



**പ്രളയബാധിത പ്രദേശങ്ങളിലെ ദുരിതാശ്വാസ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക്
പോകുന്നവരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്**

Precautions to be taken by volunteers to the flood affected area

1. ടെറ്റനസ് ടോക്സോയ്ഡ് (ടി.ടി.) പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പ് ഒരു ഡോക്ടറുടെ മേൽനോട്ടത്തിൽ എടുക്കുക.
Take a Tetanus Toxoid (T.T.) vaccination in the supervision of a doctor.
2. ഒരു ഡോക്ടറുടെ മേൽനോട്ടത്തിൽ ഡോക്സി സൈക്ലിൻ പ്രതിരോധ ഗുളികകൾ കൃത്യമായ ഡോസിൽ കഴിക്കുക.
Take appropriate dosage of doxi cyclone tablets under the supervision of a doctor.
3. ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ പാത്രവും ഗ്ലാസും കരുതുക. അടപ്പുള്ള, പരന്ന ചോറ്റു പാത്രവും അടപ്പുള്ള കോഫി മഗ്ഗുകളും ആയിരിക്കും ഉത്തമം. ഭക്ഷണം അടച്ചു സൂക്ഷിക്കാനും കൊണ്ടു പോകാനും അതായിരിക്കും സൗകര്യം. കുടിവെള്ളം കൊണ്ടു പോകാനായി വാട്ടർബോട്ടിലുകളും കരുതുന്നത് നന്നായിരിക്കും.
Keep a steel tumbler with lid and a lunch box. This will help to keep your food and drinks covered. Always carry your own water bottle.
4. റീയൂസബിൾ റബർ കയ്യറകൾ (സർജിക്കൽ കയ്യറകളല്ല) കരുതണം. കഴിയുമെങ്കിൽ റബർ ബുട്ടുകളോ പാദം നന്നായി മറയ്ക്കുന്ന വിധത്തിലുള്ള റബർ ഷൂസുകളോ കരുതണം. (ഇപ്പോൾ എങ്ങും ബുട്ടുകൾ കിട്ടാനില്ലാത്തതു കൊണ്ട് റബർ/പ്ലാസ്റ്റിക് ഷൂസും കാൽമുട്ടുകൾ വരെ എത്തുന്ന ലീച്ച് സോക്സും - കട്ടിയുള്ള തുണി കൊണ്ടോ മറ്റെന്തെങ്കിലും മെറ്റീരിയൽ കൊണ്ടോ തയ്യിച്ചെടുക്കുന്ന സോക്സ് - ധരിക്കുക)
Keep a pair of reusable rubber gloves (not surgical gloves), rubber boots (If rubber boots are not available, use rubber / plastic shoes with leach socks - long socks made of thick cloth or other materials which extend just above knees.)
5. റീയൂസബിൾ അല്ലെങ്കിൽ ഡിസ്പോസിബിൾ മാസ്കുകളും കരുതണം.
Keep reusable / disposable masks.
6. മിനിമം ഫസ്റ്റ് എയ്ഡ് കിറ്റ് കരുതുന്നത് നന്ന്. സോപ്പ്, സാനിറ്റൈസർ, എന്നിവ ഒപ്പം കരുതുക. പലയിടങ്ങളിലും കടകൾ പ്രവർത്തിച്ചു തുടങ്ങിയിട്ടില്ല.
Have a personal first-aid kit, soap and sanitizer since in many places shops are not functional to access medical aid.
7. ഇപ്പോഴും വീടുകൾക്കുള്ളിൽ പാമ്പുകളുണ്ട്. മുൻകരുതലും ജാഗ്രതയും അനാവശ്യ ബുദ്ധിമുട്ടുകളൊഴിവാക്കും.
Reptiles and snakes are still found in flood receded houses. Be careful to avoid accidents.
8. വെയിലടിച്ചു തുടങ്ങിയശേഷം പ്രളയം കടന്നു പോയ ഇടങ്ങളിലെ ചെളി ഉണങ്ങി പൊടിഞ്ഞ് അന്തരീക്ഷമാകെ പൊടിമയമാണ്. മാസ്ക് നിർബന്ധമായും വെക്കണം.
In many places flood sediments are up in the air as dust. Try to wear mask all the time.



9. അവനവനുള്ള ഭക്ഷണം കരുതുന്നത് നന്ന്. ഒരു ഗ്ലാസ് വെള്ളം നിങ്ങൾക്ക് തരാൻ കഴിയുന്ന അവസ്ഥയിലല്ല ദുരിത ബാധിതർ.

It is always good to keep a packet of food for you. The flood victims are not in a position to offer even a glass of water.

10. കുടിവെള്ള സ്രോതസ്സുകൾ മലിനമാണ്, പാത്രങ്ങളൊക്കെ ചെളിയടിഞ്ഞ് വൃത്തികേടായിട്ടുണ്ട്, പമ്പുകളൊന്നും പ്രവർത്തനക്ഷമമല്ല, കുടിവെള്ള വിതരണം ഇപ്പോഴും ശരിയായിട്ടില്ല. പലേയിടങ്ങളിലും പാത്രം കഴുകാൻ പോലും വെള്ളമില്ല. പലേ സ്ഥലങ്ങളിലും കളനുകൾ പ്രവർത്തനക്ഷമമായിട്ടില്ലെന്നോർക്കുക.

Most of the drinking water sources are contaminated, water pumps are yet to be functional, drinking water distribution is still interrupted and toilets are not functional.

11. ദുരിതാശ്വാസ ക്യാമ്പുകളിൽ തങ്ങാൻ നിൽക്കരുത്. ദുരിതാശ്വാസ ക്യാമ്പ് ഒരുപാട് പരിമിതികൾക്കുള്ളിൽ നിന്നു കൊണ്ട് ദുരിതബാധിതരെ സഹായിക്കാനുള്ള സംവിധാനമാണ്. അതിന്റെ മേൽ അധികം ഭാരം കയറ്റരുത്. നിങ്ങളിൽ നിന്നും അവർക്കും തിരിച്ചും പകർച്ചവ്യാധികൾ സമ്മാനിക്കാതിരിക്കാം.

Please do not plan to camp / stay at relief camps. Relief camps are temporary arrangement to support flood victims and it is functioning with limitations. Do not add burden to it. Avoid staying in relief camps to prevent spreading of epidemics.

12. കൈയിൽ അധികമുള്ള സ്നാക്സും ഭക്ഷണപ്പൊതികളും വെറുതെ വഴിയിൽക്കാണുന്ന കുട്ടികൾക്ക് വെച്ചു നീട്ടരുത്. ഭക്ഷണം കൊടുക്കാനുദ്ദേശിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഏറ്റവുമടുത്തുള്ള ദുരിതാശ്വാസ ക്യാമ്പിൽ ഏൽപ്പിക്കുകയോ അല്ലെങ്കിൽ കുട്ടികളുടെ രക്ഷിതാക്കളെ ഏൽപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യണം.

Please do not offer snack/food packets to children whom you meet in the flood affected zone. If you want to offer food, do it through the nearest flood relief camp or give it through their parents.