

# ПЕДАГОГИЧЕСКИ НАРЪЧНИК

## ГОТОВНОСТ ЗА БЕДСТВИЯ

### ЗА ФАСИЛИТАТОРИ

#### Въведение в намаляването на риска



**Педагогически документ за фасилитатори на сесии за намаляване на риска**

*Разработен от Френския Червен кръст*

Този наръчник е адаптиран, преведен и използван в занятия за подготовка на гражданите за бедствия, проведени в Австрия, България, Латвия, Франция и Румъния, в рамките на проект „Информирани и устойчиви“.



**Финансиран с подкрепата на Инструмента за гражданска защита на Европейския съюз**

*Отговорността за съдържанието на този документ е единствено на авторите. Той не отразява непременно мнението на Европейския съюз. Европейската комисия не носи отговорност за начина, по който може да бъде използвана съдържащата се информация.*

# СЪДЪРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
<hr/>	
ВЪВЕДЕНИЕ В НАМАЛЯВАНЕТО НА РИСКА	5
<hr/>	
→ Организация на сесията	5
→ Педагогически сесии	7
- Приветствие и представяне	7
- От бедствието към самозащита	9
- Семейният план за самозащита	11
- Обобщение и заключение	15
<hr/>	
ПРИЛОЖЕНИЯ	17
<hr/>	
→ Списък с материали	17

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Живеем в свят, в който източниците на рискове, опасности и заплахи са много и са най-разнообразни – както в ежедневието ни живот, така и по време на извънредни ситуации.

Дори когато човек е в ситуация на злополука, при която изпитва силна нужда и има законно право да иска да бъде осигурена неговата безопасност и сигурност, той не може да се ограничи до това да чака услугите за спешна помощ.

Той трябва активно да се погрижи за своята собствена безопасност, както и за безопасността на всички други хора около него.

# ВЪВЕДЕНИЕ В НАМАЛЯВАНЕТО НА РИСКА

## → ОРГАНИЗАЦИЯ НА СЕСИЯТА

Хората обикновено обръщат голямо внимание на големите бедствия, които са намерили силен отзвук в медиите и обществото, а в същото време много по-малко се интересуват от ежедневните произшествия, които често се случват у дома, на работното място, или по пътищата и които често водят до значителен брой жертви.

Бързата урбанизация, презастрояването на градовете и скупчването на големи групи население, наред с изменението на климата все по-често излага хората големи рискове, били те природни или технологични. Неподходящата реакция на хората, опасното поведение и липсата на готовност у гражданите да предотвратят или да се справят с тези ситуации, водят до рязко увеличаване на разрушителния ефект на такива събития.

За да се справят с бедствени ситуации, които изискват някои практически знания, тази едночасова въвеждаща сесия дава възможност на гражданите постепенно да придобият умения, които ще им помогнат да се подготвят преди бедствието, за да реагират по подходящ начин, ако то се случи, както и за да се върнат по-леко към обичайния си начин на живот след бедствие, доколкото това е възможно.

## → УСЛОВИЯ ЗА ПРИЕМ

Сесията е отворен за всеки, който желае да получи знания и да развие у себе си нагласа за подготовка преди бедствие и за реакция по време на бедствие.

## → ЗА ОБУЧАВАЩАТА ОРГАНИЗАЦИЯ

Българският Червен кръст (БЧК) е водещата организация в България, ангажирана в превенцията и подготовката на гражданите за опасни и кризисни ситуации, посредством обучителни програми по първа долекарска помощ, информация за безопасност в планините и около водните площи, обучения на доброволци за оказване на помощ при бедствия и много други. В рамките на сътрудничеството в Международното движение на Червения кръст и Червения полумесец в тази приоритетна област, БЧК получи тази методика от Френския Червен кръст, за я използва за повишаване на информираността на гражданите и подобряване на тяхната готовност за справяне в ситуации на риск за тях и техните семейства.

## → ВРЕМЕТРАЕНЕ

Занятието трае около 60 минути.

## → НАДЗОР

Занятието се извършва от поне един обучител, упълномощен от Българския Червен кръст. Тези обучители познават отлично съдържанието на занятието „Въведение в намаляването на риска“, както и техниките за неговото провеждане.

Оптималният брой участници в това занятие е 8 души на сесия и на обучител. Не се препоръчва тази сесия да се провежда с повече от 10 души.

## → ЦЕЛ

### ■ Главна цел

Целта на този курс е да се повиши общата информираност на хората за уязвимостта на всеки човек при големи катастрофа или ежедневни произшествия, като се използва концепцията за «Семейния

план за самозащита", разработен от Френския Червен кръст в сътрудничество с Европейския съюз, както и да се даде възможност на гражданите да се подготвят и да се изправят пред последствията от такива ситуации.

#### ■ Допълнителна цел

Да се определи Червеният кръст като водеща организация в областта на подготовката и обучението на гражданите и като организация, действаща в ситуации на бедствия.

#### ■ Специфични цели

Да се даде възможност на участниците да изразят своето лично възприятие на думата "бедствие" и да сближат своето разбиране с дефиницията за бедствие, дадена от институции и научни експерти.

Използвайки 6<sup>те</sup> основни въпроса от "Семейния план за самозащита", да се помогне на участниците да развият отговорно отношение, като обмислят конкретни действия които трябва да извършат, за да са най-ефективно подготвени да посрещнат катастрофални събития.

*Участието в занятието „Въведение в намаляването на риска“ означава да се превърнете в активно действащо лице в превенцията и да развиете умения, които ви позволяват да реагирате при всякакъв вид бедствия, в широк спектър от възможни извънредни ситуации.*

## → ПРОГРАМА

Занятието „Въведение в намаляването на риска“ се изпълнява в 4 последователни стъпки:

- 1- Приветствие и представяне
- 2- От бедствието към самозащитата
- 3- Семейният план за самозащита и необходимите пособия за бедствие (Бедствен комплект)
- 4- Обобщение и заключение

## → МЕТОДИ ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ

Въведението в намаляването на риска при бедствия е интерактивна сесия. Използват се методи за групово фасилитиране, за да се даде възможност на всеки да се изказва по темата и да намери отговорен и подходящ подход за разработване на своя собствен Семейен план за самозащита и за справяне при катастрофални събития.

## → ОЦЕНКА

#### ■ Оценка

Фасилитаторът отговаря за наблюдението на участниците по време на сесията. Единственият критерий за оценка е присъствието и активното участие на всички.

#### ■ Сертификат за участие

Участниците в занятието „Въведение в намаляването на риска“ получават сертификат на БЧК.

## → ПЕДАГОГИЧЕСКИ СЕСИИ

Педагогическите насоки по-долу са ръководство за фасилитаторите, които водят сесии „Въведение в намаляването на риска“. Те са написани и проверени от работна група, съставена от експерти и обучители от състава на Френския Червен кръст.

Те описват условията за организация, целите, времетраенето, методите за фасилитиране и материалите, необходими за провеждането на това занятие.

# ВЪВЕДЕНИЕ В НАМАЛЯВАНЕТО НА РИСКА

## Цел

Да се повиши информираността за уязвимостта на всеки човек, ситуации на бедствия или ежедневни инциденти, като се използва концепцията на «Семейния план за самозащита», разработена от Френския Червен кръст, както и да се даде възможност на гражданите да се подготвят и да посрещнат последствията от такива ситуации.

## Времетраене

60 минути

## Педагогически материали

- Емблема на Червения кръст
- Видео проектор<sup>1</sup>
- Присъствен лист
- Маса
- Фотографии
- Дъска за флипчарт, листа и маркери
- Брошура за бедствена готовност
- Изображение на сигнал за бедствие
- Звуков сигнал
- Бедствен комплект

---

<sup>1</sup> При възможност

## Последователност

### → Стъпка 1: Приветствие и представяне

#### ■ Специфична цел objective

##### → Дейност

Да се въведат участниците в основната цел на Въведението в намаляването на риска, да се информират за концепцията на самозащитата и да се идентифицира Червеният кръст като обучаваща организация.

##### → Условия за изпълнение

**Групата и водещият.**

#### ■ Времетраене : 5 мин

#### ■ Начин на провеждане

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<b>Интерактивна презентация</b>	Видео проектор (при възможност) Диапорама - слайдшоу	<p>Подгответе стаята и всички необходими материали преди участниците да пристигнат.</p> <p>Поставете на видно място емблемата на Червения кръст (плакат, знаме, други).</p> <p>Приветствайте участниците и започнете сесията.</p> <p>Представете себе си и направете препратка към Червения кръст.</p> <p>Благодарете предварително на участниците за тяхното доброволно участие.</p> <p>Помолете всеки участник да се представи и да изрази очакванията си.</p> <p>Представете Въведението в намаляването на риска, като обявите:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Главната цел: Да се информираме за нашата уязвимост в бедствени ситуации или ежедневни инциденти, за да се подготвим да посрещнем последствията от такива ситуации. За тази цел ще използваме концепцията на «Семейният план за самозащита», разработен от Френския Червен кръст,</li> <li>■ Времетраене: 60 минути,</li> <li>■ Методът на фасилитиране в тази сесия.</li> <li>■ Помолете всеки участник да се представи.</li> </ul> <p>Информирайте участниците, че целта не е да се подготвяме за това какво трябва да правим при всички бедствени ситуации, в които можем да попаднем, а да намерим начините, по които да се подготвим за тях.</p> <p><b>Дайте на участниците необходимата информация за безопасност и евакуацията от стаята и сградата, в която се провежда сесията<sup>2</sup>.</b></p>	5

<sup>2</sup> Не забравяйте инструкциите: аварийни изходи, пожарогасители, план за евакуация. Фасилитаторът ще се върне към тази информация по време на стъпка № 3

## → Стъпка 2 : От бедствие - към самозащита

### ■ Специфична цел

#### → Дейност

Всеки участник да изрази своята лична представа (разбиране) за думата „бедствие“ и да приближи своето разбиране до дефиницията, дадена от властите и експертите.

Условия за изпълнение

**Групата и водещият.**

#### → Критерии за оценка

Всеки участник трябва да се изкаже и да изрази своето мнение.

### ■ Времетраене : 15 мин

### ■ Начин на провеждане

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
Упражнение и представяне	Маса Серия от фотографии Дъска за флипчарт, листа и маркери	<p>Поставете фотографиите на равно място (на масата, ако има такава, или на пода), като оставите място между фотографиите.</p> <p>Помолете всеки участник мълчаливо и без да докосва фотографиите, да избере 1 или 2 от тях, които най-силно предизвикват усещане за бедствие лично у него;</p> <p>След 2 или 3 минути, помолете всеки участник да покаже снимките, които е избрал и да разкаже с две думи защо за него те изразяват бедствие.</p> <p><b>Важно:</b> не задавайте други въпроси, освен горния.</p> <p>Напишете думите, изказани от участниците върху флипчарта и ако е необходимо, реформулирайте ги за повече яснота.</p> <p>След това упражнение, всички участници са изразили свободно своето мнение. <b>Те ще могат да сравнят своята собствена интерпретация (разбиране) с дефиницията, дадена от експертите и ще приемат по-широка дефиниция за думата „бедствие“.</b></p>	10



ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<p><b>Интерактивна презентация, задаване на въпроси</b></p>	<p>Дъска за флипчарт, листа и маркери</p>	<p>Дайте на участниците дефиницията на експертите за думата <b>БЕДСТВИЕ</b>: „Внезапна проява на опасно събитие, което дестабилизира хората, негови жертви“.</p> <p>Напишете дефиницията върху дъската и поканете участниците да изведат ключовите думи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ внезапно,</li> <li>■ опасно,</li> <li>■ дестабилизиращо.</li> </ul> <p>Помолете участниците да сравнят своята представа за бедствие с тази дефиниция.</p> <p>Уточнете, че съдържанието на сесията засяга извънредните и катастрофални произшествия.</p> <p>Наред с това, подчертайте и че концепцията в това въведение може по същия начин да се използва при ежедневни инциденти (напр. инцидент у дома).</p> <p>Напомнете, че в случай на бедствие, спасителните екипи може да не успеят да не намесят толкова бързо, колкото обичайно реагират, или както ние искаме. Затова в такива ситуации, човек може да се окаже единственият спасител на живота си и живота на своето семейство, за по-дълго или за по-кратко време.</p> <p>В такава ситуация е нормално човек да е уплашен и това трябва да се има предвид.</p> <p>Попитайте участниците дали смятат, че това може да се случи и на тях? Дали те вече са обмисляли да предприемат нещо, за да предотвратят или намалят последиците от индивидуални или масови бедствия?</p> <p>Уточнете че <b>САМОЗАЩИТАТА</b> е поведение, което всеки човек, семейство или общност избира да приеме, за да предотврати опасността, да се подготви да реагира и да се възстанови ефективно от бедствени ситуации, които го заплашват.</p> <p>Постигането на това поведение се базира на изпълнението на „Семейния план за самозащита“, съставен от Червения кръст по проект, финансиран от Европейския съюз.</p> <p>Пристъпете към следващата стъпка.</p>	5

## → Стъпка 3 : Семейен план за самозащита

### ■ Специфична цел

#### → Дейност

Използвайки 6<sup>те</sup> основни въпроса от "Семейния план за самозащита", помогнете на участниците да развият отговорно отношение, като обмислят конкретни действия които трябва да извършат, за да са най-ефективно подготвени да посрещнат катастрофални събития.

#### → Условия за изпълнение

**Групата и водещият.**

#### → Критерии за оценка

Всеки участник трябва да се изкаже и да изрази своето мнение.

### ■ Времетраене : 35 мин

### ■ Начин на провеждане

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<p><b>Задаване на въпроси</b></p> <p><b>1- Да се информираш за рисковете</b></p> <p><i>Знаеш ли които са главните рискове, на които можеш да се превърнеш в жертва?</i></p> <p><i>Знаеш ли откъде да намериш информация за тези рискове?</i></p>	<p>Брошура за бедствена готовност Дъска за флипчарт, листа и маркери</p> <p>Изображение на сигнал за бедствие</p> <p>Звуков сигнал (CD, компютър...)</p>	<p>Използвайте 6<sup>те</sup> въпроса от "Семейния план за самозащита", за да проведете дискусия и да предоставите необходимата информация за всеки, за да обмисли как да приложи този план в своята домашна или работна среда.</p> <p>Изложете основните причини за бедствия (свързани с новините и местната околна среда: напр. земетресение, наводнение, експлозия, буря).</p> <p>Насочете дискусията към местните рискове, които вече са определени от властите (Индустриални химически предприятия, язовири, др.).</p> <p>Поканете участниците да обмислят как могат да потърсят информация за тези рискове (от местните власти, общини, лекари, пожарната, Червения кръст, или всяка друга подходяща организация).</p>	5

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<p><b>2- Да знаеш как да уведомиш спешните служби и как да получиш информация</b></p> <p><i>Знаеш ли как да информираш спешните служби при сериозен инцидент?</i></p> <p><i>Знаеш ли как държавните власти ще те информират в случай на неминуемо бедствие?</i></p>		<p>Помолете участниците да кажат телефонните номера на спешните служби (специфичните телефонни номера във всяка страна и европейския спешен номер 112), да опишат специфичната роля на всяка от тях и в какви ситуации трябва да се обаждат.</p> <p>Посочете колко е важно тези номера да са на видно и достъпно място (напр. на плакат) близо до средствата за връзка (до телефона ...), или да са записани в паметта на телефона.</p> <p>Информирайте участниците за сигналите, които се използват за предупреждаване на населението и как да действат ако чуят тези предупредителни сигнали.</p> <p><a href="http://www.nspbzn.mvr.bg/Pravila_povedenie/signali.htm">http://www.nspbzn.mvr.bg/Pravila_povedenie/signali.htm</a></p> <p><a href="http://www.nspbzn.mvr.bg/Pravila_povedenie/Pri_bedstvia/default.htm">http://www.nspbzn.mvr.bg/Pravila_povedenie/Pri_bedstvia/default.htm</a></p> <p>Обобщете информацията и я перифразирайте, преди да преминете към следващия въпрос.</p>	5

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<p><b>3- Да направиш напътствия за семейството</b></p> <p><i>Направили ли си напътствия за семейството си, за това как да се справи с бедствие?</i></p>		<p>1- На базата на различните бедствени ситуации от въпрос 1 (наводнение, земетресение, пожар, срутване на язовир, лавини), попитайте участниците дали знаят или са информирани за дейностите, които могат да предприемат ако са засегнати от тези бедствия, или дали вече са предприели превантивни мерки.</p> <p>2- Напомнете за инструкциите за безопасност, които сте дали на участниците още в началото на сесията за сградата, в която се провежда занятието.</p> <p>Въведете понятието „аварийен план“, подготвителни мерки за действия в случай на произшествие или сериозен инцидент. Помолете участниците да дадат примери (аварийни планове на училище, на работното място или др.).</p> <p>Покажете им, че аварийните планове на тези сгради често са показани визуално за посетителите - във вид на табелки, плакати или инструкции, планове за евакуация, подова маркировка или знаци за аварийен изход.</p> <p>Разгледайте аварийните планове на училището (ако има такъв) или на работното място, пояснете, че тези планове са ефективни и постоянно се проверяват. Опитайте да накарате хората да се замислят: "А защо да не направя същото в къщи?"</p> <p>Помолете участниците да помислят за нещата, които могат да направят в къщи, за да съставят своя собствен „семеен аварийен план“, напр.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- да намерят и определят местата, откъдето се изключва водата, електричеството, газта – и да поставят маркировка, по която всеки може лесно да ги намери.</li> <li>- да направят допълнителен комплект гаечни ключове, копия от важните документи и да ги съхраняват на безопасно място.</li> <li>- да изберат място за среща в случай че семейството е разделено от бедствена ситуация.</li> </ul> <p>Напомнете на участниците, че в някои бедствени ситуации телефоните могат да спрат да работят.</p> <p>Обобщете и преформулирайте, преди да преминете към следващия въпрос.</p>	5

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	8
<p><b>4- Да знаеш Първа помощ</b></p> <p><i>Знаеш ли техники за оказване на първа помощ?</i></p>		<p>Заедно с участниците определете техники от Първата помощ, които могат да помогнат да се спаси живот и които могат да се приложат от всеки, когато ги няма спасителните служби.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Защита</li> <li>• Сигнализиране</li> <li>• Превързване при кръвотечение</li> <li>• Странично стабилно положение (ако човекът диша)</li> <li>• Сърдечен масаж</li> <li>• Охлаждане (при изгаряне)</li> <li>• Почистване на рани</li> <li>• Да не се мести човек със счупване</li> </ul> <p>Подчертайте колко са прости и безопасни тези действия и напомнете, че за да научат повече, участниците могат да се запишат в курс по Първа помощ.</p>	5
<p><b>5- Основни нужди за оцеляване след бедствие</b></p> <p><i>Знаеш ли как да се подготвиш, за да оцелееш след бедствие? Кои са основните нужди?</i></p>		<p>Помолете участниците да идентифицират петте основни нужди, да ги степенуват по важност и да обяснят своята подредба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• лекуване,</li> <li>• защита,</li> <li>• сигнализиране на спасителните служби,</li> <li>• пиене,</li> <li>• хранене.</li> </ul> <p>Представете съдържанието на бедствения комплект и свържете предметите с тези 5 основни нужди.</p> <p>Подчертайте колко е нужно и важно човек да приготви такъв комплект или пък своя собствена бедствена чанта.</p>	10
<p><b>6- Начини да се намалят финансовите последици</b></p> <p><i>Дали сте се подготвили, за да намалите финансовите последици от бедствието, което може да засегне вас и вашето семейство?</i></p>		<p>Наблегнете на това, че е важно човек да има пари у себе си (други начини на плащане, като кредитни карти и банкомати могат да са извън строя след бедствието).</p> <p>Помолете участниците да разкажат как осигуряват своята финансова сигурност, например с лична застраховка и ги поканете да проверят условията, при които застраховката ще покрие щетите в случай на бедствие или сериозен инцидент (терористична атака, природно бедствие, експертна помощ, правна помощ ...).</p> <p>Подчертайте също така и колко е важно да се пази копие от официалните документи, необходими за да се преодолее бедствието.</p>	5

## → Стъпка 4 : Обобщение и заключение

### ■ Специфична цел

#### → Дейност

Помолете участниците да изразят това, което са научили по време на това занятие и какво възнамеряват да направят за своята бедствена готовност.

#### → Условия за изпълнение

**Групата и водещият.**

#### → Критерии за оценка

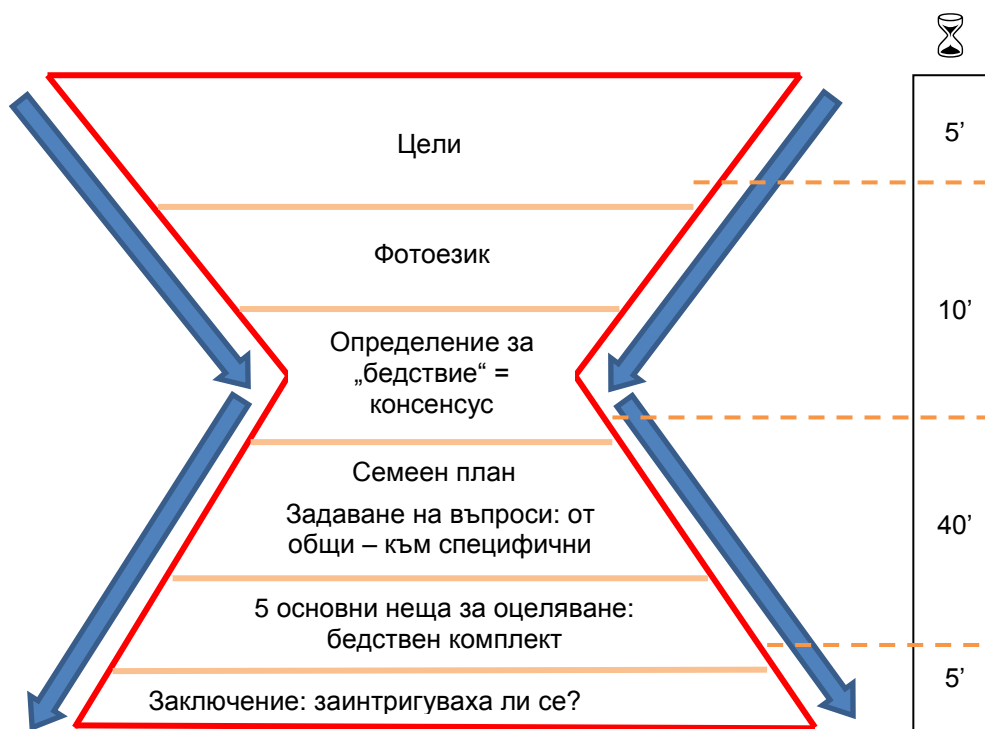
Участниците трябва да повторят основните принципи на готовността за бедствия. Всеки участник трябва да се изкаже.

### ■ Времетраене : 5 мин

### ■ Начин на провеждане

ТЕХНИКА ЗА ФАСИЛИТИРАНЕ	ПЕДАГОГИЧЕСКИ СРЕДСТВА	ПРЕПОРЪКИ	∞
Дискусия – Кръгла маса		<p>Помолете всеки участник да посочи най-важните неща, които е научил по време на сесията и как те ще му помогнат да бъде по-добре подготвен за бедствия, които могат да го засегнат (направете връзка с избора на фотографии от участниците в началото на занятието).</p> <p>Поканете участниците да кажат дали след участието си в това занятие имат намерение да предприемат нещо за своята бедствена готовност и ако отговорът е да, какво по-конкретно ще направят.</p> <p>Закрийте занятието, като благодарите на всички участници и им раздайте сертификати за участие.</p>	5

■ Структура на занятието „Въведение в намаляването на риска“



# ПРИЛОЖЕНИЯ

## Приложение 1

### СПИСЪК С МАТЕРИАЛИ

#### → Помещението

- Топла и добре проветрена стая
- Стаята може да се затъмни при нужда
- Има емблема или плакат на Червения кръст
- Наблизо има тоалетни помещения

#### Необходими педагогически материали

- 11 стола
- 1 видео проектор или шрайбпроектор (при възможност)
- 1 маса
- 1 дъска за флипчарт, листа и маркери
- 1 присъствен лист
- 1 технически наръчник за занятието „Въведение в намаляването на риска“,
- 1 педагогически наръчник за занятието „Въведение в намаляването на риска“,
- 1 изображение на сигнал за бедствие,
- 1 звуков сигнал,
- 1 комплект фотографии,
- 1 брошура за бедствена готовност,
- 1 бедствен комплект.