8 आगोलागी पश्चात्

बुशफायर (खुल्ला आगजनी)
सुरक्षा निर्देशिका

पढ्न सरल

Government of South Australia

CFS

तपाईं कतिखेर घर जान सक्नुहुन्छ?

तपाई घर जानुभन्दा अघि सुरक्षित छ कि छैन जाँचबुझ गर्नुहोस्।

निम्न माध्यममा जाँचबुझ गर्नुहोस्ः

- टिभि

- रेडियो

- CFS को वेबसाइट www.cfs.sa.gov.sa

- बुशफायर सूचना हटलाइन
  फोनः 1300 362 361.

तपाईले जे देख्नुहुनेछ त्यसका लागि तयार रहनुहोस्। आफूसँगै कोही साथी लिएर जानुहोस्।

निम्न कुराहरु याद गर्नुहोस्ः

- मैदानमा बिजुली लाइनहरु
- मैदानमा हाँगाहरु
- अझै बलिरहेका चीजहरु
- जनावरहरु
- भत्किएका पर्खालहरु, बाटाहरु र पुलहरु।

आफ्नो घरबाट **तुरुन्तै निक्लिहाल्नुस्**, यदि तपाईं निम्न वस्तुको गन्ध महसुस गर्नुभयो भने,

- ग्यास
- केही बलिरहेको
- खुला ढल

  वा यदि तपाईंले

- ताता कोइला
- पावरमा जोडिएको बिजुली
- होचा रुखहरु वा रुखका हाँगाहरु
- तपाईंको घरको भत्केका भागहरु देख्नु भयो भने।

तपाईं आफ्नो घरमा बस्न सक्नु हुन्न भने के गर्ने?

स्थानीय कल्याणकारी वा सहयोगी समूहहरुलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

आकस्मिक सेवालाई फोन गर्नुहोस्। सेवाहरु त्यो क्षेत्रमा त्यसबेला पनि काम गरिरहेको हुन सक्छन्।

पोलेको घाउ र चोटहरुलाई कसरी हेरचाह गर्ने?

- प्राथमिक उपचारका उपायहरु पढ्नुहोस् र शुरु गर्नुहोस्
- आफूलाई सुरक्षित राख्नुहोस्
- अन्य मानिसहरुलाई खतराबाट पन्छाउनुहोस्
- यदि तपाईंको कपडाहरुमा आगो लागेको छ भने त्यसलाई रोक्न ड्रप रोलको आवश्यकता पर्छ
- तपाईंको पोलेको घाउलाई चिसो बहिरहेको पानीमा 20 मिनेटसम्म राख्नुहोस्।

यदि आकस्मिक अवस्था छ भने 000 नम्बरमा फोन गर्नुहोस्।

तपाईंको स्वास्थ्यलाई कसरी हेरचाह गर्ने?

आकस्मिक सेवाले तपाईंलाई तनाव महसुस हुन सक्छ। आफैंले आफूलाई हेरचाह गर्नुहोस् ताकि तपाईंलाई राम्रो भएको महसुस होस्।

- तपाईंलाई के भएको थियो त्यसका बारेमा कुरा गर्नुहोस्
- आफ्ना केटाकेटीसँग उनीहरु कस्तो अनुभव गर्छन् त्यसबारेमा कुरा गर्नुहोस्
- तपाईं र तपाईंको परिवार सुरक्षित भएको निश्चित गर्नुहोस्।
- यदि सक्नु हुन्छ भने सामान्य काम गर्नुहोस्। उदाहरणका लागि,
  - किनमेल
  - पकाउने काम
  - काम
- आफूसँग कुरा मिल्ने मानिसहरुसँग समय बिताउनुहोस्
- आराम गर्ने समय मिलाउनुहोस्। मनोरञ्जन हुने काम गर्नुहोस्
- निम्न कुराहरुबारेमा सूचना लिनुहोस्ः
  - बुशफायर पश्चात् मानिसहरुले कस्तो महसुस गर्छन्
  - राम्रो महसुस गर्न कति समय लाग्छ

तपाईंले राम्रो अनुभव **नलाग्न** सक्छ। यस्तोमा पेशागत व्यक्तिबाट सहयोग लिनुहोस्। उदाहरणका लागि,

- मनोविज्ञ
- डाक्टर
- विशेष आकस्मिक कार्यकर्ता।

अन्य जानकारीका लागि

बुशफायर जानकारी हटलाइन
फोनः 1300 362 361

टीटीवाई फोनः 133 677
त्यसपछि 1300 362 361 नम्बर माग्नुहोस्

राष्ट्रिय रिले सेवा
फोनः 1300 555 727
त्यसपछि 1300 362 361 नम्बर माग्नुहोस्

वेबसाइटः www.cfs.sa.gov.au

बुशफायर आक्रमण सम्बन्धी स्थानीय भेलामा सहभागी हुनुहोस्।
आफ्नो क्षैत्रमा सामुदायकि आगलागी सुरक्षा समुह शुरू गर्नुहोस वा सहभागी सहभागी हुनुहोस्।

तपाईंले सामाजिक सञ्जाल समेत प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

- Facebook
  www.facebook.com/countryfireservice

- Twitter @CFSTalk

- CFS FireApp (सीएफएसको आगोसम्बन्धी प्रोग्राम) छ कि जाँच हेर्नुहोस्

Scope को सञ्चार स्रोत केन्द्रले २०१३ को अगस्टमा यो सरल अंग्रेजी लेखेको हो। www.scopevic.org.au

यो किताबको मुख्य सक्कल हेर्नका लागि Country Fire Service (CFS) मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

Mayer-Johnson LLC (मेयर- जोनसन एलएलसी) भन्नुहुन्छ, हामीले Picture Communication Symbols (चित्र सञ्चार संकेत) प्रयोग गर्न सक्छौँ। © १९८१-२०१३
Mayer-Johnson LLC (मेयर- जोनसन एलएलसी) भन्नुहुन्छ, हामीले ThinLine (थिनलाइन) सेवा प्रयोग गर्न सक्छौँ। © २०१०-२०१३

Valuing People
Valuing People ClipArt © Inspired Services, UK.
www.inspiredservices.org.uk