get ready QUEENSLAND

तपाईंको पारिवारिक आपातकालीन किट तयार गर्नुहोस्

Queensland Government

क्वीन्सल्याण्डमा हामी अद्भुत मौसम र जीवन शैलीको आनन्द लिन पाउछौं। तथापि, आँधी, भुँवरी, र बाढ जस्ता प्राकृतिक प्रकोपहरू हाम्रो वातावरणको एउटा अपरिहार्य अङ्ग बनेको छ। इतिहासले देखाए अनुसार, यिनीहरूबाट उत्पन्न खतराका सम्बन्धमा हामी शान्त भएर बस्ने जोखिम उठाउन सक्दैनौं।

अहिले नै निम्न कुराहरू गरि आपातकालीन स्थितिहरूका लागि तयार रहनुहोस्:

- तपाईंको आपातकालीन योजना तयार गर्ने;
- तपाईंको आपातकालीन किट तयार गर्ने;
- तपाईंको घर तयार गर्ने; तथा
- चेतावनीहरू सुन्दै गर्ने।

यी सामान्य कुराहरू गरेमा प्राकृतिक प्रकोपहरूका लागि तयार रहन, यसबाट बच्न, र यसको असर कम गर्न सहायता पुग्छ।

यहाँ आपातकालीन किट तयार गर्न र तपाईंको परिवारका सबैजना सुरक्षित राख्न तपाईंको मद्दत गर्ने विभिन्न सुझावहरू दिइएको छ:

- आपातकालीन किटलाई एउटा सुरक्षित, भेट्न सक्ने ठाउँमा राख्नुहोस्।
- आपातकालीन किट राखिएको ठाउँबारे घरका सबैलाई थाहा होस्।
- आफ्नो किटमा यो आपातकालीन किट जाँचसूचीको प्रति राख्नुहोस्।
- किटमा भएको सर-सामानहरू काम गर्छन् र म्याद समाप्त भएको छैन भन्ने सुनिश्चित गर्नलाई नियमित रुपमा यी वस्तुहरूको जाँच गर्नुहोस्।
- किटमा भएको सामाग्रीहरूबारे र केही आपातकालीन स्थिति आइ परेमा के गर्नु पर्ने हो भनेर घरका सदस्यहरूसँग छलफल गर्नुहोस्।

तपाईंको किटमा सधैं हुनुपर्ने सामाग्रीहरू साथै आँधी तथा भुँवरीको बेला मौसमको चेतावनी जारी हुँदा किटमा थप्नुपर्ने अतिरिक्त वस्तुहरू तलको सूचीमा दिइएको छ।

तपाईंको आपातकालीन किटमा सदा राख्नुपर्ने सामाग्रीहरू

खाद्य तथा पानी

- [ ] विभिन्न प्रकारका नबिग्रने खाद्यवस्तुहरू
- [ ] बोतलको पानी

औषधी तथा सरसफाइका वस्तुहरू

- [ ] प्राथमिक उपचार किट तथा पुस्तिका
- [ ] आवश्यक औषधि, पुर्जी तथा खुराक
- [ ] ट्वाइलेट पेपर
- [ ] टूथब्रश/टूथपेस्ट
- [ ] साबुन/श्याम्पू
- [ ] व्यक्तिगत सरसफाइ सामाग्री

बत्ती

- [ ] फ्ल्याशलाईट/टर्च र थप ब्याट्रीहरू
- [ ] ब्याट्रीले चल्ने लालटिन

सञ्चार सामाग्री

- [ ] ब्याट्रीले चल्ने रेडियो र थप ब्याट्रीहरू
- [ ] पारम्परिक तारवाला टेलिफोन
- [ ] प्रिपेड फोन कार्ड तथा फोन गर्न सिक्काहरू

लुगाफाटा र जुत्ता

- [ ] सबैका लागि तातोसुईटर, वाटरप्रूफ ज्याकेट, टोपी र पञ्जा
- [ ] सबैका लागि खुत्ता ढाकिने जुत्ता वा बूट

औजार तथा आवश्यक चीजबीजहरू

- [ ] सिटी, छुरी, डक्ट/मास्किङ टेप
- [ ] प्लास्टिक गार्वेज ब्याग, बन्धन
- [ ] सुरक्षात्मक चस्मा र घामको चस्मा

मसलन्द सामाग्रीहरू

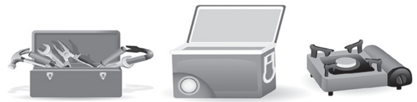
- [ ] बच्चाहरूलाई चाहिने विशेष वस्तुहरू (न्यापी, फर्म्यूला आदि)
- [ ] वृद्ध वा विशेष आवश्यकता भएका मानिसहरूलाई चाहिने विशेष सामाग्रीहरू
- [ ] घरको र गाडीको अतिरिक्त साँचो
- [ ] पाल्तु पशुको खाद्यवस्तु, पानी तथा पशुहरूलाई चाहिने अन्य वस्तुहरू

महत्वपूर्ण कागजातहरू

तपाईंको आपातकालीन किटमा निम्न कागजातहरूको सक्कल अथवा प्रमाणित प्रति राख्नुहोस्। यी कागजातहरूलाई स्क्यान गरेर USB मेमोरी स्टिक वा CD मा हालेर किटमा राख्नुहोस्। यी सबै सामाग्रीहरूलाई एउटा बन्द प्लास्टिकको थैलीमा राख्नुहोस्।

- [ ] तपाईंको घर तथा यसमा भएको वस्तुहरू, गाडी, र बहुमूल्य वस्तुहरूको बिमा गरेको कागजपत्रहरू
- [ ] बहुमूल्य घरेलु सरसामानहरूको लगत
- [ ] इच्छापत्र तथा जीवन बिमाको कागजपत्रहरू
- [ ] घरको धनीपूर्जा/धितोबन्धकको कागज
- [ ] जन्म र विवाह प्रमाणपत्र
- [ ] पासपोर्ट/भिसा विवरण
- [ ] धितो र तमसुकहरू
- [ ] मेडिकेयर, पेन्सन कार्ड, खोपकोविवरण
- [ ] बैंक खाता र क्रेडिट कार्डको विवरण
- [ ] महत्वपूर्ण कम्प्यूटर फाइलहरूको एउटा ब्याक अप प्रति
- [ ] आपातकालीन स्थिति सम्पर्क फोन नम्बरहरू सहितको पारिवारिक आपातकालीन योजना

घरमा तयारी राख्नुपर्ने अन्य आपातकालीन आपूर्तिहरू:



साधारण औजार किट — अतिरिक्त सामाग्रीहरू — क्याम्पमा बाल्ने ओभन र ग्याँसको चुलो

सदा याद राख्नुहोस्

आपातकालीन स्थितिका लागि तयार रहने, यसबाट बच्ने र यसको सामना गर्ने क्रममा तपाईंको परिवारले गर्ने महत्वपूर्ण काम भनेको एउटा आपातकालीन किट तयार गर्नु हो।

घरका सबै जनालाई आपातकालीन किट राखिएको ठाउँबारे थाहा हुनुपर्छ।

नियमित रूपमा आपातकालीन किटमा राखिएको सामाग्रीहरू जाँच गर्ने तथा थप्नु परे थप्ने गर्नुहोस्।

आपातकालीन किट

भुँवरी तथा आँधीको बेला आपातकालीन किटमा राख्नुपर्ने अतिरिक्त सामाग्रीहरू।

बाढ, भुँवरी तथा आँधी जस्ता आपातकालीन स्थिति आउने सम्भावना हुँदा मौसमको चेतावनीहरू जारी गरिन्छ। भुँवरी तथा आँधीको बेला आपातकालीन किटमा निम्न सामाग्रीहरू थप्नुहोस्।

तपाईंको किटमा सदा यी सामाग्रीहरूको मौज्दात राखेमा राम्रो हुन्छ। तथापि, किटमा पर्याप्त ठाउँ नभएमा - अतिरिक्त सामाग्रीहरू घरमा कहाँबाट भेटिन्छ त्यसबारे लेखेर राखेमा चाँडै भेटाउन सकिन्छ। यदि आपातकालीन स्थितिमा तपाईंको घरमा कोही मानिसहरू आएका छन् भने, उनीहरूका लागि पनि आवश्यक सामानहरू राख्नु पर्नेछ।

खाद्य तथा पानी	किटमा	वा अन्य ठाउँमा
तीन दिन पुग्ने नबिग्रने खाद्यवस्तु (साथै ओपनर, पकाउने स्टोभ आदि, थाल रभाँडाकुँडा)	☐	....
बन्द भाँडामा सफा पानी (तीन दिनको लागि प्रति व्यक्ति 10 लिटर सुझाव गरिन्छ)	☐	....
पानी सुद्ध गर्ने चक्की	☐	....

औषधि तथा सरसफाइका वस्तुहरू		
अतिरिक्त औषधिहरू	☐	....
अतिरिक्त प्रशाधन र सरसफाइका वस्तुहरू, सनस्क्रीन कीरा भगाउने औषधि	☐	....
सम्पूर्ण औषधिहरूको पुर्जी र विवरण	☐	....
अतरिक्त चस्मा	☐	....

औजार, सञ्चार सामाग्री तथा आपूर्तिहरू		
झ्यालको लागि ठूलो चौडाको मास्किङ टेप	☐	....
उपकरणहरू बन्द गर्न रेन्च वा पेन्चिसहरू	☐	....
पाल वा टर्पालिन	☐	....
उनी वा थर्मल ब्ल्याङ्केट	☐	....
एउटा मोबाइल फोन, अतिरिक्त ब्याट्री र चार्जर	☐	....

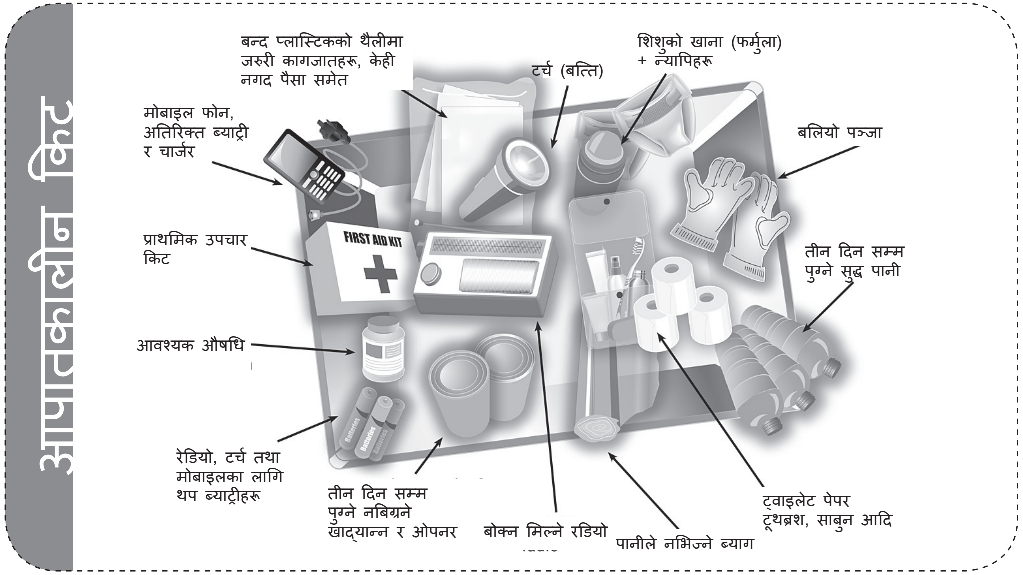
लुगाफाटा तथा जुत्ता	किटमा	वा कुनै निश्चित ठाउँमा
प्रत्येकका लागि फेर्ने लुगा, प्लास्टिकको थैलीमा राखेर	☐	....
अतिरिक्त लुगाफाटा र ओछ्याने सामानहरू	☐	....

मसलन्द सामाग्रीहरू		
बच्चाहरूका लागि अतिरिक्त वस्तुहरू (अतिरिक्त फर्म्यूला, न्यापि आदि)	☐	....
वृद्ध वा विशेष आवश्यकता भएका मानिसहरूका लागि अतिरिक्त सामाग्रीहरू	☐	....
बैंकको टेलर मशिनले काम नगरे चलाउनका लागी केही नगद रकम	☐	....
पाल्तु पशुको- चाहिने वस्तुहरू तथा जानकारी, (जस्तै पशु चिकित्सकको कागजहरू, सिक्री, खाद्य तथा पानी, परिचय ट्याग भएको घाटीको पट्टि, ओछ्यान, लिटर प्यान र स्कूपर, बोक्ने वा बाँध्ने वस्तु, औषधि)	☐	....

आपातकालीन स्थितिमा, बिजुली र पानीको आपूर्तिमा रुकावट आउन सक्छ।

तपाईंसित निम्न कुराहरू पर्याप्त छ भन्ने सुनिश्चित गर्नुहोस्:

इन्धन सहितको बार्बिक्यू वा पोर्टेवल स्टोभ	☐	....
मोबाइल फोनको लागि पूरा चार्ज भएको ब्याट्री	☐	....
टर्च तथा रेडियोको लागि अतिरिक्त ब्याट्री	☐	....
एस्कि वा ग्यास / ब्याट्रीमा चल्ने रेफ्रिजरेटर	☐	....



यो पुस्तिकाको उद्देश्य जानकारी प्रदान गर्नु मात्र हो र यसलाई एउटा असल नियतमा उपलब्ध गरिएको छ। कुनैपनि व्यक्तिले यस पुस्तिकामा उपलब्ध जानकारीमा भरोसा गरेको कारणले भोग्नु परेको वा प्रत्यक्ष वा परोक्ष रूपमा उत्पन्न भएको कुनैपनि हानि वा क्षति (सो का फलस्वरुप हानि वा क्षति लगायत) का सम्बन्धमा कुनैपनि व्यक्तिप्रति सामुदायिक सुरक्षा विभाग, आपातकालीन स्थिति व्यवस्थापन क्वीन्सल्याण्ड तथा राज्य आपातकालीन सेवा जिम्मेवारी रहने छैन।

आपातकालीन स्थितिहरूका लागि तयार रहने सम्बन्धमा थप जानकारीका लागि **www.disaster.qld.gov.au** मा हेर्नुहोस्।

© 2013 Department of Community Safety

Queensland Government