Pagbalik sa bahay pagkatapos ng baha

Impormasyon kung paano mananatiling ligtas pagkatapos ng baha

Filipino

OFFICIAL

Kung babalik sa iyong bahay pagkatapos ng baha, basahin ang impormasyong ito upang protektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya mula sa maaaring pinsala o karamdaman.

Paano ligtas na makababalik sa bahay

- Huwag kailanman lalakad, lalangoy, o magmamaneho sa mga tubig-baha, kahit na mababaw ito. Ilayo ang mga bata at mga alagang hayop hanggang sa ligtas nang makauwi.
- Ang pagkontak ng balat sa tubig-baha at putik ay maaaring maging sanhi ng karamdaman at mga impeksyon. Iwasang magkaroon ng kontak sa tubig-baha at maghugas ng iyong mga kamay nang madalas.
- Magsuot ng bota na di-mapapasukan ng tubig at goma o katad na guwantes kapag naglilinis.
- Takpan ang anumang mga hiwa o sugat na maaaring magkaroon ng kontak sa tubig-baha. Kung ikaw ay nasaktan o nahiwa, linisin ang sugat at kontakin kaagad ang iyong doktor.
- Maging alerto sa mga bagay na ito bago ka pumasok sa iyong bahay:
    - ✓ maaaring nakapasok ang dumi ng imburnal sa iyong bahay dahil sa baha
    - ✓ maaaring nasira ang suplay ng gas o kuryente
    - ✓ maaaring nasira ang istraktura ng iyong bahay
    - ✓ maaaring nagtago sa iyong bahay, shed o hardin ang mga ahas at iba pang mga hayop.
    - ✓ itapon ang tubig na di-dumadaloy na naipon sa mga sisidlan sa iyong bakuran dahil doon nagpaparami ang mga lamok
    - ✓ kung may amag sa iyong bahay, dapat mo itong linisin bago ka tumirang muli sa bahay.
- Kung nawalan ka ng kuryente, suriin ang pagkain o mga gamot na nasa fridge. Maaaring kailanganing itapon mo ang mga ito.
- Huwag gumamit ng portable na generator sa loob ng bahay dahil ito ay lilikha ng carbon monoxide at maaari kang magkasakit nang malubha dahil dito.
- Maaaring makontamina ng baha ang iyong tubig na iniinom. Itanong sa ahensya ng iyong tubig kung ang iyong tubig sa gripo ay ligtas na inumin. Kung ikaw ay wala sa mains water at sa palagay mo ay naapektuhan ng baha ang iyong pribadong suplay ng tubig, kontakin mo ang inyong lokal na council.
- Huwag lumangoy sa mga tubigan, dalampasigan, o swimming pool dahil maaaring narumihan ang mga ito.
- Maaaring maiurong ng baha ang mga bahagi ng iyong bahay gaya ng mga tubo, semento o tisa (tiles). Kung may matagpuan kang asbestos, huwag galawin ang materyal at kontakin mo ang inyong lokal na council.
- Kung naapektuhan ang iyong sistema ng nagamit na tubig (wastewater system), bawasan ang paggamit mo ng tubig at tumawag ka ng tubero (plumber).

Pangalagaan ang iyong sarili

- Normal lang na makaranas ng maraming emosyon, maglaan ng oras para alagaan ang iyong sarili at makipag-ugnay sa iyong mga minamahal para sa suporta.
- Kung nakadarama ka ng pagkalula, maaari mong tawagan ang Mental Health and Wellbeing Hubs sa 1300 375 330 para sa libreng suporta.

- Kung ikaw ay nag-aalala tungkol sa iyong kalusugan, makipagkita sa iyong GP. Tumawag sa 000 sa isang emerhensya. Kung hindi ka makakatawag, dapat kang pumunta sa pinakamalapit na ospital.
- Kung ikaw o ang isang tao na kilala mo ay nasa isang krisis, tawagan ang Lifeline sa 13 11 14 o ang Beyond Blue sa 1300 224 636.

Kumuha ng pinansyal na suporta

- Kung ang iyong bahay ay naapektuhan ng baha, ikaw ay maaaring marapat para sa minsanang pang-emerhensyang kabayaran. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang https://emergencypayments.dffh.vic.gov.au
- Maaaring makakuha ng Re-establishment Assistance kung ikaw ay hindi maaaring tumira sa iyong bahay dahil ito ay nasira, o hindi ka makapasok sa iyong bahay nang mahigit sa 7 araw. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang https://services.dffh.vic.gov.au/personal-hardship-assistance-program
- Ang Disaster Recovery Allowance ay makukuha ng mga empleyado at solong nangangalakal (sole traders) na nawalan ng kita dahil sa isang malaking sakuna. Ikaw ay maaaring makakuha ng mga kabayaran nang hanggang 13 linggo pagkatapos mangyari ang sakuna. Bisitahin ang https://www.servicesaustralia.gov.au/natural-disaster-events?context=60042 para sa karagdagang impormasyon.
- Ikaw ay maaaring marapat para sa Disaster Recovery Payment ng Pamahalaang Australya kung dumanas ka ng malubhang pinsala o ang iyong bahay ay labis-labis na nasira dahil sa baha. Ang mga nasa hustong gulang ay maaaring makakuha ng $1,000 at ang mga bata ay maaaring makakuha ng $400. Bisitahin ang https://www.servicesaustralia.gov.au/victorian-floods-october-2022-australian-government-disaster-recovery-payment para sa karagdagang impormasyon.
- Tawagan ang Flood Recovery Hotline sa 1800 560 760 para sa tulong sa pansamantalang akomodasyon at iba pang suporta.
- Kung kailangan mo ng tulong sa seguro, tawagan ang disaster hotline ng Insurance Council Australia sa 1800 734 621.

Upang tumanggap ng lathalaing ito sa maa-access na format, mag-email sa pph.communications@health.vic.gov.au