|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG TIỂU HỌC KIM LIÊN****TỔ TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG** | **NHẬT KÍ TƯ VẤN HỌC ĐƯỜNG****Tư vấn tập trung** |

**BÀI TƯ VẤN THÁNG 4**

**TƯ VẤN CÁCH THOÁT HIỂM KHI CÓ HỎA HOẠN**

**(Thực hiện trong tiết HĐTN Sinh hoạt lớp)**

Kính thưa các thầy cô giáo cùng toàn thể các em học sinh thân mến, như chúng ta biết hiện nay trường ta đã được đầu tư cơ sở vật chất mới và được cải tạo lại với quy mô, các trang thiết bị và tiện nghi học tập, sinh hoạt tương đối đầy đủ, hoàn thiện. Trường học là nơi tập trung số lượng lớn học sinh, giáo viên, cán bộ, nhân viên phục vụ, một khối lượng lớn cơ sở vật chất kỹ thuật để thực hiện và phục vụ quá trình học tập, sinh hoạt. Chất dễ cháy trong trường học như: bàn ghế, đồ chơi, đồ dùng dạy học, thiết bị điện tử, chăn, giường chiếu, quần áo...; Chất dễ bắt cháy như xăng trong khu vực nhà xe... Việc trang bị những kiến thức về PCCC là điều hết sức cần thiết.

**1. Nguyên nhân:**

Nguyên nhân gây cháy chủ yếu vẫn do sự cố hệ thống điện và thiết bị điện; do vi phạm, sơ suất trong quá trình sử dụng lửa trần, xăng dầu, khí đốt, hóa chất…mỗi tháng có hàng trăm vụ cháy nổ diễn ra. Để hạn chế tối đa cháy nổ và những thiệt hại do cháy nổ thì mỗi người dân trong đó có các thầy cô và các em cần hiểu rõ và chấp hành tốt Luật Phòng cháy, chữa cháy đồng thời thực hiện tốt các biện pháp phòng cháy chữa cháy cơ bản, có kỹ năng thoát nạn khi cháy nổ xảy ra.

**2. Kỹ năng thoát nạn khi có cháy, nổ xảy ra:**

Kỹ năng 1: Khi ngửi thấy mùi khét hoặc trông thấy khói, lửa hay thấy chuông, đèn báo cháy mà không có người lớn bên cạnh thì các em phải tìm cách nhờ gọi ngay cho các chú lính cứu hỏa theo số điện thoại là 114.

Kỹ năng 2: Khi xảy ra sự cố về cháy, nổ ở trường học hay ở nhà, các em phải bình tĩnh làm theo sự chỉ dẫn của các thầy cô hay người lớn trong gia đình.

Kỹ năng 3: Nhớ rằng không những lửa mà khói và hơi khí độc cũng có thể dẫn đến tử vong. Để tránh bị ngạt khói, các em di chuyển ra ngoài bằng cách bò sát mặt đất, bịt khăn hoặc vải thấm nước lên miệng, mũi. Hãy khoác thêm một chiếc áo được nhúng nước nếu có thể (trong khi bò nên bò theo men bờ tường để tìm lối thoát nạn một cách nhanh nhất).

Kỹ năng 4: Khi thoát ra ngoài phòng, các em hãy bình tĩnh di chuyển thoát nạn theo đường cầu thang bộ theo sự hướng dẫn của thầy cô hay người lớn. Đối với các trường học hay nhà ở mà có thang máy thì các em không được sử dụng để thoát nạn (vì khi xảy ra sự cố cháy, nổ nguồn điện sẽ bị cắt nên thang máy sẽ bị dừng lại bất cứ khi nào, dễ dẫn đến bị kẹt và ngạt khí gây tử vong).

Kỹ năng 5: Trong trường hợp ngọn lửa bùng phát, khói, khí độc bao trùm cả hành lang và không thể thoát ra ngoài, hãy lấy vải ướt bịt chặt các khe cửa.

 Kỹ năng 6: Sau đó, các em di chuyển ra ngoài ban công, cửa sổ và gọi to hoặc dùng khăn, áo, mũ để ra hiệu cầu cứu và tuyệt đối không được nhảy xuống dưới.

Kỹ năng 7: Nếu có lực lượng đến cứu, các em cần phải bình tĩnh làm theo hướng dẫn của người lớn.

Kỹ năng 8: Trong trường hợp không thể ra cửa sổ hoặc ban công để cầu cứu thì các em chui xuống bàn học, gầm giường nằm sát xuống sàn nhà để tránh ngạt khói và đây cũng là nơi đầu tiên những người lính cứu hỏa chú ý đến khi tìm kiếm những người còn kẹt lại trong một vụ hỏa hoạn.

Kỹ năng 9: Trong trường hợp quần áo bị bén lửa các em phải dừng lại, nằm xuống và lăn người qua lại hoặc lăn tròn để làm tắt ngọn lửa.

Kỹ năng 10: Khi xảy ra cháy, nổ tại những nơi tập trung đông người (trung tâm thương mại, siêu thị, rạp chiếu phim…) việc đầu tiên các em cần phải thật bình tĩnh tìm cách hoặc tuân theo sự chỉ dẫn của người lớn thoát ra khỏi tòa nhà qua các lối thoát nạn thông thường cầu thang bộ, nơi có đèn EXIT - LỐI RA là lối ra thoát nạn an toàn nhất. Tuyệt đối không được chen lấn, xô đẩy trong quá trình thoát nạn và không sử dụng thang máy trong quá trình thoát nạn. Trong trường hợp chưa thể tiếp cận được các lối ra thoát nạn an toàn thì phải tìm những vị trí lánh nạn tạm thời như ban công hay của sổ mà ở đó chưa bị ngọn lửa hay khói, khí độc đe dọa để chờ các chú lính cứu hỏa đến trợ giúp (tuyệt đối không được nhảy xuống trừ khi có đệm không khí, lưới ở dưới và được các chú lính cứu hỏa hướng dẫn).

Trên đây là một số kỹ năng thoát nạn khi có cháy, nổ xảy ra. Đề nghị các đồng chí CBQL, GV, NV và học sinh trong nhà trường nghiêm túc thực hiện và nắm được kĩ năng PCCC đạt hiệu quả cao.

**Thay mặt tổ tư vấn**

**Vũ Thị Hương**