

# Powrót do domu po powodzi

Informacje o tym, jak zachować bezpieczeństwo po powodzi

Polish | Polski

## OFFICIAL

Wracając do domu po powodzi przeczytaj te informacje, aby chronić siebie i swoją rodzinę przed ewentualnymi obrażeniami lub chorobą.

### Jak bezpiecznie powrócić do domu

- Nigdy nie chodź, nie pływaj i nie jedź samochodem przez wody powodziowe, nawet jeśli są płytkie. Trzymaj dzieci i zwierzęta domowe z dala od domu, do czasu kiedy będzie można bezpiecznie wrócić.
- Kontakt skóry z wodą powodziową i błotem może powodować choroby i infekcje. Unikaj kontaktu z wodami powodziowymi i regularnie myj ręce mydłem.
- Noś wodoodporne buty i gumowe lub skórzane rękawice podczas sprzątnia.
- Przykrywaj wszelkie skaleczenia i rany, które mogły mieć kontakt z wodą powodziową. Jeśli zostaniesz zraniony lub doznasz skaleczenia, oczyść ranę i natychmiast skontaktuj się z lekarzem.
- Przed wejściem do domu weź pod uwagę co następuje:
  - ✓ powódź może spowodować przedostanie się ścieków do domu
  - ✓ może zostać uszkodzone zasilanie gazowe lub elektryczne
  - ✓ struktura domu może zostać uszkodzona
  - ✓ węże i inne stworzenia mogą schronić się w twoim domu, szopie lub w ogrodzie
  - ✓ wyrzuć zastałą wodę, która zebrała się w pojemnikach na podwórku, ponieważ w niej rozmnażają się komary
  - ✓ jeśli w twoim domu jest pleśń, musisz ją oczyścić przed wprowadzeniem się do domu.
- Jeśli nie było prądu, sprawdź jedzenie lub leki w lodówce. Być może trzeba będzie je wyrzucić.
- Nie używaj przenośnego generatora w pomieszczeniach, ponieważ może on wytwarzać tlenek węgla, który może sprawić, że poważnie zachorujesz.
- Powodzie mogą zanieczyścić wodę pitną. Sprawdź w swojej agencji wodnej, czy woda z kranu jest bezpieczna do picia. Skontaktuj się z władzami lokalnymi jeśli nie masz dostępu do wody z sieci wodociągowej i uważasz, że powódź wpłynęła na twoje prywatne źródło wody.
- Nie pływaj w kanałach wodnych, plażach lub w basenach, ponieważ mogą być zanieczyszczone.
- Powódź może spowodować przesunięcie się elementów domu, takich jak rury, cementowe płyty lub dachówki. Jeśli znajdziesz azbest, nie naruszaj materiału i skontaktuj się z lokalnymi władzami.
- Jeśli ucierpiał system kanalizacyjny, ogranicz zużycie wody i skontaktuj się z hydraulikiem.

### Zadbaj o siebie

- To normalne, że doświadczasz wielu emocji, więc poświęć chwilę aby zadbać o siebie i sięgnij po wsparcie do swoich bliskich.
- Jeśli czujesz się przytłoczony, możesz zadzwonić pod numer 1300 375 330 do Mental Health and Wellbeing Hubs po bezpłatne wsparcie.
- W razie obaw o swoje zdrowie udaj się do lekarza rodzinnego. W nagłych wypadkach zadzwoń pod numer 000. Jeśli nie możesz zadzwonić, powinieneś udać się do najbliższego szpitala.
- Jeśli ty lub ktoś kogo znasz jest w kryzysie, zadzwoń do Lifeline pod numer 13 11 14 lub do Beyond Blue pod numer 1300 224 636.

## Uzyskaj wsparcie finansowe

- Jeśli Twój dom został dotknięty powodzią, możesz kwalifikować się do otrzymania jednorazowej płatności awaryjnej. Więcej informacji znajdziesz na stronie <https://emergencypayments.dffh.vic.gov.au>
- Pomoc w odbudowie (Re-establishment Assistance) może być dostępna, jeśli nie możesz mieszkać w swoim domu z powodu jego uszkodzenia lub nie masz dostępu do swojego domu przez ponad 7 dni. Więcej informacji znajdziesz na stronie <https://services.dffh.vic.gov.au/personal-hardship-assistance-program>
- Zapomoga pod nazwą Disaster Recovery Allowance jest dostępna dla pracowników i osób prowadzących jednoosobową działalność gospodarczą, którzy stracili dochód z powodu poważnej katastrofy. Możesz otrzymywać płatności przez okres do 13 tygodni po wystąpieniu katastrofy. Odwiedź stronę <https://www.servicesaustralia.gov.au/natural-disaster-events?context=60042> po więcej informacji.
- Możesz kwalifikować się do Australian Government Disaster Recovery Payment, jeśli doznałeś poważnych obrażeń lub twój dom został poważnie uszkodzony przez powódź. Dorośli mogą otrzymać \$1,000, a dzieci \$400. Odwiedź stronę <https://www.servicesaustralia.gov.au/victorian-floods-october-2022-australian-government-disaster-recovery-payment> aby uzyskać więcej informacji.
- Zadzwoń na infolinię Flood Recovery Hotline pod numer 1800 560 760, aby uzyskać pomoc w tymczasowym zakwaterowaniu i inne wsparcie.
- Jeśli potrzebujesz pomocy w sprawach ubezpieczeniowych, zadzwoń na infolinię Insurance Council Australia ds. katastrof pod numer 1800 734 621.

Aby otrzymać tę publikację w dostępnym formacie, wyślij e-mail na adres [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

