

क्वीन्सलैंड में हमें उम्दा जलवायु और जीवन-शैली प्राप्त है। लेकिन, प्राकृतिक खतरों जैसे कि चक्रवात, तूफान या बाढ़ हमारे पर्यावरण के अवश्यभावी पहलू हैं। इतिहास दिखाता है कि हम इनके खतरों के प्रति उदासीन नहीं रह सकते।

समय निकालकर निम्नलिखित कार्य करके आपात-स्थितियों के लिए तैयारी करें:

- अपनी आपातकालीन योजना बनाएँ;
- अपना आपातकालीन किट बनाएँ;
- अपने घर को तैयार करें; और
- चेतावनियों के प्रति सजग रहें

ये सरल कार्य आपको कुदरती विपदाओं के आघात के लिए तैयार होने, उनसे बचने और उनके प्रभाव को न्यूनतम करने में मदद कर सकते हैं।

यह रहे अपनी आपात-कालीन योजना बनाने के चार चरण:

1. अपने समुदाय में खतरा और विपदा प्रबंधन के जो इंतजाम हैं, उनके बारे में जानकारी एकत्र करें।

- आपके समुदाय को किन खतरों के प्रभाव से निपटना पड़ सकता है? इन खतरों के लिए बनी विपदा प्रबंधन योजनाओं के बारे में क्या कोई जानकारी उपलब्ध है?
- जानकारी और योजनाओं के लिए अपने स्थानीय पुस्तकालय और स्थानीय परिषद में पता करें।
- स्थानीय चेतावनी प्रणालियों, निष्क्रमण प्रक्रियाओं और निर्धारित निष्क्रमण मार्गों के बारे में अपनी स्थानीय परिषद में पता करें।
- अपने कार्यस्थल, विद्यालय और बच्चों की देखरेख करनेवाले प्रदाताओं से उनकी आपातकालीन और निष्क्रमण योजनाओं के बारे में पूछें। उनसे पता करें कि क्या उन्हें आपके घर के आपातकालीन संपर्कों का ब्योरा चाहिए।
- किसी आपात स्थिति के दौरान आपको और आपके परिवार को क्या-क्या स्थानीय समर्थन उपलब्ध है?
- स्थानीय समर्थन अभिकरणों का संपर्क ब्योरा प्राप्त करें और उसे अपनी आपातकालीन योजना में दर्ज करें।
- यदि आपके परिवार को निष्क्रमण करने में

समर्थन की आवश्यकता है, तो पता लगाएँ कि स्थानीय परिषद और समर्थन अभिकरणों से क्या मदद मिल सकती है।

2. संभावित परिदृश्यों और प्रतिक्रियाओं के बारे में अपने परिवार के लोगों के साथ चर्चा करें।

- प्रत्येक खतरे और प्रत्येक संभावित आपात-स्थिति के बारे में चर्चा करें।
- प्रत्येक आपात स्थिति में आप क्या करेंगे?
- जब आपात स्थिति घटित हो, तब आप कहाँ हो सकते हैं?
- आपात स्थिति के प्रकार के अनुसार, तय करें कि आप परिवार के दूसरे लोगों के साथ कैसे संपर्क बनाए रखेंगे और आप सब कहाँ इकट्ठे होंगे।
- क्या सभी लोग मानक आपातकालीन चेतावनी सिग्नल (एसईडब्ल्यूएस) को पहचानते हैं और क्या उन्हें पता है कि जब यह चेतावनी जारी की जाती है तब उन्हें क्या करना है? एसईडब्ल्यूएस के बारे में अधिक जानकारी के लिए [www.disaster.qld.gov.au](http://www.disaster.qld.gov.au) वेबसाइट में पढ़ें।
- क्या सभी को आपके स्थानीय रेडियो स्टेशन में ट्यून-इन करना और अद्यतन जानकारी और चेतावनियाँ सुनना आता है?
- आपको निष्क्रमण के लिए भी तैयारी करनी पड़ सकती है। यदि आप घर लौटने में असमर्थ हों अथवा आपको घर से बाहर जाना पड़े, तो चर्चा करें कि बाकी लोगों को कहाँ जाना है।
- आपात स्थितियों के लिए दो मिलन-स्थल निर्धारित करें, जहाँ सभी लोग आसानी से जा सकते हैं। इनमें से एक आपके घर के निकट होना चाहिए और एक आपके मुहल्ले के बाहर।
- यदि आप और आपके परिवार अलग-थलग पड़ जाएँ, तो इस स्थिति में संपर्क करने के लिए दो पारिवारिक सदस्यों अथवा मित्रों को निर्धारित करें जो आपके साथ नहीं रहते हों (इनमें से एक स्थानीय व्यक्ति होना चाहिए और दूसरा आपके राज्य के बाहर का कोई व्यक्ति)। सुनिश्चित करें कि घर के सभी लोगों को पता है कि इन व्यक्तियों से कैसे संपर्क किया जा सकता है।
- घर के सदस्यों की चिकित्सकीय स्थिति की चर्चा करें। अपने आपातकालीन किट में सभी आवश्यक दवाएँ और उनकी खुराकों की जानकारी शामिल करें।
- चर्चा करें कि आपके पालतू जानवरों के लिए किस तरह की तैयारी आवश्यक है।

3. अपनी आपातकालीन योजना में महत्वपूर्ण ब्योरे दर्ज करें, जैसे:

- आपात स्थिति में संपर्क करने के लिए तथा ऐसे ही अन्य फोन नंबर: तीन शून्य (000); 132 500 (एस ई एस); चिकित्सकीय सेवाएँ, स्थानीय परिषद, बिजली और अन्य सेवा प्रदाता, बीमा प्रदाता, रिश्तेदार और मित्र-गण।
  - घर के सभी लोगों के मोबाइल फोन नंबर, अन्य नंबर, जैसे कार्यस्थल, विद्यालय, बच्चों की देखरेख करनेवाले प्रदाता, मित्र, पड़ोसी, और अपने घर के आपातकालीन संपर्क।
  - आपने जो दो मिलन-स्थल निर्धारित किए हैं, उनका ब्योरा।
  - सभी विशिष्ट चिकित्सकीय स्थितियाँ, आवश्यक दवाएँ और खुराक।
  - आपके पालतू जानवरों का ब्योरा - विवरण, फोटो, पशु-चिकित्सक से संपर्क करने के ब्योरे, दवाएँ।
  - आपके स्थानीय रेडियो स्टेशन की फ्रीक्वेंसी ([www.abc.net.au/local](http://www.abc.net.au/local)), मौसम-विज्ञान ब्योरो की वेबसाइट ([www.bom.gov.au](http://www.bom.gov.au)) और स्थानीय चेतावनियों के लिए टेलिफोन मौसम सेवाएँ।
4. सुनिश्चित करें कि आपके घर के सभी लोग तैयार हैं।
- एक आपातकालीन किट तैयार करें और उसे सुरक्षित और आसानी से पहुँची जा सकनेवाली जगह में रखें।
  - नियमित रूप से अपनी आपातकालीन योजना की समीक्षा करें और उसका अभ्यास करें (हर साल तीन बार)।
  - बच्चों को सिखाएँ कि आपात स्थिति में कब और कैसे तीन शून्य (000) (मोबाइल फोन से 112 का उपयोग करें) पर कॉल करना है। तीन शून्य (000) को तभी फोन करें जब आपको लगे कि आपात स्थिति के कारण जान को खतरा है, या किसी की स्थिति गंभीर या शोचनीय है)।
  - सुनिश्चित करें कि घर के लोगों को प्राथमिक सहायता प्रमाणन प्राप्त हुआ है और वह अभी प्रभावी है। अपने आपातकालीन किट में सभी आवश्यक सामग्रियों से परिपूर्ण प्राथमिक सहायता किट रखें। प्राथमिक सहायता प्रशिक्षण और उपकरण क्वीन्सलैंड एंबुलेन्स सेवा ([www.ambulance.qld.gov.au](http://www.ambulance.qld.gov.au)) से प्राप्त हो सकते हैं।
  - सुनिश्चित करें कि सभी को चेतावनियों के लिए रेडियो को ट्यून करना आता है।
  - अपनी आपातकालीन योजना को सक्रिय करते समय संदर्भ लेने हेतु परिवार के हर सदस्य के लिए आपातकालीन कार्ड निर्मित करें।
  - सुनिश्चित करें कि जब निष्क्रमण आवश्यक हो जाए,

तब सभी को पता है कि कहाँ से, कब और कैसे बिजली और गैस के मुख्य स्रोतों को बंद करना है।

- अपनी आपातकालीन योजना को फ्रिज पर अथवा घरेलू नोटिस बोर्ड पर प्रदर्शित करें और उसकी प्रतियाँ मुख्य-मुख्य मित्रों, परिवार-जनों और पड़ोसियों को दें और उसकी एक प्रति अपने आपातकालीन किट में भी रखें।
- कुदरती विपदाओं के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने और अपने समुदाय को इन विपदाओं के लिए तैयार करने के विचारों से राज्य आपातकालीन सेवा (एस ई एस) जैसी किसी सामुदायिक आपात सेवा संगठन में शामिल होने पर विचार करें। ([www.emergency.qld.gov.au/ses](http://www.emergency.qld.gov.au/ses)).

## हमेशा याद रखें

विपदाओं से निपटने की तैयारियों में अपने घर के सभी लोगों को शामिल करें ताकि सभी को संबंधित जोखिमों की जानकारी रहे और सभी को पता रहे कि आपात-स्थिति में क्या उचित कार्रवाई करनी है।

आपातकालीन योजना का होना आपात स्थितियों के लिए तैयार रहने, उनके दौरान बचे रहने, तथा उनसे निपटने के लिए एक महत्वपूर्ण पूर्वापाय है।

घर के सभी लोगों को पता होना चाहिए कि आपकी आपातकालीन योजना कहाँ रखी हुई है।

अपने घर के सभी लोगों के साथ अपनी आपातकालीन योजना का अभ्यास करें और सुनिश्चित करें कि आपात-स्थिति के समय सभी को पता है कि उन्हें क्या करना है।

© 2011 Department of Community Safety

यह सूचनापत्र केवल जानकारी के लिए है और इसे नेक इरादे से उपलब्ध कराया गया है। किसी के भी द्वारा इस सूचनापत्र में दी गई जानकारी पर निर्भर करने से सीधे अथवा परोक्ष रूप से किसी को भी होने वाली क्षतियों या नुकसानों (जिनमें परिणाम स्वरूप होने वाली क्षति या नुकसान शामिल हैं) के लिए सामुदायिक सुरक्षा, आपातकालीन प्रबंध विभाग क्वीन्सलैंड और राज्य आपातकालीन सेवा किसी भी तरह से उत्तरदायी नहीं होंगे।

आपात स्थितियों के लिए तैयारी करने के बारे में अधिक जानकारी हेतु इस वेबसाइट में पढ़ें - [www.disaster.qld.gov.au](http://www.disaster.qld.gov.au)

# आपातकालीन योजना



घरेलू संपर्क के ब्योरे

नाम	मोबाइल नंबर	ईमेल पता

यदि आप दूसरों से अलग पड़ जाते हैं अथवा निष्क्रमण आवश्यक हो जाए, तो कहाँ दुबारा मिलना है

नजदीक का मिलन स्थल	
पता	
फोन नंबर	
ईमेल पता	
दूर स्थित मिलन स्थल	
पता	
संपर्क फोन नंबर	
ईमेल पता	

नामांकित घरेलू आपातकालीन संपर्क

आस-पास के संपर्क का नाम	
पता	
घर/कार्यस्थल के फोन नंबर	
मोबाइल नंबर	
ईमेल पता	
शहर के बाहर स्थित संपर्क का नाम	
पता	
घर/कार्यस्थल के फोन नंबर	
मोबाइल नंबर	
ईमेल पता	

मुख्य घरेलू आपूर्तियाँ - उनका स्थान और उन्हें कैसे बंद करना है

बिजली		
गैस		
पानी		

महत्वपूर्ण फोन नंबर

पुलिस, आग और एंबुलेन्स	000 तीन शून्य (मोबाइल से 112)
राज्य आपातकालीन सेवाएँ (एसईएस)	132 500
स्थानीय परिषद	
बिजली प्रदाता	
स्थानीय चिकित्सक या शल्य-चिकित्सक	
अस्पताल	
पशु-चिकित्सक	
बीमा प्रदाता	
बच्चों के लिए देखरेख सेवा प्रदाता	
स्थानीय प्राथमिक विद्यालय	
स्थानीय उच्च-माध्यमिक विद्यालय	
कार्यस्थल	
कार्यस्थल	
मौसम-विज्ञान ब्यूरो की फोन सेवा ( <a href="http://www.bom.gov.au/other/voice.shtml">http://www.bom.gov.au/other/voice.shtml</a> )	
मित्र	
मित्र	
पड़ोसी	
पड़ोसी	

चिकित्सकीय जानकारी

दवा	किसे उसकी ज़रूरत है और उसकी क्या खुराक है?

यदि हम घर पर ही रहनेवाले हों तो हम सब कहाँ शरण लेंगे? स्थानीय रेडियो स्टेशन की फ्रीक्वेंसी:

हमारे पालतू जानवर कहाँ शरण लेंगे? \_\_\_\_\_

आपातकालीन योजना का अभ्यास करने की तिथियाँ (हर साल तीन बार)।

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_