

1. Situacija/pozadina

- Koordinator/ica se predstavlja grupi (tako se uspostavlja zapovjedni lanac jer se svim učesnicima/ama daje do znanja ko je glavni koordinator/ica – ovo je ključno kada se radi o kretanju velikog broja ljudi).
- Koordinator/ica se zahvaljuje učesnicima/ama na pomoći u ovim teškim trenutcima. To je odličan uvod u “Šta očekivati na terenu”.

2. Šta očekivati

Tokom dana ćete lopatama iz dnevnih soba izbacivati blato duboko do koljena, očekujte da ćete iznositi mokar, prljav i zagađen namještaj i ostavljati ga na mjesto za odlaganje otpada; očekujte da ćete u mračnim podrumima strugati blato i prljavštinu sa zidova i podova, uklanjati podne daske, pločice, skidati vrata i prozorske okvire.

Prilikom pomaganja susrest ćete se s velikom ljudskom patnjom, izgubljenom imovinom, smanjenom kvalitetom života. Budite spremni suočiti se s uplakanim staricama koje će vas moliti za pomoć, i starcima koji plaču dok iz ostataka razrušenih domova iznose svoje stvari natopljene vodom. Budite spremni gledati umorne i iscrpljene ljude koji su izgubili sve što su imali, i djecu koja se igraju s maskama kako bi spriječila zaraze. Ovo su prizori kojima mnogi od vas nikada prije nisu svjedočili, i želim da sad počnete razmišljati o načinu na koji ćete se nositi s takvim teškim trenutcima. Nekima od vas ovi prizori će ostati u pamćenju ne samo danas i sutra nego i godinama nakon toga. Budite svjesni da ne idemo na piknik nego u područje razoreno najgorim poplavama koje su ikad zadesile ovaj region. Iskoristite svoje vrijeme tamo na učinkovit način i pomozite koliko god možete. Imajte na umu da ćete se vi večeras vratiti svojim kućama a ovi ljudi će ostati tu, boreći se mjesecima, pa i godinama, da ponovno izgrade razrušene živote.

3. Izvedba

Kada stignemo u provjerit ću s nadležnima gdje je naša pomoć najpotrebnija. Prednost će vjerovatno imati domovi zdravlja i javni prostori, zatim kuće starijih građana/ki i kuće koje su pretrpjele najveću štetu. Po dolasku ćete, pod vodstvom (navedite imena osoba koje pomažu pri koordinaciji i upravljanju glavnim štabom kod autobusa) obući odjeću za rad i skupiti se u svoje grupe od po 10 osoba.

Unutar svake grupe imenujte primarnu i alternativnu kontakt osobu. Ove dvije osobe moraju imati ispravne mobilne telefone s baterijom koja će trajati cijeli dan, i dovoljno kredita na računu za 5 poziva. Koordinator/ce će zapisati njihove brojeve i dati im spisak ključnih kontakata. Imenovani će biti kontakt osobe cijeli dan i pomagat će u koordiniranju akcije. Pokušajte osigurati da u svakoj grupi imate bar jednu osobu kvalificiranu/osposobljenu za pružanje prve pomoći. Zatim, svima koji imaju vještine/iskustva s pružanjem pomoći pokazat će se mjesto na kojem se nalazi pribor za prvu pomoć.

Naposljetku, svaka grupa će zadužiti lopate, rukavice i gumene čizme.

Kada budete spremni, krenite prema područjima koja su vam dodijeljena i započnite čišćenje. Ponesite najmanje:

- 4 x flaša vode od 1 litra
- 2 x bočica sredstva za dezinfekciju ruku
- 1 x paket vlažnih maramica

Ručak i dodatne količine vode i higijenskih potrepština bit će dostupni kod glavnog štaba. Ima dovoljno hrane za sve (recite im šta mogu očekivati, npr. sendviče, muesli pločice), stoga sami odredite vrijeme ručka. Molimo vas da obavijestite glavni štab kada krenete kako bismo mogli pripremiti higijenske potrepštine za vašu grupu.

Radit ćemo do 16:00, ne poslije toga. Molimo vas da imate na umu da smo ovdje samo nakratko, stoga dajte maksimum pri radu i znajte da je svaka minuta posla koji vi obavite, pet minuta posla za umorne, iscrpljene ljude kojima pomažemo.

Po završetku akcije čišćenja, svaki pojedinac će biti zadužen da očisti svoju lopatu, čizme i rukavice, i da ih spremi na odgovarajuće mjesto u autobusu. Molimo vas da imate na umu da ste odgovorni za svoju opremu i da ne možete očekivati da je neko drugi opere. Otpatke ćemo ponijeti sa sobom u Sarajevo. Kod glavnog štaba će se nalaziti korpe za otpatke u koje ćete bacati sve prazne boce vode, omote, čaše, itd. Kad završimo s čišćenjem svi će biti umorni i jedva čekati da sjednu u klimatizirani autobus, ali molimo vas imajte na umu da što prije sve očistimo, prije ćemo krenuti kući. Budite proaktivni.

Pauze – napraviti ćemo jednu pauzu za toalet na putu prema ... i jednu pri povratku. Ovo su samo kratke desetominutne pauze, i nastojat ćemo što prije nastaviti put.

4. Osnovna prva pomoć

Ovo je najvažniji dio uputa. Budite svjesni činjenice da idete u razoreno područje puno opasnosti, u kojem je rizik od povrede i infekcije realna prijetnja. Imamo dovoljno materijala za prvu pomoć u autobusu i identificirali smo pojedince koji su obučeni za pružanje prve pomoći u slučaju manjih povreda. U slučaju težih povreda imamo hitne kontakte.

Najveći rizik s kojim smo suočeni danas su zaraze. Dosad ste sigurno čuli da su se zbog uvjeta koji trenutno vladaju mnogi ljudi zarazili. Kanalizacija se izlila, pristup čistoj vodi je ograničen, te je moguće prisustvo uginulih životinja. Tijekom dana čistite ruke sredstvom za dezinfekciju ruku i vlažnim maramicama. To je posebno važno učiniti prije konzumiranja hrane, vode i prije pušenja. Imate dovoljno higijenskih sredstava – koristite ih. Uvijek tokom rada nosite masku na licu. Ako vam slučajno prljavština, blato ili otpad dođu u kontakt s ustima, odmah dođite i izvijestite nekog od naših organizatora.

Drugi najveći rizik je dehidracija. Danas će temperatura iznositi ... stepeni i vi ćete raditi naporan fizički posao u gumenim čizmama, rukavicama, majicama dugih rukava i hlačama, a na licu ćete imati masku. Sve to znači da ćete se znojiti više nego inače i temperatura će vam se povisiti. Ponijeli smo dovoljno vode kako biste je mogli u malim gutljajima unositi tokom cijelog dana. Uzmite u obzir da tijelo može apsorbirati samo jednu čašu vode na sat, i pijte manje količine češće. Nemojte čekati ručak da biste popili litar vode, jer će u tom slučaju voda samo proći kroz vas i neće utjecati na vaš nivo hidriranosti.

Simptomi dehidracije su: blaga glavobolja, tamna mokraća, umor, suha usta i jezik, grčevi u šakama i stopalima, smanjeno znojenje, ubrzan srčani ritam, vrtoglavica, opći osjećaj letargije, mučnina i nesuvislost.

Iako vam se ova napomena može učiniti smiješnom, ne pijte alkohol dok radite danas. Alkohol će ne samo potkopati vašu dobru volju i trud, već će vas dovesti i u opasnost od dehidracije. Ako primijetite da se neko ponaša iracionalno ili da mu je govor nerazumljiv, odmah obavijestite naš tim.

5. Sad ćemo govoriti o nekim situacijama u kojima se možete naći danas. Šta učiniti u slučaju:

Dehidracije – ako primijetite simptome dehidracije (na sebi ili drugima) dehidriranu osobu odvedite u hlad, skinite im majicu dugih rukava kako biste otkrili pazuhe i pospite malo vode po njima. Rashladite tijelo dehidrirane osobe mašući komadom kartona. Takva osoba treba piti vodu u malim gutljajima kako bi se spriječilo povraćanje. Ako dodatna medicinska pomoć bude neophodna, glavni štab ima potreban broj i vršit će koordinaciju po potrebi.

Otvorena rana s krvarenjem – najvažnije je zaustaviti krvarenje pritiskom na ranu. Pokrijte ranu čistom tkaninom kako biste smanjili mogućnost trovanja. Preko kontaktne osobe odmah obavijestite glavni štab kako bismo mogli pomoći. Ako dodatna medicinska pomoć bude neophodna, glavni štab ima potreban broj i vršit će koordinaciju po potrebi.

Svjedočenja krađi: nipošto ne smijete pokušati spriječiti krađu, niti se umiješati na bilo koji način. Vaša sigurnost je važnija od bilo kojeg ukradenog predmeta. Uveden je poseban broj za obavještanje policije upravo za ovakve slučajeve, stoga preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab o tome šta ste vidjeli i na kojem mjestu.

Klizišta strukturno oštećenih objekata: Odmah obavijestite sve u vašoj blizini i evakuirajte područje. Preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab o tačnoj lokaciji. Ako mještan/ka zatraži od vas da uđete u objekt za koji sumnjate da je strukturno oštećen (ako primijetite pukotine u zidovima ili stropu ili čujete pucketanje koje dolazi iz objekta), držite se podalje od njega. Ako vam je potrebna pomoć, molimo vas da kontaktirate glavni štab i mi ćemo doći da vam pružimo pomoć.

Mine/neeksplozivna ubojita sredstva: iako je ovaj rizik minimalan, morate ga biti svjesni. Poplave su odnijele mnoge mine/NUS te postoji mogućnost da ih ima na području. Ako sumnjate da je neki predmet mina, nemojte ga dirati, obavijestite sve u svojoj blizini i evakuirajte područje. Evakuirano područje treba imati prečnik od najmanje 50m od sumnjivog predmeta. Oko evakuiranog područja postavite kordon kako drugi ne bi ulazili u sumnjivu zonu. Obavijestite glavni štab preko kontaktne osobe, a mi ćemo obavijestiti nadležne službe. Kako prepoznati minu: mine/NUS su obično cilindričnog ili tanjirastog oblika. Najčešće su tamno zelene ili sive boje i imaju neku vrstu slovne oznake.

Nestalo vam je vode/higijenskih potrepština: preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab i mi ćemo vam donijeti još.

Obavili ste zadatak koji vam je dodijeljen: preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab i mi ćemo vam dati novi zadatak.

Mještan/ka vam prilazi i traži pomoć. Preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab i mi ćemo vas izvijestiti o prioritarnosti zadatka. Ako imamo dovoljno resursa da im pružimo pomoć, učinit ćemo to, ali imajte na umu da prvo moramo pomoći u hitnim slučajevima.

Mještan/ka vam prilazi i traži opremu: Preko kontaktne osobe obavijestite glavni štab i mi ćemo vam reći šta možete a šta ne možete dati. Možda budemo imali rezervne rukavice i čizme koje možemo dati mještanima/kama, ali molimo vas da ne dajete svoju opremu. Moramo zadržati dovoljno opreme i za sljedeće grupe volontera.

Divlje životinje: u nekim zgradama možete naići na zmije. Udaljite se od tog područja i obavijestite kontakt osobu ili glavni štab ako u području u kojem radite vidite zmije ili životinje kojima treba pomoć.

6. Ima li pitanja vezanih za bilo koju od gore navedenih informacija?