

إرشادات واحتياطات السلامة للحجاج

1. إرشادات عامة للحجاج أثناء تأدية مناسك الحج:

1. تذكر أن موسم الحج يعتبر يعد من أكبر التجمعات البشرية في العالم حيث تتواجد حشود مسلمة من دول و جنسيات و لغات مختلفة يجمعها هدف واحد هو اداء بمناسك الحج.
2. استعجالك في أداء بعض الشعائر في الحج قد يسبب لك او لغيرك الإجهاد.
3. من الأفضل استخدام الطرق المخصصة للمشاه عند رغبتك في المشي.
4. تجنب الزحام أثناء الطواف و السعي و رمي الجمرات.
5. من أجل سلامتك إتبع تعليمات رجال الأمن خلال تنقلك بين المشاعر فهم يرشدونك لأقرب الطرق لك.
6. عند حدوث اي طارئ لسلامتك تصرف بسرعة و احتفظ بالهدوء و السكينة.
7. الدين الإسلامي يحثنا على التعاون فلا تنسى إخوانك كبار السن و الأطفال وذوي الاحتياجات الخاصة فهم في حاجة الى مساعدتك.
8. لا تتأثر ببعض السلوكيات الفردية الغير واعي.

2. إرشادات للحجاج أثناء تواجدهم خارج المخيم:

1. لابد من معرفة عنوان الحملة و بعثة الحج و موقع المخيم.
2. تعرف على الطرق المؤدية الى المخيم الذي تسكنه و المداخل و المخارج.
3. تجنب السير بين السيارات داخل الأنفاق وإسلك الطريق المخصص للمشاه.
4. استخدام المظله الواقية من الشمس و المطر لتجنب ضربات الشمس.
5. افسح الطريق لسيارات الخدمات و الطوارئ فقد تعيقها عن أداء مهامها.
6. اكثر من شرب الماء والسوائل.

3. إرشادات للحجاج أثناء تواجدهم داخل المخيم:

1. لسلامتك عدم إشعال مصادر اللهب إلا في المواقع المخصصة لذلك مثل (المطبخ).
2. معرفة مخارج الطوارئ القريبة منك والطرق المؤدية لها.
3. ضرورة المحافظة على ممرات الطوارئ سالكة وخالية من اي عوائق.
4. عند وقوع خطر لا قدر الله تصرف بهدوء وساعد كبار السن للخروج من المخيم.
5. تذكر دائما ان السلامة مسؤوليتنا جميعا و انت عنصر فاعل و مهم لتحقيقها.
6. الخدمات المتوفرة بالمخيم أعدت لراحتك استخدمها بالشكل الصحيح و حافظ على نظافتها.

7. لسلامتك اتبع كل الإرشادات التي تبلغ لك داخل المخيم فهي تقودك لسلامتك.
8. ان الحج فرصة للاقلاع عن التدخين فنرجو مساعدة نفسك والآخرين بالاقلاع عنه
9. عدم التدخين داخل الخيمة و كن حذرا عندما تدخن وأرمي أعقاب السجائر في المكان المخصص بعد التأكد من إطفائها (علما لأن التدخين مضر بالصحة).
10. من أجل سلامتك أحرص على وضع المخلفات في الأماكن الخاصة بها داخل المخيم.
11. عدم استعمال المواد القابلة للاشتعال داخل الخيمة.
12. عدم استخدام مواقد الطبخ داخل الخيمة.
13. وجود طفايات حريق مناسبة.
14. اختيار اسلاك كهربائية مناسبة وذات جودة تجنباً لحدوث الحريق او الصدمات الكهربائية.
15. وضع صندوق للإسعافات الأولية داخل الخيمة.
16. عدم ترك الأجهزة و المعدات الثمينة داخل الخيمة عند عدم استخدامها.
17. توفير عدد كاف من طفايات الحريق اليدوية حسب حجم الخيمة

4. إرشادات للحجاج عند الإزدحام:

أخي الحاج:

1. تجنب الأماكن المزدحمة بالحجاج لأن ذلك قد يؤدي الى حدوث مالا تحمد عقباه.
2. تجنب الدهس نتيجة لزيادة عدد الحجاج في وقت واحد.
3. الازدحام قد يؤدي الى اعاقه حركة المرور مما يزيد من نسبة الغازات المنبعثة من عوادم السيارات و التي قد تؤثر على صحتك.
4. الازدحام قد يؤدي الى إعاقة حركة مركبات الاسعاف و التي قد تحمل بعض المصابين و الذين يحتاجون الى نقلهم الى المستشفيات او المراكز الصحية.
5. الازدحام قد يؤدي الى زيادة عدد الإصابات في حالة وجود كارثة لا سمح الله.
6. يفضل تغطية الانف او لبس الكمامة الطبية لحماية الجهاز التنفسي من الغازات الضارة و التي تنتشر في الهواء.
7. تذكر ان التجمع في وقت واحد في مكان ما من المشاعر المقدسة قد يؤدي الى زيادة عدد الوفيات او الاصابات نتيجة للاختناق او التزاحم.

5. إرشادات للحجاج حول أنفاق المشاة و أنفاق السيارات:

أخي الحاج:

1. عند دخولك الى انفاق المشاة فيجب عليك ان تحرص على عدم الجلوس بالأنفاق لأن ذلك قد يعيق حركة الحجيج داخل النفق مما يؤدي الى حدوث الدهس و الاختناق داخل النفق.

2. عند ملاحظتك لوجود ازدحام داخل النفق فيجب عليك الانتظار قليلاً لتتمكن من العبور بكل سهولة.
3. عند ملاحظة وجود أي طارئ داخل النفق عليك عدم التجمهر عند مدخل النفق و الابتعاد عن المكان لحين زوال الحادث.
4. يجب ان يكون سيرك داخل النفق بشكل معتدل بمعنى ان لا تسرع فتثير الذعر بين الحجيج او تمشي ببطء فتعيق الحركة.
5. يجب اتباع إرشادات رجال الأمن عند الأنفاق في حالة ما يستوجب ذلك لا قدر الله.
6. عند ملاحظتك لأي مشكلة داخل النفق لا قدر الله فيجب عليك إخبار رجال الأمن خارج النفق لاتخاذ الإجراءات اللازمة لمعالجة هذه المشكلة.
7. يجب عليك التعرف على مخارج الطورائ عند حدوث ازدحام داخل النفق.
8. عدم رمي المخلفات داخل النفق لأن هذه المخلفات قد يؤدي الى تدهور الحالة الصحية داخل النفق و كذلك تعيق السير.
9. التاكيد من إطفاء السائق لمحرك السيارة أثناء التواجد بالنفق حتى تقل نسبة الغازات المنبعثة من عوادم السيارات و التي قد تضر بالحجيج.
10. عند حدوث حريق داخل الانفاق لا قدر الله يجب إخلاء المركبة من جميع الركاب و التوجه خارج النفق.
11. عليك مراعاة دخول سيارات الإسعاف عند وجود حادث داخل النفق و الإبلاغ عن السيارات المتعطلة داخل النفق.
12. تذكر ان العبور داخل أنفاق المشاة يكون من خلال الاماكن المخصصة لعبور المشاة.

6. إرشادات للحجاج عند (جمع الجمرات):

- أخي الحاج تجنب تساقط الصخور في المشاعر المقدسة وذلك بإتباع الإرشادات التالية:
1. تجنب الصعود للمناطق العالية من الجبال.
 2. إحدز من التحرك على الصخور غير المستقرة حتى لا تصاب بالأذى أو تعرض الحجيج للإصابة نتيجة تحرك الصخور للأسفل.

7. إرشادات للحجاج عند نزول الأمطار:

- أخي الحاج عند هطول الأمطار بشكل غزير فيجب عليك إتباع الإرشادات و التعليمات التالية:
1. حاول الاتجاه للأماكن المرتفعة.
 2. إذا طلب منك الاتجاه الى أماكن معينة فعليك إتباع التعليمات دون تردد.
 3. كن مستعداً للخروج من منطقة الخطر عند صدور الإنذار او مشاهدتك لغزارة الامطار الساقطة.

4. لا تحاول المرور من تيار مائي سيراً على الأقدام إذ كان الماء فوق ركبتيك.
5. تذكر ان المطر الغزير ولو لفترة قصيرة قد تتبعه سيول في المناطق الجبلية و المرتفعات.

8. إرشادات عامة لتجنب الحريق

1. تجنب استخدام اسطوانات الغاز بمختلف أنواعها وأحجامها بالمشاعر المقدسة كإجراء وقائي للقضاء على أحد الأسباب المهمة و المباشرة في نشوب الحرائق
2. التأكد من وجود مطفيات الحريق بالقرب من موقع الطبخ.
3. حرصاً على سلامتك فلا تأخذ غير حاجتك اليومية من الوقود المستخدم في الطهي داخل المخيم.
4. ضرورة وجود شخص بصورة دائمة بالقرب من الموقد.
5. إن التنقل بالجمر داخل المخيم قد يسبب حريق لا سمح الله فاتركه في المكان المخصص لذلك.
6. تذكر أن المدة التي تقضيها داخل المشاعر المقدسة لا تتعدى أيام معدودة يمكنك فيها تحقيق سلامتك و غيرك بعدم استخدام الغاز و تقييدك بالتعليمات و الإرشادات.
7. تذكر ان الحج فرصة للاقلاع عن التدخين
8. تجنب ملامسة المصابيح الكهربائية لقماش الخيمة وأعمدتها او اي مواد قابلة للاشتعال.
9. تجنب إشعال النار داخل الخيمة للإضاءة او لأي سبب من الأسباب.
10. تأكد من سلامة التوصيلات الكهربائية داخل الخيمة، ولا تستعمل أسلاكاً مكشوفة.

إرشادات عامة في حالة إندلاع حريق في ملابسك لا قدر الله:

1. لا تجري في المكان، وإلا ستحرك اللهب و تجعلها تشتعل أسرع.
2. استلق على الأرض و تدحرج. فهذا يقلل من اللهب و يجعل من الصعب انتشار النيران.
3. حاول إطفاء الحريق بمادة ثقيلة مثل معطف، او بطانية، او شرائح الحريق.

إرشادات عامة لبعض الإسعافات الأولية البسيطة

إسعاف الجروح:

- اغسل مكان الجرح بالماء وحاول بسائل مطهر ثم ضع الشاش عليه.
- اضغط على مكان الإصابة ثم لفه جيداً.
- الذهاب بالمصاب فوراً الى أقرب نقطة إسعاف.
- استخدام الرباط الضاغط لإيقاف النزيف.
- يجب رفع الطرف المصاب لمستوى أعلى من القلب لإيقاف النزيف.

إسعاف الحروق:

- ضع ماء باردا على موضع الحرق.
- يجب تغطية الحرق بقطعة قماش نظيفة.
- التوجه بأسرع وقت بالمصاب الى نقطة إسعاف و عدم استعمال اي نوع من المراهم حتى لا تحدث اي مضاعفات.
- لا تنزع الملابس اللاصقة عن الحروق ولا تعبت بالفقايع المائية الناجمة عن الحروق .

إسعاف التسمم:

- عندما يلدغ شخص و يتسمم يجب تحديد مكان اللدغة و عمل ربطة قوية و محكمة أعلى موقع اللدغة.
- عدم إعطاء الملدوغ اي سوائل و التوجه به فورا الى أقرب نقطة إسعاف.
- عندما يشرب شخص ما مادة سامة يجب ان يعطى ما يخفف من تأثير السم كالحليب او اللبن.