

ရေလွှမ်းမိုးနေစဉ်အချိန်အတွင်းပြုမူလိုက်နာရန်

- ၁။ ရေလွှမ်းမိုးနိုင်သောနေရာအတွက်လျှပ်စစ်လိုင်းများကို ကြိုတင်၍ ဖြတ်တောက်ထားပါ။
- ၂။ မိမိကိုယ်ကို မထိခိုက်စေဘဲ အခြားသူများကို ကူညီပါ။ ကလေးသူငယ်နှင့် အသက်အရွယ်ကြီးသူများ၊ မသန်စွမ်းသူများကို ဘေးကင်းရာသို့ပို့ဆောင်ထားပါ။
- ၃။ မိုးလေဝသနှင့်လေဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာနမှ သတင်းထုတ်ပြန်ချက်များကို အဆက်မပြတ် နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကိုလိုက်နာပါ။ အခြားသူများကိုမျှဝေပါ။ ကောလဟာလ သတင်းများကို မယုံပါနှင့်။
- ၄။ ရေအောက်တွင်မျောပါလာသော အရာဝတ္ထုများနှင့် ထိခိုက်မိနိုင်သည့်အတွက် ကမ်းစပ်နှင့်ရေလွှမ်းနေသော နေရာများကို ရှောင်ရှားနေပါ။
- ၅။ မြေနိမ့်ဒေသ၊ ချိုင့်၊ ရေနုတ်မြောင်းများသည် ရေမြန်မြန်လွှမ်းမိုးနိုင်သော နေရာများဖြစ်သည့်အတွက် ထိုအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သောနေရာများကိုသတိပြုပါ။

အရေးပေါ်ဖုန်းနံပါတ်များမှာ

မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ ၁၉၉၊ ရန်ကုန် - ၀၁ ၅၄၉၃၀၉

မီးသတ်ဌာန (ကယ်ဆယ်ရေး) ၁၉၁၊ ရန်ကုန် - ၀၁ ၂၅၂၀၁၁

လူနာတင်ယာဉ် (YGH) ၀၁ ၈၅၆၁၂



https://www.facebook.com/watch/?v=374934408157705

ရေလွှမ်းမိုးမှုပြီးဆုံးချိန်တွင်ပြုမူလိုက်နာရန်

- ၁။ မိသားစုဝင်များ ထိခိုက်မှု ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးပါ။ မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦး ပျောက်ဆုံးနေလျှင် တာဝန်ရှိသူများကို အကြောင်းကြားပါ။
- ၂။ ပျက်စီးသွားသော လျှပ်စစ်ကြိုးလိုင်းများ၊ အခြားကြိုးလိုင်းများနှင့် သစ်ပင်သစ်ကိုင်းများကို သတိပြုရှောင်ရှားပါ။ သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပြီးကူညီရင်းလင်းပါ။
- ၃။ လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများကိုပြန်လည်စစ်ဆေးပြီးမှသာအသုံးပြုပါ။
- ၄။ ရေလွှမ်းမိုးမှုလုံးဝကျသွားမှသာ ရွှံ့၊ နံ့ နှင့် တင်ကျန်နေသော ရေများကို ဖယ်ရှားရင်းလင်းခြင်း ပြုလုပ်ပါ။ တိရစ္ဆာန်အသေကောင်များအား စနစ်တကျမီးရှို့ခြင်း (သို့) မြေမြှုပ်ခြင်းများပြုလုပ်ပါ။
- ၅။ အဆောက်အဦများ ပျက်စီးမှု ရှိ/မရှိ ကိုစစ်ဆေးပါ။
- ၆။ ရေလွှမ်းမိုးမှုခံရသော အဆောက်အဦ၏ နေရာများကို လျင်မြန်စွာ ခြောက်သွေ့ အောင်ဆောင်ရွက်ပါ။ ထိုကဲ့သို့ မပြုလုပ်ပါက ပိုမိုပျက်စီးခြင်း၊ မှိုတက်ခြင်း၊ ပိုးစားခြင်းများ ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။



ရန်ကုန်တွင်မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းပြီး ဓာတ်ပုံ - Frauke Kraas 2018



ဓာတ်ပုံ - Frauke Kraas 2018

လက်ကမ်းစာစောင်ထုတ်ဝေသူများ

ရန်ကုန်မြို့တော်စည်ပင်သာယာရေးကော်မတီ
မြို့ပြစီမံကိန်းဌာန
www.ycdc.gov.mm

ကိုလုံးတက္ကသိုလ်၊ ဂျာမနီ
ပထဝီဝင်ဌာန
www.geographie.uni-koeln.de/en/

ကိုလုံးတက္ကသိုလ်၊ ဂျာမနီ
ကိုလုံးမီးသတ်ဦးစီးဌာန၊ လုံခြုံရေးသိပ္ပံနှင့်ကယ်ဆယ်ရေး နည်းပညာအဖွဲ့
ဂျာမန်ဘေးအန္တရာယ် လျော့ချရေးကော်မတီ

မြန်မာ့ပတ်ဝန်းကျင်သိပ္ပံ
ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

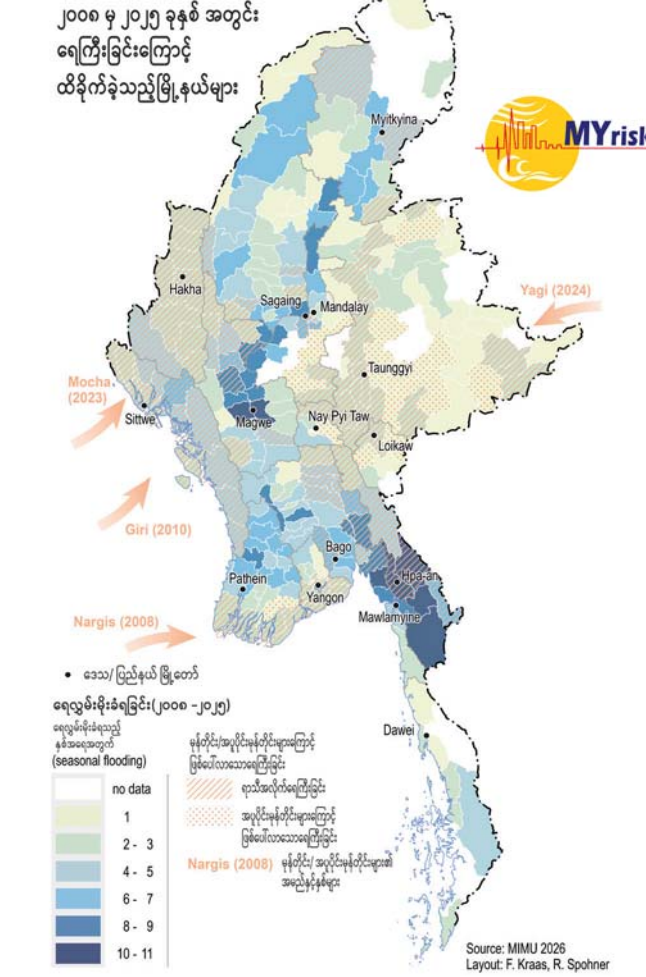
မြို့ပြနှင့်အိမ်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစီးဌာန၊ ဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန
မြို့ပြနှင့်ဒေသဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးရေး သုတေသနဗဟိုဌာန (ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)

www.myrisk.uni-koeln.de Version 6

With funding from the:

Federal Ministry of Research, Technology and Space
Funding No. 01LE1904A1-C1
Funding line of Sustainable Development of Urban Regions (SURE)
DLR Project Management Agency, Germany

ရေလွှမ်းမိုးမှုအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း လက်ကမ်းစာစောင်



မြန်မာနိုင်ငံ၏ဘေးအန္တရာယ်အခြေအနေ

မြန်မာနိုင်ငံသည်ဘေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုး(ဥပမာ- ငလျင်လှုပ်ခြင်း၊ ရေကြီးရေလျှံခြင်း၊ အပူပိုင်းမုန်တိုင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ အပူလှိုင်းကျ ရောက်ခြင်း၊ မိုးခေါင်ခြင်း၊ မြစ်ကမ်းပါးပြိုခြင်းနှင့် မီးလောင်ခြင်း)တို့ နှင့်ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။ ထိုဘေးအန္တရာယ် အမျိုးမျိုးကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရန် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ အစီအမံများမှာ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ဤလက်ကမ်းစာစောင်တွင် ရေလွှမ်းမိုးမှုအန္တရာယ်ကြိုတင် ပြင်ဆင်ခြင်း ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ ပါဝင်ပါသည်။

ရေလွှမ်းမိုးမှုဖြစ်ခြင်းအကြောင်း

၁။ မိုးရွာသွန်းမှုများခြင်း
 အချိန်ကြာမြင့်စွာ မိုးသည်းထန်ပါက မိုးရေကို မြေကြီးမှ ဆက်လက်မစုပ်ယူနိုင်တော့သဖြင့် ချောင်း၊ မြောင်းနှင့်မြစ်များ ရှိရာသို့ စီးဆင်းရာလမ်းတလျှောက်တွင် ရေကြီးရေလျှံခြင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။ ထို့အပြင် အဆောက်အအုံ နှင့် လမ်းများ ခင်းခြင်းကြောင့် ရေကြီးရေလျှံခြင်းကို ပိုမိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ အဆောက်အအုံများကိုပါ ပြိုကျစေနိုင်သည်။

၂။ ရေစီးဆင်းမှုစနစ် ကောင်းမွန်မှုမရှိခြင်း
 ရေစီးဆင်းမှုစနစ် ကောင်းမွန်မှုမရှိခြင်း (ဥပမာ- အမှိုက်များဖြင့် ပိတ်ဆို့နေခြင်း၊ အဆောက်အအုံနှင့် လမ်းများကိုစည်းမျဉ်းစည်းကမ်း နှင့်အညီ ဆောက်လုပ်မှုမရှိခြင်း) တို့ကြောင့် ရေလွှမ်းမိုးမှု အန္တရာယ်ကို ပိုမိုဖြစ်စေသည်။

၃။ အပူပိုင်းမုန်တိုင်းကြောင့်ဖြစ်ခြင်း
 အပူပိုင်းမုန်တိုင်းသည် အလွန်မြင့်မားသော ရေလှိုင်းများကို ကမ်းပေါ်သို့တွန်းပို့သည်။ (နာဂစ် မုန်တိုင်းသည် ၅ မီတာ အမြင့်ရှိသော ရေလှိုင်းများကို ကီလိုမီတာ ၅၀ အထိကုန်းတွင်း ပိုင်းသို့ တွန်းပို့နိုင်ခဲ့သည်။) ၎င်းမုန်တိုင်းနှင့်အတူပါလာသော လေမုန်တိုင်းသည်ကမ်းရိုးတန်းတလျှောက်ရှိဒေသသို့ဝင်ရောက် လာပါက ကြီးမားသောအန္တရာယ်ကို ဖြစ်စေပါသည်။

၄။ ဆူနာမီကြောင့်ဖြစ်ခြင်း
 ဆူနာမီသည် ထုထည်ကြီးမားသည့် ရေအစုအဝေးရွေ့လျားမှု ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရေလှိုင်းအတွဲ ဖြစ်ပြီး ကမ်းရိုးတန်း ဒေသများစွာကို ရေလွှမ်းမိုးမှု ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ရေလွှမ်းမိုးခြင်းသည် မုတ်သုန်ရာသီတွင် အဖြစ်များလေ့ရှိပါသည်။ အလွန်အန္တရာယ်များသော ကာလမှာ မိုးဦး (ဧပြီ၊ မေလ)နှင့် မိုးလွန် (အောက်တိုဘာ၊ နိုဝင်ဘာလ) ကာလများဖြစ်သည်။

ရေလွှမ်းမိုးမှုကြောင့် ဖြစ်နိုင်သောဆိုးကျိုးများ

- အဆောက်အအုံများ၊ လမ်း၊ တံတားများနှင့် ဆည်များကို ရေလွှမ်းမိုးခြင်း၊ ရေတိုက်စားခြင်းနှင့် လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များအား ရေနစ်မြုပ်ခြင်းစသောဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သည်။
- ထို့အပြင် ရေထုနှင့်အတူ မျောပါလာသော ပစ္စည်းပျက်များနှင့် ထိခိုက်မိခြင်းဘေးအန္တရာယ်လည်း ကြုံတွေ့နိုင်သည်။

ကာကွယ်ရေးအစီအမံများ

- ၁။ အမှိုက်များပိတ်ဆို့မှုမရှိစေဘဲ ရေမြောင်းများ အမြဲစီးဆင်းမှုရှိ ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ၂။ အဆောက်အအုံသစ်များ ဆောက်လုပ်ပါက ရေမြောင်းစနစ်ကို ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်ရမည်။
- ၃။ ရေလွှမ်းမိုးဒဏ်ခံရသော အဆောက်အအုံ၏ အစိတ်အပိုင်း များကို ခံနိုင်ရည်ရှိအောင် ပြုလုပ်ထားသင့်သည်။ (ဥပမာ- အင်္ဂတေ/ဘီလပ်မြေကြမ်းခင်း၊ ကြွေပြားကြမ်းခင်း၊ သစ်သား တံခါးအစား အလူမီနီယံတံခါး) ခေါင်မိုးများအား ရေလုံ အောင် ပြုလုပ်ထားရမည်။
- ၄။ အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ဝင်/ထွက်မှု လွယ်ကူစေရန်၊ ဝင်/ ထွက်ပေါက်များတွင် လေးလံသောပစ္စည်းများ ပိတ်ဆို့မှု မဖြစ်စေရန် ဂရုစိုက်ပါ။
- ၅။ သင်၏အဆောက်အအုံကိုကာကွယ်ရန် ရွှေ့ပြောင်းရလွယ်သည့် အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ (ဥပမာ- သဲအိတ်) ကိုကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားပါ။ အသုံးပြုရမည့်အချိန် (အရေးပေါ်အချိန်) ကို လည်း သတိပြုနေပါ။
- ၆။ လျှပ်စစ်လိုင်းများ၊ လျှပ်စစ်နှင့်ဆိုင်သောပစ္စည်းများကို မြင့်သော နေရာတွင် တပ်ဆင်ပါ။
- ၇။ အဖိုးတန်သောပစ္စည်းများကို အပေါ်ထပ်သို့ရွှေ့ထားပါ။
- ၈။ အရေးကြီးသောစာရွက်စာတမ်းများအား လုံခြုံစိတ်ချရသော နေရာတွင် သိမ်းဆည်းပါ။ ၎င်းအပြင် မိတ္တူပွား၍ အခြားလုံခြုံ စိတ်ချရသောနေရာတွင်လည်း သိမ်းဆည်းသင့်သည်။

၉။ သောက်သုံးရေအတွက် သိုလှောင်သိမ်းဆည်းထားပြီး ကြာရှည် ခံသော အစားအသောက်များကို (၃)ရက်စာဆောင်ထားပါ။

၁၀။ အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အသုံးပြုရန် (၃)ရက်စာရိက္ခာ အပါအဝင်လိုအပ်သောအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကိုရေစိုခံ အိတ်ဖြင့်ထည့်၍ သယ်ယူရလွယ်ကူသည့်နေရာတွင်ပြင်ဆင် ထားပါ။

၁၁။ ရှေးဦးသူနာပြုစုနည်းကို လေ့လာထားရန်နှင့် လိုအပ်သော ဆေးဝါးနှင့် ကိရိယာများကိုဆောင်ထားပါ။

၁၂။ မိသားစုဝင်များကို ရေလွှမ်းမိုးမှုမဖြစ်မီ ဖြစ်နေစဉ်နှင့် ဖြစ်ပြီး နောက်အချိန်များတွင် ကြိုနိုင်မည့်သဘောတရားများနှင့် ကာကွယ်ရေးအစီအမံများကို ရှင်းလင်းပြောပြထားပါ။ ဘေး ကင်းခိုလှုံရာနေရာများနှင့်ပတ်သက်၍ အချက်အလက်များ မျှဝေထားပါ။

ရေလွှမ်းမိုးမှုမဖြစ်မီပြုမူလိုက်နာရန်

၁။ ရေဒီယို(သို့) ရုပ်မြင်သံကြား၊ တယ်လီဖုန်း၊ သတင်းစာများနှင့် ယုံကြည်စိတ်ချရသော သတင်းဌာနများမှ အဆက်မပြတ် ကြေညာ သ တီ ပေး နေ သော ရာ သီ ဥ တု အ စီ ရင် ခံ စာ နှင့် ရေ လွှမ်း မိုး နိုင် ခြင်း အ ခြေ အ နေ များ ကို အ ဆက် မ ပြတ် နားထောင်ပါ/ ဖတ်ပါ။

၂။ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သောရေထုထည်ရှိသည့်နေရာ(ဥပမာ-ပင်လယ် ကမ်းခြေ၊ ကမ်းစပ်ကဲ့သို့သောနေရာများ) ကို စွန့်ခွာပါ။

၃။ မြစ်ကမ်းနား သို့မဟုတ် ရေလွှမ်းမိုးမှုအန္တရာယ် ဖြစ်စေနိုင် သော နေရာအနီးတွင် နေထိုင်လျှင် လုံခြုံသောခိုလှုံရာနေရာ များ(သို့) မြင့်သော အရပ်သို့ပြောင်းရွှေ့ပါ။

၄။ မိမိ၏နေအိမ် အဆောက်အအုံများကို ရေနှင့်လေ မတိုးဝင် လာနိုင်အောင် ကာကွယ်ပါ။ (ဥပမာ- သဲအိတ်များ၊ ရေစိုခံ အထပ်သား နှင့် စီလီကွန်များကိုအသုံးပြုခြင်း)

၅။ အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် နာမကျန်းသူနှင့် အကူအညီ လိုအပ်သူများ၏ နေရာထိုင်ခင်းအတွက် (ဖြစ်နိုင်လျှင် ဆွေမျိုး နှင့် အသိမိတ်ဆွေတို့ထံတွင်) ကြိုတင်စီစဉ်ထားပါ။ တိရစ္ဆာန် များကိုလည်းဂရုစိုက်ပါ။

၆။ ပတ်ဝန်းကျင်ထိခိုက်ပျက်စီးမှုကိုကာကွယ်ရန် ဆီ၊ ဓာတုပစ္စည်း များ၊ အိမ်သုတ်ဆေးများ၊ အရောင်တင်ဆီ၊ ကြေးချွတ်ဆေး ပါဝင်သော ဆပ်ပြာမှုန့်နှင့် သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများအား ရေလွှမ်းမိုးနိုင်သော နေရာတွင် မထားပါနှင့်။

၇။ သင်၏ကားနှင့် မော်တော်ဆိုင်ကယ်များကိုရေလွှမ်းမိုးနိုင်သော ဧရိယာပြင်ပတွင်ရပ်ထားပါ။



ဓာတ်ပုံ - Frauke Kraas 2018



ဓာတ်ပုံ - Frauke Kraas 2018