

Ön Söz

Merhaba!

0. bölüme hoş geldiniz!

Bir dizi veya oyun, içerisinde *birden çoka* bölümler barındırır ve numaralandırılır. Bu kitabın dizideki sırası benim için *sıfır*. "0" noktası bireysel, evsel ve olağan durumları temsil ediyor. Dirençlilik dizisinin son kitabına vardığımızda toplumsal, küresel ve olağanüstü durumlar konusunda konuşmuş olacağız.

Kitabı elinize alıp bu sayfayı okumaya başladığınızda belki de "Neden böyle bir yolculuğa çıkıyoruz?", "Niçin bu yol?" sorularını soruyorsunuz. Toplumun *dirençliliğini* desteklemeye temelden; bireyden ve haneden başlamak gerekir. Adı hep afetlerle anılsa da dirençlilik için önce olağan durumları kontrol altına almalıyız. Doğru tabir: Alışkanlık hâline getirmek.

Yer çekimini keşfeden Isaac Newton'u duymuşsunuzdur, belki onun hareket yasalarını da. Bunlardan bir tanesi Etki-Tepki Yasası. Teknik açıklamalarını bir kenara bırakarak şöyle özetleyebilirim ki her etki eş değer bir tepkiyi doğurur. Özel ilgi alanı olmayanlar için bilgi yarışmalarında bir sonraki tura geçmeyi sağlayacak bu bilginin konumuzla alakası şu: Günlük rutinlerimizi icra ettiğimiz evlerimizde davranışlarımızın bize olumlu yahut olumsuz *getirileri* olur; güvenli davranış güvenli bir hayatı, savruk davranışlar kazaları beraberine *getirir*.

Bu kitapta ev kazaları *nerde, nasıl, kimin başına geliri* öğrendikten sonra bu kazalara giden yollardan ayrılan patikaları keşfedip her şeye rağmen karşı karşıya kaldığımızda üstesinden nasıl gelebileceğimizi öğreneceğiz. İki aşamalı olarak düşünürsek önce okuyarak beynin öğrenmesini, sonra uygulayarak bedeninin öğrenmesini sağlayacağız. Olağan durumlardaki kazanımlarımız olağanüstü durumlarla başa çıkabilme zeminini oluşturacak, bizlere *dirençlilik* kazandıracak.

İşte bu diziye başlama nedenim. Bu yolda birlikte sağlam adımlar atmak temennim.

Hadî şimdi bu kitapla ilk adımı atalım...

İçindekiler

6 Güvenli Limanımız

6 Çocuklar, özellikle de küçük çocuklar ev kazalarını neden daha fazla yaşar?

8 Yaşlılar ve engelli bireyler neden ev kazalarıyla karşı karşıya kalırlar?

10 Evcil hayvanlar neden ev kazalarıyla karşı karşıya kalır?

12 Kaza "Geliyorum!" Der mi?

14 Doğru Bildiğimiz Yanlışlar

15 Kazaların en çok meydana geldiği "o zaman"lar ve "o an"lar

16 "Telaşlanma!", "Dikkatin Dağılmasın!", "Dikkat et!" demesi kolay. Pekî, nasıl olacak bu iş?

17 Kaza Evimizde Nerelerde Bulur Bizi?

17 Oturma Odası

18 Banyo ve Tuvalet

19 Mutfak

20 Çocuk Odası

22 Depo, Garaj ve Atölye

23 Düşme ve Çarpma

23 Ne Olur?

24 Ne Yapmalı, Ne Yapmamalı?

25 Ne Yapılır,

25 Ne Yapılmaz?

26 Boğulma

26 Ne Olur?

27 Ne Yapmalı, Ne Yapmamalı?

28 Boğulma ve Yetişkinlerde Heimlich Manevrası

30 Boğulma ve Bebeklerde Heimlich Manevrası

32 Yanma

32 Ne Olur?

33 Ne Yapmalı, Ne Yapmamalı?

34 Ne Yapılır, Ne Yapılmaz?

35 Elektrik Çarpması

35 Ne Olur?

36 Ne Yapmalı, Ne Yapmamalı?

37 Ne Yapılır, Ne Yapılmaz?

38 Zehirlenme

38 Ne Olur?

39 Ne Yapmalı, Ne Yapmamalı?

40 Ne Yapılır, Ne Yapılmaz?

42 Evde Kimyasal Madde Kullanımı

44 Kaza Ajanları

46 Kimyasal Zehirlenme

48 Kimyasal Yanıklar için İlk Yardım Tedavisi

50 Kimyasal Kazaları Önlemek için Alınacak Tedbirler

53 Aile Afet ve Acil Durum Planı

60 Kimyasal Madde Sembolleri

62 Evde Güvenli Adımlar