

ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਬਾਅਦ

ਅੱਗੋਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਰਿਕਵਰੀ ਲਈ ਗਾਈਡ



bramptonfire.com

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਆਓ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੀਏ

ਬ੍ਰੈਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਵੱਲੋਂ ਸੁਨੇਹਾ	1
ਅੱਗ ਸਬੰਧੀ ਹਾਦਸੇ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ	2
ਕਦਮ ਇੱਕ - ਰਿਕਵਰੀ ਲਈ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ – ਪਹਿਲੇ 24 ਘੰਟੇ	3, 4
ਕਦਮ ਦੋ - ਬੀਮਾ - ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?	5, 7
ਕਦਮ ਤਿੰਨ - ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਸੈਟਲ ਹੋਣਾ	8
ਕਦਮ ਚਾਰ - ਵਾਪਸ ਘਰ ਪਰਤਣਾ - ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ?	9, 10
ਕਦਮ ਪੰਜ - ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈ (ਜੇਕਰ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ)	11
ਕਦਮ ਛੇ - ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ	12, 13, 14
ਕਦਮ ਸੱਤ - ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣਾ - ਗੰਭੀਰ ਹਾਦਸਾ ਤਣਾਅ	15
ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਵੇ? - ਵਸੀਲੇ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ	16, 17
ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ - ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?	18, 19
ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ	19
ਨੋਟਸ - ਬਹੁਮੁੱਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ	20, 21, 22, 23, 24
ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਜੁੜੋ	25

ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਵੱਲੋਂ ਸੁਨੇਹਾ

ਕਿਸੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਦਾ ਹਾਦਸਾ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਬਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਅੱਗ ਦਾ ਛੋਟਾ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਹਾਦਸਾ ਗੰਭੀਰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਅਤੇ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਅੱਗ ਦੀਆਂ ਲਪਟਾਂ, ਗਰਮੀ, ਧੂੰਏਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਗ ਨਾਲ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ, ਤੁਹਾਡੀ ਜੇਬ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਸਰ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧ ਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਤੇ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕੌਣ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਮਲੇ ਦੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪਹਿਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮ ਕੀ ਹਨ?

ਇਹ ਕਿਤਾਬਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੋਜਨ, ਸੈਲਟਰ, ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਵਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਅੱਗ ਠੰਡੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾ ਕੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਬਚਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨੁਕਸਾਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾ ਜਾਓ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਰਿਲੀਜ ਫਾਰਮ (Brampton Fire and Emergency Services Release Form) ਨਾ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਤੋਰ ਤੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਹੌਲ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ (ਕਾਰਸੀਜੇਨਸ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ), ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਉੱਥੇ ਦਾਖਲ ਹੋਣ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੇਕਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। ਪਿੱਛੇ ਬਚੀ ਕਾਲਖ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਮਿਲਣ ਤੇ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਦਾਖਲ ਹੋਵੋ। ਜਿਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਜਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕੀ, ਉਹ ਹੁਣ ਧੂੰਏਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤਬਾਹ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਉਹ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਬਚਾਉਣਾ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਉਸਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ; ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸਫਾਈ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਫਾਇਰ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਸਾਈਟ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੇਗਾ ਕਿ ਯੂਟੀਲਿਟੀਜ (ਪਾਣੀ, ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਨੈਚੁਰਲ ਗੈਸ) ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਜਾਂ ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਹਨ। ਖੁਦ ਯੂਟੀਲਿਟੀਜ ਚਾਲੂ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ, ਆਪਣੇ ਯੂਟੀਲਿਟੀ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਅੱਗ ਦੇ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਰਿਕਵਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਬੇਹੱਦ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਭਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਸਫਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਵਸੀਲੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਸਫਾਈ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ (Brampton Fire and Emergency Services), ਲੋਕਲ ਬਿਲਡਿੰਗ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਏਜੰਟ ਜਾਂ ਬਹਾਲੀ ਮਾਰਚਾਂ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲਵੋ।

ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਤਾਬਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪਰਤਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ।

You are
Not Alone.

ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ: _____

ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦਾ ਸਮਾਂ: _____

ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦਾ ਸਥਾਨ: _____

ਬ੍ਰੈਂਚ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ: 905.874.2700 _____

ਬ੍ਰੈਂਚ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਫਾਇਰ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਰਿਪੋਰਟ ਨੰਬਰ / ਓਕੁਰੈਂਸ ਨੰਬਰ: _____

ਬ੍ਰੈਂਚ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਫਾਇਰ ਇਨਵੈਸਟੀਗੇਟਰ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ: _____

ਓਨਟਾਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ (Ontario Fire Marshal) ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ: _____

ਕਾਰਾਂ ਲਈ ਵਾਹਨ ਆਈਡੈਂਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਨੰਬਰ: _____

ਤਬਾਹ ਹੋਏ ਟਰੱਕ ਅਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ: _____

IMPORTANT

ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਜਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ, ਤੁਹਾਡਾ ਖੁਦ ਦਾ ਜਾਂ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਦੇ ਅਫਸਰ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਘਰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੋਂ ਜਾਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਦਾ ਅਫਸਰ, ਉਸ ਥਾਂ ਤੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ, ਉਹਨਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਜਾਈਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ:

- " ਪਾਸਪੋਰਟ, ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਆਦਿ ਸਮੇਤ ਪਛਾਣ ਸਬੰਧੀ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਕਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਕੁਝ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- " ਇੰਸੂਲਿਨ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਜਾਂ ਦਿਲ ਸਬੰਧੀ ਦਵਾਈ ਸਮੇਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਜਾਈਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਿਫਿਲ ਕਰਵਾ ਸਕੋ ਅਤੇ ਫੇਰ ਪੁਰਾਣੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰ ਦਿਓ।
- " ਬਹੁਮੁਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਬੀਮਾ ਪਾਲਸੀਆਂ, ਗਹਿਣੇ, ਐਨਕਾਂ, ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਸੁਣਨ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ, ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਡਿਵਾਈਸਾਂ, ਪੈਸੇ, ਸੈਲ ਫੋਨ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਚੈੱਕ ਬੁੱਕ, ਬੈਂਕ ਬੁੱਕਸ ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿੱਜੀ ਸਹਾਇਕ ਵਸਤਾਂ
- " ਇਸ ਵੇਲੇ, ਆਪਣੀ ਤਿਜੋਰੀ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਆਈ ਤਿਜੋਰੀ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਬੇਹੱਦ ਗਰਮ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤਿਜੋਰੀ ਠੰਡੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁਲ੍ਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਦੇ, ਅੰਦਰ ਦੇ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਨਾਲ, ਸਮਾਨ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਅੱਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਜਾਂ ਲੀਜ ਤੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੈਲਟਰ, ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਪਾਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਸੰਗਠਨ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਪੇਜ 16, ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਜਾਓ।



ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ ਸੰਪਰਕ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਲਈ

(3-1-1) ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ।

905.450.1996
ਪੀਲ ਸੈਂਟਰਲ ਇਨਟੈਕ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (Peel
Central Intake Helpline) (24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ
ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਦਿਨ)

905.451.6108
ਸਾਲਵੇਸ਼ਨ ਆਰਮੀ – ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਵਾਂ
(Salvation Army – Women with
Children)

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਪੇਜ 5, ਬੀਮਾ ਤੇ ਜਾਓ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਗਠਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਪੇਜ 16, ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਜਾਓ
- ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕਰਵਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਇੱਕ ਕਾਂਟਰੈਕਟਰ ਅਸਾਈਨ ਕਰੇਗੀ, ਜੋ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕੰਮ ਸੰਭਾਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇ ਕੋਈ ਕਾਂਟਰੈਕਟਰ ਅਸਾਈਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:
 - " ਛੱਤ ਜਾਂ ਬਾਹਰੀ ਕੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੁਰਾਖਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋ
 - " ਵਾਟਰਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰੋ, ਜੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਗੀਆਂ (ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਾਂਟਰੈਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ)
 - " ਟੁੱਟੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਤੇ ਪਲਾਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀ ਲਗਾਓ
 - " ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਂਟਰੈਕਟਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ Google (ਗੂਗਲ) ਤੇ [ਅੱਗ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਰੀਸਟੋਰੇਸ਼ਨ ਕੰਪਨੀਆਂ \(Fire and Water Damage Restoration Companies\)](#) ਖੋਜ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਫਾਈ ਲਈ ਰੀਸਟੋਰੇਸ਼ਨ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:
 - " ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ
 - " ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਸਬੰਧੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ
 - " ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਸਬੰਧੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨਾ
 - " ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਜਾਂ ਨਵਿਆਉਣ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਰਚੇ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ
 - " ਘਰੇਲੂ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪੈਕ, ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ
 - " ਸਫਾਈ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਵਾਲੇ ਸਬਕਾਂਟਰੈਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਤੇ ਰੱਖਣਾ



ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਆਪਣੇ ਏਜੰਟ/ਬ੍ਰੋਕਰ ਜਾਂ ਬੀਮਾ ਆਫਿਸ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ; ਕਈ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀਆਂ 24-ਘੰਟੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾਅਵੇ ਲਾਈਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸੁਰੂਆਤੀ ਕਾਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ।

ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਤਾਰੀਖ: _____

ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ / ਬ੍ਰੋਕਰ: _____

ਪਾਲਸੀ ਨੰ.: _____

ਏਜੰਟ ਦਾ ਨਾਮ: _____

ਆਫਿਸ ਦਾ ਫੋਨ: _____

ਸੈੱਲ ਫੋਨ: _____

ਈਮੇਲ: _____

ਅੱਗ ਤੋਂ ਰਿਕਵਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਬੀਮਾ ਹੀ, ਇੱਕੋ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਚੀਜ਼ ਹੋਵੇਗੀ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਪਾਲਸੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਬੀਮਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਕਾਂਟਰੈਕਟ ਹੈ। ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀਆਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਡਿਊਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

" ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਬੀਮਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨੁਕਸਾਨ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਬਾਅਦ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਦਿਓ। ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਰਸਮੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ, ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 30-60 ਦਿਨ) ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰ ਪੁੱਛੋ।

ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਨ।
- ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤੇ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਵਿੱਚ ਹੱਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਮੋਰਗੇਜੇਸ, ਕਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਹੋਲਡਰ, ਵੱਖਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਤਲਾਕਸ਼ੁਦਾ ਜੀਵਨਸਾਥੀ
- ਬਿਲਡਿੰਗ ਪਲਾਨ ਅਤੇ ਮੂਲ ਘਰ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮੁਰੰਮਤਾਂ ਲਈ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਅਨੁਮਾਨ
- ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਸਮਾਨ ਦੀ ਸੂਚੀ
- ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਵਾਧੂ ਖਰਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਯੋਗ ਨਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ

" ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਪੇਜ 4 ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਸਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਬੀਮਾ ਦਾਅਵਾ ਫਾਈਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਦਦ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ:

- " **ਦੇ ਨੋਟਬੁੱਕਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ:** ਇੱਕ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ, ਨੋਟਸ ਅਤੇ ਅੱਗ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨ ਲਈ; ਦੂਜੀ, ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨ ਲਈ
- " ਦੇਵੋ ਨੋਟਬੁੱਕਸ ਲਈ, ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਟਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ
- " ਕਦੇ ਵੀ ਮੂਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਾ ਦਿਓ; ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਕੋਈ ਇਨਵੇਇਸ ਜਾਂ ਬਿਡ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਬਣਾਓ



ਬੀਮਾ-ਸਬੰਧਿਤ ਹਰੇਕ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਬਣਾਓ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:

- "ਫੋਨ ਕਾਲ/ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਅਤੇ ਸਮਾਂ "ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਨਾਮ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਹੋਈ ਹੈ "ਚਰਚਾ ਕੀਤੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ
- "ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮ, ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ ਅਤੇ ਕੌਣ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ
- "ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਾਰਡ ਨਿਯਤ ਕਰੋ, ਬੈਕਅੱਪ ਲਈ ਆਪਣੀ ਮਾਸਿਕ ਕ੍ਰੈਡਿਟ-ਕਾਰਡ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਰੱਖੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਬੀਮਾ ਪਾਲਸੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ:

- " ਆਪਣੇ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਭੇਜੇ, ਈਮੇਲ ਕਰੇ ਜਾਂ ਲਿਆ ਕੇ ਦੇਵੇ
- " ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਪਾਲਸੀ ਦੇ ਖਾਸ ਵੇਰਵੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਦਾਅਵਾ ਚੈੱਕ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੋਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਹੋਰ ਸੈਟਲਮੈਂਟਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਬੀਮਾ ਅਕਾਊਂਟ ਵਜੋਂ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਪੈਸਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਅਕਾਊਂਟ ਖਾਲੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ
- " ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ, ਕਿਹੜੇ "ਅਕਾਊਂਟ" ਤੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੀਮੇ ਦਾ ਪੈਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀਬਿਲਡਿੰਗ/ਬਹਾਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਜੇਕਰ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਇਹ ਅੰਸ਼ਕ ਹੈ ਜਾਂ ਫਾਈਨਲ ਭੁਗਤਾਨ ਹੈ। ਫਾਈਨਲ ਭੁਗਤਾਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਫਾਈਨਲ ਅੱਫਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਧੂ ਫੰਡਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ

ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਏਜੰਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਵਾਲ:

- " ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦੋਂ ਆਵੇਗਾ? ਇਹ ਤੁਰੰਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- " ਕੀ ਬੀਮਾ ਏਜੰਟ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਘਰ ਅਤੇ ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਵੇਰਵੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮੈਨੂੰ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- " ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਵੇਰਵੇ ਦੇ ਵਰਣਨ ਲਈ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਕੌਣ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ?
- " ਮੈਂ ਅੱਗੇ ਕਿਵੇਂ ਵਧਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਦਾਅਵੇ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਫਾਰਮਾਂ ਜਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- " ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ/ਤੁਰੰਤ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਕਰਨ ਯੋਗ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ ਕੀ ਹੈ?
- " ਮੇਰੀ ਪਾਲਸੀ ਹੇਠ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ: ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਅਸਥਾਈ ਖਰਚੇ, ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਜਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਿੱਜੀ ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਵਾਹਨ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ, ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ?
- " ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋਰਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇ ਜਾਂ ਪੰਪ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਕੱਢਣਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਏਜੰਟ/ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਰੀਸਟੋਰੇਸ਼ਨ ਕੰਪਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਵੇ, ਜੇ ਅੱਗ, ਧੂੰਏਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਸਬੰਧੀ ਮਾਹਰ ਹੋਣ, ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਬਿਲਡਿੰਗ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹਟਾਉਣਾ ਜਾਂ ਰੀਸਟੋਰ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- " ਕੀ ਫਾਇਰ ਰੀਸਟੋਰੇਸ਼ਨ ਮਾਹਰ ਦਾ ਖਰਚਾ ਮੇਰੀ ਪਾਲਸੀ ਵਿੱਚ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?
- " ਕੀ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਵੱਲੋਂ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ?
- " ਕੀ ਫਾਇਰ ਰਿਪੋਰਟ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ?

ਫਾਇਰ ਰਿਪੋਰਟ ਇੱਕ ਪਬਲਿਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅੱਗ ਦੇ ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਆਮ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ: ਤਾਰੀਖ, ਸਮਾਂ, ਸਥਾਨ, ਅੱਗ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਰ ਅਤੇ ਕਿਸਨੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕੀਤੀ। ਫਾਇਰ ਰਿਪੋਰਟ, ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਸਨੀਕ ਲਈ, fire.prevention@brampton.ca ਤੇ ਈਮੇਲ ਬੇਨਤੀ ਭੇਜ ਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ:

- ਹਾਦਸੇ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
- ਹਾਦਸੇ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਪਤਾ
- ਹਾਦਸੇ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨਤ ਸਮਾਂ
- ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਓਕਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (Occurrence Number)
- ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦਾ ਫੋਟੋਗ੍ਰਾਫ

ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸਬੰਧੀ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ? ਸਾਰੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਲਈ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਹੈ:

- " ਮੇਕ, ਮਾਡਲ, ਸੀਰੀਅਲ ਨੰਬਰ
- " ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
- " ਖਰੀਦ ਲਾਗਤ
- " ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਵਰਣਨ
- " ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨ
- " ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਅਤੇ ਪੇਜੈਸ਼ਨਸ ਦੋਵਾਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਡਾ ਰਸਮੀ ਦਾਅਵਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ
- " ਉਹ ਤਾਰੀਖ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਬੀਮਾ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ
- " ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਨੁਕਸਾਨ ਬੀਮਾ ਵੱਲੋਂ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?



ਹਾਊਸਿੰਗ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅੱਗ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਅਸਥਾਈ ਘਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਤਤਕਾਲ/ਸਦਮੇ ਨੂੰ ਭੁਲਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਰੱਖਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਸੰਗਠਨ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪੇਜ 16 ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਦੇਖੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਅਸਥਾਈ ਪੁਨਰਵਾਸ ਬਾਰੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ

ਕਿਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਵੋ, ਤਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਪਤੇ ਵਿੱਚ ਅਸਥਾਈ ਬਦਲਾਅ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- " ਤੁਹਾਡਾ ਬੀਮਾ ਏਜੰਟ ਜਾਂ ਸਮਾਯੋਜਕ
- " ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ
- " ਇੰਪਲਾਇਰ
- " ਮੇਰਗੇਜ ਕੰਪਨੀ
- " ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਕੰਪਨੀ/ਕੰਪਨੀਆਂ " ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ (Canada Post) (ਮੇਲ ਰੀ-ਡਾਇਰੈਕਸ਼ਨ ਲਈ) " ਗਵਾਂਢੀ (ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਨੂੰ)
- " ਬੈਂਕ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਗਏ ਚੈੱਕਾਂ/ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ/ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ)
- " ਸਕੂਲ
- " ਡਿਲੀਵਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ: ਸਬਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਾਂ: ਅਖਬਾਰ, ਰਸਾਲੇ)
- " ਯੂਟੀਲਿਟੀ ਪ੍ਰਦਾਤਾ (ਹਾਈਡ੍ਰੋ, ਗੈਸ, ਟੈਲੀਫੋਨ/ ਸੈੱਲ ਫੋਨ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਕੇਬਲ)



ਪੈਟਸ

ਪੈਟਸ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਕੇ ਅਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਸਪ੍ਰੇ ਕਰਨਾ, ਫਰਸ਼ਾਂ ਤੇ ਪਖਾਨਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਖੁਰਚਣਾ/ਕੱਟਣਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਪੈਟਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਨਿਯਮਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਇਸਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਪੈਟਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਬੋਰਡਿੰਗ ਫੈਸਿਲਿਟੀ ਕੋਲ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜਾਨਵਰ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਖੇਜੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾਵੇ।

- " ਪੈਟਸ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਖਿਡੌਣੇ, ਕੰਬਲ ਜਾਂ ਮਨਪਸੰਦ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਵਰਤੋ
- " ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਪੈਟਸ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਿਯਮਿਤ ਭੋਜਨ ਖਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- " ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪੈਟਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਓ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੁਝ ਦੇਰ ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾਓ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਪੈਟਸ, ਅੱਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਗੁਆਚ ਜਾਣੇ ਜਾਂ ਬਚ ਕੇ ਨਿੱਕਲ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗਵਾਂਢ ਵਿੱਚ ਘੁੰਮ-ਘੁੰਮ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪੈਟਸ ਦਾ ਨਾਮ ਬੋਲਦੇ ਹੋਏ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਹੋਏ ਹੋਣ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਐਨੀਮਲ ਸੈਲਟਰ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਇਸਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਗਵਾਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸੋਸਲ ਮੀਡੀਆ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਫਲਾਇਰ ਵੰਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਚਲੇ ਗਏ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੈਟਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੈਲਟਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵਸੀਲੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਦਾ ਐਨੀਮਲ ਸਰਵਿਸਿਜ (Animal Services), ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਟਸ ਲਈ ਅਸਥਾਈ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿਵ ਕਸਟਡੀ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

3-1-1

ਇੱਕ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਸਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

905.458.5800 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 63177

ਸਿਟੀ ਆਫ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ – ਐਨੀਮਲ ਸਰਵਿਸਿਜ

www.brampton.ca/EN/Animal-Services



ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਦੇ ਆਫਿਸ (ਜੇਕਰ ਅਜੇ ਵੀ ਘਟਨਾ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਹੈ) ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਵੋ। ਜੇਕਰ ਬਿਲਡਿੰਗ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਦੇ ਆਫਿਸ ਵੱਲੋਂ, ਦਾਖਲ ਨਾ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਅੱਗ ਸਬੰਧੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਜਾਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਦੇ ਆਫਿਸ ਇਨਵੈਸਟੀਗੇਟਰ ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਵੋ।

ਬ੍ਰੈਂਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ – ਫਾਇਰ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ ਡਿਵੀਜ਼ਨ

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ (ਸਵੇਰੇ 8:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:00 ਵਜੇ ਤੱਕ) – 905.874.2740

ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਦਾ ਆਫਿਸ

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ (ਸਵੇਰੇ 8:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5:00 ਵਜੇ ਤੱਕ) –

1.800.565.1842 ਕਾਰਜ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ: 1.800.461.2281

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਹੇਠਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਬਿਹਤਰ ਪੱਧਰੀਆਂ ਦੀ ਗਾਈਡ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਗਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗੀ ਕਿ ਵਸਤ/ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ – ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਬਾਹਰ ਘੁੰਮ ਕੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਖਤਰੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਜਲੀ ਦੀਆਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਦੇਖੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ। ਜੇਕਰ ਨੈਚੁਰਲ ਗੈਸ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕ ਆ ਰਹੀ ਹੋਵੇ (ਗਲੇ ਸੜੇ ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕ ਵਾਂਗ), ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਗੈਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਨਾ ਹੋਵੋ।

ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ:

- " ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ: ਫਲੈਸ਼ਲਾਈਟ (ਦਿਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ), ਡਸਟ ਮਾਸਕ, ਹਾਰਡ ਟੋਪੀ ਅਤੇ ਦਸਤਾਨੇ, ਸਖਤ ਤਲੇ ਵਾਲੇ ਜੁੱਤੇ, ਕੈਮਰਾ, ਵੀਡੀਓ ਰਿਕਾਰਡਰ, ਕ੍ਰੈਬਰ (ਬੇਝ ਚੁੱਕਣ ਵਾਲੀ ਡੰਡੀ), ਹਥੌੜਾ, ਧਾਤੂਕਾਰ ਆਰੀ, ਰੂੜੇ ਵਾਸਤੇ ਥੈਲੇ, ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ
- " ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਫਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਵਾ ਦਾ ਪੂਰਾ ਸੰਚਾਰ ਹੋਵੇ
- " ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- " ਖਰਾਬ ਰੈਗਜ਼ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧਾਤੂ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਉਸਦਾ ਢੱਕਣ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ

ਚਿਤਾਵਨੀ: ਮਿਸ਼ਰਣਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪੈਟਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ

- " ਕਦੇ ਵੀ ਸਫਾਈ ਵਾਲੇ ਘੋਲਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲਾਓ " ਕਦੇ ਵੀ ਅਮੋਨੀਆ ਨੂੰ ਬਲੀਚ ਨਾਲ ਨਾ ਮਿਲਾਓ " ਕਦੇ ਵੀ ਸਫਾਈ ਲਈ ਗੈਸੋਲਾਈਨ ਨਾ ਵਰਤੋ
- " ਗਿੱਲੇ/ਸੁੱਕੇ ਵੈਕਯੂਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਵੈਕਯੂਮ ਕਰੋ



- " ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਦੁਬਾਰਾ ਦਾਖਲ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਕੁਝ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਰਟੀਫਿਸ਼ੀਅਲ ਲਾਈਟ ਪਾਵਰ ਬੰਦ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੈਚੁਰਲ ਗੈਸ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕ ਜਾਂ ਅਵਾਜ਼ ਆਵੇ (ਇਹ ਹਿਸਿੰਗ/ਬਲੋਇੰਗ ਮਾਰਨ ਵਰਗੀ ਅਵਾਜ਼ ਕੱਢ ਸਕਦੀ ਹੈ), ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਬਿਲਡਿੰਗ ਤੋਂ ਨਿੱਕਲ ਜਾਵੋ ਅਤੇ 9-1-1 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
- " ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯੂਟੀਲਿਟੀਜ਼ ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਰੀਕਨੈਕਟ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੀਕਨੈਕਟ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਯੂਟੀਲਿਟੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
- " ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ ਇਲੈਕਟ੍ਰੀਕਲ ਬੋਕਸ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਕਿ ਪਾਵਰ ਬੰਦ ਹੈ। ਬੋਕਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਦੀ ਨਾ ਲੰਘੋ। ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ, ਇਲੈਕਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨ ਨੂੰ ਬੁਲਾਓ। **ਯਾਦ ਰੱਖੋ:** ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ, ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸੁਮੇਲ ਹਨ
- " ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦਾ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਲਪਟਾਂ, ਤਾਪ, ਨਮੀ ਜਾਂ ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ
ਰੀਜਨ ਆਫ ਪੀਲ (Region of Peel) ਨੂੰ 905.791.7800 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ www.peelregion.ca/waste ਤੇ ਜਾਓ
- " ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੋਚ ਕੇ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੀ ਬਚਾਉਣ ਲਾਇਕ ਹੈ, ਕੁਝ ਵਸਤਾਂ ਤੋਂ ਕਾਲਖ ਅਤੇ ਧੂੰਆਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸਫਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਪੈਸਾ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੈਸਾ/ਬੈਂਡਸ ਹਨ, ਜੋ ਅੱਗ ਨਾਲ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ ਤੇ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕੇ, ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਆਪਣੇ ਸਬੂਤ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰੋ।
ਨੋਟਾਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਾਖ ਜਾਂ ਬਿਲ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਬੂਤ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਰੈਪ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਸਬੂਤ ਦਾ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ, ਪੈਸੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਹੇਠ ਪੇਜ 16 ਦੇਖੋ

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰਨਾ

ਉਹਨਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜੋ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ। ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੈਸੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਰਸੀਦਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰਸੀਦਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ



ਤਾਪ, ਧੂੰਆਂ, ਜ਼ਹਿਰਲੀਆਂ ਭਾਫਾਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖਤਰਾ ਮੁੱਲ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਜੇਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰਨਾ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ

ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ, ਗੱਤੇ ਜਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਵਿੱਚ ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ, ਜਾਂ ਤਾਪ, ਧੂੰਏਂ, ਜ਼ਹਿਰਲੀਆਂ ਭਾਫਾਂ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਫ੍ਰੈਜ਼ਨ ਭੋਜਨ

ਫ੍ਰੈਜ਼ਨ ਭੋਜਨ ਸੰਭਵ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੀ ਪਾਵਰ ਬੰਦ ਨਾ ਹੋਈ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਭੋਜਨ ਸੁੱਟ ਦਿਓ - **ਜੇਕਰ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ**। ਜੇ ਭੋਜਨ ਫ੍ਰੈਜ਼ਨ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਠੀਕ ਹੋਵੇਗਾ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਤੀਬਰ ਤਾਪ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਇਆ ਹੋਵੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਚੱਲਣਾ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਬੰਦ ਰੱਖੋ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਫ੍ਰੈਜ਼ਨ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਇੰਸੁਲੇਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ, ਜੋ ਪਿਘਲ ਗਿਆ ਹੈ



ਫ੍ਰਿਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਭੋਜਨ

ਫ੍ਰਿਜ ਭੋਜਨ ਨੂੰ 40°C (37°F) ਤੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਬਚੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰੋ – **ਜੇਕਰ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ! ਸਾਵਧਾਨੀ** – ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਾ ਖਾਓ, ਨਾ ਪੀਓ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਨਾ ਲਵੋ, ਜੋ ਲਪਟਾਂ, ਧੂੰਏਂ, ਕਾਲਖ ਜਾਂ ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਗਏ ਪਾਣੀ ਦੇ ਕੋਲ ਰੱਖਿਆ ਸੀ

ਕੈਨਡ ਫੂਡ (Canned Food)

ਡੱਬਾਬੰਦ ਜਾਰਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤਾਪ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੀਲ ਟੁੱਟ ਗਈ ਹੋਵੇ। ਅਜਿਹੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਫੁੱਲ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਡੱਬੇ ਤੇ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿੱਬ ਪਏ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਸਤੇ ਜੰਗ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਕੈਨਸ ਸਿੱਧੇ ਤਾਪ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਈਆਂ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਮਿਲੇ ਬਲੀਚ ਦੇ ਘੋਲ ਨਾਲ ਬਾਹਰੋਂ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। **ਸਾਵਧਾਨੀ** – ਮਿਸ਼ਰਣਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪੈਟਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ



ਕੱਚ ਦੇ ਜਾਰਸ

ਜਾਰਸ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਾਰਾ ਭੋਜਨ ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਕਾਫੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤਾਪ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਸੀਲ ਟੁੱਟ ਗਈ ਹੋਵੇ

ਦਵਾਈ

ਉਹ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ, ਜੋ ਅੱਗ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਈ ਹੋਵੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੇਖਮ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਦਵਾਈ ਦਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਬੇੜਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ



ਧੁੰਦੇ ਦੀ ਗੰਧ ਅਤੇ ਕਾਲਖ

ਧੁੰਦੇ ਦੀ ਗੰਧ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਕਮਰੇ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਸ਼ੀਟਾਂ ਨਾਲ ਸੀਲ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਕਾਲਖ, ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਜਾਵੇ। ਗੰਧ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਸਿਰਕੇ, ਵਨੀਲਾ ਜਾਂ ਐਕਟੀਵੇਟੇਡ ਚਾਰਕੋਲ ਦੇ ਛੋਟੇ ਸੈਂਸਰ (Saucers) ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਗੰਧ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜੋ ਐਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਧੁੰਦੇ ਦੀ ਗੰਧ ਨਾ ਹਟਾ ਸਕੋ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। Google (ਗੂਗਲ) ਖੋਜ: **ਅੱਗ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਰੀਸਟੋਰੇਸ਼ਨ ਕੰਪਨੀਆਂ**

- " ਗਿੱਲੇ/ਸੁੱਕੇ ਵੈਕੂਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਵੈਕੂਮ ਕਰੋ
- " ਸਾਰੇ ਫਰਨੇਸ ਫਿਲਟਰ ਬਦਲੋ
- " ਗੀਟਿੰਗ ਡਕਟਸ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਫਰਨੇਸ ਕਲੀਨਿੰਗ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰਵਾਓ
- " ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖਰਾਬ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸਾਫ ਕੀਤੇ ਗਏ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪੂਰੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ



ਫਰਨੇਸ ਅਤੇ ਪਲੰਬਿੰਗ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਫਰਨੇਸ ਅਜੇ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਲਟਰਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਡਕਟਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰਵਾ ਲਵੋ।

ਜੇਕਰ ਤਾਪਮਾਨ ਫ੍ਰੀਜ਼ਿੰਗ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਤਾਪ ਰੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਪਲੰਬਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਿਸਟਮ ਖਾਲੀ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਐਂਟੀ-ਫ੍ਰੀਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ, ਫ੍ਰੀਜ਼ਿੰਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਚਿਤਾਵਨੀ: ਮਿਸ਼ਰਣਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪੈਟਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ

ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਵਾਲਪੇਪਰ

" ਕਾਲਖ ਅਤੇ ਧੂੰਆਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ, ਕੰਧਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰਾਈ-ਸੋਡੀਅਮ ਫੋਸਫੇਟ (4 ਤੋਂ 6 ਛੋਟੇ ਚਮਚੇ = 60-90 ਮਿ.ਲੀ.) (ਤੁਹਾਡੇ ਲੋਕਲ ਹੋਮ ਇੰਪਰੂਵਮੈਂਟ ਸਟੋਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਂਟ ਸਪਲਾਈ ਸਟੋਰ ਵਿਖੇ ਉਪਲਬਧ), ਕਲੋਰੀਨ ਬਲੀਚ (1 ਕੱਪ = 250 ਮਿ.ਲੀ.) ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਪਤਲਾ ਕੀਤੇ ਕਲੀਜਰ (ਲਾਈਜੇਲ) (16 ਕੱਪ = 4 ਲੀਟਰ) ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ। ਸਾਵਧਾਨੀ - ਇਹ ਘੋਲ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਰਬੜ ਦੇ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਸਬੰਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਰਤੋ

" ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪੇਂਟ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਕ ਨਾ ਜਾਣ। ਪੇਂਟਿੰਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮੇਕ ਸੀਲਰ (ਪੇਂਟ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ) ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

" ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਉੱਪਰਲੀ ਮੰਜਲ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਖੇਤਰ ਧੋਵੋ, ਛੱਤਾਂ ਨੂੰ ਅਖੀਰ ਵਾਸਤੇ ਛੱਡੋ

ਵਾਲਪੇਪਰ ਅਕਸਰ ਬਚਾਉਣ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਵਾਲਪੇਪਰ ਬਚਾਉਣ ਲਾਇਕ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੇਪਰ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਤਾਪ ਅਤੇ ਹਵਾ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਫੇਰ ਹੇਠਾਂ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰੋ। ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਜਾਂ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪੇਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਰਸ਼ਿਅਲ ਪੇਸਟ ਵਰਤੋ। ਧੋਣ ਯੋਗ ਵਾਲਪੇਪਰ ਨੂੰ ਪੇਂਟ ਕੀਤੀ ਕੰਧ ਵਾਂਗ ਧੋਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਪੇਪਰ ਭਿੱਜੇ ਨਾ

ਲੱਕੜ ਦਾ ਫਰਨੀਚਰ

" ਬਿਨਾਂ ਕੈਮੀਕਲ ਵਰਤੋਂ ਫਰਨੀਚਰ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਸਾਫ ਕਰੋ, ਫੇਰ ਸਾਰੇ ਡ੍ਰਾਅਰ ਕੱਢੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਕ ਜਾਣ ਅਤੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚ ਜਾਣ

" ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਫਰਨੀਚਰ ਤੇ ਉੱਲੀ ਲੱਗ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਬੋਰਿਕ ਐਸਿਡ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਘੋਲ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ (ਪੈਕੇਜ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਕ)

" ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੱਕੜ ਵਾਸਤੇ ਬਣੇ ਸਖਤ ਬੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਵਾਲੇ ਘੋਲ ਨਾਲ ਰਗੜੋ (ਜਿਵੇਂ: ਮਰਫੀਜ ਐਇਲ ਸੋਪ (Murphy's Oil Soap)) ਅਤੇ ਫੇਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਕਣ ਦਿਓ (ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਅਤੇ ਬਲੀਚਿੰਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਨਾ ਰੱਖੋ)

" ਪਾਣੀ ਦੇ ਦਾਗ ਜਾਂ ਧੁੰਦੇ ਦੀ ਫਿਲਮ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਅਮੋਨੀਆ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਮਿਸ਼ਰਣ ਵਿੱਚ ਭਿੱਜੇ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫੇਰ ਮੋਮ ਮਲੋ

" ਫਾਈਨ ਐਂਟੀਕ ਜਾਂ ਰੀਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਸਬਫਲੋਰਸ

- " ਜਿਹਨਾਂ ਸਬਫਲੋਰਸ ਨੇ ਪਾਣੀ ਸੋਖ ਲਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- " ਟਾਈਲਾਂ, ਸਖਤ ਲੱਕੜ ਦੇ ਫਰਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਲਿਨੋਲਿਅਮ ਆਦਿ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਫਲੋਰਿੰਗ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਰਸ਼ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਕਣ ਦਿਓ
- " ਆਪਣੇ ਸਖਤ ਲੱਕੜ ਦੇ ਫਰਸ਼ਾਂ, ਟਾਈਲਾਂ ਜਾਂ ਲਿਨੋਲਿਅਮ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ, ਵਧੀਆ ਕਿਸਮ ਦਾ ਫਰਸ਼ ਕਲੀਨਰ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਗੂੜ੍ਹੀ ਕਾਲਖ ਜਾਂ ਦਾਗ ਹਟਾਉਣ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਸਾਫ ਕਰੋ
- " ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਟ੍ਰਿਪ ਵੈਕਸ ਅਤੇ ਰੀ-ਸਟੋਨ ਕਰੋ

ਰਗਸ ਅਤੇ ਗਲੀਚੇ

ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਗਲੀਚੇ ਅਤੇ ਰਗਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਕਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੱਪੜੇ ਵਿੱਚ ਬਚੀ ਨਮੀ ਨਾਲ ਸੜ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਥੋ ਅਤੇ ਏਰੀਆ ਰਗਸ

- " ਰਗਸ ਨੂੰ ਚਪਟਾ ਵਿਛਾਓ ਅਤੇ ਨਿੱਘੀ, ਸੁੱਕੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ; ਪੱਖੇ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਦੇਖੋ, ਭਾਵੇਂ ਸਤ੍ਹਾ ਸੁੱਕੀ ਲੱਗ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਫੰਬਿਆਂ ਦੇ ਬੇਸ ਤੇ ਬਚੀ ਹੋਈ ਨਮੀ, ਰਗ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਗਲਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- " ਜਦੋਂ ਉਹ ਸੁੱਕ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਰਗਸ ਨੂੰ ਝਾੜਿਆ, ਫੰਡਿਆ, ਵੈਕਯੂਮ ਅਤੇ ਸੈਪੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ

ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਕੰਧ ਤੱਕ ਗਲੀਚਾ

- " ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਹਟਾਉਣ ਲਈ, ਗਿੱਲਾ/ਸੁੱਕਾ ਵੈਕਯੂਮ ਜਾਂ ਗਲੀਚਾ ਸਫਾਈ ਦੀ ਪਾਣੀ-ਖਿੱਚਣ-ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਵਰਤੋ
- " ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਗਲੀਚਿਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਤੋਂ ਨਮੀ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕਮਰਸ਼ਿਅਲ ਡ੍ਰਾਇਰ ਵਰਤੋ, ਫੇਰ ਸਟੀਮ-ਕਲੀਨ ਅਤੇ ਸੈਪੂ ਕਰੋ, ਜ਼ਰੂਰਤ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ
- " ਕਲੀਨਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਹਿੱਸਾ ਚਿੱਟਾ ਸਿਰਕਾ ਅਤੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਪਾਣੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਘੱਲਣ ਨਾਲ, ਗੰਧ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ

ਗੱਦੇ ਅਤੇ ਸਿਰ੍ਹਾਣੇ

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਗੱਦੇ ਅਤੇ ਸਿਰ੍ਹਾਣੇ ਬਚਾਉਣ ਲਾਇਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਗੱਦੇ ਵਰਤਣੇ ਪੈਣ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਕਾਓ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਸੀਟਾਂ ਨਾਲ ਕਵਰ ਕਰੋ

ਕੱਪੜੇ

ਕਾਲਖ ਅਤੇ ਧੁੰਦੇ ਨਾਲ ਲਿੱਬੜੇ ਕੱਪੜੇ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸਾਫ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਸੀਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- " ਉਨੀ, ਸਿਲਕ ਅਤੇ ਰੇਸ਼ਮ ਨੂੰ ਡ੍ਰਾਈ-ਕਲੀਨ ਕਰੋ
- " 8 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ 125 ਮਿ.ਲੀ. ਘਰੇਲੂ ਅਮੋਨੀਆ ਮਿਲਾ ਕੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਭਿਓਂ ਦਿਓ ਅਤੇ 250 ਮਿ.ਲੀ. ਸਿਰਕੇ ਵਿੱਚ ਘੱਲੋ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਈ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ)
- " ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ, ਘੱਲ ਕੇ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਉੱਲੀ ਹਟਾਓ
- " ਜਿਹਨਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਾਗ ਲੱਗੇ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 125 ਮਿ.ਲੀ. ਘਰੇਲੂ ਬਲੀਚ ਅਤੇ 3 ਲੀਟਰ ਨਿੱਘੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਭਿਓਂ ਦਿਓ ਜਾਂ ਨਮਕ ਛਿੜਕੇ ਅਤੇ ਨੀਬੂ ਦਾ ਰਸ ਲਗਾਓ

ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਉਪਕਰਨ

- " ਗਿੱਲੇ ਜਾਂ ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਟੈਕਨੀਸ਼ੀਅਨ ਵੱਲੋਂ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਖੁਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਗਿੱਲੇ ਜਾਂ ਖਰਾਬ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਚਲਾਓ
- " ਸਟੇਵ ਅਤੇ ਫ੍ਰਿਜ ਵਰਗੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਘੋਲ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਰਕੇ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਅਮੋਨੀਆ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਣ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਗੰਧ ਨੂੰ ਸੋਖਣ ਵਾਸਤੇ ਫ੍ਰਿਜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡੇ ਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਬੈਕਸ ਰੱਖੋ
- " ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬਰਤਨ, ਜਿਵੇਂ ਪੌਟਸ, ਪੈਨਸ, ਫਲੈਟਵੇਅਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਗਰਮ, ਸਾਬੁਣ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰਕੇ, ਚੰਗਾਲ ਕੇ ਅਤੇ ਫੇਰ ਬਰੀਕ ਪਾਊਡਰ ਵਾਲੇ ਕਲੀਜਰ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਲਿਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਤਾਂਬੇ ਅਤੇ ਪਿੱਤਲ ਨੂੰ ਖਾਸ ਪਾਲਿਸ਼ ਨਾਲ ਪਾਲਿਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਨੀਬੂ ਤੇ ਨਮਕ ਛਿੜਕ ਕੇ ਜਾਂ ਸਿਰਕੇ ਵਿੱਚ ਭਿੱਜੇ ਕੱਪੜੇ ਤੇ ਨਮਕ ਛਿੜਕ ਕੇ ਵੀ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ



ਗਿੱਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ/ਦਸਤਾਵੇਜ਼

- " ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਪੇਜਾਂ ਨੂੰ ਕੈਰਨਸਟਾਰਚ ਜਾਂ ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ ਛਿੜਕ ਕੇ ਸੁਕਾਇਆ ਅਤੇ ਫੇਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪੇਜਾਂ ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਮਾਰ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਦਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸੁੱਕ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਪੇਜਾਂ ਤੇ ਵੱਟ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰੈਸ ਕਰੋ
- " ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ, ਪੇਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਪੱਖਾ ਚਲਾ ਕੇ ਸੁਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਵੱਲ ਪੱਖਾ ਚਲਾ ਕੇ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਪੇਜਾਂ ਤੇ ਵੱਟ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰੈਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- " ਤੁਹਾਡੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਪੇਜਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਐਨਲਾਈਨ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ

ਚਮੜੇ ਦਾ ਸਮਾਨ

- " ਸੂਟਕੇਸਾਂ, ਜੁੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਸਾਂ ਨੂੰ ਤਾਪ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖ ਕੇ ਸੁਕਾਓ
- " ਸਾਫ਼ ਗਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਪੂੰਝ ਕੇ ਸੁੱਕੇ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ
- " ਥੈਲਿਆਂ ਅਤੇ ਜੁੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਖਬਾਰ ਭਰ ਦਿਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਕਾਰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਜਦੋਂ ਸੁੱਕ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੈਡਲ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਚਮੜੇ ਅਤੇ ਸਵੇਡ ਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਪ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੁਕਾਓ
- " ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਡ ਤੇ ਸਟੀਲ ਫੂਲ ਜਾਂ ਸਵੇਡ ਬੁਰਸ਼ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਤਾਲੇ ਅਤੇ ਚੂਲਾਂ

- " ਲੋਹੇ ਦੇ ਤਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਚੂਲਾਂ ਤੇ, ਅਲਗ-ਅਲਗ ਕਰਕੇ, ਕੈਰੋਸੀਨ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਤੇਲ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- " ਜੇਕਰ ਤਾਲੇ ਨਾ ਹਟਾਏ ਜਾ ਸਕਣ, ਤਾਂ ਬੋਲਟ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਜਾਂ ਕੁੰਜੀ ਵਾਲੇ ਸੁਰਾਖ ਵਿੱਚ ਮਸ਼ੀਨ ਤੇਲ ਦੀ ਪਿਚਕਾਰੀ ਮਾਰੋ ਅਤੇ ਨੇਬ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੇਲ ਹਰ ਪਾਸੇ ਚਲਾ ਜਾਵੇ

ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ

- " ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦੇ ਸਮੇਂ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕੱਪੜੇ, ਰਬੜ ਦੇ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਪਹਿਨੋ
- " ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਡਿਪੋਆਂ ਵਿਖੇ ਉਹਨਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦਾ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰ ਦਿਓ, ਜੋ ਤਾਪ, ਧੁੱਪ ਜਾਂ ਨਮੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਸਨ, ਜਿਵੇਂ ਘੋਲਕ, ਗਾਰਡਨ ਕੈਮੀਕਲਸ, ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਸਫ਼ਾਈ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦ
- " ਸਥਾਨਾਂ ਲਈ 3-1-1 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



ਵਿਵਿਧ

- ਕ੍ਰੋਮ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੈਸਲੀਨ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਹਲਕੇ ਤੇਲ ਦੀ ਪਤਲੀ ਪਰਤ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ
- ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ, ਪੌਤਿਆਂ ਦੇ ਦੇਵੇਂ ਪਾਸਿਆਂ ਸਮੇਤ

ਗੰਭੀਰ ਹਾਦਸਾ ਤਣਾਅ (Critical Incident Stress) (CIS), ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੁਖਦਾਈ ਗੰਭੀਰ ਹਾਦਸੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। CIS, ਕਿਸੇ ਅਸਧਾਰਨ ਘਟਨਾ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਧਾਰਨ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੈ

- " ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਵਨਤਾਮਕ/ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਨਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਅਜਿਹੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਧਾਰਨ ਹਨ
- " ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਦੁਖਦਾਈ ਘਟਨਾ ਦੇ ਸਦਮੇ ਇਸਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹ ਕਈ ਦਿਨਾਂ, ਹਫਤਿਆਂ ਜਾਂ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- " ਘਟਨਾ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ, ਇਹ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
- " ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸਦਮਾ ਇੰਨਾ ਦਰਦਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਣਾਅ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਕੁਸ਼ਲ ਕਾਉਂਸਲਰ ਦੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਕੁਝ ਆਮ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸਿਗਨਲ:

- " ਥਕਾਵਟ, ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ
- " ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਤੇਜ਼ ਹੋਣਾ, ਝੁਣਝੁਣੀ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਧੁੰਦਲਾ ਦਿੱਸਣਾ, ਉਲਟੀ
- " ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਬੇਹੋਸ਼ੀ, ਕਾਂਬਾ, ਸੀਨੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- " ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਚਿੰਤਾ, ਘਬਰਾਹਟ " ਗੁੱਸਾ, ਸੋਗ, ਹਰ ਗੱਲ ਲਈ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਅਚਾਨਕ ਬੇਹੱਦ ਡਰ, ਡਰ, ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ " ਅਨਿਯੰਤਰਿਤ ਜਜ਼ਬਾਤ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ, ਇਕੱਲਾਪਣ " ਲਾਚਾਰੀ, ਨੀਂਦ ਵਿੱਚ ਗੜਬੜ
- " ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ



ਤਣਾਅ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

- " ਖੁਦ ਦਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਣ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਗੁਜਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- " ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਘਟਾਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦੇ ਸਕੋ " ਨੀਂਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। ਡਰਾਉਣੇ ਸੁਪਨੇ ਆਮ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਨੀਂਦ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ " ਜੇਕਰ ਨੀਂਦ ਸਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ
- " ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼, ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- " ਬੱਚੇ ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਰਹੋ, ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਡਰੇ-ਸਹਿਮੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਚਿੰਬੜੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ
- " ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੁਖਦਾਈ ਅਨੁਭਵ ਵਿੱਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਭਰੋਸਾ ਦਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ
- " ਜਦੋਂ ਸਮਾਂ ਸਹੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਕਰੋ, ਜਿਸਦੀ ਲੋੜ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ



ਕਿੱਥੋਂ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਵੇ?

2-1-1 ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੈ, ਜੋ 150 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ, ਦਿਨ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ, ਸਾਲ ਵਿੱਚ 365 ਦਿਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਸੇਸ਼ਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।
www.211Ontario.ca

3-1-1, ਦਿਨ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਦਿਨ, ਵਸਨੀਕਾਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ, ਸਿਟੀ ਦੀਆਂ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੱਕ ਅਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

TTY 905.874.2130 www.311brampton.ca

ਖਤਰਨਾਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦਾ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਲਪਟਾਂ, ਤਾਪ, ਨਸੀ ਜਾਂ ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, 905.791.7800 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ <https://www.peelregion.ca/waste> ਤੇ ਜਾਓ।



Canadian Red Cross

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਰੈਡ ਕ੍ਰੋਸ (Canadian Red Cross)

ਕੰਪੜੇ, ਭੋਜਨ, ਸੈਲਟਰ

18,00,850.5090

www.redcross.ca



ਹੈਲਥ 811 (HEALTH 811) (ਪਹਿਲਾਂ ਇਸਨੂੰ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਨਟੈਰੀਓ (Telehealth Ontario) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ)

18,66,797.0000

TTY 1.866.797.0007

ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ **ਤੁਰੰਤ 9-1-1 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ**

www.ontario.ca/health811



ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ (INSURANCE BUREAU OF CANADA)

ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਬ੍ਰੋਕਰ ਜਾਂ ਸਿੱਧੇ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ – ਤੁਹਾਡੇ ਆਟੋਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂ ਘਰ ਸਬੰਧੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਧਾਰਨ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕੰਜਿਊਮਰ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ (Consumer Information Centre) – 416.362.9528

8:30 – 4:30 ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, www.ibc.ca ਤੇ ਜਾਓ



ਨਾਈਟਸ ਟੇਬਲ (KNIGHTS TABLE)

ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ

287 ਗਲਿਡਨ ਰੋਡ, ਯੂਨਿਟ #4 (287 Glidden Road, Unit #4)

905.454.8725

www.knightstable.org



Distress Centres of Greater Toronto



Canadian Mental Health Association
Peel Dufferin
Mental health for all

ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਸ (MENTAL HEALTH SERVICE PROVIDERS):

" ਡਿਸਟ੍ਰੈਸ ਸੈਂਟਰਸ ਆਫ ਗ੍ਰੇਟਰ ਟੋਰੋਂਟੋ ਸਰਵਿਸਿਜ (Distress Centres of Greater Toronto Services), 8 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ – 905.459.7777 www.dcoct.com/408-help-line

" 24/7 ਸੰਕਟ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਗੀਜਨ ਆਫ ਪੀਲ ਵਿੱਚ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ – 905.278.9036

" ਟੈਂਜਰੀਨ ਵਾਕ ਇਨ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ (Tangerine Walk in Counselling)

ਵਿਅਕਤੀਗਤ/ਫੋਨ/ਵਰਚੁਅਲ – 905.795.3530 www.tangerinewalkin.com

" ਵਨ ਸਟੋਪ ਟੌਕ (One Stop Talk)

ਫੋਨ/ਵਰਚੁਅਲ – 1.855.416.8255 www.onestoptalk.ca





ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਰਕਸ (ONTARIO WORKS)

ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ (ਸਵੇਰੇ 8:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ)
905.793.9200

ਪੀਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਪਾਰਟਨਰਸ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ (PEEL COMMUNITY PARTNERS INFORMATION)

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਪਾਰਟਨਰ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ

905.890.9432
ਈਮੇਲ: info@cdrpc.com

ਪੀਲ ਫੂਡ ਮੈਪ (PEEL FOOD MAP)

ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ

ਈਮੇਲ: zzgpeelfoodmap@peelregion.ca
www.peelregion.ca/planning-maps/foodprograms/foodprograms.html

ਰੀਜਨਰੇਸ਼ਨ ਆਊਟਰੀਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ (REGENERATION OUTREACH COMMUNITY)

ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ 156 ਮੇਨ ਸਟ੍ਰੀਟ ਨੋਰਥ (156 Main Street North) 905.796.5888
<https://regenbrampton.com>

ਰੀਜਨ ਆਫ ਪੀਲ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (REGION OF PEEL HELPLINE) – 905.791.7800

ਪੈਸਾ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰਨਾ

" ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਫੋਨ ਕਰੋ 1.888.513.8212.

" ਦਾਅਵਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੁਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਫਾਰਮ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:

www.bankofcanada.ca/banknotes/bank-note-redemption-service

o ਸਬੂਤ ਇੱਥੇ ਭੇਜੋ: ਬੈਂਕ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ ਬੈਂਕ ਨੋਟ ਰੀਡੈਮਪਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ 234 ਵੈਲਿੰਗਟਨ ਸਟ੍ਰੀਟ, ਓਟਾਵਾ, ਓਨਟਾਰੀਓ, K1A 0G9 (Bank of Canada Bank Note Redemption Service 234 Wellington Street Ottawa, ON, K1A 0G9)

ਸਾਲਵੇਸ਼ਨ ਆਰਮੀ (SALVATION ARMY)

ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ

9395 ਬ੍ਰੈਮਲੀ ਰੋਡ (9395 Bramalea Road)
905.791-1085 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 103
ਈਮੇਲ: tsabramptonchurch@gmail.com www.salvationarmy.ca

ਯੂਟੀਲਿਟੀਜ

" ਅਲੈਕਟਰਾ ਯੂਟੀਲਿਟੀਜ – ਹਾਈਡ੍ਰੋ (Alectra Utilities – Hydro) - 905.840.6300

" ਐਨਬ੍ਰਿਜ਼ ਗੈਸ (nbridge Gas) – 1.877.362.7434

" ਰੀਜਨ ਆਫ ਪੀਲ – ਪਾਈ/ਸੀਵੇਜ – 905.791.7800

ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਿਜ ਆਫ ਪੀਲ (VICTIM SERVICES OF PEEL)

ਅੱਗ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਬਾਹੀਆਂ ਸਮੇਤ ਦੁਖਦਾਈ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਪੀੜਿਤਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ

ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ – 905.568.1068, ਮੁੱਖ ਲਾਈਨ - 905.568.1068 www.vspeel.org



ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪਲੇਸ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ – ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?

ਵਸਤੂ	ਤਬਾਹ ਹੋਈ, ਗਾਇਬ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੀ	ਕਿਸਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ	ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
ਬੈਂਕ ਬੁੱਕਸ / ਬੈਂਕ ਕਾਰਡ		ਆਪਣੀ ਬਾਂਚ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	
ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ (Service Ontario) 416.325.8305 ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ 1.800.461.2156 www.serviceontario.ca	
ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਪਲਾਨ (Canada Pension Plan)		ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ (Service Canada) 18,00,277.9914 www.canada.ca	
ਬੱਚਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਣਕਾਰੀ / ਸਹਾਇਤਾ		ਪੀਲ ਚਿਲਡ੍ਰਨਸ ਏਡ ਸੋਸਾਇਟੀ (Peel Children's Aid Society) ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਚਿਲਡ੍ਰਨਸ ਸਰਵਿਸਿਜ 24 ਘੰਟੇ/ਦਿਨ 905.363.6131	
ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਪੇਪਰਸ/ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜੀਡੈਂਸੀ ਕਾਰਡਸ		ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ (Government Of Canada) www.canada.ca	
ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਸ		ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	
ਮੌਤ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ 416.325.8305 ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ 1.800.461.2156 www.serviceontario.ca	
ਤਲਾਕ/ਗੇਂਦ ਲੈਣਾ ਪੇਪਰਸ		ਅਦਾਲਤ, ਜਿੱਥੇ ਤਲਾਕ ਦੇ ਵਕੀਲ ਲਈ ਡਿਕ੍ਰੀ ਫਾਈਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਅਦਾਲਤ, ਜਿਸਨੇ ਅਡੋਪਟਿਵ ਰਿਕਾਰਡ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।	
ਡ੍ਰਾਈਵਰਸ ਲਾਇਸੈਂਸ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ 18,00,387.3445 www.mto.gov.on.ca	
ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਬੀਮਾ		ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ 18,00,206.7218 www.canada.ca	
ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਸਬੰਧੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼		ਕੈਨੇਡਾ ਰੇਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (Canada Revenue Agency) 18,00,959.8281 www.canada.ca	



ਵਸਤੂ	ਤਬਾਹ ਹੋਈ, ਗਾਇਬ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੀ	ਕਿਸਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ	ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
ਬੀਮਾ ਪਾਲਸੀਆਂ		ਬੀਮਾ ਏਜੰਟ / ਬ੍ਰੋਕਰ / ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	
ਵਿਆਹ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ 416.325.8305 ਟੈਲ ਫ੍ਰੀ 1.800.461.2156 www.serviceontario.ca	
ਮੈਡੀਕਲ ਜਾਣਕਾਰੀ – ਦਵਾਈ ਰਿਫਿਲਸ		ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	
ਮਿਲਿਟਰੀ ਡਿਸਚਾਰਜ ਪੇਪਰਸ		ਕੈਨੇਡਾ ਵੈਟਰਨਸ ਅਫੇਅਰਸ (Canada Veterans Affairs) ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸ ਐਂਡ ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ (Public Service and Government Agency) 18,66,522.2122 www.veterans.gc.ca	
ਮੋਰਗੇਜ ਕੰਪਨੀ		ਆਪਣੀ ਮੋਰਗੇਜ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	
ਓਨਟੈਰੀਓ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ 18,66,532.3161 www.ontariohealth.ca	
ਪਾਸਪੋਰਟ		ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ 1-800-567-6868 (TTY ਸੇਵਾਵਾਂ: 1-866-255-7655) www.canada.ca	
ਪੈਟਸ ਦੇ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਪੇਪਰਸ		ਐਨੀਮਲ ਸਰਵਿਸਿਜ (Animal Services) – 905.458.5800	
ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਕਾਰਡ		ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ 18,66,274.6627 www.canada.ca	
ਵਾਹਨ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ		ਸਰਵਿਸ ਓਨਟੈਰੀਓ 18,00,387.3445 www.mto.gov.on.ca	
ਵਸੀਅਤਾਂ		ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	

ਫਾਇਰ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

ਸਵਾਲ: ਕਿਉਂ ਫਾਇਰਫਾਈਟਰਸ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਤੋੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਛੱਤ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ ਕਰਦੇ ਹਨ?

A: ਜਦੋਂ ਅੱਗ ਜਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਹੋਏ, ਉੱਤੇ, ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਖਿੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਤੋੜਣ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਹਵਾ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਾਲੇ ਧੂੰਏਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਧੂੰਏਂ ਨਾਲ ਫਾਇਰਫਾਈਟਰਸ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਵਾ ਦਾ ਸੰਚਾਰ, ਜਿੰਦਗੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਧ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅੱਗ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਫਾਇਰਫਾਈਟਰਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਵਾਲ: ਕੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ ਕਿਉਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?

A: ਅਜਿਹਾ ਇਸਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਫਾਇਰਫਾਈਟਰਸ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਣ ਕਿ ਅੱਗ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੁਝ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਕੰਧਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੁਕੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਵਾਲ: ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ?

A: ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਅੱਗ ਨਾਲ ਘਿਰੇ ਖੇਤਰ ਦੀ ਪੀਲੀ “ਦਾਖਲ ਨਾ ਹੋਵੋ” ਟੇਪ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਕਾਬੰਦੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ “ਦੂਰ ਰਹੋ” ਨਾਲ ਉਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਪੇਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੱਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਸੁਰੂਆਤ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ, ਫਾਇਰ ਚੀਫ਼ ਜਾਂ ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਵੱਲੋਂ ਇਸਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ, ਬ੍ਰੈਂਚਮੈਂਟ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਓਨਟੈਰੀਓ ਫਾਇਰ ਮਾਰਸ਼ਲ ਦਾ ਆਫਿਸ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਾ ਦੇਵੇ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਹੋਰਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਲਈ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਵਾਲ: ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਦੋਂ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

A: ਫਾਇਰ ਫਾਈਟਰਸ ਕੋਲ ਉਸ ਸਟ੍ਰਕਚਰ ਦਾ ਪੂਰਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਗ ਲੱਗੀ ਹੈ। ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਫਾਇਰਫਾਈਟਰਸ ਹਵਾ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਸਾੜ-ਫੂਕ ਦਾ ਸੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਦ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਫਾਇਰ ਇਨਵੈਸਟੀਗੇਟਰਸ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਖਤਮ ਨਾ ਕਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਨਾ ਕਰ ਲਈ ਹੋਵੇ।






ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਜੁੜੋ

ਬ੍ਰੈਮਪਟਨ ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਤਾਬਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ। ਉਪਲਬਧ ਵਸੀਲੇ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਨਾ ਝਿੜਕੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ, ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਜੁੜੋ।

 @Brampton

 www.bramptonfire.com

 Brampton Fire

 fire.prevention@brampton.ca

 BramptonFireE

 905.874.2700



