

आपतकालीन किट (Emergency kit)

मेरो आपतकालीन किटमा निम्न कुराहरू छन्:

- ☐ ब्याट्रीबाट चल्ने रेडियो, अतिरिक्त ब्याट्रीहरू सहित
- ☐ टर्चलाइट, अतिरिक्त ब्याट्रीहरू सहित
- ☐ प्राथमिक उपचार किट (First aid kit)
- ☐ मैनबत्ती र पानीले नभिज्ने सलाई
- ☐ आपतकालीन सम्पर्क नम्बरहरू समेत भएको महत्वपूर्ण कागजातहरू
- ☐ मेरो घरेलु आपतकालीन योजनाको प्रतिलिपी
- ☐ बहुमूल्य सामानहरूको लागि पानी नछिर्ने झोला

तपाईंले बसेको ठाउँ छाड्ने निर्णय गर्दा यी कुराहरू थप्नुहोस्:

- ☐ मोबाइल फोन र चार्जर
- ☐ औषधीको पुर्जीहरू, औषधीहरू, ट्वालेट्रीहरू (toiletries)
- ☐ लुगा र बलियो जुताहरू
- ☐ चाँडै नबिग्रने खानेकुरा र पिउने पानी
- ☐ परिवारका अन्य सदस्यहरूका लागि आवश्यक कुनै पनि विशेष कुरा

यदि तपाईंको घरपालुवा जनावर छ भने पट्टा, खाना र भाँडाहरू नबिर्सनुहोस्।

- तपाईंको आपतकालीन किटलाई एउटा पानी नछिर्ने सामान राख्ने कन्टेनरमा राख्नुहोस्।
- तपाईंको आपतकालीन किटका सामानहरूलाई नियमित रूपमा जाँच गर्नुहोस् र सामानहरूलाई पुनः भण्डारण गर्नुहोस् (जस्तै, ब्याट्रीमा प्रयोग गर्ने मितिद्वारा)।
- आपतकालीन सम्पर्क नम्बरहरूको सूची तपाईंको फोनमा वा फोनको नजिक राख्नुहोस्।
- तपाईंको गटरहरू (gutters) खुल्ला भएको जाँच गर्नुहोस्।

दक्षिण अस्ट्रेलियाली राज्य आपतकालीन सेवा (SASES) आँधी, बाढी, हिटवेभ (heatwave) र अन्य आपतकालीन अवस्थाहरूमा दक्षिण अस्ट्रेलियाका समुदायहरूलाई मद्दत गर्न समर्पित स्वयंसेवक संस्था हो।



Government
of South Australia

Nepali | नेपाली



तयार रहनुहोस्

बाढी



हामी एबोरिजिनल मानिसहरूलाई यस राज्यको प्रथम मानिसहरू र राष्ट्रको रूपमा स्वीकार तथा सम्मान गर्छौं, र उनीहरूलाई दक्षिण अस्ट्रेलियाको भूमि तथा जलस्रोतको परम्परागत मालिक तथा बासिन्दाहरूको रूपमा मान्यता दिन्छौं।

22008

थप जानकारीका लागि QR कोड स्वयान गर्नुहोस्, ses.sa.gov.au/flood मा जानुहोस्।



आपतकालीन
सहायताको लागि फोन

132 500

ज्यानको जोखिम हुँदा
आपतकालीन फोन

000

थप जानकारीको
लागि फोन

1800 362 361

बाढीको लागि तयार रहनुहोस्

- ☐ तपाईंको क्षेत्रमा बाढी आउँछ कि आउँदैन भनेर आफ्नो स्थानीय काउन्सिललाई सोध्नुहोस्।
- ☐ सुरक्षित रहन कहाँ जानुपर्छ र त्यहाँ जाने सुरक्षित मार्गहरूको बारे थाहा पाउनुहोस्।
- ☐ तपाईंको बिमा नीति अद्यावधिक छ कि छैन र बाढीका लागि यसले तपाईंको क्षति बेहोर्छ कि बेहोर्दैन भन्ने जाँच गर्नुहोस्।
- ☐ आकस्मिक सम्पर्क नम्बरको सूची तपाईंको फोनमा वा फोनको नजिक राख्नुहोस्।
- ☐ ब्याट्रीबाट चल्ने रेडियो, टर्चलाइट र अतिरिक्त ब्याट्रीहरू सहितको आकस्मिक किट बनाउनुहोस्।
- ☐ आफ्नो परिवारसँग कुरा गर्नुहोस् र आपतकालीन योजना बनाउनुहोस्, थप जानकारीको लागि ses.sa.gov.au मा जानुहोस्।

यदि बाढी आपतकाल/चेतावनी जारी भएमा

- ☐ तपाईंको आपतकालीन योजना सक्रिय गर्नुहोस्।
- ☐ तपाईंको आपतकालीन किट राखेको ठाउँ पत्ता लगाउनुहोस्।
- ☐ आफ्नो छिमेकीहरूको हालखबर बुझ्नुहोस्।
- ☐ ढलको पानी फर्किनबाट रोक्न बालुवाको बोराहरूले शौचालय र नालीहरू बन्द गर्नुहोस्।
- ☐ इलेक्ट्रिकल र बहुमूल्य वस्तुहरूलाई बेन्च र टेबलहरू माथि राख्नुहोस्।
- ☐ पानीमा तैरने र क्षति पुर्याउन सक्ने सामानहरूलाई सुरक्षित पार्नुहोस्।
- ☐ तपाईंको मोबाइल फोन पुरा चार्ज छ भन्ने सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- ☐ जानकारी, अद्यावधिक सुचना र सल्लाहका लागि स्थानीय र सामाजिक मिडिया जाँच गर्नुहोस्।

बाढी आएको समय

- ☐ बाढीको पानीको बीचबाट कहिल्यै पनि सवारी हाँक्ने, सवारी चलाउने वा हिँड्ने नगर्नुहोस्।
- ☐ जानकारी, अद्यावधिक सुचना र सल्लाहका लागि स्थानीय र सामाजिक मिडिया जाँच गर्नुहोस्।
- ☐ आफ्ना छिमेकीहरूसँग सम्पर्कमा रहनुहोस्।
- ☐ आपतकालीन सेवाहरूले घर छाड्ने सुझाव दिएमा त्यसको लागि तयार रहनुहोस्।
- ☐ बाढी वा अवरोधका कारण सडक बन्द वा अवरुद्ध हुन सक्ने हुँदा चाँडै कदम चाल्नुहोस्।
- ☐ आपतकालीन सेवाहरूको सल्लाह पालना गर्नुहोस्।

बाढी गएपछि फर्कदा

- ☐ भित्र जानु भन्दा पहिले बिजुली र ग्याँस बन्द भएको निश्चित गर्नुहोस्।
- ☐ भवनहरूको निरीक्षण गर्न टर्चलाइट प्रयोग गर्नुहोस्।
- ☐ क्षति भएको छ कि भनेर आफ्नो घर र सम्पत्तिको जाँच गर्नुहोस्।
- ☐ सुरक्षाको लागि जाँच नगरेसम्म ग्याँस वा बिजुली प्रयोग नगर्नुहोस्।
- ☐ स्वास्थ्य अधिकारीहरूले सामान्य पानीको आपूर्तिलाई सुरक्षित घोषित नगरेसम्म बोतलको वा उमालेको पानी मात्र पिउनुहोस्।
- ☐ बाढीको पानीमा वा त्यसको नजिकै बालबालिकाहरूलाई खेल्न नदिनुहोस्।



बाढीको पानीको बीचबाट कहिल्यै पनि सवारी हाँक्ने, सवारी चलाउने वा हिँड्ने नगर्नुहोस्।

बाढीका चेतावनी स्तरहरू



सुझाव



हेर्नुहोस् र कदम चाल्नुहोस्



आपतकालीन चेतावनी

आपतकालीन योजना तयार पार्ने सम्बन्धी जानकारीका लागि ses.sa.gov.au मा जानुहोस्।

