



ব্যক্তিবিশেষ এবং  
পরিবার

বিস্ফোরণ

# পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনার জন্য নির্দেশিকা



বিস্ফোরণের কারণে তৈরি হওয়া বায়ুর চাপের ফেটে পড়া, আগুন, বিষাক্ত বায়ু বা পড়তে থাকা ধ্বংসাবশেষ থেকে (যেমন ধারালো কিচু এবং কাঁচ) আঘাত লাগতে পারে। এগুলোর কারণে স্বাস্থ্যজনিত সমস্যাও দেখা দিতে পারে, যেমন শ্বাসকষ্ট বা ফুসফুস, নাক, মুখ, গলা, চোখ বা স্বকে জ্বালা।



## ভিতরে চলে যান।

- ▶ আপনি কোনো গাড়ির ভিতরে থাকলে:
  - ▶ রাস্তার ধারে গাড়ি নিয়ে আসুন, ইঞ্জিন বন্ধ করে দিন, জানালা এবং ভুলভুলি বন্ধ করে দিন এবং এয়ার কন্ডিশনার বা হিটার বন্ধ করে দিন।
  - ▶ নরম কাগজ, কাপড় বা জামার হাতা দিয়ে আপনার নাক ও মুখ ঢেকে নিন।
  - ▶ গাড়ির ভিতরেই থাকুন বা আশেপাশে বিল্ডিং থাকলে সেখানে আশ্রয় খুঁজে নিন।
- ▶ আপনি বাইরে এবং বিস্ফোরণ স্থানের কাছে থাকলে:
  - ▶ নরম কাগজ, কাপড় বা জামার হাতা দিয়ে আপনার নাক ও মুখ ঢেকে নিন।
  - ▶ সঙ্গে সঙ্গে এমন কোনো বিল্ডিং-এ চলে যান যার দেওয়াল এবং জানালাগুলি ক্ষতিগ্রস্ত হয়নি। দেওয়াল বা জানালা ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে থাকলে, ভিতরের অন্য কোনো ঘরে চলে যান বা অন্য কোনো বিল্ডিং খুঁজে নিন।
  - ▶ সম্ভব হলে এবং যদি এমন করা নিরাপদ বলে গণ্য হয় তাহলে, নিজের সঙ্গে পোষ্যকেও নিয়ে যান।
- ▶ একবার ভিতরে চলে গেলে:
  - ▶ জানালা, বাইরের দরজা এবং অন্যান্য খোলা মুখ বন্ধ করে দিন।
  - ▶ বাড়িতে বা অ্যাপার্টমেন্টে, জানালার ফ্যান, এয়ার কন্ডিশনার এবং হিটিং/কুলিং সিস্টেম যা বাইরে থেকে বাতাস ভিতরে নিয়ে আসে তাদের বন্ধ করে দিন।

## সাধারণ নির্দেশিকা

- ▶ বিশ্বস্ত জায়গা থেকেই স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্যসমূহ নিন ([nyc.gov](http://nyc.gov), [cdc.gov](http://cdc.gov) এবং 311)।
- ▶ জরুরি অবস্থার বিষয়ে তথ্য পেতে Notify NYC (NYC সূচিত করুন) এর জন্য সাইন আপ করুন।
- ▶ আপনি নিজে বা আপনার পরিচিত কেউ এই পরিস্থিতির কারণে অসহায় বোধ করলে বা পরিস্থিতি সামাল দিতে সহায়তা লাগলে, আপনার নিজের ভাষায় বিনামূল্যে সহায়তা পেতে [lifenet.nyc](http://lifenet.nyc) এ যান।
- ▶ জরুরি অবস্থায়, সবসময়ে 911 নম্বরে ফোন করুন।



## আঘাত লেগেছে কিনা পরীক্ষা করুন।

- ▶ আপনি আহত হলে বা উপরে উল্লিখিত লক্ষণগুলির কোনো একটি অনুভব করলে শুধুমাত্র তখনই হাসপাতালে যান।



## খবরাখবর নিতে থাকুন।

- ▶ বিস্ফোরণের পরে বাতাসের গুণমান এবং কীভাবে নিরাপদে থাকতে পারবেন সেই বিষয়ে আধিকারিকদের থেকে তথ্য পেতে রেডিও, টেলিভিশন, কম্পিউটার বা মোবাইল ডিভাইস ব্যবহার করুন।



# EXPLOSIONS RESPONSE GUIDE



Explosions may result in injuries from blast pressure, fire, contaminated air or falling debris (such as sharp objects and glass). They may also cause health problems such as shortness of breath or irritation of the lungs, nose, mouth, throat, eyes or skin.



## Get inside.

- ▶ If you are in a car:
  - ▶ Pull to the side of the road, turn off the engine, close the windows and vents, and turn off the air conditioner or heater.
  - ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
  - ▶ Stay in the car, or find shelter if there are buildings nearby.
- ▶ If you are outside and near the explosion site:
  - ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
  - ▶ Quickly enter a building whose walls and windows have not been damaged. If there is any damage to a wall or window, move to an interior room or find another building.
  - ▶ Take pets with you if it is possible and safe to do so.
- ▶ Once inside:
  - ▶ Shut windows, outside doors and other openings.
  - ▶ In houses or apartments, turn off window fans, air conditioners and heating/cooling systems that bring air from outside.

## GENERAL GUIDELINES

- ▶ Get health information from credible sources ([nyc.gov](http://nyc.gov), [cdc.gov](http://cdc.gov) and 311).
- ▶ Sign up for Notify NYC for information about emergency events.
- ▶ If you or anyone you know feels overwhelmed or needs help coping, visit [lifenet.nyc](http://lifenet.nyc) for free help in your language.
- ▶ In an emergency, always call 911.



## Check for injuries.

- ▶ Only go to a hospital if you are injured or experience any of the symptoms listed above.



## Stay informed.

- ▶ Use radios, televisions, computers or mobile devices for information from officials about air quality and how to stay safe after the explosion.