

ਜਲਵਾਯੂ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਹੁਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ

- ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ, ਆਪਣੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ।
- ਖਬਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ/ਕੌਂਸਲ/ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਪੰਨਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ/GP ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚਣਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।
- ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਕੌਂਸਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਟੀਚਾਗਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਲੰਟੀਅਰ ਰਜਿਸਟਰੀਆਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ/ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਮੈਂ ਹੋਰ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਵਧੇਗਾ, ਇਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਿੰਨੇ ਚਿਰ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀਆਂ ਤੀਬਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੋ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਰਾਬ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਤ ਅਤੇ ਵੱਧ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਜਿਹੇ ਕਿਹੜੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।
- ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮਾਗਮਾਂ, ਸਮੂਹਾਂ, ਕਲੱਬਾਂ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਓ।
- ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਬਣਾਓ ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ।
- ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਫਸਟ ਏਡ ਕੋਰਸ ਕਰੋ।
- ਘਰ, ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਕਾਰ ਬੀਮੇ ਦੇ ਬੀਮਾ-ਲਾਭ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੀਮਾ ਕਵਰ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।

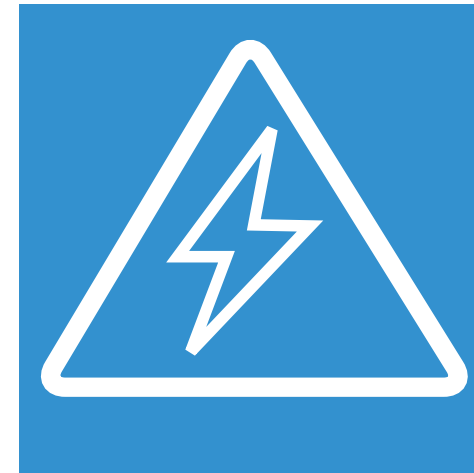
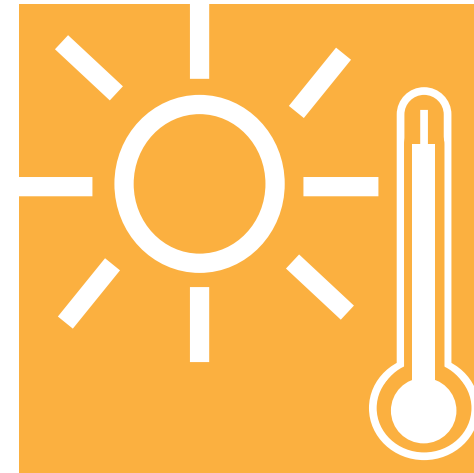
ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

- ABC ਸਰਕਾਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰਸਾਰਕ (ਖਬਰਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ) ਹੈ। 'ABC ਲੋਕਲ ਰੇਡੀਓ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਣਨਾ ਹੈ' ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ: reception.abc.net.au/
- ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਆਫ਼ਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰੋ: ready.gov/disability
- ਸਾਊਥ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਅਨ ਸਟੇਟ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸ (SES) ਕੋਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹਾਂ, ਤੂਫ਼ਾਨਾਂ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: ses.sa.gov.au

ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਦੱਖਣੀ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ Disaster Risk Reduction Grants Program (ਡਿਜ਼ਾਸਟਰ ਰਿਸਕ ਰਿਡਕਸ਼ਨ ਗ੍ਰਾਂਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਫੰਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਪਹਿਲਕਦਮੀ/ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਕਾਮਨਵੈਲਥ ਫੰਡਿੰਗ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਘਰਾਂ ਲਈ ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਅਨੁਸਾਰ ਅਨੁਕੂਲਨ ਲਈ ਚੈਕਲਿਸਟ

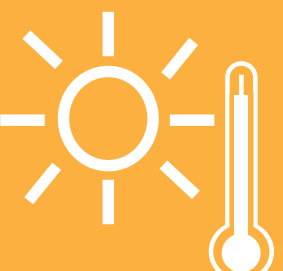


ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹਾਂ, ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ, ਬੁਸ਼ਫਾਇਰ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਮੌਸਮੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਏਗਾ।

ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਅਤੇ ਬਚ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।



ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ (ਹੀਟਵੇਵਜ਼)



ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ (ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ), ਗਰਮੀ ਕਾਰਨ ਥਕਾਵਟ, ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ ਹੀਟਸਟ੍ਰੋਕ (ਲੁੱਮ ਲੱਗ) ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਘਟ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਵਰਗੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਸੜਕ 'ਤੇ ਲੰਗੇ ਸਿਗਨਲਾਂ ਸਮੇਤ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਨੈੱਟਵਰਕ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਗਰਮੀ ਦੀ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਹੀਟਸਟ੍ਰੋਕ (ਲੁੱਮ ਲੱਗਣ) ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ।
- ਐਡੀਲਡ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ ਸਿੱਖੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਜਾਂ ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਚਲੇ ਜਾਓ ਜਿੰਨਾ ਦੇ ਘਰ ਵੱਧ ਠੰਡੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉੱਥੇ ਪੁਰੰਚਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕਰਿਆਨੇ ਦਾ ਸਮਾਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਮੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਜੋ ਗਰਮੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਝੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ।
- ਦਿਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਗਰਮ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਤਾਂ ਜੋ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ।
- ਗਰਮ ਰਾਤਾਂ ਨੂੰ, ਆਪਣੀ ਉੱਪਰਲੀ ਚਾਦਰ ਨੂੰ ਗਿੱਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਪਰੇਅ ਬੋਤਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਲਈ ਪੱਖੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ ਅਤੇ ਪੱਖੇ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਬਲਾਇੰਡਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੇ ਪਾਸੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦਾ ਰੰਗ-ਰੋਗਨ ਕਰਨ, ਤਾਪ-ਰੋਧਕ (ਇਨਸੂਲੇਸ਼ਨ) ਲਗਾਉਣ, ਦੂਹਰੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ (ਡਬਲ ਗਲੇਜ਼) ਵਾਲੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਲਗਾਉਣ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਦਰਤੀ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਵਰਗਦਾ ਕਰਨ, ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਗੀਚੇ ਨੂੰ ਹਰਿਆ ਭਰਿਆ ਅਤੇ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਏਅਰ-ਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ, ਤਾਪ-ਰੋਧਕ (ਇਨਸੂਲੇਸ਼ਨ) ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਪਰਦਿਆਂ (ਬਲਾਇੰਡਜ਼) ਲਗਾਉਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ (ਹੀਟਵੇਵਜ਼) ਲਈ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ੋਖਮ-ਗੁਸਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੀਟਵੇਵ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਾਲਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ Telecross REDi 'ਤੇ ਨਾਮ ਦਰਜ (ਸਾਈਨ ਅੱਪ) ਕਰੋ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ (ਹੀਟਵੇਵ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: ses.sa.gov.au/heatwave/
- ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: sahealth.sa.gov.au ਅਤੇ 'ਹੀਟਵੇਵਜ਼' ਲਿਖ ਕੇ ਲੱਭੋ।
- ਮੌਸਮ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਦੇਖੋ: bom.gov.au
- ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ (ਹੀਟਵੇਵ) ਚੱਲਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ੋਖਮ-ਗੁਸਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ Telecross REDi: redcross.org.au 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ 'Telecross' ਲੱਭੋ।

ਹੜ੍ਹ



ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ, ਸਮਾਨ, ਕਾਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤੇਜ਼ ਵਹਿ ਰਹੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲੁਕੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸੱਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਬਿਜਲੀ, ਸੀਵਰੇਜ, ਦੂਰਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸੜਕਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਚੱਲੇ।
- ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਹੜ੍ਹ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ/ਨਿਕਾਸੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵਕਤ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਨ ਸਵਿੱਚ ਤੋਂ ਪਾਣੀ, ਗੈਸ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹੜ੍ਹ ਦਾ ਪਾਣੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ SES ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖੋ ਕਿ ਰੇਤ ਦੇ ਥੈਲੇ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੁੱਕੀਆਂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਜਾਂ ਬੈਚਾਂ ਜਾਂ ਮੇਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਕ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਯੰਤਰਾਂ ਸਮੇਤ ਕਿਵੇਂ ਨਿਕਲੋਗੇ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਉਹ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਦਲੋਗੇ।

ਮੈਂ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂ ਹੜ੍ਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਖਰਚੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਚਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਹੜ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਭਰਪਾਈ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ, ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਕਾਰ ਬੀਮਾ ਕਵਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
- ਬੀਮੇ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ/ਵੀਡੀਓ ਲਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਆਸ-ਪਾਸ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।
- ਜਿਹੜੇ ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਫਰਸ਼ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨੀਵੇਂ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚੇ ਕਰਵਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹੜ੍ਹ ਨਾ ਜਾਣ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਹੜ੍ਹ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ: ses.sa.gov.au/flood
- ਆਸਾਨ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹੜ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਲਈ: ses.sa.gov.au/flood 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ 'Easy English Guide' ਨੂੰ ਲੱਭੋ।
- ਇਸ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਲਈ ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ: waterconnect.sa.gov.au ਅਤੇ 'ਹੜ੍ਹ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ' ਲਈ ਲਿੰਕ ਚੁਣੋ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ: redcross.org.au/prepare
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਬਣਾਓ: redcross.org.au/emergencies/resources

ਬਸ਼ਫਾਇਰ ਦਾ ਧੂੰਆਂ



ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਅੱਖਾਂ, ਗਲੇ, ਨੱਕ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ।
- ਖੰਘਣਾ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਔਖਾ ਹੋਣਾ।
- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਸਿਰ ਨੂੰ ਘੁੰਮੇਰ ਆਉਣੀ।
- ਦਮੇ, ਫੇਫੜੇ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣਾ, ਆਪਣੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ, ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਹਵਾਦਾਰੀ ਮੋਘਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧੂੰਏਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਨਾ ਲਓ।
- ਧੂੰਏਂ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕਸਰਤ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਮਾ ਰੋਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ P2 ਜਾਂ N95 ਫੇਸ ਮਾਸਕ (ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਜਾਂ ਸਰਜੀਕਲ ਮਾਸਕ ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ) ਸਮੇਤ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ।
- ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਨ ਵਾਲੇ ਏਅਰ-ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਸਪਲਿਟ ਸਿਸਟਮ ਏਅਰ-ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਦੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਕੇ ਰੀਸਾਈਕਲ ਜਾਂ ਰੀਸਰਕੂਲੇਟ (ਦੋਬਾਰਾ ਵਰਤਣ ਲਈ) ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਓ।

ਮੈਂ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਮਾ ਰੋਗ ਹੈ, ਤਾਂ HEPA ਫਿਲਟਰ ਵਾਲਾ ਹਵਾ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ (ਏਅਰ ਪਿਊਰੀਫਾਇਰ) ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ 'ਤੇ ਅਤੇ ਪੱਖਿਆਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹਵਾ ਲਈ ਰੱਖੇ ਮੋਘਿਆਂ ਨੂੰ ਗੈਪ ਫਿਲਰ ਅਤੇ ਮੌਸਮ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆ ਸੀਲਾਂ ਨਾਲ ਬੰਦ ਕਰੋ। ਇਹ ਊਰਜਾ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿੱਲਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਬੁਸ਼ਫਾਇਰ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ: sahealth.sa.gov.au ਅਤੇ 'ਬੁਸ਼ਫਾਇਰ ਦਾ ਧੂੰਆਂ' ਲੱਭੋ।
- Asthma Australia (ਅਸਥਮਾ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ) ਕੋਲ ਦਮਾ ਰੋਗ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ: asthma.org.au

ਬਿਜਲੀ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣਾ



ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਮੈਡੀਕਲ ਉਪਕਰਨਾਂ, ਹੀਟਿੰਗ ਅਤੇ ਕੂਲਿੰਗ, ਲਾਈਟਾਂ, ਫਰਿੱਜਾਂ (ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਫਰਿੱਜ ਵਿਚ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ), ਲੈਪਟਾਪ ਜਾਂ ਫੋਨ ਲਈ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਨਾ ਹੋਣਾ।
- ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟਾਂ, ਬੈਂਕਾਂ, ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਸਰਵਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਸਮੇਤ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਬਿਜਲੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ 13 12 61 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ SA Power Networks Power Dependency Register (SA ਪਾਵਰ ਨੈੱਟਵਰਕਸ ਪਾਵਰ ਡਿਪੈਂਡੈਂਸੀ ਰਜਿਸਟਰ) 'ਤੇ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੂਲਰ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਆਈਸ-ਪੈਕ ਰੱਖੋ।
- ਉਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀ ਸੰਚਾਲਿਤ ਰੇਡੀਓ ਖਰੀਦੋ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।
- ਇਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲਾ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਚਾਰਜਰ ਖਰੀਦੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਚਾਰਜ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਗਰਮ ਜਾਂ ਠੰਡਾ ਹੋਵੇ।
- ਬਿਜਲੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਥਾਨਕ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਬਿਜਲੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਜੇਕਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਿਜਲੀ ਬੰਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਫ਼ਾਨਾਂ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਕਾਰ ਲਈ ਈਂਫਨ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਸਰਵਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਬੰਦ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕੋ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਲਈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬੈਟਰੀ ਜਾਂ ਜਨਰੇਟਰ ਖਰੀਦੋ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਬਿਜਲੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: sahealth.sa.gov.au 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ 'ਬਿਜਲੀ ਨਿਰਭਰਤਾ' ਨੂੰ ਲੱਭੋ।
- ਜਦੋਂ ਬਿਜਲੀ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ: sapowernetworks.com.au/outages/what-to-do-when-the-power-goes-out