

# ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ - ਖਤਰਨਾਕ ਹਵਾ

## ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਲੱਭ ਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੋਕਾਂ ਲਗਾ ਕੇ ਖੁਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ।

ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਦੀ ਸਲਾਹ ਜਨਤਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜੋਖਮ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਉਪਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤਾਂ ਦੇਣਗੇ ਜੇਕਰ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਹਰੀ ਖ਼ਤਰਾ ਜੀਵਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਥਾਨ ਛੱਡਣਾ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗਾ।

## ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦੇ ਕਾਰਨ

ਕਈ ਵਾਰ, ਦੂਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦਯੋਗਿਕ ਜਾਂ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਰੇਲਗੱਡੀ ਦੇ ਪਟੜੀ ਤੋਂ ਉਤਰਨ ਦੌਰਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦੂਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੂਸ਼ਕ ਤੱਤ ਹਵਾ ਦੇ ਆਮ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਕਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੈਸਾਂ ਦੇ ਨਿਕਾਸ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੀਬਰਤਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਮਾਨ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜੋਖਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ <http://www.airquality.alberta.ca/> 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸੂਚਿਤ ਰਹਿਣ ਲਈ [AQHI Canada ਐਪ](#) ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।

ਜੇ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਆਓ। ਆਪਣੀਆਂ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸਪਲਾਈਆਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਪਨਾਹ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸੁਣੋ।

## ਸੰਕਟਕਾਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਸੰਕਟਕਾਲ, ਆਫ਼ਤ, ਜਾਂ ਵਿਘਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਇਸਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਜਾਣੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਸਕੋ। ਜਾਇਦਾਦ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਆਪਣੇ ਜੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਸੁਬਾਈ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਡਾਊਨਲੋਡ ਜਾਂ

ਤਿਆਰ ਰਹੋ: [Alberta.ca/BePrepared](http://Alberta.ca/BePrepared)

©2021 ਅਲਬਰਟਾ ਸਰਕਾਰ | 20 ਅਪ੍ਰੈਲ, 2022 | ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ ਮਾਮਲੇ

ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੂਚਿਤ ਰਹੋ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਵੈੱਬਸਾਈਟ।

- ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਕਿਵੇਂ ਲਓਗੇ, ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਕਿੱਟ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਇਕੱਠੀ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਮਦਦ ਦੇ ਆਉਣ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿ ਸਕੋ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਲੱਖਣ ਲੋੜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ, ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਇਦਾਦ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਾਅਵੇ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਲਈ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੈਣਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ।
- ਲਚਕੀਲਾਪਣ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਓ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਘਨ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ ਕਿ ਵੱਖ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ। ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖ ਕੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ। ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਲਾਮਤੀ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਸਪਸ਼ਟ ਸੋਚਣ, ਸੁਚਿਤ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਅਤੇ ਇਹ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਲਈ, [211 ਅਲਬਰਟਾ](#) 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਕਿਹੜੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

## ਸੰਕਟਕਾਲ ਦੌਰਾਨ

ਪਨਾਹ ਲੈਣਾ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹੋ। ਇਹ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਜਾਂ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਅਜੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹਰ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

### ਘਰ

- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਸਮੇਤ (ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ), ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਆਓ
- ਸਾਰੇ ਬਾਹਰੀ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਾਲਾ ਲਗਾਓ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚਲੀ ਹਵਾ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੀ ਹਵਾ ਨਾਲ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪੱਖੇ, ਭੱਠੀਆਂ, ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਏਅਰ ਐਕਸਚੇਂਜ ਯੂਨਿਟਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।
- ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਡ੍ਰਾਇਅਰ ਨਾ ਚਲਾਓ ਜਾਂ ਫਾਇਰਪਲੇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਵੈਂਟ ਅਤੇ ਡੈਂਪਰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ
- ਸਟੇਵ ਅਤੇ ਭੱਠੀਆਂ 'ਤੇ ਮੁੱਖ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਪਾਵਰ ਬ੍ਰੇਕਰ ਅਤੇ ਪਾਇਲਟ ਲਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਬਾਹਰੀ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵਾਲੇ ਖਿੜਕੀ ਰਹਿਤ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਪਨਾਹ ਲਓ।
- ਆਪਣੀ ਪਨਾਹ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸਪਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰੋ। ਪਾਣੀ, ਡਕਟ ਟੇਪ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਸ਼ੀਟ, ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ, ਖ਼ਰਾਬ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਨੈਕ, ਦਵਾਈਆਂ, ਬੈਟਰੀ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਕ ਦੁਆਰਾ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਮਾਸਕ (N95 ਜਾਂ P100 ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ) ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ

ਤਿਆਰ ਰਹੋ: [Alberta.ca/BePrepared](https://www.alberta.ca/BePrepared)

©2021 ਅਲਬਰਟਾ ਸਰਕਾਰ | 20 ਅਪ੍ਰੈਲ, 2022 | ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ ਮਾਮਲੇ

- ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਧੂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਡਕਟ ਟੇਪ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਚਾਦਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ, ਜਾਂ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਵਰਗੇ ਗਿੱਲੇ ਫੈਬਰਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਪਨਾਹ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਵੈਂਟਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਹਸਾਇਣ ਹਵਾ ਨਾਲੋਂ ਭਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੇਸਮੈਂਟ ਦੇ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਿਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੂਚਿਤ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਹੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋ।

**ਬਾਹਰਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਲਗਾਉਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਤਰਨਾਕ ਹਵਾ ਤੋਂ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਸੀਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

## ਵਾਹਨ

- ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਵੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਹੀਟਰ ਜਾਂ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਡ੍ਰਾਈਵ ਕਰਕੇ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰੁਕੋ।
- ਇੰਜਣ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹਵਾ ਅੱਗ ਜਾਂ ਧਮਾਕੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਓਵਰਪਾਸ ਜਾਂ ਨੀਵੇਂ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਪਾਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਜੇਕਰ ਖਤਰਨਾਕ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਗੈਸਾਂ ਹਵਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਵੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਡਕਟ ਟੇਪ ਨਾਲ ਸੀਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕੰਬਲ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਵਰਗੇ ਗਿੱਲੇ ਫੈਬਰਿਕ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

**ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਵੈਂਟਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰਕੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹਵਾ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕੋ। ਸੀਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਚਾਦਰ ਅਤੇ ਡਕਟ ਟੇਪ ਜਾਂ ਗਿੱਲੇ ਫੈਬਰਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।**

## ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ ਉੱਤੇ

ਜੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਵੇਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

## ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੇ ਬਾਹਰ (ਪਨਾਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ)

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਚਲੋ ਜਾਓ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹਵਾ ਕਿਸ ਦਿਸ਼ਾ 'ਚ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਵਾ ਵਗਣ ਵਾਲੀ ਦਿਸ਼ਾ ਤੋਂ 90 ਡਿਗਰੀ ਦੇ ਕੋਣ 'ਤੇ ਦੂਰ ਚਲੋ ਜਾਓ।
- ਹਵਾ ਨੂੰ ਫਿਲਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

**ਤਿਆਰ ਰਹੋ: [Alberta.ca/BePrepared](https://www.alberta.ca/BePrepared)**

©2021 ਅਲਬਰਟਾ ਸਰਕਾਰ | 20 ਅਪ੍ਰੈਲ, 2022 | ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ ਮਾਮਲੇ

ਕਰੋ।

- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਧੁੱਪ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਪਹਿਨੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਰਗੜੋ ਜਾਂ ਛੂਹੋ ਨਾ।

## ਫਾਰਮ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖੇਤਰ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਜਾਂ ਬੰਦ ਨਾ ਛੱਡੋ।

- ਜੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਡ, ਗੜੇ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ।
- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 72 ਘੰਟੇ ਲਈ ਫੀਡ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਛੱਡੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਲਈ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਵਾਟਰਰ)।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਸ਼ੈਲਟਰਾਂ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਥਾਂ ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਹਮਲਾਵਰ ਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ

- ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਆਓ। ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਕਿੱਟ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਵੋ ਜਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ੈਲਟਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖੋ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਨਾਹ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਨਾ ਘੁੰਮਣ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੀ ਪਨਾਹ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿਓ ਜੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ, ਕਲਾਸਰੂਮ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਥਾਨਾਂ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਦਾ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਕੱਢੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪਨਾਹ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

### ਸੰਕਟਕਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

- ਆਪਣੀ ਪਨਾਹ ਤੋਂ ਚਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਹਵਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਹਵਾ ਨਾਲ ਅਦਲਾ-ਬਦਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਨਾ ਮਿਲੇ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਸ਼ੈਲਟਰ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਨਾ ਆਓ।
- ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਹਵਾ ਨੂੰ ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਦੇਣ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹੋ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਹਵਾਦਾਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵੈਂਟ ਖੋਲ੍ਹੋ। ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪਾਵਰ ਬ੍ਰੇਕਰ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀ ਗੈਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਾਪਸ ਚਾਲੂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੈਸ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮੁੜ-ਬਾਲਣਾ ਹੈ।

## ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਦੇਖੋ:

- [ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਕਿੱਟ ਬਣਾਓ](#)
- [ਖ਼ਤਰੇ ਲਈ ਤਿਆਰੀ](#)
- [ਆਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਰਿਕਵਰੀ ਬਾਰੇ ਸਮਰਥਨ](#)
- [ਇੰਸੋਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ](#)

ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ [alberta.ca/BePrepared](https://alberta.ca/BePrepared) 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।