|  |
| --- |
| પૂર પછી પીવાનું પાણી |
| પૂર પછી સલામત રીતે ક્યારે અને કેવી રીતે પાણી પીવું તે વિષે માહિતી |
| Gujarati | ગુજરાતી  OFFICIAL |



પૂર પછી તમારા પાણી પ્રદાતા તમને જણાવશે કે નળનું પાણી પીવા માટે સલામત છે કે નહિં. તે નીચેની સલાહો જાહેર કરી શકે છે:

**ન પીવાની સલાહ**: તમારા પાણીમાં નુકશાનકર્તા રસાયણો અને ઝેરીતત્વો છે અને તે પીવાથી તમે ખૂબ બીમાર થઇ શકો છો.

**પાણી ઊકાળવાની સલાહ**: તમારા પાણીમાં જીવાણું હોય શકે છે અને તમારે ઉપયોગમાં લેતાં પહેલાં પાણી ઊકાળવું જોઇએ. ઊકાળ્યા વગરનું પાણી પીવાથી તમે બીમાર થઇ શકો છો.

# **જો તમે નળનું પાણી પી શકો તેમ ન હોવ તો શું કરવું**

જો તમારી પાણી પૂરી પાડતી સંસ્થાએ ‘ન પીશોની સલાહ’ જાહેર કરી હોય તો તમે નળનું પાણી ન પી શકો.

* તમારે:
* અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાંથી નળનું પાણી ન પીવું જોઇએ
* તેને ઊકાળવું, ક્લોરિનથી પ્રક્રિયા કે બ્લીચ કરવું જોઇએ નહિં કારણ કે તેનાથી તે ઉપયોગ માટે સલામત નહિં થાય.
* પીવા, ખોરાક તૈયાર કરવા, પીણાં અને બાળકોનો ખોરાક બનાવવા, બરફ બનાવવા, દાંત સાફ કરવા કે પાલતું પ્રાણીઓને પીવા માટે બોટલનાં પાણીનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ.
* કેટલાક સંજોગોમાં તમે સંડાસમાં, તમારા હાથ ધોવા, નહાવા (સુનિશ્ચિત કરો કે પાણી મોંમાં ન જાય) અને કપડાં ધોવા નળના પાણીનો ઉપયોગ કરી શકો છો. જો તમને ચામડી પર બળતરાં કે અન્ય પ્રતિકૂળ અસરો જણાય તો, પાણી વાપરવાનું બંધ કરો અને તમારા ડૉક્ટરનો સંપર્ક કરો.
* ક્યારે નળનું પાણી પીવું સલામત છે તે તમારા પાણી પ્રદાતા તમને જણાવશે.

# **જો તમારે નળનાં પાણીને ઊકાળવાની જરૂર હોય તો શું કરવું**

જો તમારા પાણી પ્રદાતાએ ‘પાણી ઊકાળવાની સલાહ’ જાહેર કરી હોય તો, તમારે નળનું પાણી ઊકાળવાની જરૂર છે.

* તે પીવા માટે સલામત થાય તે માટે નળનું પાણી ઊકાળવું:
* તમે વાસણ કે કિટલીનાં તળિયા પર સતત ઘણાં પરપોટાં જોઇ શકો ત્યાં સુધી પાણીને ખળખળ ઊકાળો.
* પાણીનો ઉપયોગ કરતાં પહેલાં તેને ઠંડું કરો.
* આપોઆપ બંધ થઇ જતી સ્વીચો સાથેની કિટલીનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. વિવિધ તાપમાન રાખી શકાય તેવી કિટલીઓ ઊકાળવા (બોઇલ) પર રાખવી જોઇએ.
* ઊકાળેલાં પાણીને સાફ અને બંધ વાસણમાં રાખો
* ઉપયોગમાં લેતાં પહેલાં પાણીને ઠંડું કરો
* વરાળથી દાઝીના જવાય તેનું ધ્યાન રાખવું જોઇએ.
* ઊકાળેલા પાણીનો ઉપયોગ પીવા, ખોરાક તૈયાર કરવા, પીણાં અને બાળકોનો ખોરાક બનાવવા, બરફ બનાવવા, દાંત સાફ કરવા કે પાલતું પ્રાણીઓને પીવા માટે કરવો જોઇએ.
* ઊકાળ્યા વગરનાં પાણીનો ઉપયોગ હાથ ધોવા, નહાવા (સુનિશ્ચિત કરો કે પાણી મોંમાં ન જાય), સંડાસમાં, વાસણ અને કપડાં ધોવામાં અને બગીચામાં કે બહારનો વિસ્તાર ધોવામાં કરી શકાય છે.
* નળનું પાણી ઊકાળ્યા વગર પીવું ક્યારે સલામત છે તે તમારા પાણી પ્રદાતા તમને જણાવશે.

# **સહાય મેળવો**

* માહિતી મેળવવા તમારા પાણી પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો <www.water.vic.gov.au/water-industry-and-customers/know-your-water-corporation>.
* જો તમને ચિંતા હોય કે તમે દુષિત પાણી પીધું છે અથવા પેટની તકલીફના ચિન્હો જણાતાં હોય તો, તમારા ડૉક્ટરનો સંપર્ક કરો.

આ પ્રકાશનને સુલભ સ્વરૂપમાં મેળવવા [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au) પર ઇમેલ કરો