

# Engelli Bireyler İçin Afet ve Acil Durum Planlama Rehberi



**İstanbul Sismik Riskin Azaltılması ve  
Acil Durum Hazırlık Projesi (İSMEP)**



**AFAD**





## Afet Nedir?

### Afet:

- Doğa, teknoloji veya insan kaynaklı bir olaydır.
- Fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğurur.
- Gündelik yaşamı ve faaliyetlerini durdurur veya kesintiye uğratır.
- Toplumun kendi kaynaklarıyla çözüm üretmesini zorlaştırır.
- Yaşamı tehdit ettiği gibi, psikolojik açıdan da travma yaratır.

Ülkemizde depremler başta olmak üzere pek çok doğa, insan ve teknoloji kaynaklı afet yaşanmaktadır.



## Afetlerden Kimler Etkilenir?

**Birincil etkilenenler:** Afet bölgesinde ikamet eden ve afeti doğrudan yaşayan kişiler.

**İkincil etkilenenler:** Birincil mağdurlarla ailevi ya da kişisel bağı olan bireyler.

**Üçüncül etkilenenler:** Buldukları yer gereği deprem veya benzeri afetler sonrasında görev almak ve afetzedelere hizmet götürmek durumunda olan ya da yaşanan afete medya yoluyla maruz kalan bireyler.

## Doğru Bir Afet ve Acil Durum Planı Ne Sağlar?

Afet ve acil durumlar şiddetlerine bağlı olarak yaşamın bütününe farklı düzeylerde etkilemektedir. Afet ve acil durum zararlarını en aza indirebilmek için birey ve toplum olarak konuya duyarlı olmalı ve bu tür olaylara önceden hazırlanmalıyız.

Engelli bireylerin afet ve acil durumlar karşısında daha çok zarar görmesi söz konusu olabilmektedir. Engelli veya diğer özel gereksinimli bireyler ile yakın çevreleri her türlü teknolojik ve toplumsal yeniliğe erişimde çeşitli sosyal ve fiziksel engeller nedeniyle daha dezavantajlı konumda bulunurken, aynı zamanda yeti farklılıklarından ötürü başta deprem ve seller olmak üzere tüm doğa ve insan kaynaklı afetler karşısında daha büyük zorluklar yaşayan ve daha özel hazırlanması gereken kesimi oluşturmaktadır.

## Afetler Nasıl Etkiler?

- Fırtınalar ve depremler etraftaki nesnelere yerinden oynatabilir, kırabilir ve ardında yıkıntı bırakabilir.
- Sel, deprem ve ağır fırtınalar yolları ve yürüyüş yollarını kullanılamaz hale getirebilir ve temizlenmesi haftalar süren enkazla kaplayabilir (alüvyon, çatlaklar).
- İç veya dış mekânlardaki tanıdık yapısal/kentsel imgeler yer değiştirebilir veya yıkılabilir.
- Eğer rehber hayvanınız varsa, yaralanabilir veya korkudan rehberlik edemeyecek durumda olabilir.
- Eviniz içinde bir süre yaşanamayacak kadar çok hasar görmüş olabilir.
- Elektrik, doğalgaz, su, kanalizasyon ve telefon gibi hizmetler bir süreliğine devre dışı kalabilir.
- Gürültülü tahliye merkezleri, işitme cihazlarını ve görme engelli bireylerin yön bulma duyularını etkileyebilir.

## UNUTMAYIN!

Aileler ve okullarla birlikte kamu binalarının, özel firma ve işyerlerinin de bir afet ve acil durum planı olmalıdır.

Çalıştığınız kurumun afet ve acil durum planı olmaması durumunda, böyle bir planın hazırlanması, geliştirilmesi ve uygulanması için yardımcı olabilir ve bu bilincin oluşmasına katkıda bulunabilirsiniz.

## Engelli Bireyler için Afet ve Acil Durum Planlamasının Temel Aşamaları



**BİRİNCİ ADIM:**

**RİSK ANALİZİ VE ZARAR AZALTMA**



**İKİNCİ ADIM:**

**AFET VE ACİL DURUM PLANI OLUŞTURMA**



**ÜÇÜNCÜ ADIM:**

**TAHLİYE PLANLAMASI**



**DÖRDÜNCÜ ADIM:**

**AFET VE ACİL DURUM TATBİKATLARI**



**BEŞİNCİ ADIM:**

**AFET VE ACİL DURUM SIRASINDA/  
SONRASINDA YAPILMASI GEREKENLER**



**ALTINCI ADIM:**

**İYİLEŞTİRME AŞAMASI**

## Tehlike, Risk Analizi ve Zarar Azaltma Nedir?

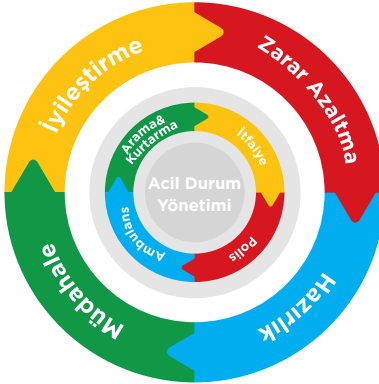
**Tehlike;** doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olarak meydana gelen ve fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplara yol açabilen tüm olayları ifade etmektedir.

**Risk;** fiziksel, sosyal, ekonomik, kültürel ve siyasal nedenlere bağlı olarak bir tehlikenin afete dönüşme olasılığı ve bu olasılığın yol açması beklenen olumsuz sonuçlar ve kayıplardır.

**Zarar görebilirlik;** farklı tür ve büyüklükteki tehlikeler karşısında, insanların ve yaşam çevrelerinin uğrayabileceği fiziksel, toplumsal, ekonomik veya çevresel zarar ve kayıpların ölçüsüdür.

**Kapasite;** bireylerin, toplulukların, kurumların veya ülkelerin bir tehlikenin etkilerini tahmin etme, bunlarla başa çıkabilme ve etkilerinden zarar görmeden veya en az kayıpla kurtulabilme konusunda sahip oldukları özellikler ve kaynaklardır.

- **Plaja atılmış kırık şişe, plaj boş olduğu sürece sadece bir tehlikedir.**
- **Plajda çıplak ayakla dolaşan biri olduğunda, kırık şişe kişi için bir risktir.**
- **Plajda çıplak ayakla dolaşan kişi, kırık şişeye bastığında zarar görebilir.**
- **Plajda tehlikeli bir şeylerin olabileceğini düşünerek terlik giyen kişi, kırık şişeden zarar görmeme kapasitesine sahiptir.**



Afet Yönetimi Döngüsü

Riski oluşturan, tehlike ile zarar görebilirlik etkenlerinin bir araya gelmesidir. Öte yandan kapasite, zarar görebilirliğin tersidir; kapasite güçlendikçe zarar görebilirlik, dolayısıyla tehlikenin riske dönüşmesi olasılığı azalmaktadır. Özetle, afet riskini azaltan ya da artıran, toplumun zarar görebilirlik düzeyidir. Zarar azaltma çalışmaları yapılarak zarar görebilirlik düzeyi düşürüldüğünde, maruz kalacağımız afetlerin etkileri de küçültülmüş olur. Tehlikelerin afete dönüşmeleri yaşama, doğal çevreye, mal varlığına ve iş sürekliliğine büyük ölçüde zarar vermeleri sonucu gerçekleşir.



## 1. Adım: Risk Analizi ve Zarar Azaltma

Gerekli önlemler alınmadığında, çevremizdeki birçok nesne bir afet ve acil durum sırasında bizim için tehlike kaynağına dönüşebilir.

### Afet ve Acil Durumlara Yönelik Tehlike Azaltma Özet Kontrol Listesi

- Her odada deprem sırasında yanında veya altında durabileceğiniz sağlam bir eşya (sabitlemiş beyaz eşya, masa vb.) belirleyin.
- Arızalı elektrik kablolarını, sızdıran doğalgaz hatlarını ve esnek olmayan tesisat bağlantılarını profesyonel yardım alarak onarın.
- Bölme duvarlarınızı, cam bölmeleri, su ısıtıcınızı, buzdolabınızı, dolap ve dosyalarınızı, fırınınızı ve gazla çalışan aletlerinizi sabitleyin.
- Rafli mobilyalarınızı duvara sabitleyin ve üzerindeki büyük veya ağır nesnelere daha alttaki raflara yerleştirin.
- Tavandaki avize vb. aydınlatma armatürlerinin sabitlendiğinden emin olun.
- Acil tahliyenizi bireysel gereksinimlerinize göre planlayın.
- Acil durum sırasında binayı güvenli terk etmenize engel olabilecek, yolunuza kapatabilecek eşya ve diğer nesnelere sabitleyin veya kaldırın. Acil durum ışıklarınızı duvardaki prizlere takılı tutun, ancak gündüzleri onları elle kapatarak batarya şarjlarını koruyabilirsiniz.
- Çerçevesiz resimleri, aynaları, vitrinli dolaplarınızı ve diğer ağır eşyanızı duvara uygun şekilde vida ile sabitleyin.
- Kitaplıklarınızı duvara vida ile sabitleyin. Raflarınızın önüne kenarlık takarak kitap ve kırılacak eşyalarınızın düşmesini önleyin.
- Büyük elektrikli aletleri demir kelepçelerle duvara sabitleyin ve tekerleklerini kilitleyin.
- Vitrinlerinizin kapaklarına mandal takın.
- Bilgisayarları, oksijen ekipmanını vb. eşyaları kanca ve kayışlarla sağlam nesnelere sabitleyin.
- Yatağınızı pencere ve ağır eşyalardan uzak bir noktaya yerleştirin.
- Mobilyalarınızı çok seçenekli geçiş yollarına imkân verecek şekilde düzenleyin.
- Evinize yangın alarmları yerleştirin. Yangın dedektörlerinin bazılarını pille çalışanlardan seçin.
- Kolay erişebileceğiniz bir yerde yangın söndürme cihazı bulundurun.
- Evinizde gaz, su ve elektrik kaynaklarının nasıl kapatılacağını öğrenin.
- Çatı ve bacadaki kiremitlerin ve tuğlaların sabitlenmesini sağlayın.

- Önemli belgelerinizi ve işitme cihazlarınızı sel benzeri hasarlara karşı korumak için daha yüksek bir seviyede tutun.
- Tekerekli sandalyenizi, işitme vb. cihazlarınızı size en yakın yerde ya da yatağınızın yanında bulundurun.
- Yaşadığınız bölgedeki potansiyel jeolojik afetler hakkında bilgi sahibi olun.
- Konut yeri seçiminden önce bölgenizdeki imar müdürlüğü ve belediye gibi kamu kurumlarından ve yerel yönetimlerden bilgi alın ve buna göre karar verin.
- Dairenizi, evinizi, mülkünüzü risk altında bulunduğunuz afet türüne karşı sigortalatın.



## 2. Adım: Afet ve Acil Durum Planı Oluşturma

Gerekli önlemler alınmadığında, çevremizdeki birçok nesne bir afet ve acil durum sırasında bizim için tehlike kaynağına dönüşebilir.



### Kişisel Destek Ağı Oluşturma

- Kişisel destek ağı (kişisel yardım ekibi), afet ve acil durumlara hazırlanmanıza yardımcı olur.
- Bir afet sırasındaki olası gereksinimlerinizi belirleyin ve bunları kişisel destek ağınıza iletin.
- Destek ağınızın üyeleri ev arkadaşları, akrabalar, komşular, arkadaşlar, iş arkadaşları, bakıcılar ve yerel afet gönüllüleri ile resmi görevlilerden oluşabilir.
- Kişisel destek ağınızda yer alan kişilerle afet ve acil durumlarda nasıl iletişime geçeceğinizi belirleyin.





### Yapabilirlik Analizi

Öncelikle olası bir afet ve acil durum sırasında ve sonrasında kendi başınıza yapabileceğiniz ve başkalarının desteğine ihtiyaç duyabileceğiniz konuları, bir afet yaşanmadan önce belirlemeniz gerekiyor.

Bu değerlendirmeyi yaparken kendi kapasitenizi ve yaşadığınız çevrenin olanaklarını ve kısıtlamalarını göz önünde bulundurmalısınız.

Bunun yanı sıra afet ve acil durumlarda beklenmedik gelişmeler ortaya çıkabileceği için, olası en düşük performans seviyenizi temel almanız önerilir.

Yapabilirlik analizini **Temel İhtiyaçlara Erişim** ve **Tahliye** olmak üzere iki ayrı başlıkta ele alabilirsiniz.

### Temel İhtiyaçlara Erişim

- Öz bakım, kişisel temizlik ve beslenme için kullandığınız özel cihazlarınız varsa, onların listesini yapın, nasıl çalıştıklarını yazın ve bu listeyi kişisel destek ağınızla paylaşın.
- Size yardımcı olan herkese önemli temizlik konularını hatırlatın. Sınırlı su miktarı ve artan sağlık tehditleri, enfeksiyon olasılığını artıracaktır.
- İlaçlarınızın, yardım gereçlerinin ve diğer ihtiyaçlarınızın nerede bulunduğunu, evden nasıl çıkarılacağını gösteren bir harita hazırlayın ve kişisel destek ağınızla paylaşın.
- Afet ve acil durum sonrası ulaşım ve hareketlilik için ihtiyaç duyacağınız tekerlekli sandalye, yürüteç veya baston gibi özel donanımlı araçlar söz konusuysa, bunları da bir talimat şeklinde planınıza ekleyin.

## Tahliye

- Tahliye rotalarını ve güvenli alanları belirleyin.
- Ailenizdeki herkesin evinizdeki en iyi acil tahliye yolunu/yollarını ve her bir afet ve acil durum için evinizdeki güvenli yerleri bildiğinden emin olun.
- Siz veya evinizdeki bir kişi tekerlekli sandalye kullanıyorsa, evi tekerlekli sandalye ile çıkışa uygun hale getirin.

## Yapabilirlik Tatbikatı

- Gerektiğinde arama kurtarma ekiplerinden yardım isteyin.
- Her zaman aracınızın yakıt deposunun yarısından fazlasının dolu olmasına dikkat edin.
- Ofisinizin, okulunuzun afet ve acil durum tahliye planını yakından inceleyin.
- Kalabileceğiniz alternatif bir yer seçin.
- Evcil ve rehber hayvanlarınızla ilgili plan yapın.
- Evinizdeki tesisatın yerini ve bu tesisatı nasıl kullanacağınızı öğrenin.
- Evinizin her katında, uyuma alanlarının dışında, en az bir duman dedektörü bulunmasını sağlayın.
- Afet ve acil durum planınızın farklı bölümleri için kontrol listeleri oluşturun.
- Kaldığınız otel veya moteli olası acil durumdaki gereksinimleriniz konusunda bilgilendirin.
- Acil durum tahliye planınızı olası bir afetten önce hazırlayın.

## Destek Ağınızla Hazırlıklara İlişkin Yapacağınız Çalışma

Afet ve acil durum planınızın işlerlik kazanabilmesi için:

- Aileniz, destek ağınız ve bakım verenlerle bir araya gelerek bölgenizdeki acil durum tehlikeleri ve bunlara yönelik hazırlıkların neler olabileceğini tartışın.
- Şehir dışında bir bağlantı belirleyin.
- Kişisel destek ağınız veya aile bireylerinizle nerede buluşacağınıza karar verin.
- Afet ve acil durum bilgilerinizi destek ağınızdaki ilgili kişilere iletin.





### Afet ve Acil Durum Bilgileri

- Afet ve acil durum bilgileri aile üyelerinizin, destek ağı üyelerinizin, bakıcılarınızın, işinizin veya okulunuzun iletişim bilgilerini içermelidir.
- Planınız şehir dışındaki irtibatınız, toplanma yerleri, Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD), İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü ve varsa gönüllü sivil toplum kuruluşları ile ilgili bilgileri içermelidir.
- Çocuklarınıza da acil telefon numaralarını nasıl arayacaklarını ve ne zaman aramaları gerektiğini öğretin. **(112 Acil Çağrı Merkezi)**
- Bu bilgileri bir forma kaydedin.
- Her aile üyesinin iletişim planınızın bir kopyasına sahip olduğundan emin olun ve acil durumlarda kullanmak üzere bu numaraların yazılı olduğu kâğıdı/formu telefonunuzun yanına yapıştırın. Bu formun kopyasını aracınızda, işyerinizde, afet ve acil durum çantalarınızda, cüzdanınızda ve tekerlekli sandalye gibi kolay ulaşılabilir yerlerde bulundurun. Bu numaraların/iletişim bilgilerinin cep telefonlarınızda da kayıtlı olduğundan emin olun.

### Afet ve Acil Durum Çantaları

- Afet ve acil durum çantanızı hazırlamak için önce gereksinim duyduğunuz özel malzemelerin ve ekipmanların bir listesini oluşturun.
- Bunları nerede sakladığınızı not ettiğinizden emin olun.
- Hareket etmenizi sağlayan araç gereçlerinizi her zaman yakınızda bulundurun. Eğer fazladan araç gereçleriniz varsa (baston gibi), bunları farklı yerlerde saklayın.

### Afet ve Acil Durum Sağlık Bilgileri

- Önemli sağlık ve acil durum iletişim bilgilerinizi içeren afet ve acil durum sağlık bilgilerinizi her zaman yanınızda bulundurmanız doğru bir uygulamadır.
- Afet ve acil durum sağlık bilgileri, bir afet veya acil durumda kurtarma ekiplerinin sizi bilinci kapalı, kafası karışık, şokta veya bilgi veremez durumda bulmaları halinde, hakkınızda bilmeleri gereken bilgileri içerir.
- Bu afet ve acil durum sağlık bilgilerinin, yılda en az iki defa olmak üzere, ilaçlarınızın veya diğer bilgilerinizin her değiştiğinde gözden geçirilip güncellenmesi gerekir.



### 3. Adım: Tahliye Planlaması

#### Tahliye Yolu

**Bir bina veya tesisteki herhangi bir noktadan halka açık bir yola açılan sürekli ve engelsiz yoldur.**

Tahliye yolunun bileşenleri arasında, bunlarla sınırlı olmak üzere, odalar, koridorlar, kapılar, merdivenler, yangın ve duman korunmalı bölümler, yatay çıkışlar, rampalar, çıkış geçitleri, yürüyen merdivenler, yürüme bantları, yangın merdivenleri, portatif yangın merdivenleri, acil kaydıraklar, basamaklar, sığınma alanları ve asansörler bulunmaktadır.

Aşağıdaki ölçütlerden birini karşılaması durumunda, söz konusu tahliye yolu engelli bireyler açısından **erişilebilir** bir tahliye yoludur:

- Engelli bir birey kendi başına veya destek alarak tahliye yolundan halka açık bir yola ulaşabilmektedir.
- Engelli bir birey kendi başına veya destek alarak tahliye yoluna bağlantı sağlayan bölümden sığınma alanına ulaşabilmektedir.

#### Sığınma Alanı

Bazı afet ve acil durumların etkilerine karşı geçici sığınak işlevi gören alanlardır. Engelli bir birey, kendi başına veya destek alarak sığınma alanından halka açık yola rahatlıkla ulaşabilmelidir.

#### Uyarı/Alarm Sistemleri

Bina sakinleri için uyarı sistemleri sesli alarmları ve genel anons sistemlerini içerir, ancak bunlarla sınırlı değildir. Acil uyarı sistemleri zil, korna, hoparlör, ışıklı veya sesli, dokunsal veya görüntülü uyarılar ya da bunların herhangi bir birleşiminden oluşur.

#### Tahliye Yönlendirmeleri

Erişilebilir tahliye yolu, üzerinde ve boyunca yönlendirmeler, çeşitli boyut ve ebatlardaki işaretler, kişiden kişiye aktarılan sözlü talimatlar ve canlı veya otomatik yayınlanan genel anons sistemlerini içermektedir.

Günümüzde kişisel bildirim cihazlarından da yararlanmak mümkündür. Bu tür cihazlar, binanın alarm sisteminden cihaza bilgi aktarımının sağlanması dahil, çeşitli şekillerde etkinleştirilebilirler. Bilgiler çeşitli formlarda ve çıktılarda görüntülenebilir.



#### 4. Adım: Afet ve Acil Durum Tatbikatları Standart Afet ve Acil Durum Tahliye Tatbikatları

Bir afet ve acil durumun öneminin anlaşılması ister işyerinde veya okulda ister evde olsun, ancak tüm paydaşlarının katılımının zorunlu olduğu ve disiplinli bir şekilde yerine getirildiği tatbikatlarla mümkündür. Özellikle engelli bireylerle ilgili olarak tatbikatlar, özel gereksinimlerini daha iyi anlamlarını ve böylece onları hem kişisel destek ağlarına hem de yerel yönetimlere ve afet kuruluşlarına daha iyi iletebilmelerini sağlar. Gerçek koşullara benzer bir afet ve acil durumu oluşturmaya çalışırken, engelli birey üzerinde sorun ve kaygı yaratabilecek durumların gözden kaçmaması için katılımcıların tatbikattan önceden haberdar edilmemesi gerekmektedir. Ancak bu durum, özellikle ileri derecede zihinsel engelli veya OSB (Otizm Spektrum Bozukluğu) olan bireyler için geçerli olmayabilir. Eylem planları “yaşayan” belgeler olduğundan, paydaşların katılımı ve tatbikattaki başarı ile başarısızlıklar konusunda geri dönüşler planının geliştirilmesini sağlayacaktır.

#### Evinizde ve İşyerinizde Tatbikat Yapın!

- **ÇÖK-KAPAN-TUTUN** veya **KİLİTLE-KAPAN-TUTUN** (tekerlekli sandalye kullanıcıları) hareketi deprem, uçak kazası, heyelan, bomba patlaması, bomba tehdidi, yıldırım ve hortum gibi tehlike anlarında uygulanır. Örneğin, zemin sarsılmaya başladığında veya büyük bir patlama duyulduğunda/hissedildiğinde herkesin bu hareketi yapması gerekir.
- **ÇÖK-KAPAN-TUTUN** veya **KİLİTLE-KAPAN-TUTUN** (tekerlekli sandalye kullanıcıları) hareketini yapmasını biliyor olmak, insanların deprem sırasında paniğe kapılmadan doğru hareket etme şansını iki kat artırdığı bilimsel olarak ispatlanmıştır. Bu nedenle ister evde ister okulda, ister dışarıda veya başka bir yerde olsun, deprem anında kendimizi nasıl koruyacağımızı bilmemiz önemlidir. Ailece, sınıfta veya arkadaşlarımızla deprem anında ne yapacağımızın provasını yaparsak, deprem başladığında reflekslerimiz otomatik olarak bizi doğru davranışlarda bulunmaya yöneltecektir.



## 5. Adım: Afet ve Acil Durum Sırasında/Sonrasında Yapılması Gerekenler

### Genel Bilgiler

- ÇÖK-KAPAN-TUTUN veya KİLİTLE-KAPAN-TUTUN hareketini uygulayarak sağlam bir eşyanın (sabitlenmiş beyaz eşya, masa vb.) yanında veya altında durun. Deprem başladığı anda oraya nasıl ulaşacağınıza karar verin. Tekerlekli sandalye kullanıyorsanız, oraya ulaşabilmek için tekerleklerinizin kilidini açın.
- Yere çökün, başınızı ve boynunuzu olabildiğince iyi bir şekilde kapatmaya çalışın.
- Tekerlekli sandalyenizin sarsıntıyla birlikte hareket ederek sizden uzaklaşmaması için tekerlekleri kilitleyin.
- Eğer deprem başladığında yatağınızda bulunuyorsanız, orada kalın. Çarşaf ve nevresimlerinizi üzerine örtün ve başınızı, boynunuzu ve göğsünüzü yastık, battaniye vb. kullanarak düşen nesnelere ve öteki molozlardan koruyun.



ÇÖK



KAPAN



TUTUN



KAPAN



TUTUN



KAPAN



TUTUN

- Eğer eğilip kapanamıyorsanız sadece kapanın. Eğer kapanamıyorsanız veya kapanacak bir yer bulamıyorsanız, başınızı ve yüzünüzü düşen molozlardan ve saçılan camlardan korumak için elinize ne geçerse (gazete, giysi, karton vb.) onunla kapayın.
- Yapabiliyorsanız koridorda sırtınızı bir duvara, ayaklarınız karşıdakine gelecek şekilde oturun veya bir iç duvardaki köşeye sığının. Camlardan ve düşen nesnelere uzak durun. Hareket edemiyorsanız, sarsıntı geçene kadar neredesiniz orada kalın.

## Deprem Sırasında

**Eğer bina içerisindeyseniz, depremi hissettiğinizde ayakta durmayın ve şunları kesinlikle yapmayın:**

- Oradan oraya koşmayın.
- Balkona çıkmayın.
- Merdiven ve asansörleri kullanmayın.
- Pencere ve balkondan atlamayın.

**Önceden sabitlemediyseniz, şu noktalardan uzak durun:**

- Pencereler • Kapılar • Cam bölmeler • Kütüphane • Lambalar • Tablolar
- Asılı çiçekler ve saksılar • Raflar • Dolaplar • Kimyasallar • Yanan ocak ve fırınlar • Yüksek mobilyalar • Gevşek yapı elemanları (baca, asma tavan, kalorifer vb.)

**Eğer deprem anında mutfaktaysanız ve yanan bir ocak varsa şunları yapmalısınız:**

- Sarsıntı hissedilir hissedilmez yanan ocağı kapatın.
- Daha sonra ÇÖK-KAPAN-TUTUN veya KİLİTLE-KAPAN-TUTUN hareketini uygulayın.

## Fiziksel Engelli Bireylerin Deprem Sırasında Yapması Gerekenler



- Tekerlekli sandalyedeyseniz, kendinizi sandalyeden yere atmayın.
- KİLİTLE-KAPAN-TUTUN hareketini uygulayarak tekerlek frenini devreye sokun (mevcut yerinizde sabit kalmak için) ve tutunun. Başınızı kollarınızla korumaya çalışın.
- Oturuyorsanız, yerinizde kalın ve başınızı kollarınızla koruyun.
- Ayaktaysanız, oturun veya düşmeyi engellemek için vücudunuza destek verin ve başınızı kollarınızla koruyun.
- Gece yatarken protez gibi özel cihazlarınızı yakınınızda ve kolay ulaşabileceğiniz bir yerde bulundurun.

## Deprem Sonrasında

- Fiziksel engelli bireylerin bir kısmı buldukları binayı deprem sonrasında kendi başlarına terk edebilirler.
- Bu bireyler çıkış yolu üzerinde kendileri için tehlike oluşturacak unsurların olup olmadığına dikkat etmelidirler.
- Eğer fiziksel engelli birey deprem sonrasında kendi başına tahliye olamıyorsa, desteğe gereksinim duyacaktır.
- Engelli kişinin tahliyesi; engellilik durumuna, yardımcı olacak kişilerin durumuna ve içinde bulunulan binanın hasarına göre farklı yöntemlerle yapılabilir. Tahliye planı, tüm olasılıklar önceden düşünülerek hazırlanmalıdır.

## Görme Engelli Bireylerin Deprem Sırasında Yapması Gerekenler



- Görmeyen veya farklı görme engeli olan bireyin kendini koruyup koruyamayacağına dair önceden bir plan hazırlaması ve bu konu üzerine en azından zihinsel tatbikat yapmış olması gerekir.
- Görme engelli birey deprem anında ÇÖK-KAPAN-TUTUN pozisyonu olarak vücudunu olabildiğince korumalıdır.
- Görme engelli birey, deprem anında bilmediği bir ortamdaysa ve yanında bir refakatçisi bulunmuyorsa, çevresindekilerden yardım istemelidir.
- Görme engelli bireylerin daha güçlü gelişmiş olan dokunma, duyma ve koklama duyularını kullanarak paniğe kapılmalarını önleyici tatbikatları sıklıkla yapmış olmaları, deprem anında serinkanlı ve doğru hareket etmelerini sağlayacaktır.

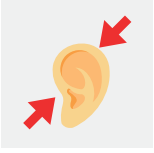
## Deprem Sonrasında

- Görmeyen veya farklı görme engeli olan bireyin deprem sonrasında bir binanın içinde ve kendisi gibi görme engelli diğer bireylerle birlikte, örneğin okulda olması durumunda, bir zincir oluşturularak tahliye olma yöntemi kullanılabilir.
- Görmeyen veya farklı görme engeli olan bireylerin işitme duyularının genellikle çok gelişmiş olduğu unutulmamalıdır. Bu nedenle tahliye sırasında bir kişinin sesli komut vermesi, görme engelli bireylerin yönlendirilmesi açısından çok uygun bir yöntemdir.
- Görmeyen veya farklı görme engeli olan bir bireyin deprem sırasında açık alanda bilmediği bir yerde bulunması durumunda, bulunduğu yerde kalması daha uygundur. Bulunduğu yerden başka bir yere gitmeye çalışması, kendisini zorlayabilir. Böyle durumlarda deprem sonrasında destek ağındaki



kişilerden veya en yakınındaki profesyonel müdahalecilerden ya da devlet kuruluşlarından (polis, muhtarlık, belediye, askeriye vb.) yardım istemesi doğru olacaktır.

### İşitme Engelli Bireylerin Deprem Sırasında Yapması Gerekenler



- İşitme engelli bireyler, deprem anında kendilerini koruyabilmek için hedef küçülterek ÇÖK-KAPAN-TUTUN hareketini uygulamalıdır.
- Üzerlerine düşebilecek nesnelere ve yıkılabilen yapısal olmayan elemanlar, bu engelli grubu için en büyük tehlikeyi oluşturmaktadır.
- İşitme engelli bireyin afet ve acil durum sırasında varlığını başkalarına duyurabilmesi için yanında veya yakın bir yerde düdük bulundurması veya afet ve acil durum sırasında kolaylıkla bulunabilmesi için evde işitme engelli bireyin olduğunu belirten uyarı amaçlı ışıklı bir levhanın görünür bir yere yerleştirilmesi önerilir.

### Deprem Sonrasında

- İşitme engelli birey, tahliyeden sonraki ilk saatlerden itibaren, çeşitli konularda yardım ve desteğe gereksinim duyabilir. Bu yardım ve destek, kişinin destek ağındaki kişilerden gelebileceği gibi, diğer engelli gruplardan veya resmi ve gönüllü müdahale kuruluşlarından da gelebilir.
- Bazı işitme engelli bireyler diğer kişilerle iletişime geçebilmek için bir tercümana veya bir cihaza gereksinim duyabilirler.
- Eğer bu mümkün değilse, durumlarını mutlaka resmi görevlilere iletmelidirler.

### Zihinsel Engelli veya OSB Olan Bireylerin Deprem Sırasında Yapması Gerekenler



- Kendini koruyabilecek konumda olanlar, sarsıntının başlamasıyla birlikte hedef küçültmeli ve ÇÖK-KAPAN-TUTUN hareketini uygulamalıdır.
- Bu engelli grubundaki kişilerin, kol veya boyunlarında taşınabilecek bir künne bulunmalıdır.
- Depremden en az zararla kurtulabilmek için bu kişilerin mutlaka önceden hazırlanmış bir kişisel afet ve acil durum planlarının olması gerekmektedir.

## Deprem Sonrasında

- Zihinsel engelli veya OSB olan bireylerin deprem sonrasında tahliyesi, zihinsel yetersizlikten etkilenme düzeyine bağlı olarak diğer kişilerin desteğini gerektirebilir.
- Destek ağındaki kişilerin yardımı bu engelli grubu için çok önemlidir. Zihinsel engelli veya OSB olan bireyler deprem anında kendini korumakta zorlanabilir ve/veya büyük panik yaşayabilir ve buna bağlı olarak tahliye sırasında güçlük çıkarabilirler.
- Zihinsel engelli veya OSB olan birey öğrenciyse ve deprem anında okulda bulunuyorsa, deprem sonrasında tahliyesi için öğretmenlerinin ve diğer görevlilerin yardımına ihtiyaç duyacaktır.
- Eğer öğrenciler bir zincir halinde el ele tutuşup tahliye oluyorsa, zihinsel engelli veya OSB olan öğrenciler bu zincirin farklı yerlerine dağıtılarak tahliye edilebilir.
- Deprem gibi afetler sonrasında tek başına kalmış zihinsel engelli veya OSB olan bireylere rastlayan saha çalışanları -yaralı olmasalar dahi- onları mutlaka güvenli bir yere veya başka bir saha çalışanına teslim etmelidir. Aksi takdirde söz konusu engelli bireyleri organ mafyası ve cinsel taciz gibi tehlikelerden korumak mümkün olmayabilir.



## 6. Adım: Afet ve Acil Durum Sonrası İyileştirme Aşaması

- Hayat kurtarmak ve özel gereksinimliliğe yol açabilecek durumların önüne geçmek için yaralıların belirlenmesi ve uygun tıbbi müdahalenin uygulanmasını;
- Kamp ve geçici barınaklardaki engelli bireylerin belirlenmesini;
- Afet ve acil durum öncesinde de engelli bireylerle ilgilenilmesi ve bu bireyler arasında ikamet ettikleri yerden uzaklaşmak durumunda kalanların ve/veya aile ve yakınlarını kaybetmiş olanların belirlenmesini;
- Özel gereksinimlilik durumuna yol açabilen yaralanmaların takibi ve bunlara şiddetini azaltıcı tedavi ve müdahalelerin uygulanmasını;
- Oluşan afet ve acil durumlar sonrasında özel gereksinimli hale gelen bireylerin uygun rehabilitasyon merkezlerine yönlendirilmesini;
- Uzun ve/veya kısa süreli işlevsel ve fiziksel yetersizlik yaşamaları olası olan bireylerin belirlenmesini;
- Engelli bireylere yönelik ihtiyaç analizinin yapılması ve ihtiyaçların karşılanmasında kullanılacak mevcut kaynakların değerlendirilmesini;
- Özellikle psikolojik yardım ile yardımcı donanım ve cihazların sağlanabil-

mesine olanak veren **tıbbi rehabilitasyon** programlarının başlatılması için gerekli altyapının düzenlenmesini ve geliştirilmesini;

- Engelli bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılayacak kaynaklara ulaşmaları konusunda toplumun diğer üyeleri ile eşit haklara sahip olmaları ve toplumun eşit birer bireyi olarak algılanmaları için gerekli olan **toplum temelli rehabilitasyon** hizmetlerinin başlatılmasını içerir.

### **Afet Kaynaklı Stresin Engelliliğinizi Nasıl Etkileyebileceği Hakkında Bilgi Edinin!**

Bir afeti yaşamak sarsıcı olabilir. Stres, durumu daha da kötüleştirir. Afetten etkilenen tüm bireylerde; (1) Psikolojik veya Duygusal (endişe, kaygı vb.), (2) Fiziksel (baş ağrısı, halsizlik vb.), (3) Zihinsel (unutkanlık, odaklanma sorunu vb.), (4) Davranışsal (öfke patlaması, içe kapanma vb.) belirtilerden biri veya birkaçı görülebilir:

- Bazı insanlar herhangi bir belirti göstermezken, bazılarında bir afet ve acil durumdan günler, haftalar veya aylar sonra gecikmiş belirtiler ortaya çıkabilir.
- Bu belirtiler yok olabilir ve yaşananları anımsatan olaylarla birlikte tekrar ortaya çıkabilir.
- Afet ve acil durumlar sonrası mutlaka uzman yardımı alın. Bölgenizde bu konuda uzman olan danışmanlar görevlendirilmiş olabilir.

### **Rehabilitasyon Hizmetleri**

Afet sonrasında oluşan kayıplarınızı telafi edebilmek ve ihtiyaç duyduğunuz hizmetlere erişebilmek için afetle ilgili iyileştirme, rehabilitasyon ve gündelik yaşama dönebilmeye yönelik çalışan kişi ve kurumlar hakkında bilgi edinmeniz önemlidir. Destek alabileceğiniz kurumları öğrenin ve takip edin!

#### **İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü Hizmetleri**

- Geçici Barınma
- İş gücü desteği
- Gıda ve gıda dışı malzeme desteği
- İdari/yasal konularda danışmanlık

#### **Türkiye Kızılay Derneği**

- Beslenme

#### **Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı İl Müdürlükleri**

- Psikososyal Destek
- Toplumsal Rehabilitasyon

#### **Gönüllü Sivil Toplum Kurumları** (ana çözüm ortağı değildir)

- Psikososyal Destek

Bu broşürün hazırlanmasındaki amaç; farklı engelli gruplarını, yakın ilişki içinde oldukları bireyleri (aile, bakım verenler, arkadaşlar, çalışanlar vb.) ve ilgili kurumları afet öncesinde, sırasında ve sonrasında yapabilecekleri konusunda bilgilendirebilmek ve yol gösterebilmektir. Daha ayrıntılı bilgi için İSMEP *Engelli Bireyler İçin Afet ve Acil Durum Planlama Rehberi*'ni inceleyiniz.

## İstanbul Sismik Riskin Azaltılması ve Acil Durum Hazırlık Projesi (İSMEP)



**AFAD**

