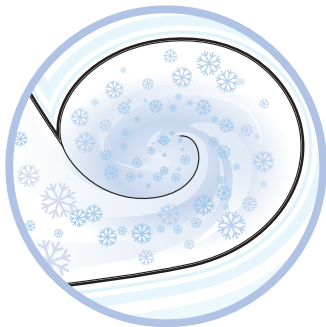
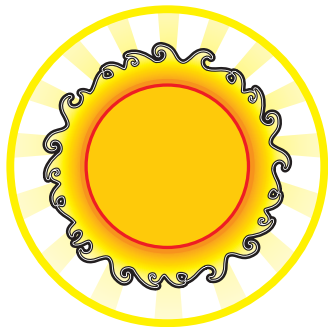




Emergency Preparedness Guide



brampton.ca

BRAMPTON
Flower City



ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਆਫਿਸ (BRAMPTON EMERGENCY MANAGEMENT OFFICE) (ਬੀ.ਈ.ਐਮ.ਓ.) (BEMO)

ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਭਾਈਚਾਰਾ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਬੀ.ਈ.ਐਮ.ਓ. (BEMO) ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਲਈ ਵਿਆਪਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਈ.ਐਮ.ਓ. (BEMO) ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਜਨਤਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਕਾਰੋਬਾਰ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਡਰਿੱਲਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਸਵੈਇੱਛੁਕਾਂ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ (ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ) ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਈ.ਐਮ.ਓ. (BEMO) ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ, ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਜਾਂ ਸਵੈਇੱਛੁਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਤਿਆਰੀ ਸਿਖਲਾਈ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏ, ਬੀ.ਈ.ਐਮ.ਓ. (BEMO) ਨੂੰ 905.874.2911 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਕਿੱਟ ਰੱਖੋ

72 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ

ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਆਫਿਸ ਵਿਆਪਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਵਿੱਚ ਜੁਟਣ ਲਈ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਭਾਈਚਾਰਾ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਨੀਝ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ, ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸਿਟੀ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਤੁਰੰਤ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ 72 ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਖੁਦ ਦੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਅਜਿਹੇ ਉਪਾਅ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਅਪਨਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਗਾਈਡ ਕਿਸੇ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ, ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ



ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਪੰਨਾ 3



ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਪੰਨਾ 11



ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਰੱਖੋ

ਪੰਨਾ 14



ਜਿਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ
ਲੋੜ ਹੈ

ਪੰਨਾ 19

ਮੰਗ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਕਲਪਿਕ ਫੋਰਮੈਟ ਉਪਲਬਧ ਹਨ



BRAMPTON
Flower City



ਜੇਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੇ

ਮੌਸਮ-ਸਬੰਧੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ

ਤੀਬਰ ਮੌਸਮ

ਤੀਬਰ ਮੌਸਮ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਦੇ ਵੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਜਿਹਨਾਂ ਤੀਬਰ ਮੌਸਮ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਤੇਜ਼ ਹਵਾ, ਭਾਰੀ ਬਰਫ਼ਬਾਰੀ, ਬੇਹੱਦ ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਸਰਦੀ, ਫ਼੍ਰੀਜ਼ਿੰਗ ਵਰਖਾ, ਤੀਬਰ ਤੂਫ਼ਾਨ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹ।

ਐਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟ ਕੈਨੇਡਾ (Environment Canada) ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਖੁਦ ਦੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਸੰਕਟ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਜਾਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਨਤਕ ਸੰਕਟ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਬੁਲੇਟਿਨ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਐਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਮੌਸਮ (ਵੈਦਰ) ਰੇਡੀਓ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਵੈਬਸਾਈਟ - www.ec.gc.ca/meteo-weather ਰਾਹੀਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਕਟ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਰ ਮੌਸਮ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਅਤੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਮੌਸਮ ਸਬੰਧੀ ਖ਼ਾਸ ਬਿਆਨ

ਸੰਕਟ ਸੂਚਨਾ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਪ੍ਰਕਾਰ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਫ਼ਿਕਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਿਗਰਾਨੀ

ਮੌਸਮ ਸਬੰਧੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਜੋ ਤੂਫ਼ਾਨ ਜਾਂ ਤੀਬਰ ਮੌਸਮ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਫ਼ਿਕਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

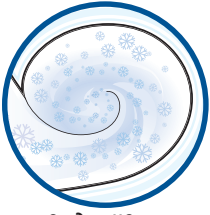
ਚਿਤਾਵਨੀ

ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸੁਨੇਹਾ ਕਿ ਤੀਬਰ ਮੌਸਮ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਪਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਵਾਪਰਣਗੀਆਂ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਗਰਮੀ ਦੀ ਇੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਕਟ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਕੂਲਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਅਤੇ ਪੂਲਸ ਅਤੇ ਸਪਲੈਸ਼ ਪੈਡਸ ਵਿਖੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।



ਬੇਹੱਦ ਠੰਡਾ ਮੌਸਮ

ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਵਿੱਚ ਸਰਦੀ ਸਬੰਧੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਰਫ਼, ਗੜੇ, ਫ੍ਰੀਜ਼ਿੰਗ ਵਰਖਾ ਅਤੇ ਬੇਹੱਦ ਠੰਡਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੇਹੱਦ ਠੰਡਾ ਕਾਫੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਡਾ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਟੌਤੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਰਹਿਣ ਲਈ ਵਾਰਮਿੰਗ ਸੈਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।
ਇਹ ਕਰੋ:

- ਪਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇ – ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ
- ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਓ, ਤਾਂ ਗਰਮੀ ਲਈ ਹਰੇਕ ਦਸ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਮੋਟਰ ਚਲਾਓ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖਿੜਕੀ ਖੋਲ੍ਹੋ। ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਤਾ ਲਈ ਕਾਰ ਨਾਲ ਇੱਕ ਚਮਕੀਲਾ ਕੱਪੜਾ ਬੰਨ੍ਹੋ

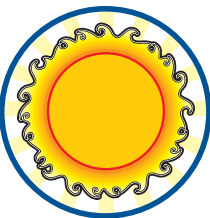
ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਬਾਹਰ ਨਾ ਜਾਓ ਜਾਂ ਵਾਹਨ ਨਾ ਚਲਾਓ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਪੈਦਲ ਚੱਲ ਕੇ ਘਰ ਨਾ ਜਾਓ, ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਸਰਦੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਬਾਲਣ, ਖਾਣ-ਲਈ-ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ, ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟਾਂ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਰੇਡੀਓ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।



ਗਰਮ ਹਵਾਵਾਂ

ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ।

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ - ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ
- ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹੋ
- ਪਤਲੇ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ
- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ ਜਾਂ ਠੰਡੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੂਰਾ ਭਰ ਕੇ ਰੱਖੋ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਜਦੋਂ ਬਾਹਰ ਬੇਹੱਦ ਠੰਡਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੱਧ ਮਿਹਨਤ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾ ਕਰੋ – ਦੌੜੋ ਨਾ, ਸਾਈਕਲ ਨਾ ਚਲਾਓ ਜਾਂ ਬਗੀਚੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ
- ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਉੱਚ-ਕੈਫੀਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ ਪਦਾਰਥ ਨਾ ਪੀਓ
- ਉੱਚ-ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ ਨਾ ਖਾਓ



ਜੇਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੇ

ਹੜ੍ਹ



ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹ ਆਉਣਾ ਆਮ ਹੈ। ਬਰਫ ਪਿਘਲਣ 'ਤੇ, ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਇਕੱਠਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਤੂਫਾਨ ਬਿਨਾਂ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਹੜ੍ਹ ਆਉਣ, ਨਦੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਛਲਕਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੀਵਰਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੜ੍ਹ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:

- ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਪਿਘਲਣ ਵਾਲੀ ਬਰਫ ਦੇ ਨਿੱਕਲਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਕੈਚ ਬੇਸਿਨਾਂ (ਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ) ਵਿੱਚ ਮਲਬਾ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਹੜ੍ਹ ਨਾਲ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਹੈ
- ਤਾਜ਼ਾ ਸੂਚਨਾਵਾਂ (ਅੱਪਡੇਟਾਂ) ਲਈ ਰੇਡੀਓ, ਟੀ.ਵੀ. (TV) ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਹੜ੍ਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

- ਨਦੀਆਂ, ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਨੀਵੇਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਕਾਲ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ 3-1-1 'ਤੇ ਕਰੋ
ਜਾਂ 311@brampton.ca 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ
- ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪੀਓ ਨਾ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਕੱਪੜੇ ਨਾ ਧੋਵੋ
- ਉਹਨਾਂ ਨਦੀਆਂ ਅਤੇ ਖਾੜੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹ ਆਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੋ
- ਹੜ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਪੈਦਲ ਨਾ ਚੱਲੋ ਜਾਂ ਵਾਹਨ ਨਾ ਚਲਾਓ – ਇਕੱਠਾ ਹੋਇਆ ਪਾਣੀ ਪਗਡੰਡੀਆਂ ਅਤੇ ਗਲੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਬੰਦ ਇਮਾਰਤਾਂ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਨਾ ਹੋਵੋ

ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬਿਜਲੀ ਸਬੰਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ:

- ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਜਾਓ, ਜਿੱਥੇ ਪਾਣੀ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਆਉਟਲੈਟਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਕਦੇ ਵੀ ਬਿਜਲੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਦੀ ਲੰਘਣਾ ਪਵੇ
- ਪਾਵਰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਾਈਡ੍ਰੋ ਵਨ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ (Hydro One Brampton) ਨੂੰ 905.840.6300 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਹੜ੍ਹ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ:

- ਬੂਰ ਅਤੇ ਰਿਸਾਉ ਦੇ ਲੰਮੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਜੇਖਮਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫਾਈ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ
- ਹੜ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਗਲੀਆਂ 'ਤੇ ਪੈਦਲ ਨਾ ਚੱਲੋ ਜਾਂ ਵਾਹਨ ਨਾ ਚਲਾਓ



ਤੂਫਾਨ

ਤੂਫਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:

- ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ
- ਆਪਣਾ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ (ਸੈਲਟਰ) ਖੇਤਰ ਚੁਣੋ: ਕਿਸੇ ਇਮਾਰਤ, ਤਹਿਖਾਨੇ (ਬੇਸਮੈਂਟ) ਜਾਂ

ਤੂਫਾਨ ਸੈਲਰ ਵਿੱਚ ਅੰਦਰਲੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਜੋ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਵੇ

- ਬੈਟਰੀ-ਪਾਵਰ ਵਾਲੇ ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ
- ਟਹਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰੋ
- ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਕਾਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ
- ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ) ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ
- ਤਾਜ਼ਾ ਸੂਚਨਾਵਾਂ (ਅੱਪਡੇਟਾਂ) ਲਈ ਰੇਡੀਓ, ਟੀ.ਵੀ. (TV) ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ

ਤੂਫਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ:

- ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਜਾਂ ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਏ ਜਾਂ ਉਹ ਫਸ ਜਾਣ ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
- ਵਿਕਰਿਤ (ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚੇ ਹੋਏ) ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ
- ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਜਾਂ ਵਿਕਰਿਤ ਪਾਵਰ ਲਾਈਨਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ ਅਤੇ 9-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
- ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਸੀਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਪਾਈਪਾਂ ਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ 3-1-1 'ਤੇ ਕਰੋ
- ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ – ਤੂਫਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਲਬਾ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਪਾਵਰ ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਧੋਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਪੁਲ ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਨੂੰ ਖਤਰਨਾਕ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ



ਝੱਖੜ

ਝੱਖੜ ਉੱਚ-ਗਤੀ ਦੀਆਂ ਹਵਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੱਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਕਾਲੇ ਬੱਦਲਾਂ ਜਿਹੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੀਬਰ ਤੂਫਾਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਖਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤਹਿਖਾਨੇ (ਬੇਸਮੈਂਟ) ਵਿੱਚ ਜਾਓ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਜਾਓ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸੜਕ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੱਕ ਲੈ ਜਾਓ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਖਿੜਕੀਆਂ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਜਾਓ
- ਹਾਈਡ੍ਰੋ ਪੋਲਸ ਜਾਂ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਖੜ੍ਹੇ ਨਾ ਹੋਵੋ
- ਬਾਹਰ ਨਾ ਜਾਓ
- ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਪਕਰਨ ਨੂੰ ਨਾ ਛੋਟੋ



ਜੇਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ



ਪਾਵਰ ਫੇਲ ਹੋਣਾ

ਪ੍ਰਚੰਡ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਪਾਵਰ ਫੇਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹਾਈਡ੍ਰੋ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੜਬੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟਾਂ ਵਿੱਚ ਫਲੈਸਲਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀਆਂ ਹੋਣ।

ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਉਪਾਅ:

- ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ
- ਸਰਦੀ ਵਿੱਚ ਕੰਬਲਾਂ ਅਤੇ ਭਾਰੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਨਿੱਘੇ ਰਹੋ
- ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਫਲੈਸਲਾਈਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸੂਚਨਾਵਾਂ (ਅੱਪਡੇਟਾਂ) ਅਤੇ ਖਬਰਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ
- ਇੱਕ ਬੈਕ-ਅੱਪ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੂੰਏਂ ਵਾਲੇ ਅਲਾਰਮ ਅਤੇ ਕਾਰਬਨ ਮੋਨੋਆਕਸਾਈਡ ਅਲਾਰਮ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ

ਪਾਵਰ ਫੇਲ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ:

- ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕਾਰਨ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੇ ਪਲੱਗ ਹਟਾ ਦਿਓ
- ਪੋਰਟੇਬਲ ਜੈਨਰੇਟਰ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ-ਹਵਾਦਾਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਰਤੋ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਉੱਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਨੇੜੇ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨਾ ਜਲਾਓ, ਜੋ ਜਲ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਲ ਨਾ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨੂੰ ਜਲਦਾ ਨਾ ਛੱਡੋ
- ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਦੀ ਖਬਰ ਰੱਖੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਕਟੌਤੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਰਿਜ਼ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਵਸਤਾਂ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।



ਭੁਚਾਲ

ਭੁਚਾਲ ਤੀਬਰ ਅਤੇ ਅਚਨਚੇਤ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ, ਇਮਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹੋ
- ਮਜ਼ਬੂਤ ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲੁਕ ਜਾਓ
- ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਕਿਸੇ ਹਿੱਲਦੀ ਹੋਈ ਇਮਾਰਤ ਤੋਂ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਭਵਨਾਂ ਜਾਂ ਹਾਈਡ੍ਰੋ ਤਾਰਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਜਾਓ
- ਭੁਚਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਜਾਓ, ਅਜੇ ਵੀ ਝਟਕੇ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ



ਅੱਗ

ਅੱਗ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਕੋਲ ਇੱਕ ਘਰੋਂ ਪਲਾਇਨ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਮੰਜਲ 'ਤੇ ਇੱਕ ਧੁੰਢੇ ਵਾਲਾ ਅਲਾਰਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ

ਉਸ ਮੰਜਲ 'ਤੇ ਇੱਕ ਕਾਰਬਨ ਮੋਨੋਆਕਸਾਈਡ ਡਿਟੈਕਟਰ ਲੱਗਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਸੌਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਸਾਲ ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਬਦਲੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਘਰੋਂ ਪਲਾਇਨ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

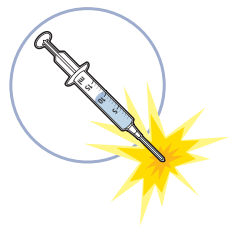
ਮਾਚਸਾਂ, ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅੱਗ ਸਬੰਧੀ ਉਪਕਰਨਾਂ (ਫਾਇਰ ਡਿਵਾਇਸਾਂ) ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਸਮੇਤ ਸਭ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾਓ
- ਹੇਠਲੀ ਮੰਜਲ 'ਤੇ ਰਹੋ
- ਜੇਕਰ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਰੁਕੋ, ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਲੇਟੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਢਕਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਰੋੜ੍ਹੋ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਓ ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਏ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਨਾ ਰਹੋ
- ਜੇਕਰ ਮੁੱਠਾ (ਹੈਂਡਲ) ਗਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਨਾ ਖੋਲ੍ਹੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਐਲੀਵੇਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ



ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ

ਛੂਤ ਦਾ ਰੋਗ (ਮਹਾਂਮਾਰੀ)

ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ, ਰੋਗ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੀਲ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ (Peel Public Health) ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਧਿਆਨਪੂਰਬਕ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਭਵ

ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੋਗ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰੱਖ ਕੇ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗ੍ਰਹਿਣਸ਼ੀਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸੰਚਾਰੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਕੇ ਤਿਆਰ ਹੋ।

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿੱਛ ਜਾਂ ਖੰਘ ਆਏ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਢਕ ਲਓ
- ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰੱਖੋ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਨਾ ਜਾਓ
- ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਸਾਂਝੇ ਨਾ ਕਰੋ



ਜੇਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੇ



ਖਤਰਨਾਕ ਪਦਾਰਥ

ਖਤਰਨਾਕ ਰਸਾਇਣ (ਕੈਮੀਕਲਸ) ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰਾਂ, ਸਾਡੇ ਘਰਾਂ, ਕਾਰਾਂ, ਕਾਰਜ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਾਈਪਲਾਈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਰੱਖੇ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਇਹ ਪਦਾਰਥ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਰਸਾਇਣ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ:

- ਸਿਰਫ਼ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਸਾਇਣ (ਕੈਮੀਕਲਸ) ਸਟੋਰ ਕਰੋ
- ਬੇਲੋੜੇ ਰਸਾਇਣਾਂ (ਪੇਂਟ ਸਮੇਤ) ਦੇ ਨਿਪਟਾਣ ਲਈ ਭਾਈਚਾਰਾ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਵਰਤੋ
- ਖਤਰਨਾਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਲੀ ਕੰਟੇਨਰਾਂ (ਡੱਬਿਆਂ) ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ
- ਖਤਰਨਾਕ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਨਾ ਕਰੋ
- ਘਰੇਲੂ ਰਸਾਇਣਾਂ (ਕੈਮੀਕਲਸ) ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ
- ਘਰੇਲੂ ਖਤਰਨਾਕ ਰਸਾਇਣਾਂ ਜਾਂ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਕਦੇ ਨਾ ਮਿਲਾਓ
- ਸਾਰੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣ ਡੁੱਲ੍ਹ ਜਾਏ ਤਾਂ:

- ਉਸ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਹਵਾ ਲਵਾਓ, ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿਓ
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਡੁੱਲ੍ਹੇ ਰਸਾਇਣ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦਿਓ – ਡੁੱਲ੍ਹੇ ਰਸਾਇਣ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਸਲੇਟੀ ਪੱਥਰ (ਰੈਗਸ) ਵਰਤੋ, ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨੋ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੁਝ ਪਹਿਨੋ
- ਸਲੇਟੀ ਪੱਥਰਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਣ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟ ਕੇ ਕਰੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕੇਂਦਰ (ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਫੈਸਿਲਿਟੀ) ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ
- ਖਤਰਨਾਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਣ ਸਬੰਧਿਤ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਕਰੋ
- ਘਰੇਲੂ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ

ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ:

- ਉਸ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਗੰਧ ਜਾਂ ਗੈਸ ਦੀ ਗਰਦ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ ਖੋਜੋ
- ਸੰਕਟਕਾਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ – ਦੇਖਣ ਲਈ ਨਾ ਰੁਕੋ
- ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ (ਸ਼ੈਲਟਰ-ਇਨ-ਪਲੇਸ) ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ (ਪੰਨਾ 13 ਦੇਖੋ)
- ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਆਰਡਰ) ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰੀਰਕ ਅਨਿਯਮਿਤਤਾਵਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ 'ਤੇ ਕੱਪੜਾ ਰੱਖੋ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਦੀ ਖਬਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ।

ਆਵਾਜਾਈ (ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ) ਸਬੰਧੀ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ

ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਰੇਲ, ਸੜਕ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮੌਸਮ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵੀ ਆਵਾਜਾਈ ਸਬੰਧੀ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਜੋਖਮ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰੇਲ ਕੈਰੀਅਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਗੋ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ (GO Transit) ਅਤੇ ਵਾਇਆ ਪੈਸੇਂਜਰ ਰੇਲ (VIA Passenger Rail)। ਮਾਲ-ਢੁਆਈ ਟ੍ਰੇਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖਤਰਨਾਕ ਵਸਤਾਂ ਲਿਜਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਸਬੰਧੀ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਕਾਫੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਖਤਰਨਾਕ ਪਦਾਰਥ ਲਿਜਾਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ।

ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ:

- ਕੰਮ 'ਤੇ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਥਾਨਾਂ ਤੱਕ ਜਾਣ ਅਤੇ ਉੱਥੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਵਿਕਲਪਿਕ ਰੂਟਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ
- ਆਪਣੇ ਵਾਹਨ ਦੇ ਗੈਸ ਟੈਂਕ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਅੱਧਾ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਰੱਖੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਜਾਮ ਵਿੱਚ ਫਸ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ (ਸੈਲਟਰ-ਇਨ-ਪਲੇਸ) ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ (ਪੰਨਾ 13 ਦੇਖੋ)

ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰੋ:

- ਸਥਾਨਕ ਸੰਕਟਕਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸੂਚਨਾਵਾਂ (ਅੱਪਡੇਟਾਂ) ਲਈ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ
- ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ
- ਜੇਕਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ) ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਗੈਸ ਪਾਈਪਲਾਈਨਾਂ

ਜਿਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਰਾਂ ਜਾਂ ਪਾਈਪਾਂ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੱਬੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਗੈਸ ਪਾਈਪਲਾਈਨਾਂ, ਬਿਜਲੀ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਕੇਬਲ ਟੀ.ਵੀ. (TV) ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸੀਵਰ ਦੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ।

ਭੂਮੀਗਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਨਿੱਜੀ ਸੱਟ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਹੋਣਾ, ਮਹਿੰਗੇ ਬਹਾਲੀ ਖਰਚੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਕਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ।

ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਦੁਰਘਟਨਾ ਸਬੰਧੀ ਨੁਕਸਾਨ ਖੁਦਾਈ, ਨਿਰਮਾਣ, ਖੇਤੀ ਸਬੰਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਵੱਲੋਂ ਨਿਰਮਾਣ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਾਈਪਲਾਈਨਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸ਼ੰਕਾਵਾਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜਾਂ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਨਿਰਮਾਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਤੁਰੰਤ ਅਥਾਰਿਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਰੋ।

ਓਨਟੈਰੀਓ ਵਨ ਕਾਲ (Ontario One Call) ਇੱਕ ਕਾਲ ਸੈਂਟਰ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ 'ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਭੂਮੀਗਤ ਜਨ-ਉਪਯੋਗੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇਗਾ। ਖੁਦਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ: 1.800.400.2255 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ visit www.on1call.com 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- ਗੈਸ ਦੀ ਗੰਧ
- ਕਾਰਬਨ ਮੋਨੋਆਕਸਾਈਡ ਡਿਟੈਕਟਰ ਅਲਾਰਮ ਸਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਗੈਸ ਪਾਈਪ ਜਾਂ ਮੀਟਰ



ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ

- ਆਪਣੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ
- ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ
- ਅਥਾਰਿਟੀਜ਼ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰੇਡੀਓ ਜਾਂ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਘਰੋਂ ਜਾਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਰੁਕੇ ਰਹੋ

ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾ ਹਰੇਕ ਦੀ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਸਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਏ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸਦੱਸ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਦੁਹਰਾਈ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਰੀਫਰੈਸ਼ਰ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ	<ul style="list-style-type: none"> • ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਧੂੰਆਂ ਡਿਟੈਕਟਰਸ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਅਤੇ ਕਾਰਬਨ ਮੋਨੋਆਕਸਾਈਡ ਡਿਟੈਕਟਰ ਲਗਵਾਓ • ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚਾਂ ਨਾਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ
ਘਰ	<p>ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਦਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ • ਪਾਣੀ ਦੇ ਵਾਲਵ ਅਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰੀਕਲ ਬੇਕਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੈ • ਗੈਸ ਵਾਲਵ ਦਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੈ • ਮੰਜ਼ਲ 'ਤੇ ਨਿਕਾਸ ਦਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਡੱਬਿਆਂ ਜਾਂ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਇਸ ਕੋਲੋਂ ਹਟਾਉਣਾ
ਨਿਰਦੇਸ਼	<p>ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 9-1-1 ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਡਾਇਲ ਕਰਨਾ ਹੈ • ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ-ਤੋਂ-ਬਾਹਰ ਵਾਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚਣਾ ਹੈ • ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਹੈ

ਇੱਕ ਸੰਚਾਰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਤੁਹਾਡੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸੰਪਰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਦੱਸਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕੋ।

ਸ਼ਹਿਰ-ਤੋਂ-ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ

- ਇਹ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਛੜ ਜਾਓ ਤਾਂ ਕਿਹੜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਸਤ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਜੇਕਰ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ-ਤੋਂ-ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਦੋਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਓ, ਤਾਂ ਹੋਰਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਨਾਲ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ

ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

- ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ
- ਇੱਕ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ/ਸੇਵਾ ਜਾਨਵਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ
- ਮੌਸਮ ਸਬੰਧੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ
- ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਚਿਪਕਾਓ
- ਆਵਾਜਾਈ (ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ) ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ
- ਪਹਿਏ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਰਸੀਆਂ, ਵਾਕਰਾਂ ਅਤੇ ਸੈਟੀਆਂ 'ਤੇ ਮਾਲਕ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਲੇਬਲ ਲਗਾਓ
- ਆਪਣੇ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ (ਸੈਲਟਰ) ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ
- ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਦੱਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ) ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਚਿਪਕਾਓ, ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਨਿਯਮਿਤ ਆਗੂਤਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਸਣਯੋਗ ਹੋਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਬੇਬੀਸਿਟਰ)
- ਸਾਰੇ ਨਿਕਾਸ ਦੁਆਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਅਸਾਨ ਬਣਾਓ, ਉਹ ਫਰਨੀਚਰ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਰੁਕੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ
- ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕੌਣ ਲਏਗਾ
- ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸ ਘਰ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਕੱਢਣ (ਇਵੈਕਿਊਏਟ) ਲਈ ਕਿਸੇ ਗਵਾਂਢੀ ਜਾਂ ਦੇਸਤ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੋ

ਘਰੋਂ ਜਾਣ (ਪਲਾਇਨ) ਦੀ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਸੰਕਟਕਾਲ ਨਿਕਾਸ ਲਈ ਇੱਕ ਮੰਜ਼ਲ ਯੋਜਨਾ ਵਾਲਾ ਨਕਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ, ਖਿੜਕੀਆਂ, ਪੌੜੀਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਫਰਨੀਚਰ ਦਾ ਸਥਾਨ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ, ਧੁੰਧੇ ਦੇ ਅਲਾਰਮ, ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਹਾਇਤਾ (ਫਸਟ ਏਡ) ਕਿੱਟਾਂ ਦਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗੀ ਸੇਵਾ (ਯੂਟੀਲਿਟੀ) ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਪੁਆਇੰਟ
- ਹਰੇਕ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਪਲਾਇਨ ਰੂਟਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ, ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਮਿਲਣ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ
- ਜੇਕਰ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ) ਦੇ ਸਮੇਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਥਾਨ ਚੁਣੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਦੇਸਤ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਦਾ ਘਰ

ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ

- ਆਪਣੇ ਪਲਾਇਨ ਰੂਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ – ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਕਿੱਥੋਂ ਦੀ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਨਿੱਕਲਣਾ ਹੈ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਉੱਚੀ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਓ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਬਾਲਕਨੀ ਜਾਂ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਚਿੱਟਾ ਕੱਪੜਾ ਹਿਲਾਓ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



ਅਪਾਹਜਪੁਣੇ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ:

ਇਹਨਾਂ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ, ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਸ ਬੰਦੋਬਸਤ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਵਿਲੱਖਣ ਸੰਕਟਕਾਲ ਤਿਆਰੀ ਉਪਾਅ ਅਪਾਹਜਪੁਣੇ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।



ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ)

ਕੁਝ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ (ਸੈਲਟਰ) ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਗਵਾਹ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ
- ਰੇਡੀਓ, ਟੀ.ਵੀ. (TV) ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ

ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ (ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ) ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ:

- ਆਪਣੀ 72-ਘੰਟਿਆਂ ਵਾਲੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਲਓ
- ਜੇਕਰ ਅਥਾਰਿਟੀਜ਼ ਵੱਲੋਂ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਾਣੀ, ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਗੈਸ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਲਗਾਓ

ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ



ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ (ਸੈਲਟਰ-ਇਨ-ਪਲੇਸ) ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਰਿਲੀਜ਼ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਜਾਂ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀ ਉੱਡਣਸ਼ੀਲ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਰਹੋ।

ਬੁਨਿਆਦੀ ਗੱਲਾਂ:

- ਤੁਰੰਤ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਓ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹੋ
- ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ
- ਤੰਦੂਰ, ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਨਿਕਾਸ (ਐਗਜ਼ੌਸਟ) ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰੋ ਦਿਓ
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਰੇਡੀਓ, ਟੀ.ਵੀ. (TV) ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਖਿੜਕੀ ਦੀਆਂ ਵਿਰਲਾਂ ਨੂੰ ਡਕਟ ਟੇਪ ਲਗਾ ਕੇ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲ ਢਕੇ – ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੱਟੇ ਟੁਕੜੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ
- ਸਾਰੇ ਡੈਂਪਰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ
- ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰੋ

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਚੁੱਲ੍ਹਾ ਨਾ ਵਰਤੋ
- ਕੱਪੜਿਆਂ ਦਾ ਡ੍ਰਾਇਰ ਨਾ ਚਲਾਓ
- ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏ, ਇਮਾਰਤ ਤੋਂ ਨਾ ਜਾਓ

ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਰੱਖੋ



ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਆਤਮ ਨਿਰਭਰ ਬਣਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਜਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਕਿਸੇ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ-ਵਿੱਚ-ਅਸਾਨ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਰੱਖੋ, ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਬੈਕਪੈਕ (ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲੱਦ ਕੇ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲਾ ਬੈਗ) ਜਾਂ ਮੋਟੇ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਬੈਗ (ਡੱਫਲ ਬੈਗ)। ਮੌਸਮ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ (ਗਰਮੀ ਬਨਾਮ ਸਰਦੀ) ਇਸ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਇਸ ਕਿੱਟ ਦੇ ਦੋ ਉਦੇਸ਼ ਹਨ:

- 1) ਉਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਲਈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇ
- 2) ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ (ਸ਼ੈਲਟਰ-ਇਨ-ਪਲੇਸ) ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ

ਕਿੱਟ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਬੈਠਕ (ਹਾਲ) ਦੀ ਅਲਮਾਰੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਦੱਸ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਯੋਗ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ/ਸੇਵਾ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਲੱਭਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।





ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਰੱਖੋ

ਇੱਕ 72-ਘੰਟੇ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ:

ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ:

- ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਈਸੈਂਸ
- ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ (ਬੀਮਾ) ਨੰਬਰ
- ਪਾਸਪੋਰਟ, ਇਮਿਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਕਾਰਡ, ਜਨਮ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ, ਵਿਆਹ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ
- ਕਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵਸੀਅਤਾਂ
- ਬੀਮਾ ਪਾਲਸੀਆਂ, ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨੰਬਰ

ਦਵਾਈਆਂ:

- ਸਾਰੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਾਂ) ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਰੱਖੋ
- ਦਵਾਈ ਸਪਲਾਈ ਬਦਲਦੇ ਰਹੋ (ਰੇਟੇਟ)

ਪਾਣੀ:

- ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਚਾਰ ਲੀਟਰ (ਦੋ ਲੀਟਰ ਖਪਤ ਲਈ, ਦੋ ਲੀਟਰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਨਿੱਤਨੇਮ ਲਈ)
- ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਧਾਤ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਅਸਲੀ ਬੋਤਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ - ਕਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕੰਟੇਨਰ ਨਾ ਵਰਤੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਹੋਣ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਸੁੱਧ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਪੀਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ - ਦਸ ਮਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਉਬਾਲੋ ਜਾਂ ਸੁਧਾਈ ਗੋਲੀਆਂ ਵਰਤੋ

ਭੋਜਨ:

- ਖਰਾਬ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ
- ਉੱਚ-ਐਨਰਜੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ: ਪੀਨਟ ਬਟਰ, ਮੇਵੇ (ਡ੍ਰਾਈਡ ਫੂਟਸ), ਕ੍ਰੈਕਰਸ, ਗ੍ਰੈਨੋਲਾ ਬਾਰਸ, ਟ੍ਰੈਲ ਮਿਕਸ
- ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਕੀਤੇ, ਵਾਟਰਪ੍ਰੂਫ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਸਟੋਰ ਕਰੋ
- ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਖਾਸ ਡਾਈਟ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਭੋਜਨ
- ਕੈਨ ਓਪਨਰ (ਡੱਬੇ ਖੋਲ੍ਹਣ ਵਾਲੇ) ਅਤੇ ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਬਰਤਨ
- ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬਦਲੋ

ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਚਿਕਿਤਸਾ (ਫਸਟ ਏਡ) ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ:

- ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਚਿਕਿਤਸਾ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਨੇਮਾਵਲੀ (ਮੈਨੂਅਲ)
- ਗੈਰ-ਤਜਵੀਜ਼ (ਨੋਨ-ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ) ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਦਰਦ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ, ਐਂਟੀ-ਡਾਇਰੀਆ ਦਵਾਈ, ਐਂਟੀਐਸਿਡ ਆਦਿ)
- ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ
- ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲ ਟੈਇਲੇਟ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਬਾਲਟੀ ਜਾਂ ਟ੍ਰੈਸ਼ ਕੈਨ (ਕੂੜੇ ਦਾ ਡੱਬਾ)



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿਹਨਤ ਵਾਲੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਘੱਟ ਕਰਕੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਨਿਊਨਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਵਸਤਾਂ:

- ਚਾਬੀਆਂ, ਪੈਸੇ
- ਕੀਮਤੀ ਘਰੇਲੂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਦੱਸਾਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਛੜ ਜਾਓ
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਬੁਨਿਆਦੀ ਵਸਤਾਂ (ਸਪਲਾਈਜ) ਅਤੇ ਟੂਲਸ:

- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਰੇਡੀਓ
- ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀਆਂ
- ਉਪਯੋਗੀ ਚਾਕੂ, ਕੈਨ ਅਤੇ ਬੋਤਲ ਓਪਨਰ
- ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਕੰਬਲ
- ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਬਰਤਨ
- ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕੂੜੇ ਵਾਲੇ ਬੈਗ, ਡਕਟ ਟੇਪ, ਪੇਪਰ ਟਾਵਲ
- ਐਲੂਮਿਨਿਅਮ ਫੋਇਲ, ਮੁੜ-ਸੀਲ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗਸ
- ਚਿਮਟੇ, ਪੇਚਕਸ, ਰੈਂਚ
- ਪੈਨ, ਕਾਗਜ਼, ਪੈਸਿਲ
- ਤਾਰ ਵਾਲਾ ਟੈਲੀਫੋਨ
- ਬੇਲਚਾ (ਸ਼ਾਵਲ), ਸਿਗਨਲ ਫਲੇਅਰਸ, ਸੀਟੀ
- ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ
- ਸੜਕ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਅਤੇ ਕੰਪਾਸ
- ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਪੂਰੇ ਕੱਪੜੇ
- ਰੇਨ ਗੀਅਰ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਜੁੱਤੀਆਂ ਜਾਂ ਬੂਟਸ
- ਟੋਪ, ਦਸਤਾਨੇ, ਸਕਾਰਫ (ਦੁਪੱਟੇ), ਥਰਮਲ ਅੰਡਰਵੀਅਰ

ਖ਼ਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ:



- ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ
- ਢੁੱਕਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਦਲੋ), ਵਿਟਾਮਿਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟਾਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਸਪਲਾਈਜ, ਖ਼ਾਸ ਉਪਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਚਨਚੇਤ ਸਪਲਾਈਜ ਦੀ ਵਾਧੂ ਸਪਲਾਈ
- ਸਾਰੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਵਾਲੀਆਂ (ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ) ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਸੂਚੀ
- ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ, ਸੀਟੀ, ਨੋਇਜ਼ਮੇਕਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਅਲਾਰਮ
- ਸਹਾਇਕ ਡਿਵਾਇਸਾਂ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀਆਂ
- ਭਾਰੀ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਲੇਟੇਕਸ-ਫ੍ਰੀ ਦਸਤਾਨੇ
- ਪੈਨ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼



ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਰੱਖੋ



ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ

ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ, ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ ਜਨਤਾ ਲਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨ (ਸ਼ੈਲਟਰ) ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਕਨੂੰਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਰੱਖਿਆ-ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਖੁਦ ਦੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਲਈ ਪੂਰੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਟਬ, ਟੈਇਲੇਟ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਬਰਤਨ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਤੱਕ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚ ਸਕਣ।

ਇਹ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਇੱਕ ਸੰਕੇਤ (ਸਾਈਨ ਬੋਰਡ) ਰੱਖੋ, ਜੋ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ। ਜੇਕਰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਲਿਜਾਣਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜੰਜੀਰਾਂ ਅਤੇ ਕੈਰੀਅਰ, ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਰ ਕੇ ਭੱਜ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਤਣਾਅ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮੌਜੂਦ ਨਾ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਦੇਸਤਾਂ ਜਾਂ ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਿਸਟਮ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।

ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ
- ਪਿਆਲਾ (ਬਾਊਲ) ਅਤੇ ਕੈਨ ਓਪਨਰ
- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਖਿਡੌਣਾ ਅਤੇ ਕੰਬਲ
- ਦਵਾਈਆਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਰਿਕਾਰਡ, ਸਾਰੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ (ਟੀਕੇ) ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ-ਚਿਕਿਤਸਕ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਗੋਦ ਲੈਣ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼
- ਪੈਟ ਕੈਰੀਅਰ
- ਜੰਜੀਰ
- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਉਮਰ ਨਾਲ ਨਵੀਂ ਫੋਟੋ
- ਮਾਲਕ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਆਈ.ਡੀ. (ID) ਟੈਗ
- ਛਿਕਲੀ (ਮੱਜਲ) ਅਤੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਕਾਪੀ, ਜਿੱਥੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੋਵੇ
- ਮਾਈਕ੍ਰੋਚਿਪ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜੇਕਰ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ



ਸਰਦੀ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ

ਆਪਣੇ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਰਦੀ ਵਿੱਚ ਤੂਫਾਨ ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਹਨ ਲਈ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਬੇਲਚਾ (ਸ਼ਾਵਲ), ਖਿੱਚਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਟਾਈਆਂ, ਖਿੱਚਣ ਵਾਲੀ ਜੰਜੀਰ, ਬੁਸਟਰ ਕੇਬਲਸ
- ਵਿੰਡਸ਼ੀਲਡ ਵਾਸ਼ਰ (ਧੋਣ ਵਾਲਾ) ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ, ਫਿਊਲ-ਲਾਈਨ ਐਂਟੀ-ਫ੍ਰੀਜ਼, ਆਈਸ ਸਕ੍ਰੈਪਰ ਅਤੇ ਬੁਰਸ਼
- ਸੜਕ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਅਤੇ ਕੰਪਾਸ
- ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਫੂਡ ਪੈਕ
- ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਤੌਲੀਏ
- ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਲਾਈਟ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟਾਂ, ਮਾਚਸਾਂ, ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ
- ਚਿਤਾਵਨੀ ਲਾਈਟ ਜਾਂ ਰੇਡ ਫਲੇਅਰਸ
- ਵਾਯੂ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਜੁੱਤੀਆਂ
- ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ
- ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਟ
- ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਕੰਬਲ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਗੈਸ ਟੈਂਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਅੱਧਾ ਭਰਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।





ਜਿਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ

9-1-1 ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਹੈ



ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਜੋਖਿਮ ਹੋਵੇ, ਜਿਵੇਂ:

- ਅੱਗ
- ਸੱਟਾਂ ਅਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ
- ਡਾਊਨ ਹੋਈਆਂ ਪਾਵਰ ਲਾਈਨਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ 9-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਗੈਰ-ਐਮਰੈਂਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੇ ਹਨ।

ਅੱਗ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਅਪਰਾਧ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਓ

9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ:

- ਘਰ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਧੇ 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਬਾਹਰੀ ਲਾਈਨ ਡਾਇਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਪੇ ਫੋਨ 'ਤੇ 9-1-1 ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ
- ਕੋਈ ਸੈਲ ਫੋਨ ਵਰਤਦੇ ਸਮੇਂ, ਸੰਕਟਕਾਲ ਦਾ ਸਹੀ ਸਥਾਨ ਦੱਸਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ
- TTY ਪਹੁੰਚ (ਬਹਿਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਡਿਵਾਇਸ) ਲਈ, ਸਪੇਸਬਾਰ (ਕਦੇ-ਕਦੇ ਇਸਨੂੰ ਸਪੇਸਬਾਰ/ਅਨਾਉਂਸਰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦਬਾਉਂਦੇ ਰਹੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ
- ਜੇਕਰ ਕਾਲਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦਾ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਦੋਂ 9-1-1 ਓਪਰੇਟਰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਹੈਲਪ 9-1-1 (Help 9-1-1) ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ:
- ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੋਲੋ
- ਇਹ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸੇਵਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ (ਪੁਲਿਸ, ਅੱਗ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ) ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ:
 - o ਇਸਦਾ ਵਰਣਨ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ o ਸਥਾਨ
 - o ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਫੋਨ ਨਾ ਰੱਖੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ 9-1-1 ਓਪਰੇਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਕਹੇ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮਕਾਨ ਨੰਬਰ ਗਲੀ ਤੋਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਖਤਰਾ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਦੋਂ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਨੰਬਰ ਪੰਨਾ 21 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਤੁਹਾਨੂੰ 3-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਵਿੱਚ 3-1-1 ਨੂੰ ਡਾਇਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਇੱਕੋ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਥਾਨਕ ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਪਾਰਕਿੰਗ, ਕੂੜੇ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ, ਟੈਕਸ ਭੁਗਤਾਨ, ਪਾਣੀ ਦੇ ਬਿਲਾਂ, ਰੇਕੀਏਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਪਰਮਿਟਾਂ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 3-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਅਤੇ ਰੀਜਨ ਆਫ ਪੀਲ (Region of Peel) ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਨੁਵਾਦ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ 150 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਕਦੇ-ਕਦੇ ਜਦੋਂ 3-1-1 ਉਡੀਕ ਸਮੇਂ ਲੰਮੇ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 311@brampton.ca 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰਕੇ ਸੇਵਾ ਬੇਨਤੀਆਂ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ 2-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?



2-1-1 ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ, ਸਮਾਜਿਕ, ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ www.peelregion.ca/corpserv/211.htm 'ਤੇ ਜਾਓ।





ਜਿਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ

ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਆਫਿਸ (City of Brampton Emergency Management Office)	905.874.2911 @BEMOprepared www.brampton.ca/prepared
ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ (City of Brampton)	905.874.2000 @citybrampton www.brampton.ca
ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਿਸਿਜ (Brampton Fire and Emergency Services)	905.874.2700 @BramptonFireES www.brampton.ca
ਪੀਲ ਰੀਜਨਲ ਪੁਲਿਸ (Peel Regional Police)	905.453.3311 @peelpolicemedia www.peelpolice.ca
ਪੀਲ ਰੀਜਨਲ ਪੈਰਾਮੈਡਿਕਸ (Peel Regional Paramedics)	905.791.7800 ext.3951 @peel_paramedics www.peelregion.ca/paramedics
ਪੀਲ ਰੀਜਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰਿਸਪੋਂਸ ਟੀਮ (Peel Region Emergency Response Team) – 24 ਘੰਟੇ – ਕਿਸੇ ਖਤਰਨਾਕ ਫੈਲਾਉ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ:	905.791.7800
ਸੇਂਟ ਜੋਨ ਐਂਬੂਲੈਂਸ – ਪੀਲ ਬ੍ਰਾਂਚ (St. John Ambulance – Peel Branch)	905.568.1905 @SJApeel www.sjapeel.ca
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਰੈਡ ਕ੍ਰੋਸ (Canadian Red Cross)	1.800.418.1111 @redcrosscanada www.redcross.ca
ਹਾਈਡ੍ਰੋ ਵਨ ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ (Hydro One Brampton)	905.840.6300 www.hydroonebrampton.ca
ਐਨਬ੍ਰਿਜ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਿਸ (Enbridge Emergency Service)	1.866.763.5427 www.enbridgegas.com
ਰੋਜਰਸ (Rogers)	1.888.764.3771
ਬੈਲ ਕੈਨੇਡਾ (Bell Canada)	1.800.668.6878
ਐਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟ ਕੈਨੇਡਾ ਵੈਦਰ ਆਫਿਸ (Environment Canada Weather Office)	www.weatheroffice.ec.gc.ca
ਆਫਿਸ ਆਫ ਦਿ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ (Office of the Fire Marshal and Emergency Management)	www.emergencymanagementontario.ca
ਪਬਲਿਕ ਸੇਫਟੀ ਕੈਨੇਡਾ (Public Safety Canada)	www.getprepared.gc.ca
ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਨ ਕਾਲ (Ontario One Call) – ਖੁਦਾਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ!	1.800.400.2255 www.on1call.com
ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਨਟਾਰੀਓ (Telehealth Ontario)	1.866.767.0000 www.health.gov.on.ca
ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ	1.800.222.8477 www.222tips.com
ਕ੍ਰਾਈਮ ਸਟੋਪਰਸ (Crime Stoppers) ਕ੍ਰਾਈਮ ਟਿਪ ਹੋਟਲਾਈਨ (Crime Tip Hotline)	1.800.222.8477 www.222tips.com

72-ਘੰਟੇ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਚੈੱਕਲਿਸਟ

- o ਭੋਜਨ
- o ਪਾਣੀ
- o ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਟ
- o ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀਆਂ
- o ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀਆਂ
- o ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ
- o ਬਲੈਕ ਆਊਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਤਾਰ ਵਾਲਾ ਟੈਲੀਫੋਨ
- o ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾਚਸ/ਲਾਈਟਰ
- o ਕਾਰ ਦੀਆਂ ਵਾਧੂ ਕੁੰਜੀਆਂ
- o ਨਕਦੀ
- o ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਪੇਪਰ (ਪਛਾਣ)
- o ਮੈਨੂਅਲ ਕੈਨ ਓਪਨਰ (ਹੱਥ ਨਾਲ ਕੈਨ ਖੋਲ੍ਹਣ ਵਾਲਾ)
- o ਬਦਲਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਜੁੱਤੀਆਂ
- o ਕੰਬਲ/ ਸਲੀਪਿੰਗ ਬੈਗਸ
- o ਟੈਇਲੋਟ ਪੇਪਰ
- o ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ
- o ਦਵਾਈ
- o ਬੈਕਪੈਕ (ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲੱਦ ਕੇ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲਾ ਬੈਗ) ਜਾਂ ਮੋਟੇ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਬੈਗ (ਡੱਫਲ ਬੈਗ)
- o ਸੀਟੀ
- o ਤਾਸ਼

ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸੰਪਰਕ ਸੂਚੀ

ਮੰਮੀ ਦਾ ਸੈਲ ਨੰਬਰ: _____

ਮੰਮੀ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦਾ ਨੰਬਰ: _____

ਪਾਪਾ ਦਾ ਸੈਲ ਨੰਬਰ: _____

ਪਾਪਾ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦਾ ਨੰਬਰ: _____

ਸਕੂਲ: _____

ਸਕੂਲ: _____

ਡੋਕੋਅਰ: _____

ਸਥਾਨਕ ਸੰਪਰਕ: _____

ਨਿਕਟਤਮ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ: _____

ਟਾਊਨ-ਤੋਂ-ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ: _____

ਘਰ-ਦੇ-ਬਾਹਰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ: _____

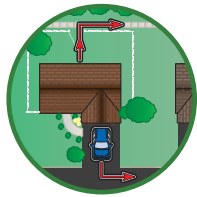
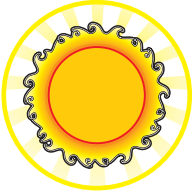
ਗਵਾਂਢ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ: _____

ਟਾਊਨ-ਤੋਂ-ਬਾਹਰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ: _____

ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ: _____

ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ: _____

ਫਾਰਮੈਸੀ: _____



2014-0269



Contact BEMO for more information

905.874.2911

3-1-1



@BEMOprepared

www.brampton.ca/prepared