

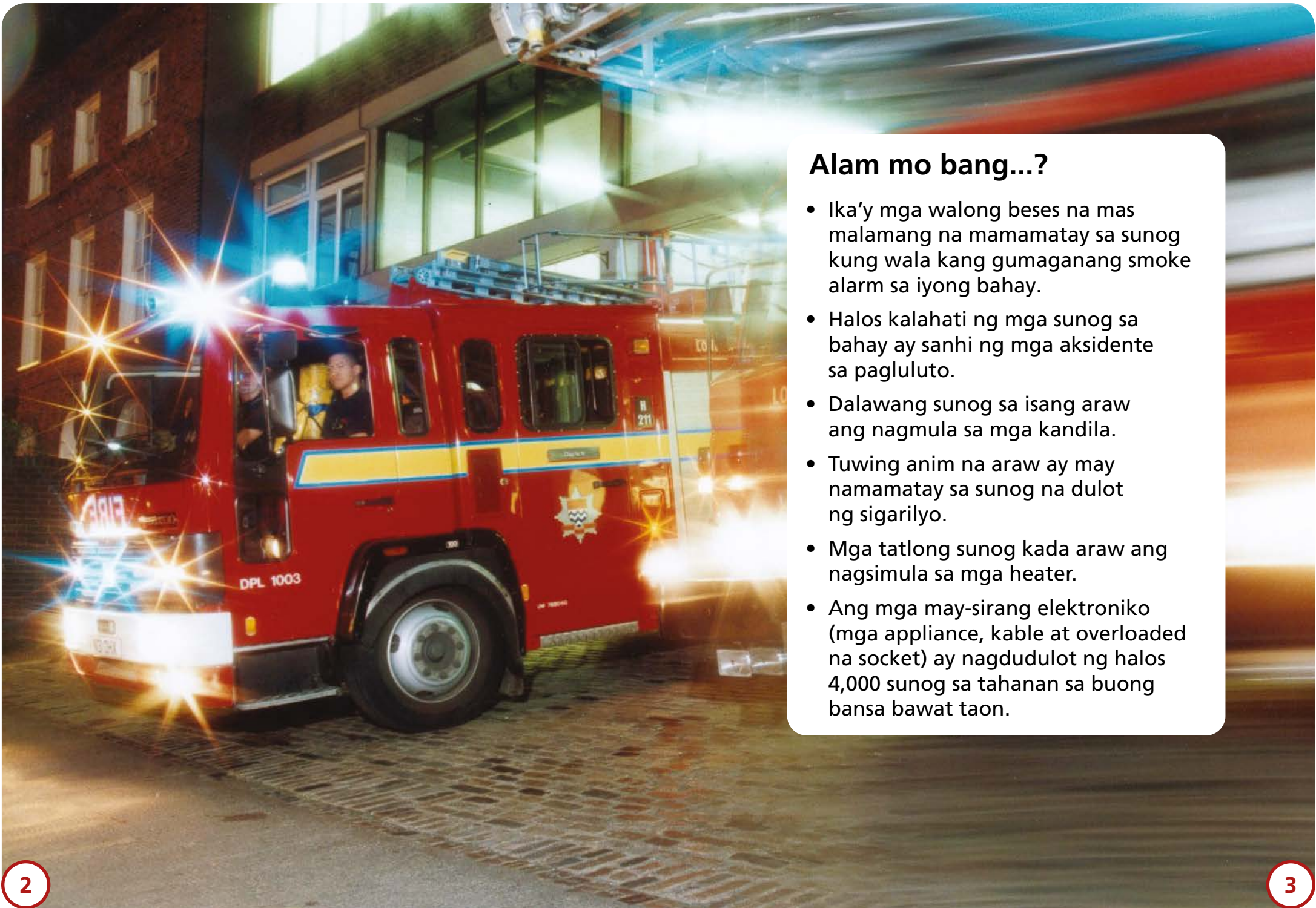
# KALIGTASAN SA SUNOG SA BAHAY



**FIRE  
KILLS**

LET'S PREVENT IT

Filipino



## Alam mo bang...?

- Ika'y mga walong beses na mas malamang na mamamatay sa sunog kung wala kang gumaganang smoke alarm sa iyong bahay.
- Halos kalahati ng mga sunog sa bahay ay sanhi ng mga aksidente sa pagluluto.
- Dalawang sunog sa isang araw ang nagmula sa mga kandila.
- Tuwing anim na araw ay may namamatay sa sunog na dulot ng sigarilyo.
- Mga tatlong sunog kada araw ang nagsimula sa mga heater.
- Ang mga may-sirang elektroniko (mga appliance, kable at overloaded na socket) ay nagdudulot ng halos 4,000 sunog sa tahanan sa buong bansa bawat taon.

# PROTECT YOUR HOME WITH SMOKE ALARMS

Ang pinakamadaling paraan upang protektahan ang iyong tahanan at pamilya mula sa sunog ay ang paggamit ng mga smoke alarm.

Kumuha ng mga ito. I-install ang mga ito. Subukan ang mga ito. Maaari nilang iligtas ang iyong buhay.



PROTEKTAHAN ANG IYONG TAHANAN GAMIT ANG MGA SMOKE ALARM

4

## Pagpili ng iyong mga smoke alarm

- Lagyan ng kahit isang smoke alarm ang bawat palapag ng iyong tahanan.
- Dapat mong malaman na hindi nagiging ang ilang bata sa mga smoke alarm.
- Mura lang ang mga smoke alarm at madaling ikabit.
- Mabibili ang mga ito mula sa mga DIY na tindahan, mga electrical shop at karamihan sa mga supermarket sa mga pangunahing lugar ng negosyo.
- Tingnan kung may isa sa mga simbolong ito, na nagpapakita na aprubado at ligtas ang alarm.
- Ang mga sampung taon na sealed battery smoke alarm ay ang pinakamahusay na opsyon. Medyo mas mahal ang mga ito, pero makakatipid ka sa halaga ng pagpapalit ng mga baterya.
- May iba't ibang magkakaibang modelo na pagpipilian. Ikalulugod ng inyong lokal na tagapaglingkod sa sunog at pagsagip na magbigay sa iyo ng payo kung alin ang pinakanaaangkop para sa iyo.



British Standard Kitemark



ANG MGA GUMAGANANG SMOKE ALARM AY MAAARING MAKAPAGLIGTAS NG IYONG BUHAY

### Pangunahing Tip



Ikabit ang mga smoke alarm

5

## Paano masisigurong gumagana ang iyong mga smoke alarm

**Subukan ang iyong mga smoke alarm nang kahit kada buwan.**

- Kung ang alinman sa iyong mga smoke alarm ay may isang taon na baterya, siguraduhin na ito ay pinapalitan bawat taon. Ilabas lamang ang baterya kapag kailangan mo itong palitan.
- Huwag idiskonekta o alisin ang mga baterya sa iyong alarm kung maalis nang hindi sinasadya.
- Ang mga karaniwang alarm na pinapatakbo ng baterya ay ang pinakamurang opsyon, ngunit kailangang mapalitan ang mga baterya bawat taon.
- Maraming tao ang nakakalimutang subukan ang mga baterya, kaya mas maganda ang mas mahabang buhay na baterya.
- Ang mga mains-powered na alarm ay pinapatakbo ng inyong supply ng kuryente sa bahay at may back-up na baterya kung sakaling mawalan ng kuryente. Kailangang makabit ang mga ito ng isang kwalipikadong electrician at, tulad ng mga de-bateryang alarm, kailangang ma-test ang mga ito.
- Ang pag-test ng mga smoke alarm ay tine-test ang smoke sensor pati na rin ang supply ng kuryente at/o baterya.
- Maaari ka ring magpakabit ng mga naka-link na alarm, para kapag ang isang alarm ay nakatuklas ng sunog, sabay-sabay silang tutunog. Ito ay kapaki-pakinabang kung nakatira ka sa isang malaking bahay o kung mayroon itong maraming palapag.

### Pangunahing Tip

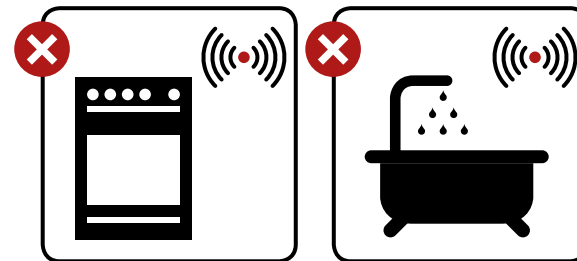
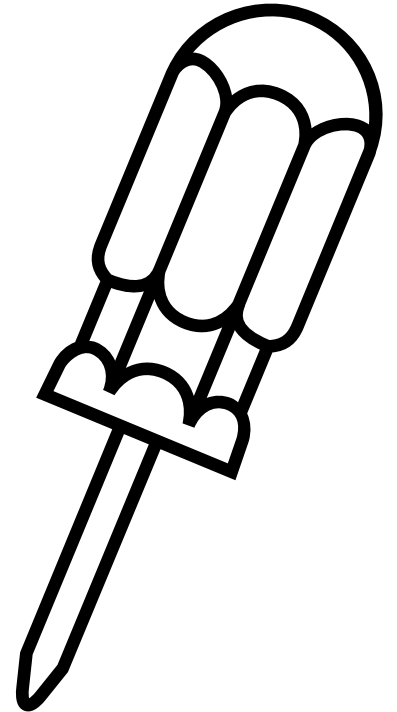


Ang mga alarm na strobe light at vibrating-pad ay magagamit para sa mga bingi o hiras makarinig. Makipag-ugnayan sa Linya ng Action on Hearing Loss Information sa **0808 808 0123** o textphone **0808 808 9000**.

## Paglalagay ng iyong mga smoke alarm

**Ang perpektong posisyon ay sa kisame, sa gitna ng silid, at sa pasilyo at landing, para marinig mo ang alarm sa buong bahay.**

- Huwag maglagay ng mga alarm sa o malapit sa mga kusina o banyo kung saan maaari itong tumunog dahil may usok o singaw na hindi sinasadya.
- Kung mahirap para sa iyo na ikabit ang mga smoke alarm, makipag-ugnayan sa iyong lokal na serbisyo sa sunog at pagsagip para sa tulong. Ikalulugod nilang ikabit ang mga ito para sa iyo.





## Pag-iingat sa iyong mga smoke alarm

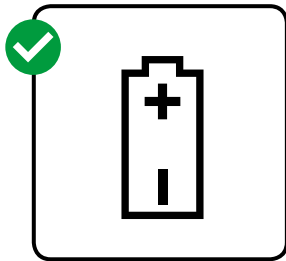
- Gawing bahagi ng iyong regular na gawain sa sambahayan ang pagsusuri sa iyong mga smoke alarm.
- Subukan ang mga ito sa pamamagitan ng pagpindot sa button hanggang sa tumunog ang alarm. Kung hindi ito tumunog, kailangan mong palitan ang baterya.
- I-vacuum ang inyong mga smoke alarm kada anim na buwan para tanggalin ang alikabok.
- Kung ang smoke alarm ay nagsimulang mag-beep nang regular, kailangan mong palitan agad ang baterya.
- Kung ito ay sampung taon na alarm, kakailanganin mong palitan ang buong alarm bawat sampung taon.

## Iba pang kagamitan na maaari mong isaalang-alang

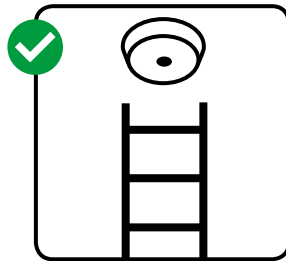
- Ang mga kumot pansunog ay ginagamit upang patayin ang apoy o balutin ang isang tao na ang mga damit ay nasusunog. Ang mga ito ay pinakamahusay na itinatago sa kusina.
- Makakatulong ang mga fire extinguisher kung napakaliit lang ng apoy o humaharang ito sa iyong lalabasan. Kung pinili mong gumamit ng extinguisher, laging basahin ang mga tagubilin bago gamitin at huwag ilagay ang iyong sarili sa panganib.
- Ang mga heat alarm ay maaaring makatukoy ng sunog sa mga kusina kung saan ang mga smoke alarm ay hindi dapat ilagay.



Subukan ito



Baguhin ito



Palitan ito

# HOW TO PREVENT COMMON FIRES

SA KUSINA  
DE-KURYENTE  
MGA SIGARILYO  
MGA KANDILA

## PAANO MAIIWASAN ANG KARANIWANG SUNOG

Sasabihin sa iyo ng seksyong ito kung paano mo maiiwasan ang mga sunog sa iyong tahanan, kabilang ang kung paano magluto nang ligtas at mag-ingat sa mga elektroniko, heater, kandila at sigarilyo.

## Sa kusina

### Magluto nang ligtas

**Mag-ingat nang labis kung kailangan mong iwanan ang kusina habang nagluluto, alisin ang mga kawali sa init o patayin ang mga ito upang maiwasan ang panganib.**

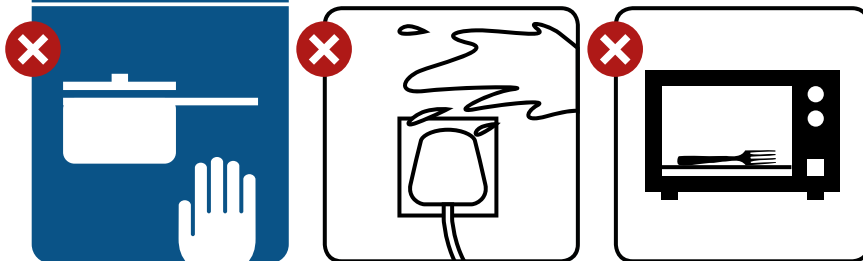
- Iwasan ang pagluluto kapag nasa ilalim ng impluwensiya ng alak.
- Iwasang iwanan ang mga bata sa kusina nang mag-isa kapag nagluluto sa hob. Ilagay ang mga posporo at mga hawakan ng kaserola sa lugar na hindi nila maabot upang mapanatiling ligtas ang mga ito.
- Siguraduhing hindi dumidikit ang mga hawakan ng kaserola – para hindi sila matumba mula sa kalan.

- Mag-ingat kung nakasuot ka ng maluwag na damit - madali silang masunog.
- Ilayo ang mga tuwalya at tela sa lutuan at hob.
- Ang mga spark device ay mas ligtas kaysa sa mga posporo o lighter para sindihan ang mga gas cooker, dahil hindi lantad ang apoy nito.
- I-double check kung naka-off ang cooker kapag tapos ka nang magluto.

### Mag-ingat sa mga elektronikong

- Panatilihin malayo sa tubig ang mga elektronikong (mga lead at appliance).
- Huwag maglagay ng kahit anong metal sa microwave.

#### Pangunahing Tip



**Panatilihin hindi maabot**

- Tingnan kung malinis ang mga toaster at nakalagay nang malayo sa mga kurtina at roll ng napkin sa kusina. Ang karamihan sa mga toaster ay may natatanggal na pansalo ng mga piraso ng tinapay upang matulungan kang panatilihin itong malinis.
- Panatilihin malinis at maayos ang oven, hob at grill. Ang naipon na taba at mantika ay maaaring pagmulan ng apoy.

### Pagprito gamit ang maraming mantika

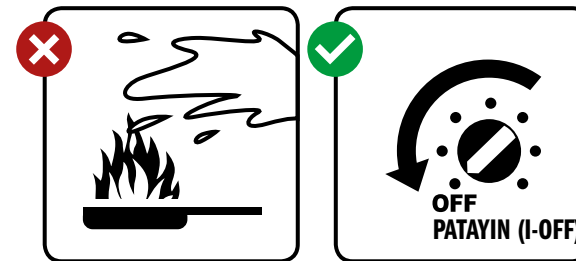
- Mag-ingat kapag nagluluto gamit ang mainit na mantika – madali itong magliyab.
- Siguraduhing tuyo ang pagkain bago ito ilagay sa mainit na mantika para hindi ito tumalsik.
- Kung ang mantika ay nagsimulang umusok – ito ay masyadong mainit. Patayin ang init at hayaang lumamig.

- Gumamit ng electric deep fat fryer na kinokontrol ng thermostat. Hindi sila pwedeng mag-overheat.

### Ano ang gagawin kung ang kawali ay nasusunog

- Huwag makipagsapalaran. Patayin ang init kung ligtas itong gawin. Huwag kailanman magtapon ng tubig sa ibabaw nito.
- Huwag mong apulain ang apoy nang iyong sarili.

**UMALIS  
MANATILI  
SA LABAS  
AT TUMAWAG SA  
999**



## Mga elektroniko

### Paano maiwasan ang mga de-kuryenteng apoy

- Palaging suriin na ginagamit mo ang tamang fuse upang maiwasan ang overheating.
- Siguraduhin na ang de-kuryenteng appliance ay may British o European safety mark kapag binili mo ito.
- Ang ilang mga appliance, tulad ng mga washing machine, ay dapat magkaroon ng isang plug para lang sa mga ito, dahil ang mga ito ay pinapagana ng mataas na kuryente.
- Subukan at panatilihin ang isang plug sa bawat saksakan.
- Kapag nagkakarga ng mga de-kuryenteng kagamitan, sundin ang mga tagubilin ng tagamanupaktura at hanapin ang marka na CE na nagpapahiwatig na ang mga charger ay sumusunod sa mga pamantayan sa kaligtasan ng Europe.

**Panatilihin malinis ang mga elektronikong appliance at nasa mabuting kondisyon ng paggana upang maiwasan ang pagsisimula ng mga ito ng sunog.**



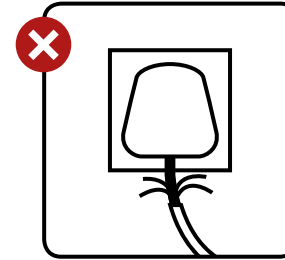
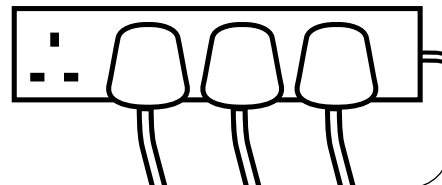
### Huwag mag-overload

**Ang isang extension lead o adaptor ay may limitasyon sa kung gaano karaming mga amp ang kaya nito, kaya mag-ingat na huwag mag-overload ang mga ito upang mabawasan ang panganib ng sunog.**

**Gumagamit ng iba't ibang dami ng kuryente ang mga appliance – maaaring gumamit ang telebisyon ng 3 amp plug at ang vacuum cleaner ay 5 amp halimbawa. Alamin ang limitasyon!**

$$5 + 5 + 3 = 13$$

AMP AMP AMP AMP



- Panatilihin mulat ang iyong mga mata para sa mga palatandaan ng mapanganib o maluwag na mga kable tulad ng mga marka ng sunog, maiinit na plug at mga saksakan, mga fuse na pumuputok o mga circuit breaker na pumipitik nang walang malinaw na dahilan, o kumikislap na mga ilaw.
- Suriin at palitan ang anumang mga lumang kable at lead, lalo na kung nakatago ang mga ito at hindi nakikita – nasa likod ng mga kasangkapan sa bahay o sa ilalim ng mga karpit at banig.
- Ang pag-unplug ng mga appliance ay nakakatulong na mabawasan ang panganib ng sunog.
- Tanggalin sa saksakan ang mga appliance kapag hindi mo ito ginagamit, kapag fully charged na, o kapag matutulog ka na.

### Muwebles

- Laging tiyakin na ang iyong muwebles ay may

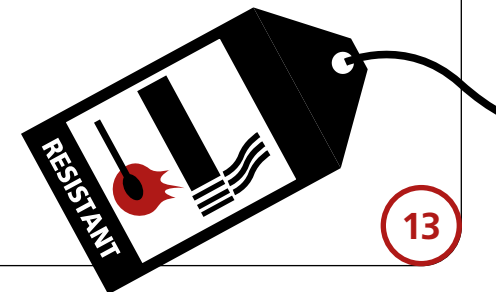
permanenteng label na dinatatablan ng apoy.

### Mga portable na heater

- Subukang ikabit nang maayos ang mga heater sa dingding upang hindi mahulog ang mga ito.
- Panatilihin malayo ang mga ito sa mga kurtina at muwebles at huwag gamitin ang mga ito para sa pagpapatuyo ng mga damit.

### Paggamit ng elektronikong blanket

- Itabi ang mga de-kuryenteng blanket nang patag, nakarolyo o maluwag na nakatiklop upang maiwasan ang pagkasira ng mga panloob na kable.
- I-unplug ang mga blanket bago ka matulog, maliban kung mayroon itong kontrol sa thermostat para sa ligtas na paggamit sa buong gabi.
- Subukang huwag bumili ng mga second hand na blanket at regular na suriin kung may pagkasira.
- Palaging sundin ang mga tagubilin ng tagamanupaktura.



## Mga sigarilyo

**Patayin ang mga sigarilyo nang maayos at maingat na itapon. Patayin ang sindi ng mga ito. Agad-agad!**

- Huwag manigarilyo sa kama.
- Manigarilyo sa labas ng bahay at patayin ang mga sigarilyo kaagad pagkatapos – mas ligtas ito kaysa sa paninigarilyo sa loob ng bahay.
- Gumamit ng tamang ashtray – huwag kailanman sa basurahan.
- Tiyaking hindi tataob ang iyong ashtray at gawa sa materyales na hindi masusunog.
- Huwag mag-iwan ng nakasinding sigarilyo o pipa na nakakalat. Madaling malaglag ang mga ito at magsimula ng sunog.
- Ang pinakamahusay na paraan para mabawasan ang peligro ay subukang huminto, gamit ang NHS support kung kailangan mo ito. Kung ayaw mong huminto, pag-isipang mag-vape.
- Mag-ingat nang husto kung naninigarilyo ka kung pagod ka, umiinom ng mga de-resetang gamot, o kung uminom ka ng alak. Maaari kang makatulog at aksidenteng masunog ang kama o sopa mo.
- Alisin sa saksakan ang mga e-cigarette kapag fully charged na at tiyaking ginagamit mo ang tamang charger.
- Huwag kailanman manigarilyo ng hindi legal na namanupakturang sigarilyo.

### Pangunahing Tip



**Patayin ang sindi ng mga ito. Agad-agad!**

## Mga kandila

**Siguraduhing ligtas ang mga kandila sa tamang lagayan at malayo sa mga materyal na maaaring magliyab – tulad ng mga kurtina.**

- Panatiliing hindi naaabot ng mga bata ang mga posporo at lighter.
- Bilhin lang ang mga posporo at lighter na hindi madaling pakialamanan ng mga bata.
- Patayin ang mga kandila kapag lumabas ka ng kuwarto, at tiyaking ganap na walang nakasinding kandila sa gabi.
- Hindi dapat iniwang mag-isa ang mga bata na may nakasinding kandila.
- Pag-isipang gumamit ng LED o de-bateria na kandila.
- Ilayo ang mga alagang hayop sa nakasinding kandila.

**Ang mga kahon ng posporo ay may taglay na ngayong babalang label na ito.**



**PANGANIB! ANG SUNOG AY NAKAMAMATAY NG MGA BATA**

### Pangunahing Tip



**Mag-ingat sa mga kandila**





# MAGPLANO NG LIGTAS NA

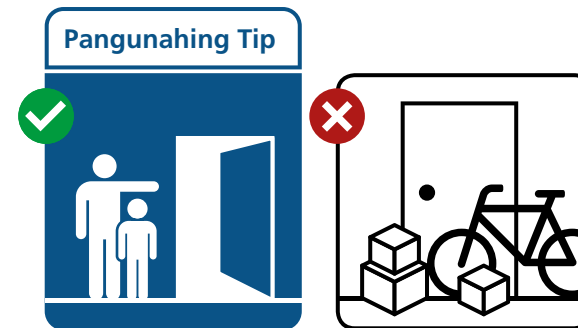
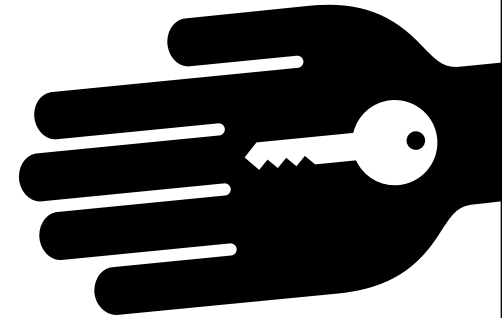
## PAGTAKAS

Ang paglalagay ng mga smoke alarm ay ang unang mahalagang hakbang sa pagprotekta sa iyong sarili mula sa sunog. Ngunit ano ang gagawin mo kung tumunog ang isang alarm sa gabi?

Tutulungan ka ng seksyong ito na gumawa ng plano para sa isang emerhensya.

- Magplano ng ruta ng pagtakas at tiyaking alam ng lahat kung paano makatakas.
- Tiyaking walang nakaharang sa mga labasan.
- Ang pinakamahusay na ruta ay ang normal na paraan papasok at palabas ng iyong bahay.
- Mag-isip ng pangalawang ruta kung sakaling naharangan ang una.
- Maglaan ng ilang minuto para magsanay sa iyong plano ng pagtakas.
- Suriin ang iyong plano kung magbabago ang layout ng iyong tahanan.

**Panatilihin ang mga susi ng pinto at bintana sa lugar na kung saan mahahanap ng lahat ang mga ito.**



**Mag-ingat sa mga kandila**

## Ano ang dapat gawin kung may sunog?

**Huwag subukang apulain ang sunog nang sarili mo. Ipaubaya mo na sa mga propesyonal.**

- Tumawag sa 999 sa sandaling makalabas ka na sa gusali. Libre ang 999 na mga tawag.

- Manatiling kalmado at kumilos nang mabilis, palabasin ang lahat sa lalong madaling panahon.
- Huwag mag-aksaya ng panahon na siyasatin kung ano ang nangyari o iligtas ang mahahalagang bagay.
- Kung may usok, yumuko hanggang sa kung saan mas malinaw na ang hangin.
- Bago mo buksan ang pinto suriin kung ito ay mainit-init. Kung ito ay mainit-init, huwag buksan – ang apoy ay nasa kabilang panig.



**Magplano ng isang ruta ng pagtakas**

## Ano ang gagawin kung may harang ang iyong daanan palabas

**Kung hindi ka makalabas, papuntahin ang lahat sa isang kuwarto, mainam kung may bintana at telepono.**

- Kung hindi mo mabuksan ang bintana, basagin ang salamin sa ibabang sulok. Gawing ligtas ang mga tulis-tulis na gilid gamit ang isang tuwalya o kumot.

- Maglagay ng kumot sa ilalim ng pinto para harangan ang usok.
- Tumawag sa 999 at saka buksan ang bintana at sumigaw ng “TULONG, SUNOG”.
- Kung nasa baba o unang palapag ka, maaari kang makatakas sa bintana.
- Gumamit ng kumot upang alalayan ang iyong pagkahulog at ibaba ang iyong sarili nang maingat. Huwag kang tumalon.



## Ano ang gagawin kung magliyab ang iyong mga damit

- Huwag tumakbo-takbo, palalalain mo ang apoy.
- Humiga at gumulong-gulong. Pinapahirapan nito ang pagkalat ng apoy.
- Apulain ang apoy gamit ang isang mabigat na materyal, tulad ng coat o kumot.
- Tandaan, Tumigil, Dumapa at Gumulong!



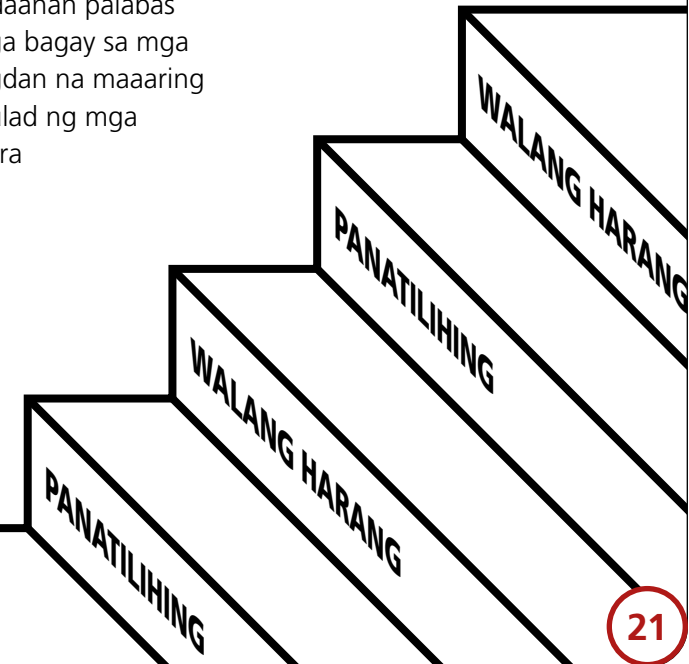
TUMIGIL!

DUMAPA!

GUMULONG!

## Paano tumakas mula sa isang mataas na palapag ng gusali

- Tiyaking alam mo at ng lahat ng tao sa inyong bahay ang plano kapag may sunog sa inyong gusali at kung saan ang mga fire alarm at fire exit. Tulad ng lahat ng gusali, dapat kang magplano at magsanay sa isang ruta ng pagtakas.
- Iwasang gumamit ng mga elevator at balkonahe kung may sunog.
- Madaling malito sa usok, kaya bilangin kung gaano karaming mga pinto ang kailangan mong daanan para makarating sa hagdan.
- Tingnan na walang nakaharang sa inyong dadaanan palabas at walang mga bagay sa mga pasilyo at hagdan na maaaring masunog – tulad ng mga kahon o basura
- Tiyaking hindi naka-lock ang mga pinto sa hagdanan.
- Dapat ka pa ring kumuha ng mga smoke alarm para sa iyong sariling tahanan, kahit na mayroong warning system sa bloke ninyo.



# GUMAWA NG BEDTIME CHECK

Mas nanganganib ka mula sa sunog kapag tulog ka. Kaya mainam na suriin ang iyong tuluyan bago ka matulog.

## Checklist

Isara ang mga pinto sa loob sa gabi upang mapigilan ang pagkalat ng apoy.

I-off at i-unplug ang mga elektronikong appliance maliban kung idinisenyo ang mga ito na iwanang naka-on – tulad ng iyong freezer.

Tingnan kung nakapatay ang iyong lutuan.

Huwag paandarin ang mga appliance tulad ng washing machine, tumble dryer at dishwasher nang magdamag.

Patayin ang mga heater at maglagay ng mga fireguard.

Ilabas nang maayos ang mga kandila at sigarilyo.

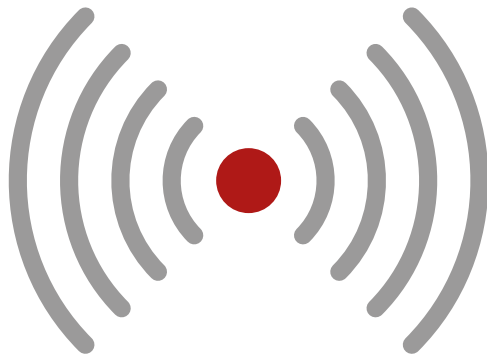
Tiyaking walang mga harang ang mga labasan.

Panatilihin ang mga susi ng pinto at bintana sa lugar kung saan mahahanap ng lahat ang mga ito.



Isara ang mga pinto sa loob sa gabi





**ANG MGA SMOKE ALARM  
AY NAGLILIGTAS  
NG MGA  
BUHAY**

Kung sakaling may sunog, lumabas,  
manatili sa labas at tumawag ng 999.

Para sa payo na partikular sa iyo  
at sa iyong bahay, bisitahin ang  
**[www.ohfsc.co.uk](http://www.ohfsc.co.uk)** at kumpletuhin  
ang sarili mong pagsusuri ng kaligtasan  
mula sa sunog ng iyong bahay.

FS069\_FIL ©Crown Copyright 2022.  
Inilathala ng Home Office. Hunyo 2022.  
Bersyon 4



**Lumabas,  
manatili sa labas  
at tumawag  
sa 999**

ISBN 978-1409845973

