



از سری کتاب های  
" آسیب های کودکان قابل پیشگیری هستند "

کتاب کار و رنگ آمیزی (ویژه کودکان)



ایمنی  
در  
آتش









## ایمنی در آتش



عنوان و نام پدیدآور	: ایمنی در آتش/گردآورندگان ناریا ابوالقاسمی ... [و دیگران] ؛ طراحی و صفحه‌آرایی شادی نجفی.
مشخصات نشر	: اراک: مهر کتیبه، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۲۸ ص: مصور (رنگی).
فروست	: ... سری کتابهای آسیب کودکان قابل پیشگیری هستند
شابک	: 978-964-9939-59-9
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: گردآورندگان ناریا ابوالقاسمی، سیدحامد برکاتی، مریم فریور، سوسن سعدوندیان، مهین سادات عظیمی، عشرت سادات موسوی، ریحانه میکانیلیان، مریم پناهی، محمدرضا فراهانی، ابوالفضل جلالوندی، مجید خیری.
یادداشت	: گروه سنی: ب، ج.
موضوع	: آموزش ایمنی
موضوع	: Safety education
موضوع	: آتش سوزی -- پیش بینیهای ایمنی
موضوع	: Fire protection engineering
موضوع	: حوادث -- پیشگیری
موضوع	: Accidents -- Prevention
شناسه افزوده	: ابوالقاسمی، ناریا، ۱۳۴۴ -
شناسه افزوده	: نجفی، شادی، ۱۳۶۳ - ، تصویرگر
رده بندی دیویی	: ۳۶۳/۱۹۹۲ الف ۱۳۹۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۳۲۱۶۰۸



ویژه کودکان

## عنوان کتاب

ایمنی در آتش

از سری کتاب های آسیب کودکان قابل پیشگیری هستند

گردآورندگان

: دکتر ناریا ابوالقاسمی - دکتر سید حامد برکاتی - خانم مریم فریور -

خانم سوسن سعدوندیان - دکتر مهین سادات عظیمی -

عشرت سادات موسوی - ریحانه میکانیلیان - مریم پناهی

با همکاری

: محمدرضا فراهانی - ابوالفضل جلالوندی - مجید خیری

ناشر

: انتشارات مهر کتیبه

طراحی و صفحه آرایی: شادی نجفی

چاپ و صحافی

: کتیبه - اراک

قطع

: رحلی رقی

تعداد صفحه

: ۲۸ صفحه

شمارگان

: ۳۰۰۰ جلد

نوبت چاپ

: اول

تاریخ چاپ

: ۱۳۹۵

شابک

: ۹۷۸-۹۶۴-۹۹۳۹-۵۹-۹

ISBN:978-964-9939-59-9



تلفکس: ۰۸۶-۳۲۲۴۰۰۱۵

Email: katibeh\_arak@yahoo.com

## فهرست مطالب



- ۱ ..... سلام بچه ها!
- ۲ ..... ایمنی در برابر آتش و پیشگیری از سوختگی
- ۳ ..... راه های جلوگیری از آتش سوزی و سوختگی را یاد بگیرید
- ۴ ..... قوانین فرار از آتش
- ۶ ..... نقشه فرار
- ۷ ..... نقشه فرار بکشید
- ۸ ..... اگر خانه آتش گرفت چه کار کنید؟
- ۹ ..... چه کاری باید انجام داد؟
- ۱۰ ..... ۵ اشتباه را پیدا کنید و روی آن خط بکشید
- ۱۱ ..... تصویر صحیح را رنگ کنید و روی تصویر اشتباه ~~قرمز~~ بکشید
- ۱۲ ..... خطرات آتش سوزی را پیدا کنید
- ۱۳ ..... بازی فرار از آتش
- ۱۷ ..... نکات کلیدی پیشگیری برای والدین
- ۱۹ ..... رنگ کنید
- ۲۱ ..... کاردستی





من سینا هستم. اسم خواهرم صبا است.  
تمرین های این کتاب را انجام دهید تا  
یاد بگیرید چطور در برابر آتش  
ایمن باشید.





## ایمنی در برابر آتش و پیشگیری از سوختگی



شعله آتش زیباست اما کوچک‌ترین بی احتیاطی در مورد آتش می‌تواند باعث آتش‌سوزی شود. آتش می‌تواند خانه، وسایل، لباس‌ها و اسباب بازی‌های شما را بسوزاند و از بین ببرد. آتش می‌تواند شما را دچار سوختگی کند. حتی یک سوختگی کوچک، درد و سوزش زیادی دارد پس باید یاد بگیریم که در برابر آتش ایمن باشیم.

ایمنی در برابر آتش یعنی شما بدانید چه کار بکنید تا آتش‌سوزی اتفاق نیافتد و یا در صورت

آتش‌سوزی چه کارهایی باید انجام دهید که آسیب نبینید. صبا و سینا ایمنی در برابر آتش و پیشگیری از سوختگی را می‌دانند و برنامه نجات از آتش‌سوزی را به صورت بازی دسته‌جمعی با مامان و بابا تمرین می‌کنند.

شما هم بعد از خواندن این کتاب می‌توانید این بازی را همراه با مامان و بابا در خانه و یا با مربی و دوستانتان در مهدکودک

انجام دهید. اگر می‌خواهید این بازی

را انجام بدهید قوانین پیشگیری از

آتش‌سوزی و سوختگی و ایمنی در برابر آتش را به یاد داشته باشید.





## راه های جلوگیری از آتش سوزی و سوختگی را یاد بگیرید.



اگر کبریت یا فندک را روی زمین دیدید به آن دست نزنید و به بزرگترها اطلاع بدهید. کبریت فقط برای استفاده بزرگترهاست و شما هرگز نباید با این وسایل بازی کنید. یک شعله کوچک آتش می تواند خیلی سریع تمام خانه را بسوزاند.



به اشیاء داغ مثل:

اجاق گاز، بخاری، اتو، سماور، کتری آب جوش، ظرف یا قابلمه‌ی داغ غذا دست نزنید. بدنه فلزی این وسایل داغ است و یک تماس با پوست می تواند باعث سوختگی شود.



ریختن غذا یا آب جوش روی بدن هم سوختگی شدیدی را بوجود می آورد.

در آشپزخانه خیلی مراقب باشید زیرا بسیاری از آتش سوزی‌ها و سوختگی‌ها در آشپزخانه اتفاق می افتد. به تنهایی وارد آشپزخانه نشوید. هنگامی که اجاق گاز روشن است از آن فاصله بگیرید.



نزدیک بخاری یا شومینه روشن، بازی نکنید. تماشای شعله آتش در شومینه دوست داشتنی است اما نزدیک شدن به شومینه بخصوص اگر شیشه محافظ نداشته باشد، خطرناک است.



در خانه، شعله آتش فقط در بخاری و اجاق گاز باید باشد. اگر هر جای دیگری شعله آتش دیدید فریاد بزنید و به بزرگترها خبر بدهید. اگر قایم بشوید و چیزی نگویید آتش خیلی سریع همه جا را می سوزاند.



## قوانین فرار از آتش

۱

### نقشه فرار از آتش:

هر خانواده باید یک نقشه فرار از آتش داشته باشد. شما می‌توانید با کمک پدر و مادر خود این نقشه را طراحی کنید. روی یک کاغذشکلی از خانه که در آن دیوارها، درهای خروجی و راه پله‌ها مشخص شده باشند را بکشید. بعد حداقل دو راه فرار روی آن مشخص کنید تا چنانچه یکی بسته شد از راه دیگر بتوان فرار کرد. محل قرار در بیرون ساختمان را هم تعیین کنید. حداقل یکبار در سال با تمام خانواده این نقشه را ببینید و راه‌های خروج را تمرین کنید.



۲

**هشدار دهنده دود:** اگر در خانه تان هشدار دهنده دود دارید، وقتی والدین شما هشدار دهنده دود را آزمایش می‌کنند، در کنار آن‌ها باشید تا بتوانید صدای آن را هنگام آتش سوزی تشخیص دهید. از صدای هشدار دهنده دود نترسید، با شنیدن صدای آن فوراً از خانه خارج شوید.

۳

**پنهان شدن از آتش اشتباه است:** در صورتی که صدای هشدار دهنده دود را شنیدید و یا متوجه وجود دود یا آتش شدید، باید فوراً از خانه خارج شوید. هرگز زیر تخت یا در کمد پنهان نشوید.



۴

**از داخل آتش عبور نکنید:** در هنگام آتش سوزی سعی نکنید از داخل آتش عبور کنید یا از روی آتش بپرید. برای خارج شدن از ساختمان از راه پله‌ها بروید و از آسانسور استفاده نکنید.





۵

**نوقف کنید، روی زمین**

**یفتید و بغلتید: اگر لباستان**

آتش گرفت همانجا بایستید، روی

زمین دراز بکشید و در حالی که صورتتان را با دست پوشانده‌اید،

روی زمین به عقب و جلو بغلتید تا شعله خاموش شود. درخواست

کمک کنید. آیا می‌دانید اگر کسی که لباسش آتش گرفته است بدود

چه اتفاقی می‌افتد؟ بله درست حدس زدید! **با دویدن آتش بیشتر می‌شود.**



۶

**خزیدن برای ایمنی:** اگر اتاق پر از دود شد، برای رسیدن به راه فرار از آتش، کف اتاق روی

زمین دراز بکشید و بخزید یا چهار دست و پا بروید. اگر امکان داشت حوله یا پارچه ای

را با آب خیس کنید و روی دهان و بینی خود نگه دارید تا دود تنفس نکنید.



۷

**خارج از خانه بمانید:** وقتی از ساختمان در حال سوختن خارج می‌شوید، هرگز

دوباره برنگردید. پس از این که ساختمان را ترک کردید خارج ساختمان

در محلی که هنگام کشیدن نقشه فرار از آتش تعیین کرده‌اید بمانید.

سعی نکنید که اسباب بازی‌هایتان را با خود ببرید و یا حیوانات خانگی

را نجات دهید.



۸

**خود را به هوای آزاد برسانید:** در صورتی که راه‌های خروج بسته شده است و

نمی‌توانید از خانه خارج شوید به اتاقی بروید که پنجره دارد و آتش و دود هنوز

به آنجا نرسیده است. درب اتاق را ببندید و زیر در را با پارچه پوشانید.

فریاد زدن کمک نخواهد.

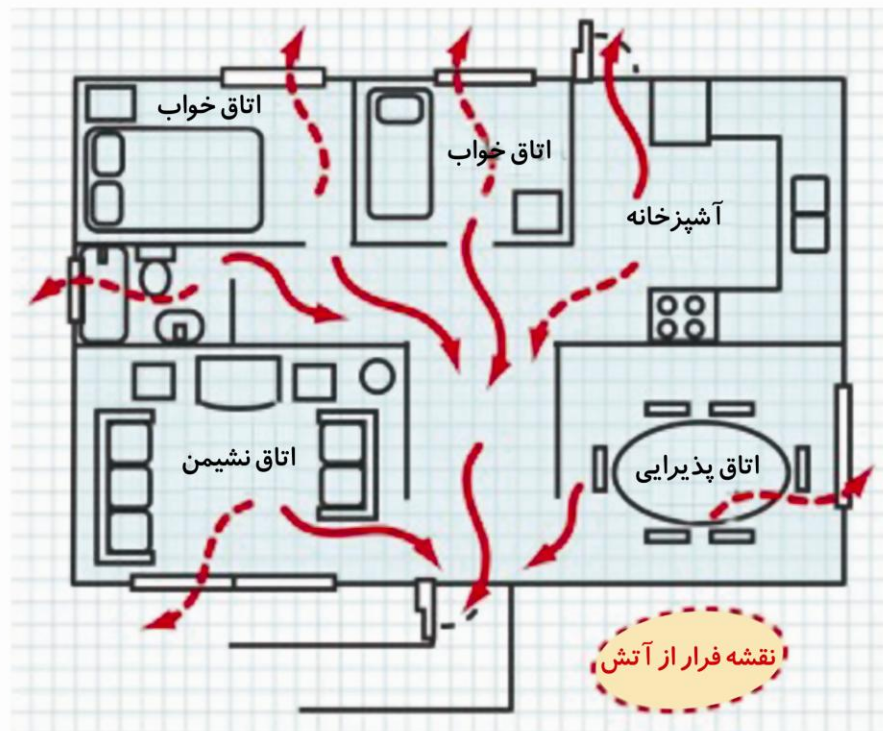
پنجره را باز کنید و با



## نقشه فرار



این هم نقشه فرار از آتش که سینا و صبا با مامان و بابا کشیده اند.





## نقشه فرار بکشید



با پدر و مادر و خواهر و برادر خود  
یک نقشه فرار برای خانه تان بکشید.



## اگر خانه آتش گرفت چه کار کنید؟



۱ آرامش خود را حفظ کنید.

۲ اگر فرد بزرگتری در خانه است به او بگویید.

۳ هر چه سریع تر از بهترین راه از خانه خارج شوید. قوانین فرار از آتش را رعایت کنید. به محل فرار در برنامه فرار از آتش بروید.

۴ هنگام خروج از ساختمان مهم نیست که چه لباسی به تن دارید. اگر فرصت داشتید خودتان را با یک پتو بپوشانید. اگر بتوانید پتو را خیس کنید خیلی بهتر است.

۵ وقتی به خارج خانه رسیدید فریاد بزنید و از یک بزرگتر بخواهید با شماره یک، دو، پنج (۱۲۵) آتش نشانی تماس بگیرد.





## چه کاری باید انجام داد؟

راه حل هر مشکلی را پیدا کنید و به آن وصل کنید.

شما می توانید از آتش سوزی جلوگیری کنید



۱  
لباستان  
آتش گرفته است



نزدیک  
سطح  
زمین  
سینه خیز  
بروید

۲  
این جا  
دود زیاد  
وجود دارد



برای  
خارج شدن  
از پله ها  
استفاده کنید

۳  
آژیر هشدار  
دود در یک  
ساختمان بلند  
به صدا درمی آید



به آن دست  
نزدید. به یک  
بزرگسال اطلاع  
دهید

۴  
شما یک  
فندک پیدا  
می کنید



توقف، افتادن  
روی کف اتاق و  
غلتیدن (برای  
خاموش کردن  
شعله های آتش)





## ۵ اشتباه را پیدا کنید و روی آن خط بکشید

در این آشپزخانه خطرات زیادی برای آتش سوزی وجود دارد.

بیشتر آتش سوزی‌ها در خانه از آشپزخانه  
شروع می شود





تصویر صحیح را رنگ کنید و روی تصویر اشتباه ~~X~~ قرمز بکشید

بوی دود ممکن است شما را از خواب بیدار نکند،  
اما صدای یک هشدار دهنده دود این کار را می‌کند.



بینید آیا می‌توانید آن را خاموش کنید.



از آسانسور برای خروج سریع تر استفاده کنید.



از زیر دود، سینه خیز رد شوید.



خارج شوید و با شماره ۱۲۵ تماس بگیرید.



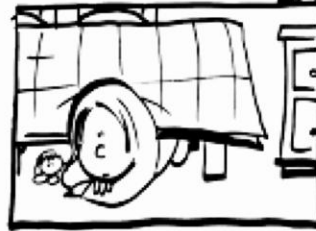
سعی کنید حیوانات خانگی و  
اسباب بازی را نجات دهید.



بعد از این که خارج شدی به  
محل ملاقات بروید.



برای فرار از بین آتش بروید.



زیر تخت یا داخل کمد قایم شوید.





# خطرات آتش سوزی را پیدا کنید



## بازی فرار از آتش



حادثه ناگهان اتفاق می افتد پس باید از قبل خود را آماده کنیم. برای آماده بودن، بازی فرار از آتش را همراه خانواده در خانه و یا مربی و دوستان در مهدکودک انجام دهید. برای بازی می توانید کارت‌ها را از روی نقطه چین بریده و از خط وسط تا بزنید.

اگر آنجایی که در  
آن هستید آتش گرفت  
از آسانسور استفاده می کنید  
یا راه پله؟



پاسخ بدهید

زمانی که  
با شماره تلفن ۱۲۵  
تماس می گیرید تا آتش سوزی را  
گزارش دهید لازم است چه چیزی  
را بدانید و به آنها  
بگویید؟



پاسخ بدهید

اگر آتش سوزی  
در منزلتان اتفاق افتاد  
و نگران اسباب بازی‌تان  
بودید چه می کنید؟



پاسخ  
بدهید



 <p>برای خارج شدن از پله ها استفاده کنید</p>	<p>راه پله</p> 
<p>خارج شوید و با شماره ۱۲۵ تماس بگیرید</p> 	<p>آدرس جایی که در آن هستید و آتش سوزی اتفاق افتاده است</p> 
<p>بعد از این که خارج شدی به محل ملاقات بروید.</p> 	<p>به اسباب بازیمان فکر نمی کنیم و سریع به محل قرار در برنامه فرار از آتش می رویم</p> 





اگر لباس‌تان آتش گرفت  
چه کاری انجام می‌دهید؟



نقش  
بازی کنید

اگر در زمان آتش سوزی  
دود زیادی در اتاق  
جمع شده بود  
چه می‌کنید؟



نقش  
بازی کنید

در زمان آتش سوزی  
با چه شماره ای تماس  
می‌گیرید؟

پاسخ بدهید



 <p>توقف کنید روی زمین بیفتید بغلانید</p>	 <p>۱- توقف کنید ۲- روی زمین بیفتید ۳- بغلنید</p>
--	--

 <p>نزدیک سطح زمین سینه خیز بروید</p>	 <p>روی کف اتاق به صورت سینه خیز از اتاق خارج شوید</p>
---	--

 <p>۱۲۵</p>	 <p>با شماره ۱۲۵</p>
--	---

## نکات کلیدی پیشگیری برای والدین



### در خانه هشدار دهنده دود نصب کنید

در اتاق هایی که اعضای خانواده در آن استراحت می کنند و یا حداقل در هر طبقه ساختمان یک هشدار دهنده دود نصب کنید. هر شش ماه یکبار باطری آن را بررسی کنید و مطمئن شوید درست کار می کند.



### کپسول آتش نشانی داشته باشید

یک کپسول آتش نشانی برای خانه و یک کپسول برای ماشین خود بخرید. هر ماه کپسول ها را چک کنید و سالی یکبار کپسول ها را شارژ کنید. برنامه ای برای فرار از آتش داشته باشید این برنامه فرار از آتش را با خانواده تمرین کنید. مطمئن شوید هر کس حداقل ۲ راه برای خارج شدن از خانه می داند و محلی را در بیرون از خانه برای جمع شدن می شناسد.



### راه پله ها و خروجی های ساختمان را تا حد امکان خلوت کنید

اسباب بازی ها و وسایل اضافه ای که در راهروها و خروجی خانه قرار دارد را جمع کنید تا در صورت آتش سوزی آتش نشان ها براحتی در خانه شما رفت و آمد کنند و مانعی برای آن ها وجود نداشته باشد. اگر درب پله اضطراری قفل دارد کلید آن را در محلی در نزدیکی در بگذارید که در مواقع خطر به سرعت بتوان آن را باز کرد.



### آشپزی با احتیاط و ایمن انجام شود

در زمان غذا پختن تا حد ممکن آشپزخانه را ترک نکنید و در صورت خارج شدن از آشپزخانه، مراقب باشید که کودکان وارد آشپزخانه نشوند. تا حد امکان از شعله های عقبی گاز استفاده کنید و مراقب باشید دستگیره ظرف در دسترس کودک قرار نگیرد. از عروسک ها و وسایل تزئینی آهنربایی کوچک که مورد علاقه بچه هاست برای تزئین محیط آشپزخانه استفاده نکنید. وسایلی مانند سماور، چای ساز و قهوه ساز را دور از دسترس کودکان قرار دهید. اگر به فرزند دلبندتان اجازه استفاده از اجاق گاز یا مایکروویو را داده اید حتما خودتان حضور داشته باشید تا مطمئن شوید نکات ایمنی را رعایت می کند.



### با رعایت نکات ایمنی، خطر آتش سوزی در منزل را کاهش دهید

هر چند وقت یکبار کابل های برق را کنترل کنید. چند وسیله برقی را به یک پریز وصل نکنید. مایعات قابل اشتعال مانند تینر و بنزین را تا حد امکان در منزل نگهداری نکنید. در صورت نیاز باید آنها را در ظرفی با درب کاملاً محکم، دور از نور یا گرما و دور از دسترس کودکان نگهدارید. حتما برچسبی که نام ماده روی آن نوشته شده را روی ظرف بچسبانید. در صورت روشن کردن شمع، قبل از ترک اتاق آن را خاموش کنید.







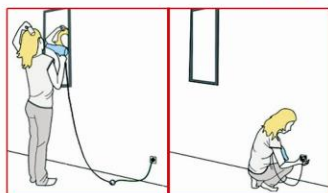
### سیگاری ها ، نکات ایمنی را رعایت کنند

اگر سیگاری هستید برای ایمن بودن کودکان و سایر افراد خانواده از دود غیر مستقیم سیگار ، تا حد امکان خارج از منزل سیگار بکشید . ته سیگار را پس از اطمینان از خاموش شدن آن دور بیاندازید . ته سیگار اگر خوب خاموش نشود و مجاور مواد قابل اشتعال قرار گیرد با حرارتی که دارد ( ۵۰۰ درجه سانتیگراد ) می تواند همه چیز را آتش بزند . در رختخواب سیگار نکشید بخصوص هنگامی که داروهای خواب آور یا آرامبخش مصرف کرده اید .



برای خشک کردن لباس ها از بخاری استفاده نکنید .

همیشه پس از استفاده از وسایل برقی مانند اتو و سشوار دو شاخه آنها را از پریز خارج کنید .



# ۱۲۵

برای اطلاعات

بیشتر به سایت سازمان

آتش نشانی و خدمات ایمنی

شهرداری تهران

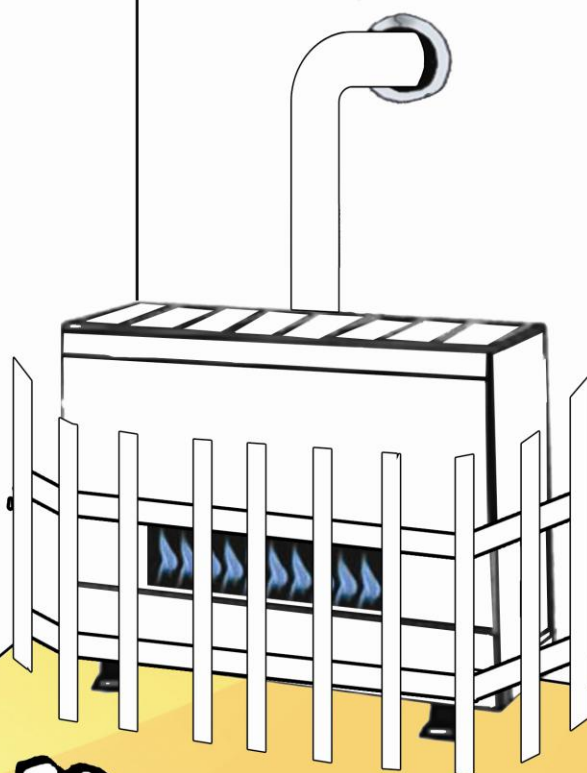
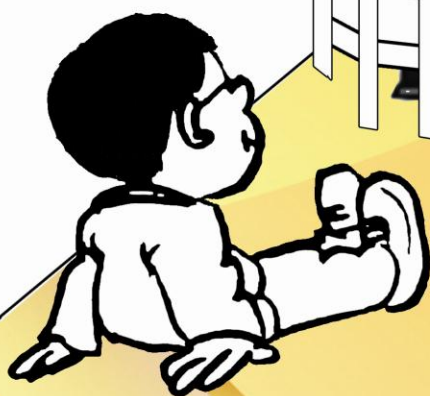
(<http://125.tehran.ir>)

مراجعه کنید .





وقتی بخاری روشن است، عقب بایستید و هیچ وقت به بخاری و لوله آن دست نزنید چون خیلی داغ است.



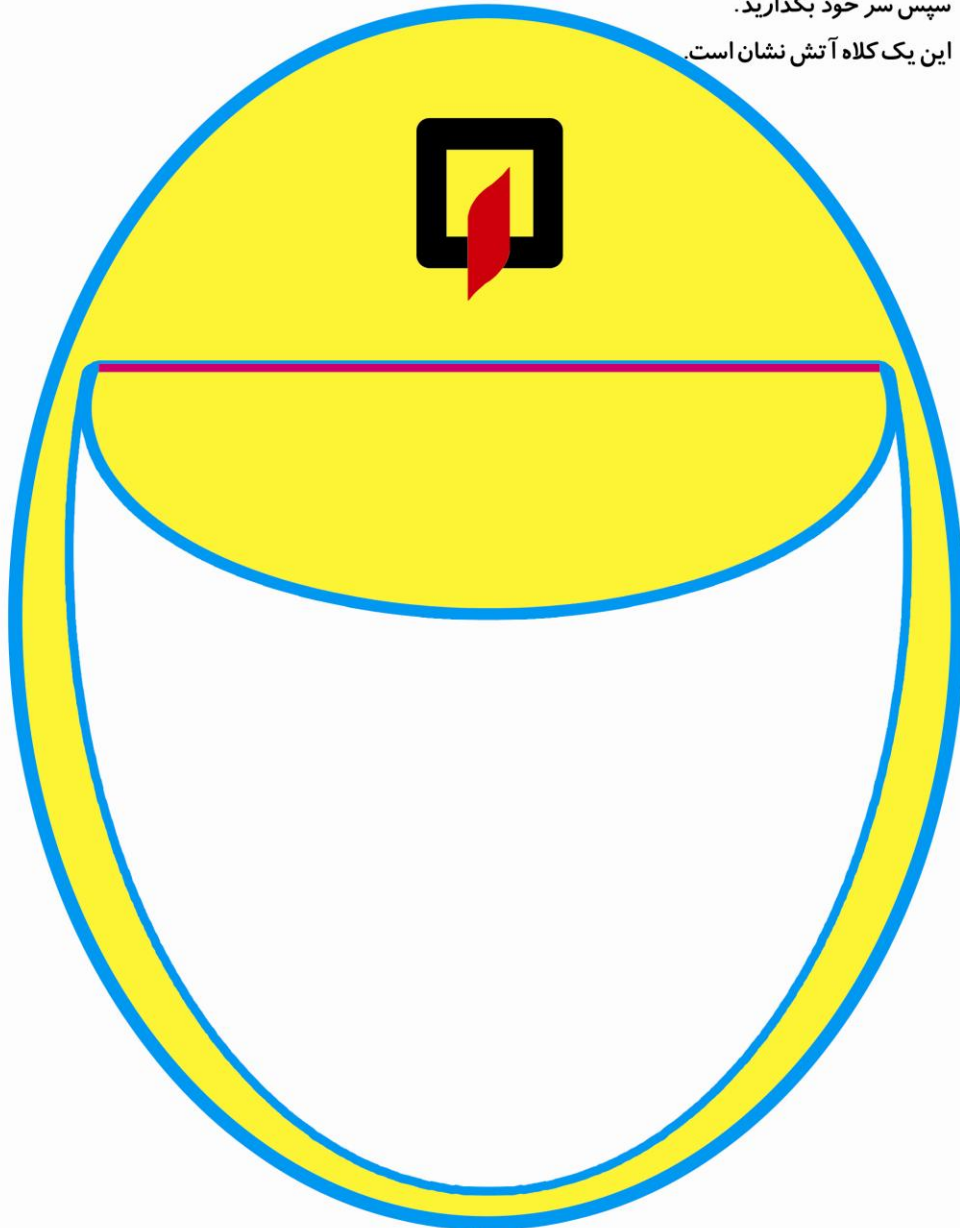
رنگ کنید



## کاردستی



حالا شما یک دستیار آتش نشان هستید می‌توانید کلاه زیر را از روی خط آبی ببرید و خط صورتی را تا بزنید سپس سر خود بگذارید.  
این یک کلاه آتش نشان است.





ایمنی در برابر  
آتش یعنی شما بد انید  
چه کار بکنید تا آتش سوزی  
اتفاق نیافتد و یا در صورت  
آتش سوزی چه کارهایی باید  
انجام دهید که  
آسیب نبینید.

ISBN: 978-964-9339-59-9



9 789649 933959