KISWAHILI

Kujiandaa vyema kwa hali ya hewa, misimu na mabadiliko ya Tabianchi (weather) iliyokithiri mjini Halifax

Dhoruba za msimu wa Baridi

Dhoruba za msimu wa baridi kawaida hutokea kuanzia mwezi wa kumi na mbili (Desemba) na mwezi wa tatu (Machi). Dhoruba za msimu wa baridi ni pamoja na theluji, mvua ya mawe, upepo mkali na baridi kali. Theluji, barafu na baridi zinaweza kuwa changamoto, hasa ikiwa hujazoea na hali hizi zinaweza kuweka watu katika hatari ya kuumia na madhara mengine.

Fanya Haya Kujitayarisha:

Kuwa na chumvi ya barabarani au mchanga wa kuyeyusha barafu ili kupunguza utelezi kwenye milango na njia za kuendesha gari. (Ikiwa unaishi katika eneo lenye maji ya kisima, tumia mchanga tu.)

Kuwa na koleo (shovel) na chakavu (scrapper) na utumie kwa uangalifu.

Kuwa na nguo (libasi) za joto, kama vile kanzu, boshori (tuk)[1] au kofia, vitambaa (scarf) na glavu za joto (mittens)

Jitayarishe kukaa ndani ya nyumba wakati wa baridi kali.

Umeme ukikatika, tumia tochi, taa na redio zinazotumia betri.

Hakikisha una chakula, betri, pesa taslimu, dawa na vifaa vya dharura utakavyohitaji kabla ya dhoruba ili kukuwezesha kuisubiri dhoruba ipite.

Mathara yanayoweza kutokea:

- Baridi inaweza kuwa na madhara na hata kusababisha kifo. Vidole vya mikono, vidole vya miguu, pua na masikio mara nyingi huathiriwa na baridi, hizi sehemu zinaweza kuganda na kuharibika (Frostbite). Joto la chini (Hypothermia) inaweza kutishia maisha na hutokea wakati mtu yuko kwenye baridi kwa muda mrefu.
- Barafu inateleza sana. Watu wanaweza kuanguka na magari yanaweza kupoteza udhibiti kwenye barabara zina barafu msimu wa baridi.
- Msimu huu, watu hupata shida za usafiri kwa sababu ya baridi, utelezi barabarani, matatizo ya kuona au upungufu wa mwonekano, ucheleweshaji wa usafiri, na hatari ya kuendesha magari kwenye dhoruba.
- Usafishaji baada ya dhoruba kama vile kupiga koleo (shoveling) unaweza kuwa mgumu kwa misuli, pia unaweza kusababisha majeraha na kusababisha hatari ya mshtuko wa moyo.
- Mathara yanayoweza tokea wakati umeme umekatika, kwa msimu wa baridi, yanaweza kujumuisha kukabiliwa na baridi kali na mathara ya kutumia njia hatari kuwasha mwanga kwa nyumba zetu au kupika chakula. Hakikisha kuwa vifaa vyote vimezimwa au nyaya kuchomoka kutoka kwa umeme ukikatika.

Il Ne Faut pas

- Umeme ukikatika, USITUMIE mishumaa kuangaza nyumba. (Mishumaa ina hatari ya kuanzisha moto bila kusudi).
- USITUMIE vitengo vya kupikia vya nje au jiko za kupikia nje (kama jiko la makaa, babeki au jiko za gesi) ndani ya nyumba.
- USIlete jenereta ndani ya nyumba.

Kwa ujumbe na arifa za dharura za manispaa, jisajili au jiandikishe kwa tovuti:

halifax.ca/hfxalert

Fuata maonyo, maagizo na arifa za dhoruba na hali ya hewa kwa tovuti ya Environment Canada:

https://weather.gc.ca/city/pages/ns-19_metric_e.html

Ujumbe ziada wa kukusaidia kutayarisha:

halifax.ca/emergency-preparedness

HalifACT Acting on Climate Together

HALIFAX

KISWAHILI

Kujiandaa vyema kwa hali ya hewa, misimu na mabadiliko ya Tabianchi (weather) iliyokithiri mjini Halifax

Msimu wa Joto

Joto kali hutokea wakati wa kiangazi (kawaida kati ya Julai na Septemba), msimu huu huwa ni wa joto sana usiku na mchana kwa siku kadhaa. Watu huatarishwa kupata joto kupita kiasi wakati wa tukio la joto kali. Joto linaweza kuwa moto zaidi katika majumba yenye miundo mirefu (kama ghorofa na minara ya ofisi) na vyumba visivyo na kinga kutoka kwa jua moja kwa moja.

Fanya Haya Kujitayarisha:

- Kunywa maji kwa wingi na vinywaji vingi vya baridi na vyakula vya kuongeza maji mwilini. Kafeini na pombe sio chaguo nzuri la kinywaji kwani vinywaji hivi viinaweza kukupunguzia maji mwilini.
- Usiwe kwa joto - kaa ndani ya vyumba na usiuchoshe mwili wako kwenye joto kali.
- Vaa ipasavyo na uwe na kofia, mafuta ya kuzuia madhara ya jua, nguo nyepesi zisizokubana na zilizo na rangi nyepesi.
- Tumia feni au kiyoyozi nyumbani au nenda kwenye sehemu yenye kiyoyozi ili utulie, kama vile maduka makubwa, maktaba, vituo vya jumuiya.
- Kuijimwagilia maji, kuoga maji baridi, na kuweka barafu mbele ya feni inayokupulizia kunasaidia kupunguza joto mwilini.
- Funga mapazia wakati wa jua kali ili kuepuka joto la katika nyumba yako.

Mathara yanayoweza kutokea:

- Upungufu wa maji mwilini
- Kuchomwa na jua na/au vipele vya joto (vipele vyekundu kwenye ngozi)
- Kupata joto kupita kiasi (Overheating) kunaweza sababisha uchovu wa joto na kiharusi cha joto. Dalili ni kichwa kuuma, kujibana kwa misuli, kizunguzungu, kuchanganyikiwa na kuzimia. Kiharusi cha joto (heat stroke) kinahitaji matibabu ya dharura, kiharusi cha joto kinaweza kusababisha kifo.
- Watu walio katika hatari zaidi ni wazee, watoto wachanga na watu walio na hali dhahifu ya afya au walio na magonjwa mengine.

Tazama dalili za ugonjwa wa joto, ikiwa ni pamoja na: kukata tamaa, kichefuchefu, kizunguzungu, kupumua kwa haraka, kiu kali.

Kwa ujumbe na arifa za dharura za manispaa, jisajili au jiandikishe kwa tovuti:

halifax.ca/hfxalert

Fuata maonyo, maagizo na arifa za dhoruba na hali ya hewa kwa tovuti ya Environment Canada:

https://weather.gc.ca/city/pages/ns-19_metric_e.html

Ujumbe ziada wa kukusaidia kutayarisha:

halifax.ca/emergency-preparedness

HalifACT Acting on Climate Together

HALIFAX

KISWAHILI

Kujiandaa vyema kwa hali ya hewa, misimu na mabadiliko ya Tabianchi (weather) iliyokithiri mjini Halifax

Vimbunga na Dhoruba za Tropiki:

Kuanzia mwezi wa sita hadi mwezi wa kumi na moja kila mwaka, Halifax iko kwenye njia ya vimbunga (upepo mkali) vinavyosafiri hadi pwani ya Mashariki ya Merikani Kaskazini. Dhoruba hizi zinasafiri kwa mwendo wa kasi mno na zinaweza kuwa na upepo mkali ulio na nguvu na uharibifu, mvua kubwa, mafuriko na dhoruba ya pwani. Watu wanaweza kuwa katika hatari wakati wa matukio haya ya hali ya hewa.

Fanya Haya Kujitayarisha:

- Funga au ondoa vitu vyote vilivyolegea kutoka kwenye maeneo karibu na nyumba yako (yard), funga au uondoe vitu au vyombo vyote vinavyolegea kutoka sehemu za nyumba ghorofa zilizo inje au roshani (balcony) kama vile jiko za kupikia nje (barbeki), samani (viti au meza), vyombo, vifaa na zana za kazi, vibaraka vya kucheza au midoli (wanasesere).
- Sikiliza habari na matangazo ya eneo lako na ripoti za hali ya hewa ili ujue yanayojiri.
- Hakikisha una vifaa vya dharura na ufanye mipango ya dharura kabla ya dhoruba
- Hifadhi maji, chakula kilicho tayari kuliwa (chakula ambacho hakihitaji kupikwa), tochi na betri
- Ikiwa unaishi karibu na ufuo au eneo la chini, fanya mipango ya kuhamia bara au sehemu ya juu zaidi
- Kata matawi au miti iliyokauka karibu na nyumba yako
- Kuwa tayari kuhama haraka ikiwa ni lazima

Mathara yanayoweza kutokea:

- Upepo mkali unaweza kusababisha miti na matawi kuanguka na vipandevipande vinavyoruka (vitu vinavyopeperushwa) ambavyo vinaweza kusababisha madhara.
- Majumba yanaweza kuporomoka
- • Mafuriko yanaweza tokea
- Kukatika kwa umeme kunaweza kudumu kwa saa kuliko moja au hata siku mzima
- Karibu na bahari, upepo mkali na mawimbi yanaweza kuwa hatari.

EPUKA

- kwenda nje wakati wa dhoruba.
- ukanda wa pwani wakati wa dhoruba. Upepo mkali na mawimbi yanaweza kufanya ufuo kuwa hatari sana.

Kwa ujumbe na arifa za dharura za manispaa, jisajili au jiandikishe kwa tovuti:

halifax.ca/hfxalert

Fuata maonyo, maagizo na arifa za dhoruba na hali ya hewa kwa tovuti ya Environment Canada:

https://weather.gc.ca/city/pages/ns-19_metric_e.html

Ujumbe ziada wa kukusaidia kutayarisha:

halifax.ca/emergency-preparedness

HalifACT Acting on Climate Together HALIFAX

MAELEZO YA MAWASILIANO YA DHARURA

Shirika	Namba ya Simu	Ujumbe kuhusu Huduma
911 Huduma za Dharura (Emergency Services)	**911**	Askari, Zimamoto, Magari ya dharura ya hospitali
Kitengo cha Dharura cha Afya ya kiakili	**902-429-8167**	Huduma za Dharura za Afya ya Kiakili
Kitengo cha Usaidizi cha Usalama wa watoto	**1-800-668-6868**	Ushauri usiku na mchana kutoka kwa watu walio hitimu juu ya maswala ya usalama wa watoto.
Transition House Association of NS	**1-855-225-0220**	Huduma kwa wanawake na watoto wanaodhulumiwa na kupigwa
RASLIMALI ZA KIJAMII		
Kitengo cha askari kisicho cha Dharura	**902-490-5020 or 902-490-7252 (ATME)**	Usaidizi wa askari usio wa dharura
Kitengo cha Umeme cha Nova Scotia	**nspower.ca/outages**	Ili kujua nishati (power) imezimwa maeneo yapi na hukuruhusu kuripoti ikiwa umeme umekatika.
511 Hali za Barabara	**511**	Taarifa kuhusu hali za barabara, ajali au ujenzi
411 Usaidizi wa Saraka (Directory)	**411**	Ili kutafuta nambari za simu
311 Huduma na Taarifa za Manispaa ya Halifax	**311**	Ujumbe unaweza kupatikana kwa Zaidi ya lugha 150 Angalia tovuti hii **halifax.ca/311** kwa taarifa ikiwemo kuhusu malazi na vitua vya usaidizi wa dharura.
211 Nova Scotia	**211**	Ili kupatanishwa na huduma za jamii kama vile hazina za chakula isiyo ya kulipia na usaidizi mwingine
Immigrant Services Association of Nova Scotia (ISANS)	**902-423-3607**	Huduma na Unganisho ya kijumuiya kwa Wageni Wapya Kanada
YMCA Centre for Immigrant Programs	**902-457-9622**	Huduma na Unganisho ya kijumuiya kwa Wageni Wapya Kanada
RASLIMALI ZA KIAFYA		
811 Ujumbe na Habari za Maswala ya Afya	**811**	Ujumbe na Habari za Maswala ya Afya na mashauri kutoka kwa wauguzi (nurses)
Kitengo cha Afya ya Jamii	**902-460-4560**	Rasilimali na programu zisizo za dharura bila malipo zinazohusiana na afya katika jumuiya na mtaa wako na mtandaoni.
UJUMBE, TAARIFA NA HABARI ZA HALI YA HEWA		
https://weather.gc.ca/city/pages/ns-19_metric_e.html (halifax)		

HALIFAX HalifACT Acting on Climate Together

Kwa arifa na arifa za dharura za manispaa, jiandikishe kwa:

halifax.ca/hfxalert