हिन्दी (Hindi)

GET READY

एक योजना बनाएं

यह योजना किसके लिए है?

घर के सदस्य

नाम: संपर्क विवरण:

नाम: संपर्क विवरण:

नाम: संपर्क विवरण:

नाम: संपर्क विवरण:

क्या किसी व्यक्ति की विशेष ज़रूरतें हैं?

क्या आपके परिवार में किसी को खाली करने/छोड़कर जाने के लिए या आपातकाल के दौरान घर में फँसे होने के कारण सहायता की आवश्यकता होगी? क्या कोई व्यक्ति चलने में सहायक या चिकित्सा उपकरणों या अन्य विशेष उपकरणों पर निर्भर है? क्या कोई व्यक्ति निर्दिष्ट (प्रिस्क्रिप्षन) दवाओं पर निर्भर है? यदि बिजली न रहे तो क्या उनके पास तीन दिन या अधिक समय तक चलने भर की (ज़रूरी चीज़ों की) सप्लाई है या कोई अन्य विकल्प हैं?

क्या कोई शिशु या छोटे बच्चे हैं?

यदि दुकानें और सड़कें बंद हो जाएं तो क्या आपके पास तीन दिन या अधिक समय तक चलने भर के लिए नैपीज, फार्मूले (शिशुओं का आहार) आदि हैं? अगर आपको जल्दबाजी में घर छोड़ना पड़े तो क्या आपने एक उठाने योग्य बैग में वस्तुएं भरकर रखी हैं?

कोई पालतू पशु हैं?

आपके पशु आपकी जिम्मेदारी हैं, इसलिए उनको अपनी आपातकालीन योजना में अवश्य शामिल करें। क्या आपके पास तीन दिन या अधिक समय तक चलने भर का भोजन और पानी है? क्या आपके पास उनको ले जाने और सुरक्षित रखने के लिए पिंजरे या कैरियर हैं? यदि आप घर न पहुंच सकें, तो क्या आपके पशुओं को निकालने और उनकी देखभाल करने के लिए आपके पास कोई व्यक्ति है?

कोई अन्य व्यक्ति, जिसे मदद की ज़रूरत हो सकती हो?

क्या कोई मित्र, परिवार, या पड़ोसी हैं, जिनको किसी आपातस्थिति के समय घर में सहायता की या पलायन करने के लिए आपकी मदद की ज़रूरत हो सकती है?

नाम: संपर्क विवरण:

नाम: संपर्क विवरण:

नाम: संपर्क विवरण:

GET READY

एक योजना बनाएं

उपयोगी संपर्क

आपातस्थिति में सदैव 111 डायल करें। अपने काउंसिल की आपातकालीन हॉटलाइन, चिकित्सा केंद्र/चिकित्सक, मकान मालिक, बीमा कंपनी, बिजली कंपनी, डे केयर/स्कूल, कार्य और पारिवारिक सदस्यों के बारे में सोचें।

नामः आपातकालीन सेवाएं — संपर्क विवरणः 111

नामः — संपर्क विवरणः

नामः — संपर्क विवरणः

यदि हम घर न पहुँच सकें

हमारे मिलने का स्थान

यदि कोई आपातस्थिति होने पर आप एक-दूसरे से संपर्क न कर पाएं और अलग हो जाएं, तो कहां मिलेंगे? आप वहां कैसे पहुंचेंगे?

एक पता और निर्देश जोड़ें।

बच्चों को लेने कौन जाएगा?

यदि आप बच्चों को लेने के लिए स्कूल, डे केयर, ऑफ्टर-स्कूल केयर आदि जगहों पर न पहुँच सकें, तो कौन व्यक्ति पहुँचेगा? क्या उनको पता है? क्या स्कूल/डे केयर के पास उनके विवरण हैं?

नामः — संपर्क विवरणः

नामः — संपर्क विवरणः

नामः — संपर्क विवरणः

यदि हम एक दूसरे के साथ संपर्क न कर पाएं

आप किसे बताएंगे कि आप ठीक हैं (स्थानीय टेलीफोन लाइनें काम न करने पर शहर से बाहर किसी व्यक्ति को)

नामः — संपर्क विवरणः

नामः — संपर्क विवरणः

नामः — संपर्क विवरणः

हम किसके द्वारा नई जानकारियां प्राप्त करेंगे

आप ताज़ा खबरें/चेतावनियां कैसे प्राप्त करेंगे? आप कौन से रेडियो स्टेशन सुनेंगे? आप कौन सी वेबसाइटें और सोशल मीडिया पेज देखेंगे?

रेडियो स्टेशन/वेबसाइट/सोशल मीडिया चैनलः

रेडियो स्टेशन/वेबसाइट/सोशल मीडिया चैनलः

रेडियो स्टेशन/वेबसाइट/सोशल मीडिया चैनलः

GET READY

एक योजना बनाएं

यदि हम घर में फंस जाएं

क्या हमारे पास आपातकालीन रसद है

तीन दिन या अधिक समय तक चलने भर का भोजन और पेय (शिशुओं और पालतू पशुओं सहित प्रत्येक के लिए) टार्च, एक रेडियो, और दोनों के लिए बैटरियां? प्राथमिक चिकित्सा/ चिकित्सकीय वस्तुएं? उन सबको एक बड़े बॉक्स में रखना ज़रूरी नहीं है, लेकिन आपको उन्हें अंधेरे में खोजना पड़ सकता है।

इस बारे में विस्तृत टिप्पणियां बनाएं कि ये चीज़ें कहां रखी गई हैं।

क्या हम पानी, बिजली और गैस बंद करना जानते हैं?

इन्हें तभी बंद करें जब कोई रिसाव, या लाइनों में क्षति का आपको संदेह हो, या अधिकारियों द्वारा आपको ऐसा करने का निर्देश दिया जाए। यदि आप गैस बंद करते हैं, तो इसे फिर से चालू करने के लिए आपको किसी पेशेवर की आवश्यकता होगी।

पानी, बिजली, और गैस बंद करने के बारे में विवरण

यदि हमारे यहां बिजली न हो

अगर बिजली न हो तो आपको क्या करना होगा? आप खाना पकाने, वातावरण गर्म रखने, रात में रोशनी के लिए क्या करेंगे (मोमबत्तियों का उपयोग ना करें क्योंकि उनसे आग लगने का खतरा रहता है) ए.टी.एम काम न करने की स्थिति में क्या आपके पास अतिरिक्त नकद धन है? पेट्रोल पम्प काम न करने की स्थिति में क्या आपके पास पर्याप्त ईंधन है?

इस बारे में टिप्पणियां लिखें कि आपके परिवार वालों को क्या करना होगा

यदि हमारे यहां पानी न हो

अगर पानी न हो तो आपको क्या करना होगा? क्या आपके यहां पीने का पानी पर्याप्त मात्रा में रखा है (तीन लीटर प्रति व्यक्ति प्रति दिन, तीन दिनों या अधिक समय के लिए)? क्या आपके यहां आपके पशुओं के लिए पर्याप्त पानी है? आप खाना पकाने और कपड़े साफ करने के काम कैसे करेंगे? टॉयलेट के लिए आप क्या इस्तेमाल करेंगे?

इस बारे में टिप्पणियां लिखें कि आपके परिवार वालों को क्या करना होगा

यदि हमें एकाएक जल्दबाजी में घर छोड़ना पड़े

क्या हमारे पास (ज़रूरी चीज़ों के) उठाने योग्य बैग हैं?

अगर आपको पलायन करना पड़े तो क्या प्रत्येक के पास (ज़रूरी चीज़ों के) उठाने योग्य बैग* हैं? घर में, कार्य पर, कार में?
* एक बैग, जिसमें गर्म कपड़े, टार्च, रेडियो, प्राथमिक चिकित्सा पेटी, स्नैक फूड और पानी मौजूद हों।

इस बारे में विस्तृत टिप्पणी लिखें कि ये उठाने योग्य (ज़रूरी चीज़ों के) बैग कहां रखे गए हैं

GET READY

एक योजना बनाएं

हम कहां जाएंगे?

अगर आपको पलायन करना पड़े, तो आप कहां जाएंगे? आप वहां कैसे पहुंचेंगे? अगर आप समुद्रतट के पास रहते हैं, तो सुनिश्चित करें कि यह सभी जगहें सुनामी पलायन क्षेत्रों से बाहर हों। यदि आप अपने घर न लौट सकें, तो आप कहां ठहरेंगे?

इस बारे में विस्तृत टिप्पणियां लिखें कि आप कहां जाएंगे और आप वहां कैसे पहुँचेंगे।