

ਆਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕੌਂਡੋ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹੋਮ ਲਈ ਗਾਈਡ



ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਬਿਰੁਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਅੱਧੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਯੂਨਿਟ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕੌਡੋ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹੋਮ? ਇਸ 'ਪਰੀਪੇਅਰਡ ਬੀ ਸੀ' (PreparedBC) ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੰਪਲੈਕਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਤਿਆਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਰੰਤ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਰਿਕਵਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰਾਂ, ਸਟਰੈਟਾ ਕਾਊਂਸਿਲ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਅਤੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਆਏਗੀ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਕਰੇਗੀ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੀ ਅੱਗ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਂ ਨਿਕਾਸੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨਾਲ ਕਰੋ।

ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕੋਈ ਸਟਰੀਟ ਹੋਵੇ, ਕੋਈ 'ਕਲ-ਡੇ-ਸੈਕ' (cul-de-sac), ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੀ ਕੋਈ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹੋਵੇ, ਤਿਆਰ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।



ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ

ਕਦਮ 1: ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ	4
ਸੰਪਰਕ ਯੋਜਨਾ	5
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ	6
ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ	7
ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਕਵਰੇਜ	8
ਕਦਮ 2: ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਪਲੈਕਸ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ	9
ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਲਓ.....	10
ਕਦਮ 3: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨਾ	16
ਇੱਕ 'ਹੋਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ' ਤਿਆਰ ਕਰੋ.....	16
'ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ' ਤਿਆਰ ਕਰੋ	17
ਕਦਮ 4: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ	18
ਇੱਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਪਨਾਹ ਲੈਣੀ.....	18
ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ.....	19
ਕਦਮ 5: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੁੜ ਬਹਾਲੀ ਕਰਨਾ	20
ਘਰ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣਾ (ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਿਆ ਸੀ).....	20
ਸਾਇਕਲੋਜਿਕਲ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸੰਭਾਲ.....	20
ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਲੇਮ.....	21
ਕਦਮ 6: ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ	22
ਵਧੇਰੇ ਸਰੋਤ.....	22



ਕਦਮ 1: ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ

ਤਿਆਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣਾ ਭੂਚਾਲ, ਜੰਗਲੀ ਅੱਗਾਂ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਰਿਕਵਰ ਹੋਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰੇਗਾ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਅਸਾਨ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਮੁਫਤ, ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਗਾਈਡ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ, PreparedBC.ca/EmergencyPlans

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ:

- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫ਼ੋਨ, ਗੈਸ, ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨ
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਤੋਂ ਨਿਕਾਸੀ ਦੇ ਰਸਤੇ ਬਲੌਕ ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ ਜਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਅਲਾਰਮ ਵਜਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣ
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਇਕੱਲੇ ਹੋਵੋ
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਵੇ
- ਕੁਝ ਸੜਕਾਂ ਬਲੌਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਦੁਕਾਨਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਗੈਸ ਸਟੋਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰੱਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ, ਯੂਟਿਲਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਸੰਪਰਕ ਯੋਜਨਾ

ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰਾਂ, ਸਟਰੈਟਾ ਕਾਊਂਸਿਲ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ (ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹਨ) ਦੀ ਇੱਕ ਸੰਪਰਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ, ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਇਸ ਸੂਚੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਫੋਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਨੈਟਵਰਕ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਪਰਕ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚੁਣੋ ਜੋ ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਘਟਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੂਚਾਲ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਨਾਮ

ਫੋਨ ਅਤੇ ਈਮੇਲ

.....

.....

.....

.....

ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:




ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਾਰਜ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੀ ਸਕਰੀਨ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਘਟਾ ਕੇ ਅਤੇ ਪਾਵਰ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਐਪਸ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਬੈਟਰੀ ਬਚਾਓ।



ਵਰਚੁਅਲ ਵੰਗ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਪਤਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪਰਾਈਵੇਟ ਗਰੁੱਪ ਚੈਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਫੇਸਬੁੱਕ ਮੈਸੇਜਰ ਜਾਂ ਵਹੱਟਸਐਪ 'ਤੇ)।

ਸੁਝਾਅ: ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਵਰਗੇ ਵੇਰਵੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੋ।



ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਮੇਰੀ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ
10 ਮਿੰਟ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਮਿਲਣ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ

ਭੂਚਾਲ, ਜੰਗਲੀ ਅੱਗ ਜਾਂ ਹੜ੍ਹ ਵਰਗੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕੋ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕੋ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ 'ਤੇ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਨੇੜੇ ਮਿਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪਰ੍ਹੇਪੱਟੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਬਿਲਡਿੰਗ। ਆਪਣੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਨਿਕਾਸੀ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਸਤਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਲਈ ਵੀ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੀ ਅੱਗ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।



ਸਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਾਡੀ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ:



ਸਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਾਡੀ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ:

ਆਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕੌਡੋ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹੋਮ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ 'ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਪਰੋਗਰਾਮ' ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਚਿਤਾਵਨੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝਾ ਕਰੇਗਾ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਲਰਟ, ਸਾਇਰਨ, ਰੇਡੀਓ ਜਾਂ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਹੋਵੇ। ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਆਫ਼ਤ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈ ਸਕੋ।



ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ



ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ



ਫੋਨ ਨੰਬਰ



ਰੇਡੀਓ ਸਟੇਸ਼ਨ



EmergencyInfoBC

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਅਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਬੰਧਤ ਅੱਪਡੇਟਾਂ ਲਈ X (ਪਹਿਲਾਂ ਟਵਿੱਟਰ) 'ਤੇ @EmergencyInfoBC ਨੂੰ ਫੋਲੋ ਕਰਨ ਜਾਂ [EmergencyInfoBC.ca](https://www.emergencyinfobc.ca) 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਵਰੇਜ

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਹੋਮ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਉਪਾਅ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨਿੱਜੀ ਸਮਾਨ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਪਗਰੇਡ, ਘਰ ਛੱਡਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਟਰੈਟਾ ਕੌਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਟਰੈਟਾ ਫੀਸ ਸਟਰੈਟਾ ਕੌਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ; ਸਟਰੈਟਾ ਫੀਸ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਮਾਲਕ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਭੂਚਾਲ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਸਮੇਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਖਤਰਿਆਂ ਲਈ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਘਟਨਾ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਵਰੇਜ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ (IBC) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ www.ibc.ca ਜਾਂ **1-844-227-5422** 'ਤੇ ਕੌਲ ਕਰੋ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਹਨ ਜੋ ਹੋਮ, ਟੈਨੈਂਟ ਅਤੇ ਬਿਜ਼ਨੈਸ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ (ਭੂਚਾਲ ਕਵਰੇਜ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਮਾਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਵਰੇਜ ਲੱਭਣ ਲਈ ਵੀ, ਆਪਣੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੱਡੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਉਪਲਬਧ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੋ।

ਕਦਮ 2: ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਪਲੈਕਸ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਯੂਨਿਟ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਸੁਰੂਆਤ ਹੈ, ਪਰ ਆਦਰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਕੰਪਲੈਕਸ-ਵਿਆਪੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਸਟਰੈਟਾ ਕੋਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ, ਜੇਕਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਯੋਜਨਾ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਕੰਪਲੈਕਸ-ਵਿਆਪੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ, ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪਰੀਏਅਰਡਨੈਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

bchousing.org/publications/Housing-Provider-Kit-Security-Safety-and-Emergency-Preparedness-Guide.pdf

ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਯਤਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇੱਕ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਦਾ ਨੈਟਵਰਕ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸਟਰੈਟਾ ਕਾਊਂਸਿਲ, ਤਾਂ ਸੁਰੂਆਤ ਲਈ ਇਹ ਵਧੀਆ ਥਾਂਵਾਂ ਹਨ – ਕਿਸੇ ਮੀਟਿੰਗ ਦੇ ਏਜੰਡੇ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਘੱਟ ਰਸਮੀ ਪਹੁੰਚ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਇਕੱਠ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'ਬਾਰਬੀਕਿਊ' ਜਾਂ 'ਪੌਂਟ-ਲਕ' ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗੱਲ-ਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜੋਖਮ ਮੌਜੂਦ ਹਨ? ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਖੇਤਰ ਹੜ੍ਹ ਜਾਂ ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੈ?
- ਕੀ ਹਰ ਕੋਈ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਹੈ?
- ਕਿਸਦੇ ਕੋਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਨਰ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਨੇੜੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਮਿਲਕੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਸਮੇਤ, ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਹੈ? ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ-ਦੂਸਰੇ ਦਾ ਪਤਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਲਓ

ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ, ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਚ ਸਕਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਵਧੇਰੇ ਤਾਲਮੇਲ ਵਾਲੀ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥ ਕਰੇਗਾ।

ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰਾਂ ਨੂੰ, ਸਟਰੈਟੇਜੀਕਾ ਕਾਊਂਸਿਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ, ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ-ਸੰਬੰਧਤ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਫਰਸਟ ਏਡ / ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ.
- ਰੈਪਿਡ ਡੈਮੇਜ ਅਸੈਸਮੈਂਟ (ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਮੁਲਾਂਕਣ)
- ਲਾਈਟ ਸਰਚ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ (ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਲਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤਾਂ ਦੀ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ)
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਤਿਆਰੀ ਰੱਖਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਕਿਸੇ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਕੋ-ਓਪ ਵਜੋਂ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਵਿਖੇ ਨੌਨ-ਪਰੌਫਿਟ ਪੋਰਟਫੋਲੀਓ ਮੈਨੇਜਰ (NPPM) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ, ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.bchousing.org 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਹਾਡਾ ਫਰਸਟ ਨੋਸ਼ਨ, ਮਿਊਨਿਸਿਪੈਲਿਟੀ ਜਾਂ ਰੀਜਨਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਪਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ, ਜਿਸਦਾ ਪਰਭਾਵ ਤੁਹਾਡੀ ਪੂਰੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਜਾਂ ਸਾਰੇ ਕੰਪਲੈਕਸ 'ਤੇ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਅਗਵਾਈ ਲਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ **ਵਾਰਡਨਾਂ** ਅਤੇ **ਚੀਫ਼ ਵਾਰਡਨਾਂ** ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਵੱਡੀਆਂ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਵਾਰਡਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਂ ਨਿਕਾਸੀ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੱਟਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਲਈ **ਫਰਸਟ-ਏਡ ਅਟੈਂਡੈਂਟਸ** ਦੀ ਪਛਾਣ ਵੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਆਉਂਦੇ ਜਾਂ ਬਿਲਡਿੰਗ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਹਰ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਲਈ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।

ਆਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕੌਡੋ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹੋਮ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਵਿਚਲੀ ਸ਼ੀਟ 'ਤੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਲਿਖ ਕੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਮੁੜ-ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।

ਚੀਫ ਵਾਰਡਨ

- ਵਾਰਡਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਸਾਰੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਸੂਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਸਮੇਂ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਸਾਰੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ('ਮੋਬਿਲਿਟੀ ਇਸ਼ੂਜ਼' ਜਾਂ ਮੋਟਰ ਸੱਕਿਲ ਸੰਬੰਧੀ ਅਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਇਹਨਾਂ ਕੋਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਯੂਟਿਲਿਟੀਜ਼ ਕੌਣ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਫ਼ੋਨ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਲੈਣ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੂ-ਵੇਅ ਰੇਡੀਓ।

ਫ਼ਲੋਰ ਵਾਰਡਨ

- ਆਪਣੀ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜ਼ੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮੰਜਿਲ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ।
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਜੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਚੀਫ ਵਾਰਡਨ ਨੂੰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ।
- ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਲਡਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਪਲੈਕਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਕੌਣ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ (ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਉਹ ਨਿਵਾਸੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ 'ਰੈਪਿਡ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਟਰੇਨਿੰਗ' ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਹੋਵੇ)।

ਫਰਸਟ-ਏਡ ਅਟੈਂਡੈਂਟ

- ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਥਾਂ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਚੀਫ ਵਾਰਡਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।
- ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ।

ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ

- ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਕੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਵਾਰਡਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਨਿਵਾਸੀ ਵੀ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੀ ਵਾਰਡਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ।
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ, ਸਟਰੈਟਾ ਕੋਰਪੋਰੇਸ਼ਨ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਜਾਂ ਸਟਰੈਟਾ ਮੈਨੇਜਰ, ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਆਦਿ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਪਤੇ।

ਸਟਰੈਟਾ ਕੋਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ

- ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਪਲੈਕਸ-ਵਿਆਪੀ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਲਈ ਕੌਣ ਜਵਾਬਦੇਹ ਹੈ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ 'ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ।
- ਇਹਨਾਂ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਪਲੈਕਸ-ਵਿਆਪੀ ਯੂਟਿਲਿਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੈਂਡਰੀ ਰੂਮ ਅਤੇ ਪੌੜੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਕੰਪਲੈਕਸ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵੀ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਟਰੈਟਾ ਕਾਊਂਸਿਲ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

ਜ਼ੋਨ ਲੀਡਰ

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀ:

ਸਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀ

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਸਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀ

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਸਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀ

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਯੂਨਿਟ ਨੰਬਰ:

ਨਾਮ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਮ):

ਫੋਨ:

ਈਮੇਲ:

ਹੁਨਰ / ਸਰੋਤ:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜੁਮੇਵਾਰੀ:

ਕਦਮ 3: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨਾ

ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਦੇ ਨਾਲ ਘਰ ਰਹੋ ਜਾਂ
- ਇੱਕ 'ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ' ਲੈ ਕੇ ਤੁਰੰਤ ਨਿਕਲੋ



ਇੱਕ 'ਹੋਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ' ਤਿਆਰ ਕਰੋ

ਸਪਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬੇ ਜਾਂ ਡਫ਼ਲ ਬੈਗ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਕਲੋਜ਼ੈਟ (ਅਲਮਾਰੀ) ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਕਮਰਾ।

ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:

- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਖਰਾਬ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ: ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਸਪਲਾਈ (ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ), ਮੈਨੁਅਲ ਕੈਨ ਓਪਨਰ ਦੇ ਨਾਲ (ਹੱਥ ਨਾਲ ਟਿਨ ਦੇ ਡੱਬੇ ਖੋਲਣ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ)
- ਪਾਣੀ: ਪੀਣ ਲਈ ਅਤੇ ਸਵੱਛਤਾ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਪ੍ਰਬੰਧ (sanitation) ਲਈ ਚਾਰ ਲੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ (ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ) ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ
- ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਚਾਰਜਰ, ਪਾਵਰ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਇਨਵਰਟਰ
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਜਾਂ 'ਹੈਂਡ-ਕਰੈਕ' ਰੇਡੀਓ (ਬਿਨਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਲੀਵਰ ਘੁਮਾ ਕੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ)
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਜਾਂ 'ਹੈਂਡ-ਕਰੈਕ' ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ (ਬਿਨਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਲੀਵਰ ਘੁਮਾ ਕੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ)
- ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ
- ਫਰਸਟ-ਏਡ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ
- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ (toiletries), ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਨਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਜੋੜਾ ਜਾਂ ਕੰਟੈਕਟ ਲੈਂਸ
- ਤੁਹਾਡੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਕਾਪੀ
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਦੇ ਪੇਪਰ ਜਾਂ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ
- ਛੋਟੇ ਨੋਟਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਦ ਰਕਮ
- ਸਰੀਰ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਸਵੱਛਤਾ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਗਾਰਬੇਜ ਬੈਗ ਅਤੇ ਗਿੱਲੇ ਤੌਲੀਏ
- ਮੌਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕੱਪੜੇ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਜੁੱਤੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕੰਬਲ

‘ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ’ ਤਿਆਰ ਕਰੋ

‘ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ’ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣਾ ਅਸਾਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ, ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਲਈ ‘ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ’ ਬਣਾਉਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ।

ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:

- ਭੋਜਨ (ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ) ਅਤੇ ਪਾਣੀ
- ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਚਾਰਜਰ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀ ਬੈਕ
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ‘ਹੈਂਡ-ਕਰੈਕ’ ਛੋਟਾ ਰੇਡੀਓ (ਬਿਨਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਲੀਵਰ ਘੁਮਾ ਕੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ)
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ‘ਹੈਂਡ-ਕਰੈਕ’ ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ (ਬਿਨਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਲੀਵਰ ਘੁਮਾ ਕੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ)
- ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ
- ਛੋਟੀ ਫਰਸਟ-ਏਡ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਦਵਾਈਆਂ
- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਨਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਜੋੜਾ ਜਾਂ ਕੰਟੈਕਟ ਲੈਂਸ
- ਤੁਹਾਡੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਕਾਪੀ
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਦੇ ਪੇਪਰ (ਕਲੇਮ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ
- ਛੋਟੇ ਨੋਟਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਦ ਰਕਮ
- ਇੱਕ ਸਥਾਨਕ ਨਕਸ਼ਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਮਿਲਣ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ
- ਮੌਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕੰਬਲ
- ਪੈਨ ਅਤੇ ਨੋਟਪੈਡ
- ਸੀਟੀ (ਵਿਹਸਲ)

ਸੁਝਾਅ: ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਕੌਡੇਜ਼ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਤਿਆਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਅਹਿਜੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਬਣੇ ਬੈਕਯਾਰਡ ਸ਼ੈਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰਾਸ਼ਨ ਖਰੀਦੇ ਜੋ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਏਅਰ-ਪੈਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਕੰਬਲਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੈਟਰਲ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ। ਸਰੋਤ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਸਟਰੈਟਾ ਕੌਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕਦਮ 4: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਾਪਰੀ ਹੈ ਪਰ ਅਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪਰਤੀ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਇੱਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਅਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:

- ਲਿਫਟ ਜਾਂ ਐਲੀਵੇਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਜਲੀ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਆਪਣੇ ਕੰਪਲੈਕਸ ਤੋਂ ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਰਹੋ
- ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ 'ਬਾਰਬੀਕਿਊ' (BBQs) ਜਾਂ ਕੈਂਪ ਸਟੋਵ (ਚੁੱਲ੍ਹੇ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਫਾਇਰ ਅਲਾਰਮ ਵਜਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣ: ਘਬਰਾਓ ਨਾ!
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਟਰ ਲਾਈਨਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਟਾਇਲਟ ਫਲੱਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜੋਖਮਾਂ ਪਰਤੀ ਕਿਵੇਂ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅਵਾਂ ਲਈ PreparedBC.ca 'ਤੇ ਜਾਓ

ਇੱਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਪਨਾਹ ਲੈਣੀ

ਭੂਚਾਲ ਵਰਗੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਢਾਂਚਾਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਹੈ ਇੱਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਪਨਾਹ ਲੈਣਾ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ – ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹੋ। ਇਹ ਫਰਸਟ ਰਿਸਪਾਂਡਰਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿੱਚ 'ਰੈਪਿਡ ਡੈਮੋਜ਼ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਟਰੇਨਿੰਗ' ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਿੱਥੇ ਹੋ ਉੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ (ਜਾਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ) ਹੈ।

ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰੀ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਹੋਣ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਪਨਾਹ ਲੈਣਾ ਅਸਾਨ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਨੁਭਵ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।



ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ

ਕੁਝ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਦੌਰਾਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੰਗਲੀ ਅੱਗਾਂ ਅਤੇ ਸੁਨਾਮੀ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਘਰ ਜਾਂ ਖੇਤਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿਣ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਭੂਚਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, 'ਰੈਪਿਡ ਡੈਮੋਜ਼ ਅਸੈਸਮੈਂਟ' ਵਿੱਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਇੱਕ 'ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਅਲਰਟ ਜਾਂ ਔਰਡਰ' (ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਜਾਂ ਆਦੇਸ਼) ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਵੀ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਅਲਰਟ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਚਿਤਾਵਨੀ:
ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇਤਲਾਹ 'ਤੇ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਔਰਡਰ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼:
ਤੁਸੀਂ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੋ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਰਿਸਿੰਡ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਰੱਦ:
ਜਾਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੁਣ ਟੱਲ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਅਲਰਟ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਚਿਤਾਵਨੀ:

ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇਤਲਾਹ 'ਤੇ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਅਲਰਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ 'ਗਰੈਬ-ਐਂਡ-ਗੋ-ਬੈਗ', ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਅਤੇ ਖਾਸ ਯਾਦਗਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੈਕ ਕਰਕੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਔਰਡਰ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼

ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੇ ਗਏ ਰਸਤਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਿਆ, ਉਹਨਾਂ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੁਪਰੇਟ ਸਰਵਿਸਿਸ ਸੈਂਟਰ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਭ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ: ਖਾਣਾ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ, ਕੱਪੜੇ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਸੰਕਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਵਿੱਛੜੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਮਿਲਾਪ।

ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਰਿਸਿੰਡ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਰੱਦ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਅਧਿਕਾਰੀ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਾਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੁਣ ਟੱਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਔਰਡਰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵੀ ਇਵੈਕਿਊਏਸ਼ਨ ਅਲਰਟ ਜਾਂ ਔਰਡਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।



ਕਦਮ 5: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੁੜ ਬਹਾਲੀ ਕਰਨਾ ਘਰ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣਾ (ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਿਆ ਸੀ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਦੌਰਾਨ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਘਰ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਓ।

ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਘਰ ਵਾਪਿਸ ਨਾ ਜਾਓ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਦਿੰਦੇ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਨੂੰ ਢਾਂਚਾਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੋਖਮਾਂ ਪੱਖੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਠਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। ਅਸੀਂ ਸਭ ਜੋਖਮਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ, ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਨਾ, ਦਿਲਾਸਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਾਇਕਲੋਜਿਕਲ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸੰਭਾਲ

ਡਰ ਅਤੇ ਘਬਰਾਹਟ ਤਣਾਅਪੂਰਨ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਭਾਵਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪਿਛਲੇ ਸਦਮੇ ਦੀ ਯਾਦ ਤਾਜ਼ਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ:

- ਮਦਦ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ। ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਧੀਆ ਯਾਦਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਔਖੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਆਉਂਦੇ ਹਨ
- ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਬੱਚੇ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖਿਆਲ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੋਗ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿਓ
- ਉਹਨਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਸਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਕੂਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ

ਆਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕੌਡੋ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹੋਮ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਘਬਰਾਹਟ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਮੈਡੀਕਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਜਾਂ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੀਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

- ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਅਤੇ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼
- ਉਦਾਸ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ; ਚੁਸਤੀ-ਫੁਰਤੀ ਘੱਟ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਅਕਸਰ ਰੋਣਾ
- ਘਬਰਾਏ ਹੋਏ ਜਾਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਰਹਿਣਾ
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਣਾ
- ਇੱਕੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਸੁਪਨੇ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਆਉਣਾ

ਸੁਝਾਅ: ਕਿਸੇ ਸਦਮੇ-ਭਰੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਦਦ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸੰਕੋਚ ਨਾ ਕਰੋ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਮੈਟਲ ਹੈਲਥ ਸੁਪੋਰਟ ਲਾਈਨ (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ) **310-6789 (ਕੋਈ ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਨਹੀਂ)** ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਫਰਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਹੈਲਥ ਅਥੌਰਿਟੀ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। www.fnha.ca ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **1-800-588-8717** 'ਤੇ KUU-US ਇੰਡੀਜਨਸ ਕਰਾਇਸਿਸ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕੌਲ ਕਰੋ।

ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਲੇਮ

ਸਫ਼ਾਈ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਰਤੀਨਿਧੀ ਜਾਂ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਕੌਲ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸਕਰਤਾਵਾਂ ਕੋਲ ਕਲੇਮ ਦੀ ਸੇਵਾ 24-ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਿੰਨਾਂ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਵੇਰਵੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਜਾਂ ਜੋ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਗਈਆਂ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ, ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ, ਫੋਟੋਆਂ, ਰਸੀਦਾਂ ਅਤੇ ਵੈਰਿੰਟੀਆਂ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕਰੋ। ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਖਰਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਰਤੀਨਿਧੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸਕਰਤਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਰਤੀਨਿਧੀ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ 'ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ' ਦੇ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਇਨਫੋਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ **1-844-227-5422** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕਦਮ 6: ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਪਲੈਕਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸਦੀ ਕੋਈ 'ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ' ਜਾਂ ਸਟਰੈਟਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੀਟਿੰਗ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ 'ਐਨੁਅਲ ਜਨਰਲ ਮੀਟਿੰਗ' (AGM) ਦੇ ਏਜੰਡੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਨ ਲਈ AGM ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਸੋਸ਼ਲ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰੋ।

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਹਰ ਸਾਲ ਮੇਜ਼ਬਾਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਲਈ ਲੋੜਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਨ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਵੀ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਨਿਯਮਤ ਤਾਰੀਖ ਰਾਹੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਰਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਸਰੋਤ

- ਪਰੀਪੇਅਰਡ ਬੀ ਸੀ (PreparedBC): PreparedBC.ca
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਨਫੋ ਬੀ ਸੀ (EmergencyInfoBC): EmergencyInfoBC.ca
- 'ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ' (Insurance Bureau of Canada): ibc.ca
- ਕੋਂਡੋਮੀਨੀਅਮ ਹੋਮ ਓਨਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਔਫ ਬੀ ਸੀ (Condominium Home Owners Association of BC): choa.bc.ca
- 'ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ' (BC Housing): bchousing.org

ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

