



ایمن بمانید

موارد عاجل

در موارد عاجل به سه صفر (000) زنگ بزنید

وقتی به سه صفر (000) زنگ می زنید، از شما پرسان می کنند که آیا کمک آمبولانس، اطفائیه یا پولیس را می خواهید. شما باید نام خدمتی را که می خواهید ذکر کنید. **یادتان باشد، اگر مورد عاجل بود فقط به سه صفر (000) زنگ بزنید.**

اگر به انگلیسی صحبت نمی کنید، بگویید "اینترپرتر - Interpreter" و نام زبانی که با آن صحبت می کنید را هم ذکر نمایید.

به مأمور سه صفر یا "اینترپرتر - Interpreter" مطالب زیر را بگویید

- نام تان
- آدرس محلی که وضعیت عاجل است
- شماره تلفون تان
- چه خبر است
- در کجا مورد عاجل دارد اتفاق می افتد.



اگر دچار ابهام شدید و نمی دانید چه بگویید، گوشی تلفون را قطع نکنید. روی خط تلفون باقی بمانید و مأمور تلفون می تواند از روی خط تلفونتان جای شما را پیدا کند و برایتان کمک روانه نماید.

خدمات آمبولانس فقط برای موارد عاجل

توجه کنید: ممکن است برای استفاده از این خدمت از شما مطالبه مصارف شود اگر که بیمه خصوصی صحتی، یا کارت مواظبت صحتی سنترالینک، یا کارت تخفیف نداشته باشید.

در امان ماندن در خانه

آب

آشامیدن آب و پختن در آب نل امن می باشد. هرگز آب انهار، و بحریه ها را برای پخت و پز و یا آشامیدن استفاده نکنید چون چنین آبی ممکن است آلوده باشد. آب داغ ممکن است باعث سوختگی شود. مهم است که قبل از اینکه در یک تب و یا شاور وارد آب شوید یا اطفال را در چنین آبی قرار دهید دمای (درجه حرارت) آن را بررسی کنید.

برق

برق گرفتگی ممکن است شخص را تکان دهد و یا موجب مرگ شود.

این کارها را نکنید:

- قرار دادن یک وسیله برقی نزدیک کاسه آب یا سایر منابع آب
- یک چیز فلزی را به درون توستر، یا مایکروویو میکروداش، یا ساکت برق فرو نکنید.



اجاق ها و داش ها خیلی داغ می شوند. وقتی پخت و پز می کنید، دسته دیگ را به درون بدهید تا اینکه اطفال کم سن و سال نتوانند به آن دست بزنند. اطفال را از درب داش دور نگه دارید چون ممکن است بسیار داغ شود.

گاز

در بعضی از اجاق ها و داش ها و بخاری ها از گاز استفاده می شود. پس از اینکه کارتان تمام شد گاز اجاق و داش را قطع کنید. اگر بوی گاز شنیدید، هرگز گوگرد را آتش نزنید چون شعله با عث انفجار گاز می شود. به دنبال محل نشت گاز بپالید و فوری نل آن را بسته کنید.

دوا و مواد کیمیای

برخی از دواها و مواد کیمیای که بطور عادی در خانه یافت می شوند، مضر هستند و ممکن است باعث مریضی جدی شوند. همه دوا ها را دور از دسترس اطفال قرار دهید در جایی که نتوانند آن را پیدا کنند. همه مواد مورد استفاده در نظافت را در یک الماری قفل دار بگذارید تا اطفال نتوانند به آن دسترسی پیدا کنند.

مواد خوراکی

مواد خوراکی مانند لبنیات، گوشت و برخی از میوه ها و سبزیجات باید در یخچال نگهداری شوند تا مصرف شوند. برخی از مواد خوراکی باید یخ زده بمانند تا اینکه آماده پخت و پز شوند. شما هرگز نباید خوراکی که یخ زده و منجمد بوده و یخ آن را آب کرده اید دوباره منجمد کنید. چون این کار ممکن است باعث مریضی بشود. قبل از خوردن میوه و سبزی آن ها را خوب بشویید تا اگر مواد آفت کش دارد پاک شود. همه محل های پخت و پز را پاکیزه نگه دارید و همیشه قبل از آماده کردن مواد خوراکی دستان خود را بشویید.

حریق

در همه خانه ها باید یک هشدار دهنده دود موجود باشد. هشدار دهنده های دود هنگامی که دودی را تشخیص دهد آژیر می کشد. این هشدار دهنده ها با باتری کار می کنند و باتری ها باید امتحان شده و هر شش ماه تعویض شوند. هنگام استفاده از شمع و باقیمانده (ته) سگرت مخصوصاً مواظب باشید، چون این دو دلیل عمده حریق های خانه ها هستند. لباس ها را در مجاورت آتش قرار ندهید. پلانی داشته باشید که اگر خانه دچار حریق شد چطور فرار کنید و با فامیل خود آن را تمرین کنید.

در سرک ها در امان باشید

عبور از سرک ها

در استرالیا موتر ها از سمت چپ سرک ها حرکت می کنند. وقتی از سرک عبور می کنید، با دقت به سمت راست و چپ خود بنگرید تا ترافیک را بررسی کنید. موقع عبور از سرک از جا های مخصوص عابر پیاده عبور کنید یا از تقاطع هایی که چراغ داشته باشد.

بایسکل سواری

موقعی که بایسکل سوار می شوید باید کلاه ایمنی هلمت داشته باشید. شب ها، بایسکل شما باید چراغ های عقب و جلو را داشته باشد. بایسکل سوار ها باید همه قوانین ترافیکی را رعایت نمایند. بسیاری از شهر ها خط های خاص مسیر بایسکل دارند. برای بایسکل سواری در سرک ها ضرورتی به داشتن جواز ندارید ولی باید قوانین ترافیکی را اطاعت کنید و قوانین ترافیکی که برای موتر ها می باشند هم در مورد بایسکل ها هم باید رعایت شوند (مانند میزان الکل خون).



مواد و الکل

اگر کسی تحت تأثیر مواد مخدره و یا الکل باشد و رانندگی نماید هم خطرناک و هم خلاف قانون می باشد. اگر شما را در حال رانندگی گرفتند که به خاطر الکل و یا مواد مخدره مست یا نشئه بودید، ممکن است مبالغ هنگفتی از شما پैसे بگیرند (جریمه کنند)، یا جواز رانندگی شما را لغو کرده و یا حتی شما را بندی نمایند.

