

දැඩි උණුසුම පවතින විට ආරක්ෂිතව සිටීමට අපි එකිනෙකාට උපකාර කරමු

තමා, පවුලේ අය, මිතුරන්, සුරතල් සතුන් සහ අසල්වාසීන් රැකබලා ගැනීමට ඔබට උපකාරී වන පියවර කිහිපයක් මෙන්න.

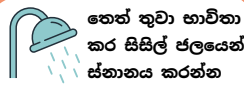
1 වැනි පියවර:

උපකාර අවශ්‍ය විය හැක්කේ කාටදැයි හඳුනා ගන්න, මෙයට වැඩිහිටි, ඉතා ලාබාල, තනිව ජීවත් වන හෝ රෝගී තත්ත්වයක් ඇති අය ඇතුළත් විය හැකි ය.



2 වැනි පියවර:

උණුසුම් දිනකට පෙර ඔවුන් සමග කතා කරන්න. මෙම උපදෙස් ඔවුන් සමග බෙදාගෙන ආරක්ෂිතව සිටීමට ඔබත් මේවා අනුගමනය කරන්න.

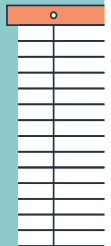


ලිහිල්, සැහැල්ලු ඇඳුම් අඳින්න



3 වැනි පියවර:

උණුසුම් දිනවල දී ඔවුන් ගැන සොයා බලන්න. ඔබට ඔවුන් වෙත යාමට හෝ ඔවුන්ට ඇමතුමක් ලබා දීමට හැකිය.



වැඩි විස්තර සඳහා City of Casey වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන්න හෝ QR කේතය පරිලෝකනය කරන්න

casey.vic.gov.au/stay-safe-heat

ඔබ හෝ යමෙක් අසනීපයෙන් සිටින්නේ නම්, පැය 24 පුරා නොමිලේ සෞඛ්‍ය උපදෙස් ලබා ගැනීමට 1300 60 60 24 ඔස්සේ NURSE-ON-CALL අංකය ඇමතීමට හෝ ඔවුන්ගේ වෛද්‍යවරයා හමුවීමට දිරිමත් කරන්න. හදිසි අවස්ථාවක දී, බිත්දු තුන (000) අමතන්න.