

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਬਚਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਕੇ

ਬਚਾਅ ਯੋਜਨਾ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਚਾਅ ਯੋਜਨਾ

ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਬਚਾਅ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਚਰਚਾ ਕਰੋ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?

ਇਕੱਠੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬੁਸ਼ਫਾਇਰ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋ?

www.esa.act.gov.au/bushfire-prone-areas
'ਤੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮੌਸਮੀ ਹਲਾਤ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖੋਗੇ?

ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਹਲਾਤ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਘਰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਜਾਵੇ?

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਕੀ ਰੱਖੋਗੇ?

- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਹੋਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਹੈ
- ਹੋਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਦੀ ਸੂਚੀ (ਚੈਕਲਿਸਟ) ਨੂੰ esa.act.gov.au ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।



ਕੈਨਬਰਾ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ACT ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਰਵਿਸ, ACT ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ, ਐਕਟ ਰੂਰਲ ਫਾਇਰ ਸਰਵਿਸ ਅਤੇ ACT ਸਟੇਟ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸ ਮਿਲਕੇ ACT ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਏਜੰਸੀ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਗੀਆਂ।



esa.act.gov.au/be-emergency-ready



Be Emergency Ready

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਕਦੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ?



ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੁਸਫਾਇਰ (ਔਰ ਲੱਗਣ) ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰੋਗੇ

ਬੁਸਫਾਇਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ACT ਧਰਾਤਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਲਣਸ਼ੀਲ ਬਨਸਪਤੀ, ਲੰਬੀ, ਤਪਸ਼ਦਾਰ ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਸੋਕੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਿਲ ਕੇ ਬੁਸਫਾਇਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਕਾਰ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਾਣਾ

ਰਹਿਣਾ



ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰੋਗੇ "

ਗਰਮੀ ਦੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਿਮਾਰੀ, ਗੰਭੀਰ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਗਰਸਤ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗਰਮ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਵਧੇਰੇ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਾਣਾ

ਰਹਿਣਾ



ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ

ਭਾਰੀ ਤੂਫਾਨ ਵੱਡਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮੋਹਲੇਧਾਰ ਬਾਰਸ਼, ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ, ਵੱਡੇ ਗੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਇੱਕੋ ਦਮ ਹੜ੍ਹ, ਇਮਾਰਤਾਂ ਤੋਂ ਛੱਤਾਂ ਭੰਨ ਅਤੇ ਦਰੱਖਤਾਂ ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਾਣਾ

ਰਹਿਣਾ



ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੜ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰੋਗੇ

ਤੀਬਰ ਸਥਾਨਕ ਬਾਰਸ਼ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਹੜ੍ਹ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ, ਨਦੀ, ਵੱਡੇ ਤੂਫਾਨ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਿਕਾਸੀ ਵਾਲੇ ਨਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਂ ਨੀਵੇਂ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੜ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਾਣਾ

ਰਹਿਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਓਗੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਪਾਲਤੂਆਂ ਲਈ ਵੀ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੇ ਤਕ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ?

ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣੋਗੇ ਕਿ ਵਾਪਸ ਆਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?





ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਘਰ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਕਰੋਗੇ?
ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੀ ਪਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ

ਘਰ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ	ਇਹ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ	ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ
ਪੱਤੇ, ਟਹਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਕੱਢ ਕੇ ਗਟਰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੋ।		<input type="checkbox"/>
ਲੱਕੜ ਦੇ ਵੱਡੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਪਰਾਂ ਹਟਾਓ।		<input type="checkbox"/>
ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਉਪਰ ਲਟਕਦੀਆਂ ਦਰੱਖਤ ਦੀਆਂ ਟਹਿਣੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਟ ਦਿਓ।		<input type="checkbox"/>
ਘਾਹ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛਾਂਟਿਆ ਅਤੇ ਸਿੰਜਿਆ ਰੱਖੋ।		<input type="checkbox"/>
ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਫ਼ਰਸ਼ ਦੇ ਹੇਠਲੀ ਥਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।		<input type="checkbox"/>
ਸਾਰੇ ਪਾੜੇ, ਨਿਕਾਸ ਰਸਤੇ ਅਤੇ ਛੱਤ ਵਿਚਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰੋ।		<input type="checkbox"/>
ਘਰ ਦੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ ਲਗਾਓ, ਨਿਕਾਸ ਥਾਂ ਦਾ ਮੂੰਹ ਇਮਾਰਤ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਦਰੱਖਤਾਂ ਅਤੇ ਬਗੀਚਿਆਂ ਤੋਂ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਹੋਵੇ।		<input type="checkbox"/>
ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿਕਾਸਾਂ 'ਤੇ ਮੈਟਲ ਦੇ ਫਲਾਈ ਸਕਰੀਨ(ਧਾਂਤ ਦੀ ਮੱਖੀਆਂ ਤੋਂ ਜਾਲੀ) ਲਗਾਓ।		<input type="checkbox"/>
ਮੈਟਲ ਗਟਰ ਗਾਰਡ ਲਗਾਓ।		<input type="checkbox"/>
ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਚੁਕਵਾਂ ਘਰ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਲਈ ਬੀਮਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਰਾਬ ਮੌਸਮ ਪਰਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਵੀ ਬੀਮਾ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ।		<input type="checkbox"/>

ਮੇਰਾ ਬੀਮਾ

ਕਸਿਮ	ਬੀਮਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ	ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ	ਪਾਲਿਸੀ ਨੰਬਰ
ਘਰ ਅਤੇ ਸਾਮਾਨ			
ਸਹਿਤ			
ਕਾਰ			
ਜੀਵਨ / ਆਮਦਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ			
ਹੋਰ			



ਜਾਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ	ਇਹ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ	ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕੌਂਟ ਵੱਲੋਂ ਅੰਤਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਮਝ ਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ, ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਚੀਆਂ, ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਚਾਰਜਰ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਲਈ ਪਾਣੀ।		<input type="checkbox"/>
ਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸਮਾਨ ਰੱਖੋ, ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵੱਧ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਟੀਆਂ, ਕਾਰਡ, ਕੁੰਜੀਆਂ, ਬੈਂਕਾਈਡ, ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਬੀਮੇ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ (ਇਹ USB ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਫੈਲਟ ਵਾਲੀ ਫਾਈਲ ਵੱਲੋਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ)।		<input type="checkbox"/>
ਗੈਸ ਸਪਲਾਈ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ।		<input type="checkbox"/>
ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਹਰੇਕ ਨੇ ਸੁਰੱਖਿਅਕ ਕਪੜੇ - ਲੰਬੇ ਪੈਂਟ, ਲੰਬੀ ਬਾਂਹ ਵਾਲੀਆਂ ਕਮੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਜੁੱਤੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਮੜੇ ਦੇ ਬੂਟ ਪਹਿਨੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਕੱਪੜੇ ਢੁੱਲੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਰੇਸ਼ਮ ਤੋਂ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁੱਧ ਉੱਨ, ਭਾਰੀ ਕਪਾਹ ਦੀ ਮਸ਼ਕ ਜਾਂ ਡੈਨਿਮ। ਸਥਿਟਿਕਸ ਨਾ ਪਹਿਨੋ।		<input type="checkbox"/>
ਆਪਣੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ।		<input type="checkbox"/>
ਸਾਰੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਖੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਲਗਾ ਦਿਉ।		<input type="checkbox"/>
ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਦੇ ਜਾਂ ਐਕਸੈਸ ਗੇਟ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਛੱਡ ਦਿਉ।		<input type="checkbox"/>
ਆਪਣੇ ਮੁਢਲੇ ਟਿਕਾਣੇ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋ।		<input type="checkbox"/>
ਆਪਣੇ ਬੈਕ-ਅਪ(ਇਸਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ) ਟਿਕਾਣੇ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋ।		<input type="checkbox"/>
ਪਸ਼ੂ ਧਨ ਨੂੰ ਕਮਿ ਵੱਡੇ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਡਿਆਲੀ ਤਾਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵੱਲੋਂ ਲਜ਼ਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਬਠਿਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।		<input type="checkbox"/>
ਨਹੀਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਰੇਕ ਵਧਿਕਤੀ ਦੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂਆਂ ਲਈ ਖੜਿੱਕੀਆਂ ਨੂੰ ਪੈਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਰੱਖੋ।		<input type="checkbox"/>
ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਗੈਰੇਜ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਪੱਛੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਗੈਰੇਜ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਵੇਅ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਸੜਕ ਦੇ ਕਨਿਚਰੇ ਖੜਕੀ ਕਰੋ।		<input type="checkbox"/>
ਉਸ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਸ ਪਾਸ, ਡੈਕ ਤੋਂ, ਵਰਾਂਡਾ ਅਤੇ ਪਰਗੋਲਾ ਵੱਲੋਂ ਹਟਾਓ ਜੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵੱਲੋਂ ਮੈਟ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਫਰਨੀਚਰ ਸਮਝ ਹਨ।		<input type="checkbox"/>



ਅੱਗ ਦੇ ਵੱਧ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਫ਼ੀ ਪੈਟਰੋਲ ਜਾਂ ਫ਼ਯੂਲ (ਈਧਣ) ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਰੁਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ।
- ਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਈਵਵੇਅ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਨਿੱਕਲਣ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਖੜਕੀਆਂ ਕਰੋ।
- ਜਲਣਸ਼ੀਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਬਕਸੇ, ਡੋਰ ਮੈਟ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਡੈੱਕ ਅਤੇ ਵਰਾਂਡਾ ਤੋਂ ਹਟਾਓ।



ਰੱਖੋ

ਕਿਹੜੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?
ਸਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ।

ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ

ਨਾਮ	ਕੰਮ	ਮੋਬਾਈਲ

ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਨਾਮ	ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਨੰ.	ਸੈਟਰਲੈਕ ਐਨ.ਪੀ.	ਪਾਸਪੋਰਟ ਨੰਬਰ	ਟੈਕਸ ਫਾਈਲ ਨੰ.	ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਨੰ.	ਕਾਰ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ

ਘਰੇਲੂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਕਸਿਮ	ਕੰਪਨੀ	ਖਾਤਾ / ਮੈਂਬਰ ਨੰ.	ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ
ਬਜਿਲੀ			
ਗੈਸ			
ਪਾਣੀ			
ਫੋਨ			
ਇੰਟਰਨੈੱਟ			
ਰੇਡਸਾਈਡ ਅੱਸੀਸਟੈਂਸ (ਸੜਕ ਕਨਿਾਰੇ ਸਹਾਇਤਾ)			
ਹੋਰ			



ਮੇਰਾ ਸਪੋਰਟ ਨੈੱਟਵਰਕ

ਟਕਿਣਾ	ਨਾਮ	ਰਸ਼ਿਤਾ	ਫ਼ੋਨ	ਪਤਾ
	ਸਥਾਨਕ			
	ਸਥਾਨਕ			
	ਸਥਾਨਕ			
	ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ			
	ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ			
	ਹੋਰ			

ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਵਿਕਲਪਿਕ ਥਾਂਵਾਂ

ਨਾਮ	ਫ਼ੋਨ	ਪਤਾ

ਮੇਰੇ ਜਾਨਵਰ

ਨਾਮ	ਨਸਲ	ਮਾਈਕ੍ਰੋਚਿੱਪ ਨੰ.	ਵੈੱਟ / ਕੇਨੇਲ ਸੰਪਰਕ	ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ	ਲੋੜੀਂਦੇ ਉਪਕਰਣ



ਸੂਝਾਅ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸੋਚਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਖਾਣਾ, ਪਹਿਚਾਣ, ਦਵਾਈ, ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਮੇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ।

ਮੇਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ / ਸੇਵਾ	ਨਾਮ	ਫੋਨ	ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੰਪਰਕ	ਪਤਾ
ਡਾਕਟਰ				
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਭਿਗ ਵਾਲਾ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ				
ਕੈਮਿਸਟ				
ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ				
ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ				
ਮਾਹਰ				
ਹੋਰ				



ਸੁਝਾਅ

ਡਾਕਟਰੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਪਰਣਾਲੀ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਅੜਿੱਕੇ ਵਿਚ ਹੋਵੋ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਪਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਫੋਨ ਲਾਈਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਬੈਕ-ਅਪ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਜਾਂ ਪੇਜਰ, ਜੋ ਲੈਂਡਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਪਲਾਈ

ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਜਕਲ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ ਦਾ ਨਾਮ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੋ

ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਰਿਆਇਤ ਕਾਰਡਾਂ, ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਲਿਖੇ ਨੁਸਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਜੋੜਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਡਾਕਟਰ ਲਿਖਤ ਨੁਸਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੈਮਿਸਟ ਕੋਲ ਛੱਡੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਪਛਾਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿਚ ਦਵਾਈ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਵਿਚ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਆਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆ	ਦਵਾਈ / ਉਪਕਰਣ	ਖੁਰਾਕ / ਕਸਿ ਸਮੇਂ ਲੈਣੀ ਹੈ	ਦਵਾਈ ਲਿਖਣ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ (ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਲਿਖੋ)	ਘਰ ਵੱਲੋਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਥਾਂ



ਸੁਝਾਅ

ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਕਾਇਦਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਪਕਰਣ (ਵਹੀਲਚੇਅਰ, ਐਨਕਾਂ, ਕੰਨਾਂ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ) ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ (ਵਹੀਲਚੇਅਰ ਦੇ ਟਾਇਰ ਲਈ ਪੈਚ ਕਿੱਟ ਜਾਂ ਵਾਯੂ ਬੈਟਰੀਆਂ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਰਿਕਵਰੀ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਪੈਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 'ਹੋਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ' ਚੈਕਲਿਸਟ ਵੇਖੋ।

ਮੇਰੇ ਗੁਆਂਢੀ

ਨਾਮ	ਕੰਮ	ਮੋਬਾਈਲ

ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨੰਬਰ

ਨਾਮ	ਕੰਮ	ਮੋਬਾਈਲ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ, ਐਂਬੂਲੈਂਸ	000	ਤੂਫਾਨ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹ	132 500
		ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ	12 11 26

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵੈੱਬਸਾਈਟ	esa.act.gov.au	ਕੈਨਬੇਰਾ ਪਹੁੰਚੇ	13 22 81
ਫੇਸਬੁੱਕ	@actemergencyservicesagency	ਲਾਈਵ ਟ੍ਰੈਫਿਕ	livetraffic.com
ਟਵੀਟਰ	@ACT_ESA	ਸਥਾਨਕ ਰੇਡੀਓ	ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਰੇਡੀਓ ਸਟੇਸ਼ਨ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ (ਫਰੇਕੁਏਂਸੀ) ਕੀ ਹੈ?

ਕੈਨਬਰਾ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ACT ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਰਵਿਸ, ACT ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ, ਐਕਟ ਰੂਰਲ ਫਾਇਰ ਸਰਵਿਸ ਅਤੇ ACT ਸਟੇਟ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸ ਮਿਲਕੇ ACT ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਏਜੰਸੀ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਗੀਆਂ।



esa.act.gov.au/be-emergency-ready



Be Emergency Ready