ከጎርፍ በኋላ ወደ ቤት ስለመመለስ

ከጎርፍ በኋላ እንዴት ደህንነትን መጠበቅ እንደሚቻል መረጃ

Amharic | አማርኛ

OFFICIAL

ከጎርፍ በኋላ ወደ ቤትዎ ሲመለሱ እራስዎን እና ቤተሰብዎ ላይ ሊደርስ ከሚችል ጉዳት ወይም ህመም ለመጠበቅ ይህንን መረጃ ያንብቡ።

ወደ ቤት በሰላም እንዴት እንደሚመለሱ

- በጎርፍ ውሃ ውስጥ በጭራሽ አይራመዱ፣ አይዋኙ ወይም አይንዱ፣ ምንም እንኳን ጥልቀት የሌለው ቢሆንም። ለመመለስ ደህንነቱ የተጠበቀ እስኪሆን ድረስ ልጆችን እና የቤት እንስሳትን ያርቁ።
- ከጎርፍ ውሃ እና ከጭቃ ጋር ያለው የቆዳ ንክኪ በሽታ እና ብክለት ሊያስከትል ይችላል። ከጎርፍ ውሃ ጋር ግንኙነትን ያስወግዱ እና እጅዎን በየጊዜው በሳሙና ይታጠቡ።
- በሚያጸዱበት ጊዜ ውሃ የማያስገባ ቦት ጫማ እና የጎማ ወይም የቆዳ ጓንቶችን ያድርጉ።
- ከጎርፍ ውሃ ጋር ንክኪ ሊኖራቸው የሚችሉትን ማናቸውንም ቁስሎች ይሸፍኑ። ጉዳት ከደረሰብዎ ወይም አንድ ነገር ከቀረጥዎት፣ ቁስሉን ያጽዱ እና ወዲያውኑ ዶክተርዎን ያነጋግሩ።
- ቤት ከመግባትዎ በፊት እነዚህን ነገሮች ይመልከቱ:-
  - ✓ የጎርፍ መጥለቅለቁ የሰገራ ፍሳሽ ወደ ቤትዎ እንዲገባ ሊያደርግ ይችላል
  - ✓ የጋዝ ወይም የኤሌክትሪክ አቅርቦት ሊበላሽ ይችላል
  - ✓ የቤትዎ ቅርጸ ሕንጻ ሊጎዳ ይችላል
  - ✓ እባቦች እና ሌሎች እንስሳት በቤትዎ፣ በዳስዎ ወይም በአትክልት ቦታዎ ውስጥ ሊጠለሉ ይችላሉ።
  - ✓ የወባ ትንኞች ሊራቡበት ስለሚችሉ፣ በጓሮዎ ውስጥ የተሰበሰበውን የታቆረ ውሃ ያስወግዱ
  - ✓ ቤትዎ ውስጥ ሻጋታ ካለ፣ ወደ ቤትዎ ከመመለስዎ በፊት ማጽዳት አለብዎት።
- የኤሌክትሪክ ኃይል ከጠፋብዎ በማቀዝቀዣው ውስጥ ያሉትን ምግቦች ወይም መድሃኒቶች ይፈትሹ። እነሱን መጣል ሊያስፈልግዎ ይችላል።
- ተንቀሳቃሽ ጀነሬተር በቤት ውስጥ አይጠቀሙ፦ ምክንያቱም ካርቦን ሞኖክሳይድ ሊያመነጭ ስለሚችል በጣም ሊያሳምምዎት ይችላል።
- ጎርፍ የመጠጥ ውሃዎን ሊበክል ይችላል። የቧንቧ ውሃ ለመጠጥ ደህንነቱ የተጠበቀ መሆኑን ከውሃ ባለስልጣን ያረጋግጡ። በዋና ውሃ ላይ ከሌሉ እና የግል የውሃ አቅርቦትዎ በጎርፉ የተጎዳ ነው ብለው ካሰቡ የአካባቢዎን ምክር ቤት ያነጋግሩ።
- በውሃ መስመሮች፣ በባህር ዳርቻዎች ወይም በመዋኛ ገንዳዎች ውስጥ ሊበከሉ ስለሚችሉ አይዋኙ።
- የጎርፍ መጥለቅለቅ የቤትዎን ክፍሎች እንደ ቧንቧ፣ የሲሚንቶ ንጣፎችን ወይም ማቶኔላ እንዲቀይሩ ሊያደርግ ይችላል። አስቤስቶስ ካገኙ፣ ነገሩን ሳይነካኩ የአካባቢዎን ምክር ቤት ያነጋግሩ።
- የፍሳሽ ውሃ ስርዓትዎ ተጎድቶ ከሆነ የውሃ አጠቃቀምዎን ይቀንሱ እና የቧንቧ ሰራተኛን ያነጋግሩ።

እራስዎን ይንከባከቡ

- የብዙ ስሜቶችን መፈራረቅ ያለ ነው፣ ስለሆነም ራስዎን ለመንከባከብ ትንሽ ጊዜ ይውሰዱ እና ከሚወዷቸው ሰዎች ድጋፍ ማግኘት ይሞክሩ።
- ከመጠን በላይ የመጨነቅ ስሜት ከተሰማዎት፣ ለአእምሮ ጤና እና ደህንነት ማእከል በ 1300 375 330 በመደወል የነፃ ድጋፍ ማግኘት ይችላሉ።
- ስለ ጤንነትዎ የሚያሳስብዎት ከሆነ፣ የቤተሰብ ሐኪምዎን (GP) ይጎብኙ። በአደጋ ጊዜ 000 ይደውሉ። መደወል ካልቻሉ፣ ወደሚቀርበው ሆስፒታል መሄድ አለብዎት።
- እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው በችግር ውስጥ ከሆኑ፣ ላይፍላይን (Lifeline) በ 13 11 14 ወይም ቢዮንድ ብሉ (Beyond Blue) በ 1300 224 636 ይደውሉ።

የገንዘብ ድጋፍ ያግኙ

- ቤትዎ በጎርፍ ከተጎዳ፣ የአንድ ጊዜ የአደጋ ጊዜ ክፍያ ለማግኘት ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። ለበለጠ መረጃ https://emergencypayments.dffh.vic.gov.au ይጎብኙ።
- ቤትዎ ስለተበላሸ መኖር ካልቻሉ ወይም ከ7 ቀናት በላይ ወደ ቤትዎ መድረስ ካልቻሉ እንደገና የማቋቋሚያ እርዳታ ሊገኙ ይችላሉ። ለበለጠ መረጃ፣ https://services.dffh.vic.gov.au/personal-hardship-assistance-program ይጎብኙ።
- የአደጋ ማገገሚያ አበል በከፍተኛ አደጋ ምክንያት ገቢ ላጡ ሰራተኞች እና የግል ነጋዴዎች ይገኛል። አደጋው ከተከሰተ በኋላ እስከ 13 ሳምንታት ድረስ ክፍያዎችን ማግኘት ይችላሉ። ለበለጠ መረጃ https://www.servicesaustralia.gov.au/natural-disaster-events?context=60042 ይጎብኙ።
- ከባድ ጉዳት ከደረሰብዎ ወይም በጎርፍ ምክንያት ቤትዎ ከፍተኛ ጉዳት ከደረሰበት ለአውስትራሊያ መንግስት የአደጋ ማገገሚያ ክፍያ ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። አዋቂዎች 1,000 ዶላር እና ህጻናት 400 ዶላር ሊያገኙ ይችላሉ። ለበለጠ መረጃ https://www.servicesaustralia.gov.au/victorian-floods-october-2022-australian-government-disaster-recovery-payment ይጎብኙ።
- ለጊዜያዊ መጠለያ እና ሌሎች ድጋፎች እርዳታ ለማግኘት ወደ የጎርፍ መልሶ ማቋቋሚያ ቀጥታ መስመር በ 1800 560 760 ይደውሉ።
- በኢንሹራንስ ጉዳዮች ላይ እገዛ ከፈለጉ፣ ለኢንሹራንስ ካውንስል አውስትራሊያ የአደጋ ቀጥታ የስልክ መስመር በ 1800 734 621 ይደውሉ።

ይህን ህትመት በቀላሉ ሊያነቡት በሚችል መልኩ ለመቀበል፣ በ pph.communications@health.vic.gov.au ኢሜይል ያድርጉ