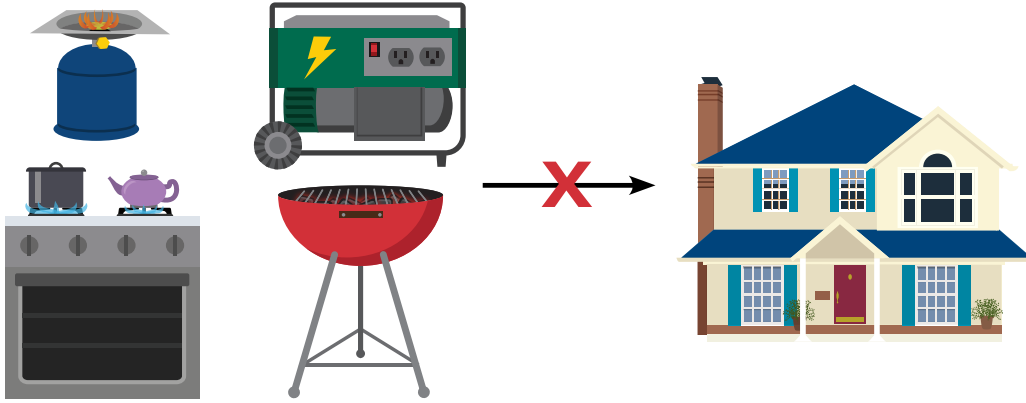


ਪਾਵਰ ਆਊਟੇਜ: ਹੋਮ

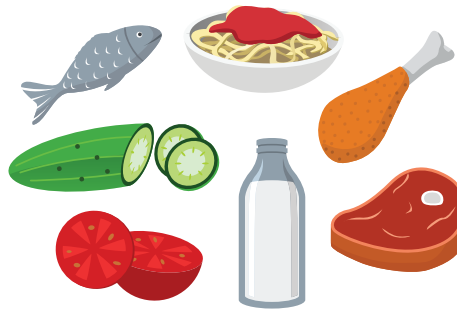
ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ 'ਤੇ ਕੀ ਕਰੀਏ



ਗੈਸ ਓਵਨ, ਗੈਸ ਰੇਂਜ, ਬਾਰਬੀਕਿਊ ਜਾਂ ਪੋਰਟੇਬਲ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਪੇਨ ਹੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅੰਦਰ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਕਰੋ।
ਉਹ ਕਾਰਬਨ ਮੋਨੋਆਕਸਾਈਡ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦਮ ਘੁੱਟਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।



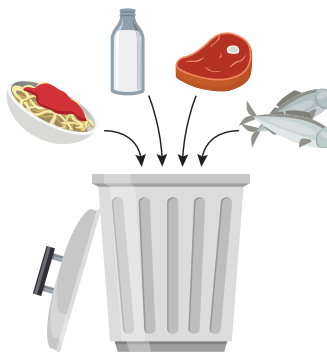
ਫਰਿਜ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਰੱਖੋ। ਬਰਫ਼ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਜਾਂ ਥੈਲੇ ਪਾਓ।



ਪਹਿਲਾਂ ਜਲਦੀ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਓ।

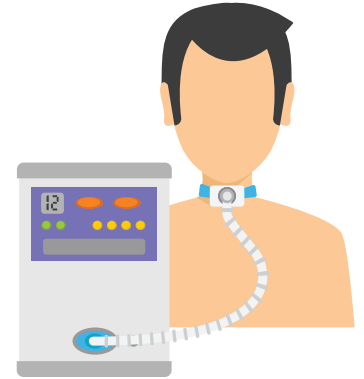


ਬਾਹਰ ਰੱਖੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤੋ। ਤਾਪਮਾਨ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।



ਮਾਸ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ, ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ, ਅਤੇ ਪਕਾਇਆ ਹੋਇਆ ਭੋਜਨ ਨੂੰ, ਜੋ ਹੁਣ ਠੰਡਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ, ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਨਾ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ।

ਪਾਵਰ ਆਊਟੇਜ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।



ਆਪਣੀ ਉਪਯੋਗਤਾ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ-ਨਿਰਭਰ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ।



ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਬਣਾਓ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਰੇਡੀਓ, ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਰੱਖੋ।



Tacoma-Pierce County

Health Department

Healthy People in Healthy Communities

tpchd.org