকে বেশী ঠান্ডা রয়েছে সেই জায়গার পাইপগুলিতে গরম জল ঢালুন (অথবা যেখানে ঠান্ডা সব থেকে বেশী ভেদ্য সেখানে)।
- বিস্মাক্ত ধোঁয়া তৈরি হওয়া এড়াতে কেরোসিন হিটার ব্যবহার করার সময় বায়ু-চলাচলা ব্যবস্থা বজায় রাখুন। কেরোসিন হিটার বাড়ীর বাইরে নিয়ে গিয়ে তেল ভরুন এবং দাহ্য বস্তু থেকে কম করে তিন ফুট দূরে রাখুন।

আপনি বাইরে থাকলে এগুলি করুন:

- বেলচা দিয়ে বরফ সরানোর সময় অতিরিক্ত পরিশ্রম করার প্রয়োজন নেই। এই কঠোর পরিশ্রমের কারণে হৃদরোগ হতে পারে—যা শীতে মৃত্যু হওয়ার প্রধান একটি কারণ। যদি আপনাকে বেলচা দিয়ে বরফ সরাতেই হয় তাহলে বাইরে যাওয়ার আগে শরীর স্ট্রেচ(প্রসারিত) করে নিন।
- আপনার মুখ ঢেকে রাখুন। বাইরে যাওয়ার সময় মুখ ঢেকে রেখে আপনার ফুসফুসকে প্রচন্ড ঠান্ডা হওয়া থেকে বাঁচান। খুব



ডিস্ট্রিক্ট অফ কলম্বিয়া সরকার

রচনা:

হোমল্যান্ড সিকিউরিটি এন্ড ইমার্জেন্সি ম্যানেজমেন্ট এজেন্সি (HSEMA)

সর্বশেষ সংশোধিত: নভেম্বর, 2011



শীতকালীন ঝড়ের ফলে হওয়া দুর্ঘটনা মোকাবেলা করা

প্রয়োজন না হলে কথা বলবেন না।

- **শুষ্ক থাকুন।** শরীরের তাপমাত্রা যাতে কমে না যায় তাই ভিজে জামাকাপড় ঘনঘন পরিবর্তন করুন। ভিজে জামাকাপড়ের সমস্ত অন্তরক মান কমে যায় এবং শরীরের তাপমাত্রা দ্রুত হ্রাস পায়।
- **তুষারস্পর্শে দেহে প্রদাহের লক্ষণ দেখা যাচ্ছে কিনা তা দেখুন।** এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হল স্বকের অনুভূতি শক্তি নষ্ট হয়ে যাওয়া অথবা পায়ের কিছু অংশ ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া যেমন আঙ্গুল, পায়ের পাতা, কানের লতি এবং নাকের ডগা। যদি উপসর্গ দেখা যায় তাহলে অবিলম্বে চিকিৎসা করানো দরকার।
- **হাইপোথার্মিয়ার লক্ষণ দেখা যাচ্ছে কিনা দেখুন।** এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হল অত্যধিক কাঁপুনি, স্মৃতিশক্তি হারানো, দিকভ্রষ্টতা, অসংলগ্নতা, কথা জড়িয়ে যাওয়া, তন্দ্রাচ্ছন্নভাব এবং আপাত অবসাদ।

আপনি যদি গাড়ী চালাচ্ছেন তাহলে এগুলি করুন:

খুব প্রয়োজন না হলে গাড়ী না চালানোই ভালো। আপনাকে যদি গাড়ী চালাতেই হয় তাহলে এগুলি করুন:

- দিনের বেলাতে ভ্রমণ করুন, একা ভ্রমণ করবেন না এবং অন্যদেরকে আপনার সময়সূচি সম্পর্কে অবগত রাখুন।
- প্রধান সড়ক ধরে ভ্রমণ করুন; শর্টকাট রাস্তা এড়িয়ে যান।

যদি তুষারঝড়ে আপনি গাড়ী নিয়ে আটকে যান তাহলে এগুলি করুন:

- **হাইওয়ে থেকে সরে দাঁড়ান।** বিপদ সংকেতের আলো জ্বালান এবং আপনি যে বিপদগ্রস্ত তা জানানোর জন্য রেডিও অ্যান্টেনা বা জানলা থেকে একটি পতাকা বুলিয়ে দিন।
- **গাড়ীর মধ্যেই থাকুন উদ্ধারকারী দল আপনাকে সম্ভবত খুঁজে নেবে।** আশেপাশে কোনো বাড়ী যেখানে আপনি আশ্রয় নিতে পারবেন, এইরকম দেখতে না পাওয়া পর্যন্ত বাইরে আসবেন না। সতর্ক থাকুন; তুষারপাতের কারণে দূরত্ব পরিমাপ করতে ভুল হতে পারে। কাছে কোনো বাড়ী দেখা গেলেও প্রচন্ড তুষারের কারণে তা হেঁটে অনেকক্ষণ সময় লাগতে পারে।
- **গরম থাকার জন্য প্রতি ঘন্টায় 10 মিনিটের জন্য ইঞ্জিন এবং হিটার চালু করুন।** ইঞ্জিন চালু থাকার সময় হওয়ার বিপরীতের জানলা হালকা খুলে রেখে বায়ু চলাচল হতে দিন এবং নির্গমন পাইপ থেকে ঘনঘন তুষার সাফ করুন। *এটি আপনাকে সম্ভাব্য কার্বন-মনোঅক্সাইড বিষাক্ততা থেকে সুরক্ষা দেবে।*
- **শরীরের তাপমাত্রা বজায় রাখতে ব্যায়াম করুন, কিন্তু অতিরিক্ত পরিশ্রম করবেন না।** ইন্সুলেশনের জন্য প্রচন্ড ঠান্ডায়, রাস্তার মানচিত্র, সিট কভার এবং ক্লোর ম্যাট ব্যবহার করুন। যাত্রীদের সঙ্গে কাছাকাছি বসুন এবং আপনার কোটটিকে একটি কম্বল হিসেবে ব্যবহার করুন।
- **পালা করে করে ঘুমান।** উদ্ধারকারী দলকে আসছে কিনা দেখার জন্য একজনকে জেগে থাকতে হবে।
- **ডিহাইড্রেশন থেকে বাঁচতে জল বা তরল পান করুন।**
- **ব্যাটারি শক্তি খরচ করা সম্পর্কে সতর্ক থাকুন।** বৈদ্যুতিক শক্তির ভারসাম্য প্রয়োজন - সরবরাহ সহ আলো এবং রেডিওর ব্যবহার।
- **উদ্ধারকারী ও কাজ করছে এমন দল যাতে আপনাকে দেখতে পায় তাই রাতে ভিতরের আলো স্বেলে রাখুন।**
- **যদি কোনো প্রত্যন্ত এলাকায় আটকে থাকেন,** তাহলে খোলা জায়গায় এসে বড় হাতের অক্ষরে HELP বা SOS লিখুন অথবা বিমান নিয়ে যে উদ্ধারকারী দল ঐ এলাকা পরিদর্শন করছেন তার দৃষ্টি আকর্ষণ করার জন্য পাথর বা গাছের ডালপালা দিয়ে লাইন তৈরি করুন।
- **তুষারঝড় হয়ে যাওয়ার পর প্রয়োজনে গাড়ী ছেড়ে হাঁটা শুরু করুন।**

শীতকালীন ঝড়ের পরে:

কোনো দুর্ঘটনা থেকে উদ্ধার হওয়ার প্রক্রিয়া সাধারণত ধীরে ধীরে হয়। মানসিক ও শারীরিক সুস্থতার মতো নিরাপত্তা হল প্রাথমিক সমস্যা।



ডিস্ট্রিক্ট অফ কলম্বিয়া সরকার

রচনা:

হোমল্যান্ড সিকিউরিটি এন্ড ইমার্জেন্সি ম্যানেজমেন্ট এজেন্সি (HSEMA)

সর্বশেষ সংশোধিত: নভেম্বর, 2011



শীতকালীন ঝড়ের ফলে হওয়া দুর্ভোগ মোকাবেলা করা



ডিস্ট্রিক্ট অফ কলম্বিয়া সরকার
রচনা:
হোমল্যান্ড সিকিউরিটি এন্ড ইমার্জেন্সি ম্যানেজমেন্ট এজেন্সি (HSEMA)

সর্বশেষ সংশোধিত: নভেম্বর, 2011

