# FIRE SAFETY IN THE HOME

# ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ

FIRE KILLS
YOU CAN PREVENT IT

PUNJABI

Fire Safety in the Home-pan.indd 1 18-Aug-17 11:46:02

Fire Safety in the Home-pan.indd 2 18-Aug-17 11:46:03

## Did you know…?

- You're four times more likely to die in a fire if you don't have a smoke alarm that works.
- Around half of home fires are caused by cooking accidents.
- Two fires a day are started by candles.
- Every six days someone dies from a fire caused by a cigarette.
- About two fires a day are started by heaters.
- Faulty electrics (appliances, wiring and overloaded sockets) cause around 6,000 fires in the home across the country every year.

## ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ…?

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਚਾਰ ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀਆਂ ਲਗਭਗ ਅੱਧੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਹਾਦਸਿਆਂ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀਆਂ ਦੋ ਘਟਨਾਵਾਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਹਰੇਕ ਛੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸਿਗਰਟ ਕਰਕੇ ਲੱਗੀ ਅੱਗ ਕਾਰਨ ਮਰਦਾ ਹੈ।
- ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਦੀਆਂ ਦੋ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹੀਟਰਾਂ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਹਰ ਸਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਗਭਗ 6000 ਅੱਗਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨੁਕਸਦਾਰ ਬਿਜਲਈ ਸਾਧਨ (ਉਪਕਰਨ, ਤਾਰਾਂ ਅਤੇ ਓਵਰਲੋਡਡ ਸਾਕੇਟਾਂ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



Fire Safety in the Home-pan.indd 3 18-Aug-17 11:46:03

# PROTECT YOUR HOME WITH SMOKE ALARMS

# ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰੋ

The easiest way to protect your home and family from fire is with working smoke alarms.

Get them. Install them. Test them. They could save your life.

ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਅੱਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਾਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਲਗਾਉਣੇ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।



Fire Safety in the Home-pan.indd 4 18-Aug-17 11:46:04

# Choosing your smoke alarms

# ਆਪਣੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ

- Fit at least one smoke alarm on every level of your home.
- Smoke alarms are cheap and easy to install.
- They are available from DIY stores, electrical shops and most high street supermarkets.
- There are a variety of different models to choose from. Your local fire and rescue service will be happy to give you advice on which one is best suited for you.
- Ten-year sealed battery smoke alarms are the best option. They are slightly more expensive, but you save on the cost of replacing batteries.
- Look out for one of these symbols, which shows the alarm is approved and safe.

- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਹਰੇਕ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਫਿੱਟ ਕਰੋ।
- ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਸਸਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣਾ ਅਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਉਹ DIY ਸਟੋਰਾਂ, ਬਿਜਲੀ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਾਈ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੁਪਰਮਾਰਕਿਟਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਡਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਅੱਗ ਅਤੇ ਬਚਾਓ ਸੇਵਾ (ਫਾਇਰ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ ਸਰਵਿਸ) ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਅਲਾਰਮ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ।
- ਦੱਸ-ਸਾਲ ਲਈ ਸੀਲ ਕੀਤੀ ਬੈਟਰੀ ਵਾਲੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰੀਨ ਵਿਕਲਪ ਹਨ। ਉਹ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹਿੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਬਦਲਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਨੂੰ ਲੱਭੋ, ਜੋ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਲਾਰਮ ਪ੍ਰਵਾਨਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

**Top tip**

**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**

**Fit smoke alarms**

**ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਵਾਓ**

British Standard Kitemark

LOSS PREVENTION CERTIFICATION BOARD LPCB

ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਥਿਤੀ ਵਾਲਾ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ



Fire Safety in the Home-pan.indd 5 18-Aug-17 11:46:04

## How to make sure your smoke alarms work

**Test your smoke alarms at least monthly.**

- If any of your smoke alarms have a one year battery, make sure it is changed every year. Only take the battery out when you need to replace it.
- Never disconnect or take the batteries out of your alarm if it goes off by mistake.
- Standard battery operated alarms are the cheapest option, but the batteries need to be replaced every year.
- A lot of people forget to test the batteries, so longer life batteries are better.
- Mains-powered alarms are powered by your home power supply. They need to be installed by a qualified electrician, but like battery alarms, they do require testing.
- Testing smoke alarms tests the smoke sensor as well as the power supply and/or battery.
- You can even have linked alarms installed, so that when one alarm detects a fire they all go off together. This is useful if you live in a large house or over several levels.

Strobe light and vibrating-pad alarms are available for those who are deaf or hard of hearing. Contact the Action on Hearing Loss Information Line on **0808 808 0123** or textphone **0808 808 9000**.

## ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ

**ਆਪਣੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਅਧਾਰ ਉੱਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰੋ।**

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਸਾਲ ਬਦਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੈਟਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਉਸ ਸਮੇਂ ਹੀ ਕੱਢੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਅਲਾਰਮ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਵੱਜਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਨਾ ਕੱਢੋ।
- ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਮਿਆਰੀ ਅਲਾਰਮ ਸਭ ਤੋਂ ਸਸਤਾ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬੈਟਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬੈਟਰੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਲੰਬੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਮੇਨਜ਼ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਅਲਾਰਮ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਨਾਲ ਚਲਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗਤਾ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਇਲੈਕਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੈਟਰੀ ਵਾਲੇ ਅਲਾਰਮਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮੋਕ ਸੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੈਟਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਲਾਰਮ ਵੀ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਅਲਾਰਮ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਰੇ ਇਕੱਠੇ ਵੱਜਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਕਈ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਉਪਯੋਗੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

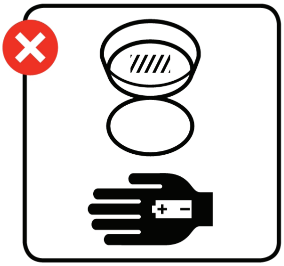
ਬੋਲ਼ੇ ਜਾਂ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਟ੍ਰੋਬ ਲਾਈਟ (ਝਿਲਮਿਲਾਉਂਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ) ਅਤੇ ਵਾਇਬ੍ਰੇਟਿੰਗ-ਪੈਡ (ਕੰਪਕੰਪਾਹਟ ਵਾਲੇ) ਅਲਾਰਮ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਐਕਸ਼ਨ ਆਨ ਹੀਅਰਿੰਗ ਲੌਸ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ ਨਾਲ **0808 808 0123** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ **0808 808 9000** 'ਤੇ ਟੈਕਸਟਫੋਨ ਕਰੋ।



Fire Safety in the Home-pan.indd 6 18-Aug-17 11:46:04

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**

**Test it**
**ਇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ**



# Fitting your smoke alarms

**The ideal position is on the ceiling, in the middle of a room, and on the hallway and landing, so you can hear an alarm throughout your home.**

- Don't put alarms in or near kitchens or bathrooms where smoke or steam can set them off by accident.
- If it is difficult for you to fit smoke alarms yourself contact your local fire and rescue service for help. They'll be happy to install them for you.

# ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣਾ

**ਢੁਕਵੀਂ ਜਗ੍ਹਾ ਛੱਤ 'ਤੇ, ਕਮਰੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਅਤੇ ਲਾਂਘੇ ਅਤੇ ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਲੈਂਡਿੰਗ (ਚੌਕੀ) ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਲਾਰਮ ਸੁਣ ਸਕੋ।**

- ਅਲਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਰਸੋਈਆਂ ਜਾਂ ਬਾਥਰੂਮਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਨਾ ਲਗਾਓ ਜਿੱਥੇ ਧੂੰਏਂ ਜਾਂ ਭਾਫ਼ ਕਾਰਨ ਅਲਾਰਮ ਅਚਾਨਕ ਵੱਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਲਗਾਉਣੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਅੱਗ ਅਤੇ ਬਚਾਓ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣਗੇ।

Fire Safety in the Home-pan.indd 7 18-Aug-17 11:46:04

## Looking after your smoke alarms

- Make testing your smoke alarms part of your regular household routine.
- Test them by pressing the button until the alarm sounds. If it doesn't sound, you need to replace the battery.
- If a smoke alarm starts to beep on a regular basis, you need to replace the battery immediately.
- If it is a ten year alarm, you will need to replace the whole alarm every ten years.

## Other equipment you could consider

- Fire blankets are used to put out a fire or wrap a person whose clothes are on fire. They are best kept in the kitchen.
- Fire extinguishers shoot out a jet to help control a fire. They are quick and simple to use, but always read the instructions first.
- Heat alarms can detect fires in kitchens where smoke alarms should not be placed.

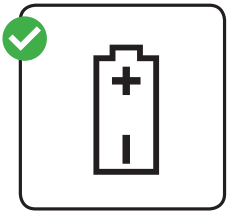
## ਆਪਣੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ

- ਆਪਣੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨਿਯਮਿਤ ਰੁਟੀਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਓ।
- ਬਟਨ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਦਬਾ ਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਅਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੇ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਅਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਟਰੀ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਨਿਯਮਿਤ ਅਧਾਰ ਉੱਤੇ ਪੀਂ-ਪੀਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਬੈਟਰੀ ਬਦਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਇਹ ਦੱਸ ਸਾਲ ਵਾਲਾ ਅਲਾਰਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰੇਕ ਦੱਸ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਪੂਰੇ ਅਲਾਰਮ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

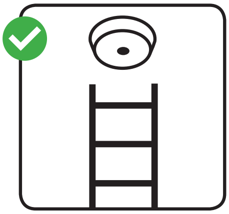
## ਹੋਰ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

- ਫਾਇਰ ਬਲੈਂਕਟ (ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਾਲਾ ਕੰਬਲ) ਨੂੰ ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਲਈ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਪੇਟਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਫਾਇਰ ਐਕਸਟਿੰਗਿਊਸ਼ਰਜ਼ (ਅੱਗ ਬੁਝਾਉ ਯੰਤਰ) ਅੱਗ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਫੁਹਾਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਅਸਰ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਹੀਟ (ਤਾਪ) ਅਲਾਰਮ ਰਸੋਈਆਂ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

**Test it**
**ਇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ**



**Change it**
**ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲੋ**



**Replace it**
**ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜਾ ਲਗਾਓ**



Fire Safety in the Home-pan.indd 8 18-Aug-17 11:46:05

# HOW TO PREVENT COMMON FIRES

## IN THE KITCHEN
## ELECTRICS
## CIGARETTES
## CANDLES

This section will tell you how you can avoid fires in your home, including how to cook safely and take care with electrics, heaters, candles and cigarettes.

## ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਆਮ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕਸ ਸਿਗਰਟਾਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ

ਇਹ ਭਾਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਅ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕਸ, ਹੀਟਰਾਂ, ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।



Fire Safety in the Home-pan.indd 9 18-Aug-17 11:46:05

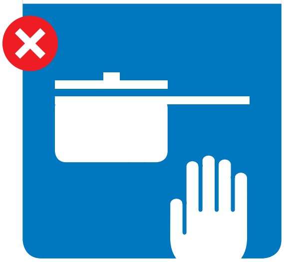
# In the kitchen

## Cook safely

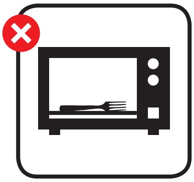
**Take extra care if you need to leave the kitchen whilst cooking, take pans off the heat or turn them down to avoid risk.**

- Avoid cooking when under the influence of alcohol.
- Avoid leaving children in the kitchen alone when cooking on the hob. Keep matches and sauce pan handles out of their reach to keep them safe.
- Make sure saucepan handles don't stick out – so they don't get knocked off the stove.
- Take care if you're wearing loose clothing – they can easily catch fire.
- Keep tea towels and cloths away from the cooker and hob.
- Spark devices are safer than matches or lighters to light gas cookers, because they don't have a naked flame.
- Double check the cooker is off when you've finished cooking

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**



**Keep out of reach**
**ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ**



## Take care with electrics

- Keep electrics (leads and appliances) away from water.
- Check toasters are clean and placed away from curtains and kitchen rolls.
- Keep the oven, hob and grill clean and in good working order. A build up of fat and grease can ignite a fire.

**Don't put anything metal in the microwave**

## Deep fat frying

- Take care when cooking with hot oil – it sets alight easily.
- Make sure food is dry before putting it in hot oil so it doesn't splash.
- If the oil starts to smoke – it's too hot. Turn off the heat and leave it to cool.
- Use a thermostat controlled electric deep fat fryer. They can't overheat.

## What to do if a pan catches fire

- Don't take any risks. Turn off the heat if it's safe to do so. Never throw water over it.
- Don't tackle the fire yourself.

**GET OUT**
**STAY OUT**
**AND CALL**
**999**

Fire Safety in the Home-pan.indd 10 18-Aug-17 11:46:05

# ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ

## ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਬਣਾਓ

**ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਸਮੇਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਸੋਈ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਧੂ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ, ਪੈਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀਟ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਦਿਓ ਜਾਂ ਜੋਖਮ ਟਾਲਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।**

- ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਹੌਬ ਉੱਤੇ ਖਾਣਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਾਚਿਸਾਂ ਅਤੇ ਸੌਸ ਪੈਨ ਦੇ ਹੈਂਡਲਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸੌਸਪੈਨ ਦੇ ਹੈਂਡਲ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਨਾ ਨਿਕਲੇ ਹੋਣ- ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਟਕਰਾਉਣ ਕਾਰਨ ਸਟੋਵ ਤੋਂ ਥੱਲੇ ਨਾ ਡਿੱਗ ਪੈਣ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਢਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੇ ਹਨ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ - ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਕੁਕਰ ਅਤੇ ਹੌਬ ਤੋਂ ਟੀ-ਟਾਵਲ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਗੈਸ ਕੁੱਕਰਾਂ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਮਾਚਿਸਾਂ ਜਾਂ ਲਾਈਟਰਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਪਾਰਕ ਉਪਕਰਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨੰਗੀਆਂ ਲਪਟਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਖਤਮ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਦੂਹਰੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕੁਕਰ ਬੰਦ ਹੈ।

## ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਸਮਾਨ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ

- ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਸਮਾਨ (ਤਾਰਾਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਨਾਂ) ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਟੋਸਟਰ ਸਾਫ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਚਨ ਰੋਲਜ਼ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਓਵਨ, ਹੌਬ ਅਤੇ ਗ੍ਰਿਲ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਚਰਬੀ ਜਾਂ ਗ੍ਰੀਸ ਦਾ ਜਮਾਂ ਹੋਣਾ ਅੱਗ ਨੂੰ ਭੜਕਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਧਾਤ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਨਾ ਪਾਓ**

## ਡੀਪ ਫੈਟ ਫ੍ਰਾਇੰਗ (ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਹਿਰੇ ਤੇਲ ਵਿੱਚ ਤਲਣਾ)

- ਗਰਮ ਤੇਲ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ - ਇਸ ਨਾਲ ਛੇਤੀ ਅੱਗ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਗਰਮ ਤੇਲ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭੋਜਨ ਖੁਸ਼ਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸ ਦੇ ਛਿੱਟੇ ਨਾ ਪੈਣ।
- ਜੇ ਤੇਲ ਵਿੱਚੋਂ ਧੂੰਆਂ ਉੱਠਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ - ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਹੈ। ਹੀਟ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਹੋ ਲੈਣ ਦਿਓ।
- ਥਰਮੋਸਟੇਟ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਡੀਪ ਫੈਟ ਫ੍ਰਾਇਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਹ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

## ਜੇ ਪੈਨ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- ਕੋਈ ਵੀ ਜੋਖਮ ਨਾ ਲਵੋ। ਹੀਟ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ। ਉਸ ਉੱਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਪਾਣੀ ਨਾ ਸੁੱਟੋ।
- ਅੱਗ ਨਾਲ ਖੁਦ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।

ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਓ ਬਾਹਰ ਹੀ ਰਹੋ
ਅਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
999

Fire Safety in the Home-pan.indd 11 18-Aug-17 11:46:05

# Electrics

# ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਸਮਾਨ

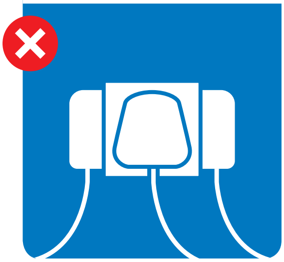
## How to avoid electrical fires

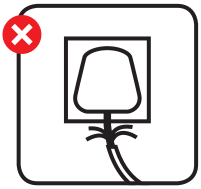
- Always check that you use the right fuse to prevent overheating.
- Make sure an electrical appliance has a British or European safety mark when you buy it.
- Certain appliances, such as washing machines, should have a single plug to themselves, as they are high powered.
- Try and keep to one plug per socket.
- When charging electrical goods, follow the manufacturer’s instructions and look for the CE mark that indicates chargers comply with European safety standards.

## ਬਿਜਲੀ ਸਬੰਧੀ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਹੈ

- ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਗਰਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਹੀ ਫਿਊਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਬਿਜਲਈ ਉਪਕਰਨ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਉੱਪਰ ਬਰਤਾਨਵੀ ਜਾਂ ਯੂਰਪੀਅਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਚਿੰਨ੍ਹ ਲੱਗਾ ਹੋਵੇ।
- ਕੁਝ ਉਪਕਰਨਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ, ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕੋ ਪਲੱਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਵਰ ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਹਰੇਕ ਸਾਕੇਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਲੱਗ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਬਿਜਲਈ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਚਾਰਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ CE (ਸੀਈ) ਚਿੰਨ੍ਹ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਜੋ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚਾਰਜਰ ਯੂਰਪੀਅਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**

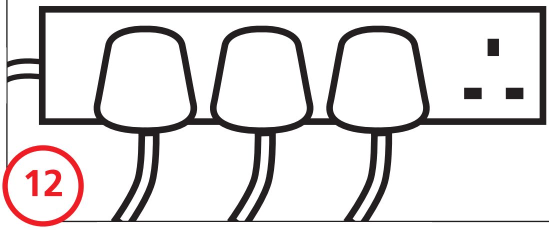




**Don’t overload**

**ਓਵਰਲੋਡ ਨਾ ਕਰੋ**

**5 AMP + 5 AMP + 3 AMP = 13 AMP**



### Know the limit!

**An extension lead or adaptor will have a limit to how many amps it can take, so be careful not to overload them to reduce the risk of a fire.**

**Appliances use different amounts of power – a television may use a 3amp plug and a vacuum cleaner a 5amp plug for example.**

### ਹੱਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ!

**ਕਿਸੇ ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ ਲੀਡ ਜਾਂ ਐਡਾਪਟਰ ਦੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੀਮਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨੇ ਐਂਪੀਅਰ ਦਾ ਲੋਡ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਉੱਤੇ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਲੋਡ ਨਾ ਪਾਉਣ ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ।**

**ਉਪਕਰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ - ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ 3 ਐਂਪੀਅਰ ਅਤੇ ਵੈਕਿਊਮ ਕਲੀਨਰ 5 ਐਂਪੀਅਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।**



Fire Safety in the Home-pan.indd 12 18-Aug-17 11:46:05

## Keep electrical appliances clean and in good working order to prevent them triggering a fire.

- Keep your eyes peeled for signs of dangerous or loose wiring such as scorch marks, hot plugs and sockets, fuses that blow or circuit-breakers that trip for no obvious reasons, or flickering lights.
- Check and replace any old cables and leads, especially if they are hidden from view – behind furniture or under carpets and mats.
- Unplugging appliances helps reduce the risk of fire.
- Unplug appliances when you're not using them or when you go to bed.

### Portable heaters

- Try to secure heaters up against a wall to stop them falling over.
- Keep them clear from curtains and furniture and never use them for drying clothes.

### Using an electric blanket

- Store electric blankets flat, rolled up or loosely folded to prevent damaging the internal wiring.
- Unplug blankets before you get into bed, unless it has a thermostat control for safe all-night use.
- Try not to buy second hand blankets and check regularly for wear and tear.
- Always follow the manufacturer's instructions.

### Furniture

- Always ensure that your furniture has the fire-resistant permanent label.

## ਬਿਜਲਈ ਉਪਕਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਅੱਗ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

- ਖਤਰਨਾਕ ਜਾਂ ਢਿੱਲੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਲੇ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ, ਗਰਮ ਪਲੱਗ ਅਤੇ ਸਾਕੇਟਾਂ, ਉੱਡੇ ਹੋਏ ਫਿਊਜ਼ ਜਾਂ ਸਰਕਟ ਬ੍ਰੇਕਰ ਜੋ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਾਰਨ ਦੇ ਟ੍ਰਿਪ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਜੱਗਦੀਆਂ-ਬੁੱਝਦੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਅਤੇ ਲੀਡਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿਓ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਛਿਪੀਆਂ ਹੋਣ - ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਜਾਂ ਗਲੀਚੇ ਅਤੇ ਚਟਾਈਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ।
- ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੇ ਪਲੱਗ ਲਾਹੁਣ ਨਾਲ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਉਪਕਰਨਾਂ ਦਾ ਪਲੱਗ ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਾਹ ਦਿਓ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੌਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

### ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਿਜਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੀਟਰ

- ਹੀਟਰਾਂ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੰਧ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਰੱਖੋ।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਕੱਪੜੇ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਨਾ ਵਰਤੋ।

### ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਬਲੈਂਕੇਟ (ਬਿਜਲਈ ਕੰਬਲ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ

- ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਬਲੈਂਕੇਟ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਰਕੇ, ਲਪੇਟ ਕੇ ਜਾਂ ਹਲਕੀ ਤਹਿ ਮਾਰ ਕੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਬਿਸਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਲੈਂਕੇਟਾਂ ਦਾ ਪਲੱਗ ਉਤਾਰ ਦਿਓ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਥਰਮੋਸਟੇਟ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਸੈਕੰਡ ਹੈਂਡ (ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ) ਬਲੈਂਕੇਟ ਨਾ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਲਈ ਬਕਾਇਦਾ ਇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
- ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

### ਫਰਨੀਚਰ

- ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਫਰਨੀਚਰ ਉੱਪਰ ਅੱਗ-ਨਿਰੋਧਕ ਹੋਣ ਦਾ ਸਥਾਈ ਲੇਬਲ ਲੱਗਾ ਹੈ।

# Cigarettes

**Stub cigarettes out properly and dispose of them carefully. Put them out. Right out!**

- Never smoke in bed.
- Use a proper ashtray – never a wastepaper basket.
- Make sure your ashtray can't tip over and is made of a material that won't burn.
- Don't leave a lit cigarette, cigar or pipe lying around. They can easily fall over and start a fire.
- Take extra care if you smoke when you're tired, taking prescription drugs, or if you've been drinking. You might fall asleep and set your bed or sofa on fire.
- Keep matches and lighters out of children's reach.
- Consider buying child resistant lighters and match boxes.

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**

**Put them out. Right out!**

**ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਝਾ ਦਿਓ। ਤੁਰੰਤ!**

# ਸਿਗਰਟਾਂ

**ਸਿਗਰਟਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੁਝਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨਪੂਰਵਕ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਝਾ ਦਿਓ। ਤੁਰੰਤ!**

- ਕਦੇ ਵੀ ਬਿਸਤਰ ਵਿੱਚ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਐਸ਼ਟਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ - ਕਦੇ ਵੀ ਰੱਦੀ ਕਾਗਜ਼ਾਂ ਵਾਲੀ ਟੋਕਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਐਸ਼ਟਰੇ ਟੇਡੀ ਹੋ ਕੇ ਉਲਟ ਨਾ ਜਾਏ ਅਤੇ ਇਹ ਅਜਿਹੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤੋਂ ਬਣੀ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅੱਗ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗੀ।
- ਜਗਦੀ ਹੋਈ ਸਿਗਰਟ, ਸਿਗਾਰ ਜਾਂ ਪਾਈਪ ਨੂੰ ਆਸ-ਪਾਸ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਉਹ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਡਿਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅੱਗ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਡਾਕਟਰੀ ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵਧੀਕ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਸਤਰ ਜਾਂ ਸੋਫੇ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਮਾਚਸਾਂ ਅਤੇ ਲਾਈਟਰਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਾਈਟਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਚਸਾਂ ਦੀਆਂ ਡੱਬੀਆਂ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

**Matchboxes now carry this warning label**

**ਮਾਚਸਾਂ ਉੱਤੇ ਹੁਣ ਇਹ ਚਿਤਾਵਨੀ ਲੇਬਲ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ**



Fire Safety in the Home-pan.indd 14 18-Aug-17 11:46:06

## Candles

## ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ

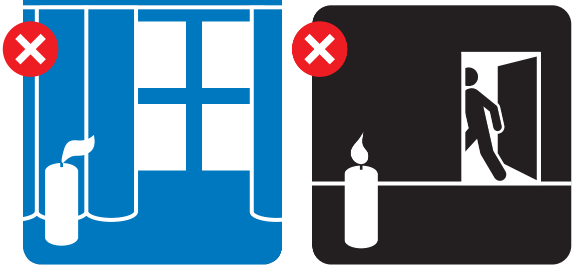
**Make sure candles are secured in a proper holder and away from materials that may catch fire – like curtains.**

**ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਢੁਕਵੇਂ ਹੋਲਡਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਦੇ।**

- Put candles out when you leave the room, and make sure they're put out completely at night.
- Children shouldn't be left alone with lit candles.
- Keep pets away from lit candles.

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰਾ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬੁਝਾ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਰਾਤ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੁਝਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਲਦੀਆਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨਾਲ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਬਲਦੀਆਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

### Top tip
### ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ



**Be careful with candles**

**ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ**



Fire Safety in the Home-pan.indd 15 18-Aug-17 11:46:06

# PLAN A SAFE ESCAPE

# ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

Fitting smoke alarms is the first crucial step to protecting yourself from fire. But what would you do if one went off during the night?

This section will help you make a plan ready for an emergency.

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਅਹਿਮ ਕਦਮ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਲਗਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਉਸ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ ਜੇ ਇਹ ਰਾਤ ਦੌਰਾਨ ਵੱਜਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਭਾਗ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।



Fire Safety in the Home-pan.indd 16 18-Aug-17 11:46:06

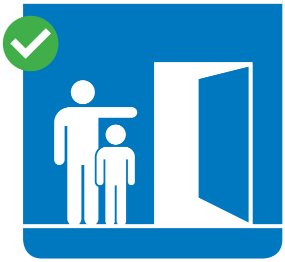
## Be prepared by making a plan of escape

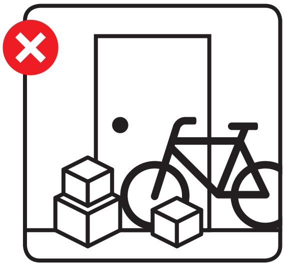
- Plan an escape route and make sure everyone knows how to escape.
- Make sure exits are kept clear.
- The best route is the normal way in and out of your home.
- Think of a second route in case the first one is blocked.
- Take a few minutes to practise your escape plan.
- Review your plan if the layout of your home changes.

## ਬਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਤਿਆਰ ਰਹੋ

- ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਨਿਕਲਣਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਨਿਕਾਸ ਸਥਾਨ ਰੁਕਾਵਟ ਮੁਕਤ ਰੱਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰੀਨ ਰਸਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਆਮ ਰਸਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਪਹਿਲੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਹੋਣ ’ਤੇ ਦੂਜੇ ਰਸਤੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।
- ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਕੱਢ ਕੇ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਬਨਾਵਟ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**





**Plan an escape route**

**ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ**

**Keep door and window keys where everyone can find them**

**ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀ ਦੀਆਂ ਚਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ’ਤੇ ਰੱਖੋ ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਕੋਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹੈ।**



Fire Safety in the Home-pan.indd 17 18-Aug-17 11:46:06

# What to do if there is a fire

# ਜੇ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

**Don't tackle fires yourself. Leave it to the professionals.**

- Keep calm and act quickly, get everyone out as soon as possible.
- Don't waste time investigating what's happened or rescuing valuables.
- If there's smoke, keep low where the air is clearer.
- Before you open a door check if it's warm. If it is, don't open it – fire is on the other side.
- Call 999 as soon as you're clear of the building. 999 calls are free.

**ਅੱਗ ਨਾਲ ਖੁਦ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਉੱਤੇ ਛੱਡ ਦਿਓ।**

- ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੋ, ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ।
- ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜਾਂ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਧੂੰਆਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਰਹੋ ਜਿੱਥੇ ਹਵਾ ਸਾਫ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਗਰਮ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਾ ਖੋਲ੍ਹੋ - ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਅੱਗ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।
- ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਬਿਲਡਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹੋ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। 999 ਕਾਲਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ।

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**

**Get out, stay out and call 999**

**ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ, ਬਾਹਰ ਹੀ ਰਹੋ ਅਤੇ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ**



Fire Safety in the Home-pan.indd 18 18-Aug-17 11:46:06

## What to do if your escape is blocked

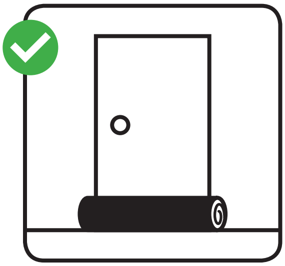
**If you can’t get out, get everyone into one room, ideally with a window and a phone.**

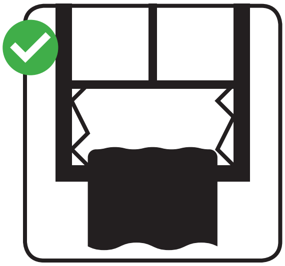
- Put bedding around the bottom of the door to block out the smoke.
- Call 999 then open the window and shout “HELP FIRE”.
- If you’re on the ground or first floor, you may be able to escape through a window.
- Use bedding to cushion your fall and lower yourself down carefully. Don’t jump.
- If you can’t open the window break the glass in the bottom corner. Make jagged edges safe with a towel or blanket.

## ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

**ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ, ਆਦਰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਖਿੜਕੀ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਫੋਨ ਦੇ ਨਾਲ।**

- ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਬਿਸਤਰਾ ਫਸਾ ਦਿਓ ਤਾਂ ਜੋ ਧੂੰਏਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।
- 999 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫੇਰ ਖਿੜਕੀ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿਓ ਅਤੇ ਜੋਰ ਨਾਲ ਚਿੱਲਾ ਕੇ ਕਹੋ “HELP FIRE (ਮਦਦ ਕਰੋ ਅੱਗ ਲੱਗੀ ਹੈ)”।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਮੀਨੀ ਜਾਂ ਪਹਿਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਖਿੜਕੀ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਹੇਠਾਂ ਡਿੱਗਣ ‘ਤੇ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਬਿਸਤਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਹੇਠਾਂ ਉਤਾਰੋ। ਕੁੱਦੋ ਨਾ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖਿੜਕੀ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਹੇਠਲੇ ਕੋਨੇ ਤੋਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਨੂੰ ਤੋੜ ਦਿਓ। ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਕੰਬਲ ਨਾਲ ਨੁਕੀਲੇ ਸਿਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਓ।







Fire Safety in the Home-pan.indd 19 18-Aug-17 11:46:06

## What to do if your clothes catch fire

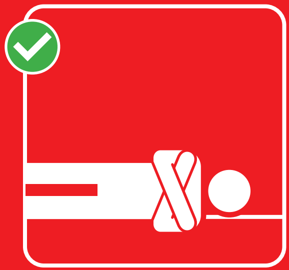
## ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- Don't run around, you'll make the flames worse.
- Lie down and roll around. It makes it harder for the fire to spread.
- Smother the flames with a heavy material, like a coat or blanket.
- Remember, Stop, Drop and Roll!

- ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਨਾ ਦੌੜੋ, ਤੁਸੀਂ ਲਪਟਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭੜਕਾਓਗੇ।
- ਲੇਟ ਜਾਓ ਅਤੇ ਘੁੰਮੋ (ਰੋਲ ਕਰੋ)। ਇਸ ਨਾਲ ਅੱਗ ਦਾ ਫੈਲਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕੋਟ ਜਾਂ ਕੰਬਲ ਵਰਗੀ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਲਪਟਾਂ ਨੂੰ ਬੁਝਾਓ।
- ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਰੁਕੋ, ਲੇਟ ਜਾਓ ਅਤੇ ਘੁੰਮੋ (ਰੋਲ ਕਰੋ)!

**STOP!**
**ਰੁੱਕੋ!**

**DROP!**
**ਲੇਟ ਜਾਓ!**



**ROLL!**
**ਘੁੰਮੋ (ਰੋਲ ਕਰੋ)!**



Fire Safety in the Home-pan.indd 20 18-Aug-17 11:46:06

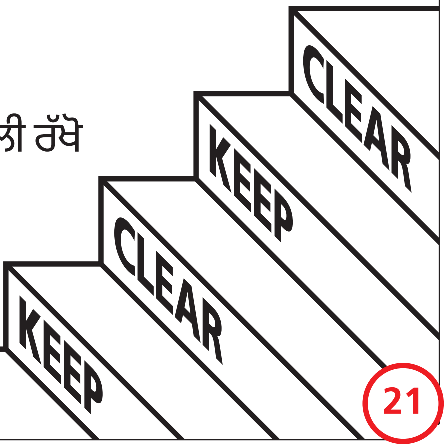
## How to escape from a high level building

- As with all buildings, you should plan and practise an escape route.
- Avoid using lifts and balconies if there is a fire.
- It is easy to get confused in smoke, so count how many doors you need to go through to reach the stairs.
- Check there is nothing in the corridors or stairways that could catch fire – like boxes or rubbish.
- Make sure doors to stairways are not locked.
- Make sure everyone in the building knows where the fire alarms are.
- You should still get a smoke alarm for your own home, even if there is a warning system in the block.

## ਉੱਚੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵਾਲੀ ਇਮਾਰਤ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਨਾ ਹੈ

- ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਅੱਗ ਲੱਗਣ ’ਤੇ ਲਿਫਟਾਂ ਜਾਂ ਬਾਲਕੋਨੀਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਧੂੰਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਉਲਝਣ ਹੋ ਜਾਣੀ ਅਸਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੌੜੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਕਿੰਨੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਲਾਂਘਿਆਂ ਜਾਂ ਪੌੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਕਸੇ ਜਾਂ ਕੂੜਾ-ਕਰਕਟ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਪੌੜੀਆਂ ਤੱਕ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਨਾ ਲੱਗਿਆ ਹੋਵੇ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕੋਈ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਫਾਇਰ ਅਲਾਰਮ ਕਿੱਥੇ ਲੱਗੇ ਹਨ।
- ਭਾਵੇਂ ਬਲੌਕ ਵਿੱਚ ਚਿਤਾਵਨੀ ਵਿਵਸਥਾ ਹੈ, ਪਰ ਫੇਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਘਰ ਲਈ ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਖਾਲੀ ਰੱਖੋ






Fire Safety in the Home-pan.indd 21 18-Aug-17 11:46:06

# MAKE A BEDTIME CHECK

## ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂਚ ਕਰੋ

You are more at risk from a fire when asleep. So it's a good idea to check your home before you go to bed.

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁੱਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Fire Safety in the Home-pan.indd 22 18-Aug-17 11:46:06

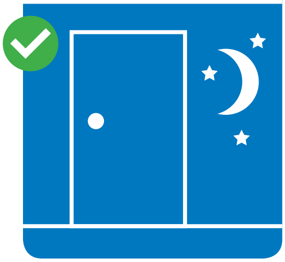
# Check list

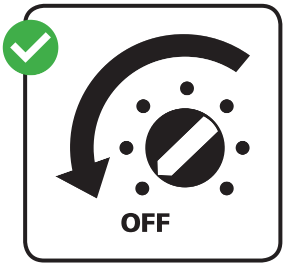
- Close inside doors at night to stop a fire from spreading. ☐
- Turn off and unplug electrical appliances unless they are designed to be left on – like your freezer. ☐
- Check your cooker is turned off. ☐
- Don't leave the washing machine on. ☐
- Turn heaters off and put up fireguards. ☐
- Put candles and cigarettes out properly. ☐
- Make sure exits are kept clear. ☐
- Keep door and window keys where everyone can find them. ☐

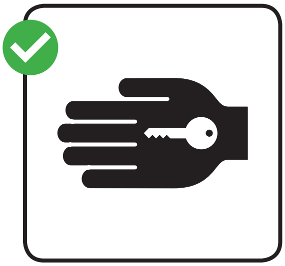
# ਜਾਂਚ ਸੂਚੀ

- ਅੱਗ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅੰਦਰਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ। ☐
- ਬਿਜਲਈ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪਲੱਗ ਲਾਹ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿਓ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚਲਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ। ☐
- ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੂਕਰ ਬੰਦ ਹੋਵੇ। ☐
- ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਚੱਲਦਾ ਨਾ ਛੱਡੋ। ☐
- ਹੀਟਰਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਾਇਰਗਾਰਡ ਲਗਾ ਦਿਓ। ☐
- ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬੁਝਾ ਦਿਓ। ☐
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਨਿਕਾਸ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਰੁਕਾਵਟ-ਰਹਿਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ☐
- ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀ ਦੀਆਂ ਚਾਬੀਆਂ ਉੱਥੇ ਰੱਖੋ ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਕੋਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹੈ। ☐

**Top tip**
**ਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**





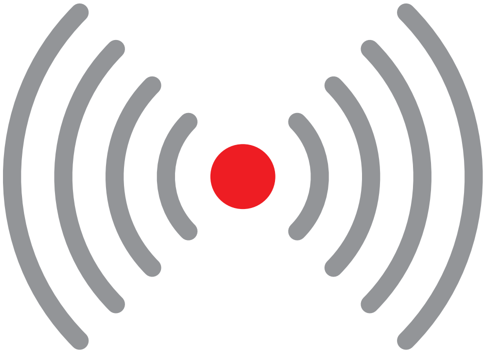



**Close inside doors at night**

**ਰਾਤ ਨੂੰ ਅੰਦਰਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ**



Fire Safety in the Home-pan.indd 23 18-Aug-17 11:46:07



# SMOKE ALARMS SAVE LIVES

In the event of a fire, get out, stay out and call 999. For further fire safety information contact your local fire and rescue service (not 999). Or visit www.facebook.com/firekills

©Crown Copyright 2017

Published by the Home Office, June 2017

Version 3

## ਸਮੋਕ ਅਲਾਰਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ

ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ, ਬਾਹਰ ਹੀ ਰਹੋ ਅਤੇ 999 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਅੱਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਅੱਗ ਅਤੇ ਬਚਾਓ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ (999 ’ਤੇ ਨਹੀਂ)। ਜਾਂ www.facebook.com/firekills ’ਤੇ ਜਾਓ

© ਕ੍ਰਾਊਨ ਕਾਪੀਰਾਈਟ 2017

ਹੋਮ ਆਫ਼ਿਸ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜੂਨ 2017

ਰੂਪਾਂਤਰ 3