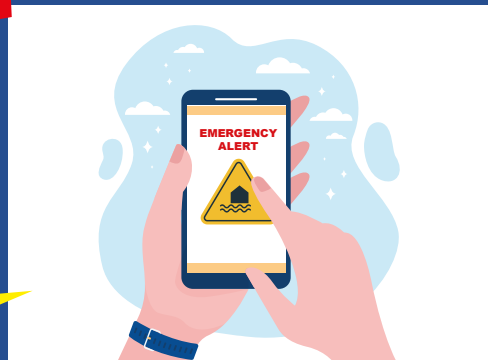


MAGMAHIMONG LUWAS SA BAGYO UG BAHHA

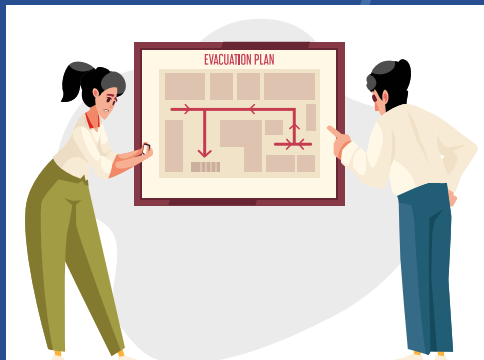
KABALO KA BA UNSAY BUHATON KUNG NAAY BAGYO O BAHHA? DAPAT ANDAM KA DAAN, KAHIBALO UNSAY BUHATON SAMTANG NAGPADAYON ANG KALAMIDAD, UG IKA HUMAN NIINI.

SA DILI PA MAHITABO ANG BAGYO UG BAHHA



Magpabilin Nga Adunay Kasayuran

Magpabiling alerto sa dagan sa panahon ug mga pasidaan kabahin sa baha gikan sa PAGASA ug NDRRMC. I-activate ang alerto pang emergency diha sa inyong mga device ug ipahibalo sa inyong pamilya ug mga silingan para maandam sila ug mas luwas ang atong komunidad.



Susiha Asa ang Evacuation Center sa Inyong Lugar ug Unsaon Pagbakwit

Susiha kon asa ang evacuation center sa inyong lugar ug asa mahimong moagi kon mobakwit mo. Kon kamo mobakwit, susiha daan kon unsa'y mahimong kasakyan diha sa inyong LGU.



Andama ang "Go Bag"

Mag-andam og waterproof nga Go Bag nga masulod ang mga importanteng butang sama sa pagkaon, tubig, tambal, bisti, ug importanteng dokumento. Apili og mga butang nga makahupay sa balatian sama sa hulagway sa pamilya o dulaan para mamenos ang stress sa pagbakwit.



Pag-Andam sa Brownout

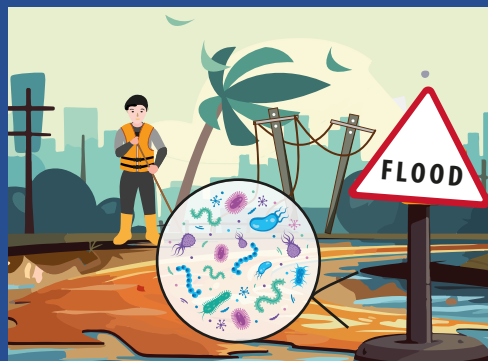
Pag-andam alang sa brownout. Andam og suga nga de baterya o flashlight, dugang nga baterya ug charger. Susiha daan kon asa ang lugar nga adunay back-up nga kuryente o generator para sa mga importante nga gamit sama sa medical equipment.



Salmot sa Mga Lokal nga Emergency Drills

Salmot sa emergency drills o apil sa lokal nga response team. Daku kini nga tabang para maandam ang komunidad, malig-on ang pagsalig ug makuhaan ang kulba sa oras sa katalagman.

SAMTANG NAHITABO ANG BAGYO UG BAHHA



Likay sa mga Lugar nga Bahaon

Ang tubig baha adunay dala nga makadaot nga kagaw ug kemikal. Sigurado ang paglikay niani o magsul-ob og botas para proteksyon.



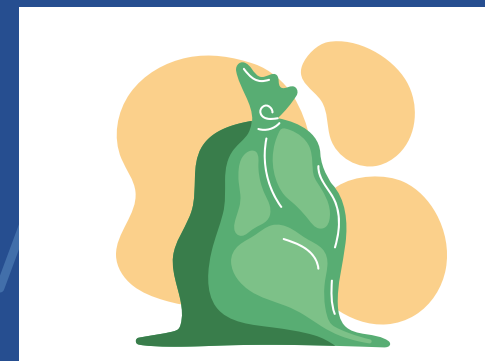
Pag-andam Para sa Pagbakwit

Sa dili pa mobakwit, pawnga ang kuryente, LPG, ug tubig. Kandadohi ang pultahan para luwas sa inyong pagbalik. Mahimong stressful ang pagbakwit busa magpabilin nga kalmado, magtinabangay ug sigurado ang kaluwasan ug panaghiusa sa pamilya.



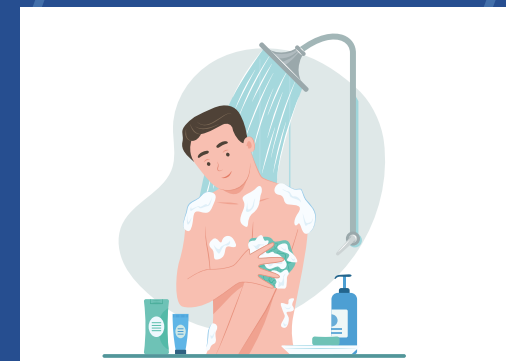
Kaon og Limpyo ug Luwas nga Pagkaon

Kaon ug inom lang og luwas nga pagkaon ug ilimnon. Kanang gikan pa sa selyado nga sudlanan. Ayaw konsumo og pan-os nga pagkaon ug ilimnon. Ilabay ang tanang pagkaon ug ilimnon nga nabasa sa tubig baha.



Gamit sa "Poo Bag Approach" Para sa Saktong Paglabay sa Hugaw sa Taw

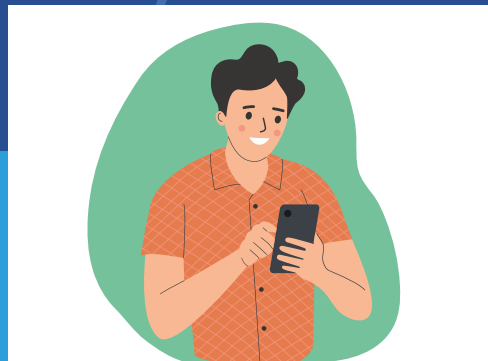
Kon walay kasilyas, gamit sa "Poo Bag Approach." Kini mao ang paggamit og lig-on ug masirad-an nga bag para sa luwas nga pagkolekta sa hugaw sa taw ug sa paglabay niani.



Proteksyoni ang Inyong Panit

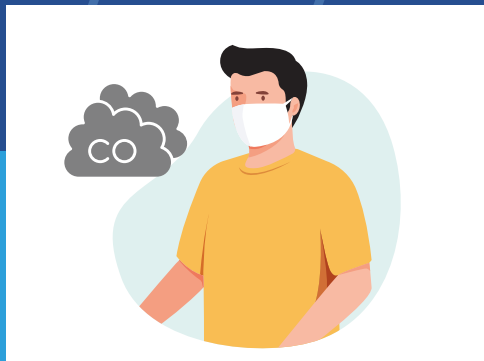
Kanunay maligo gamit ang limpyo nga tubig. Kini para malikayan ang impeksyon ug nuka-nuka sa panit.

HUMAN NAHITABO ANG BAGYO UG BAHHA



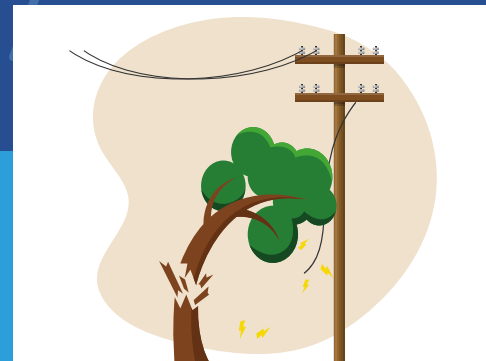
Amping sa Pagbalik sa Balay

Susiha sa awtoridad kon luwas na ba mobalik sa inyong lugar. Ipangutana pud kon luwas ug limpyo ba ang moagas nga tubig gikan sa tubo ug maayo ba pud ang kondisyon sa gawsanan sa hugaw nga tubig o ang kanal.



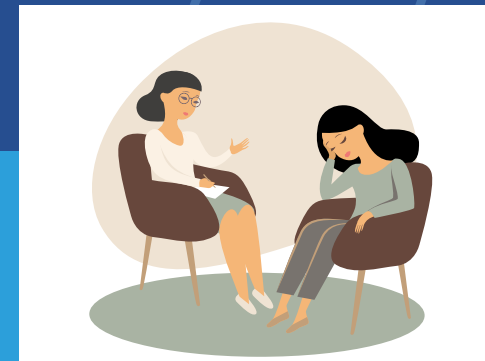
Mag-amping Kontra sa Peligro sa Panglawas nga Anaa sa Sulod sa Balay

Ayaw pagsunog og lana ug gasolina o paggamit sa generator sa sulod sa balay o duol sa bintana para malikayan ang pagkalipong tungod sa carbon monoxide poisoning. Pagsul-ob og mask sama sa N95 isip proteksyon sa inyong bage kontra sa abog, hugawng butang ug agup-op.



Mag-amping Kontra sa Peligro sa Panglawas nga Anaa sa Gawas sa Balay

Mag-amping sa mga butang gikan sa natumpag nga building, kahoy o poste. Pagsul-ob og gwantes kon manglimpyo sa mga natampag nga mga butang. Likay sa tubig nga naa duol sa linya sa kuryente ug ayaw gamit ug nabasa nga de-kuryente nga kabtangan.



Ampingi Inyong Panglawas

Mahimong makaapekto ang bagyo ug baha sa inyong panglawas sama sa stress o problema sa pagtulog. Pahulay, inom og igong tubig, ug pangayo og tabang gikan sa pamilya o mga health professional, kon kinahanglan.



Susihon ang Kahimtang sa mga Bata

Kumustaha ang mga bata ug dasiga sila nga ipa-ambit ilang gibati pamaagi sa pagstorya, pag drawing o pagdula. Hatagi sila og kahupay, pagsalig, ug ipadayon ang naandan nga buluhaton para mobati sila nga luwas sila. Hatagi og pagsabot ang ilang kausaban ug suportahi sila gamit ang positibo nga interaksyon.