



Chuẩn Bị Cho Trường Hợp Khẩn Cấp

Trường hợp khẩn cấp có thể xảy ra bất cứ lúc nào và điều quan trọng là chúng ta cần phải chuẩn bị sẵn sàng. Những bước đầu tiên hữu ích để sẵn sàng cho các trường hợp khẩn cấp có thể xảy ra là quý vị hãy thảo luận với nhóm hỗ trợ đồng thời chuẩn bị một bộ tiếp tế khẩn cấp và lập kế hoạch sơ tán.

1) Nhận Cảnh Báo và Biết Nhóm Hỗ Trợ Của Quý vị

- Đăng ký nhận cảnh báo khẩn cấp tại địa phương.
- Thảo luận với các chuyên gia hỗ trợ trực tiếp làm việc với quý vị và điều phối viên dịch vụ để thiết lập cảnh báo.
- Nói chuyện với các chuyên gia hỗ trợ trực tiếp về những việc cần làm nếu họ không ở bên quý vị trong trường hợp khẩn cấp và những người khác mà quý vị có thể gọi nhờ giúp đỡ.
- Gặp sở cảnh sát và cứu hỏa địa phương của quý vị.



2) Chuẩn Bị Bộ Tiếp Tế Khẩn Cấp

Bộ tiếp tế nên bao gồm những mục sau, tuy nhiên, quý vị có thể thêm các vật dụng mà quý vị muốn:

- Nước, 1 gallon (3,8 lít) mỗi người, cho mỗi ngày;
- Thực phẩm sẽ không bị hỏng, như thực phẩm đóng hộp;
- Đèn pin và pin dự phòng;
- Bộ dụng cụ sơ cứu;
- Khẩu trang N95 hoặc khẩu trang y tế;
- Thuốc và các vật dụng y tế;
- Các vật dụng sát trùng và vệ sinh cá nhân;
- Bản sao các loại giấy tờ cá nhân quan trọng;
- Bộ sạc điện thoại di động;
- Thông tin người liên hệ khẩn cấp;
- Tiền mặt với các mệnh giá nhỏ như \$1 và \$5;
- Chăn dùng trong trường hợp khẩn cấp;
- Bản đồ thành phố hoặc khu vực;
- Bộ chìa khóa nhà và chìa khóa xe hơi dự phòng;
- Quần áo dự phòng; và
- Một số vật dụng giúp mang lại cảm giác thoải mái như thẻ bài hoặc trò chơi.



3) Lập Kế Hoạch Sơ Tán Khẩn Cấp

Kế hoạch này cần bao gồm:

- Tên, số điện thoại và email của:
 - Thông tin của người liên hệ khẩn cấp tại địa phương
 - Thông tin của người liên hệ khẩn cấp bên ở ngoài thành phố
 - Nhóm hỗ trợ (chuyên gia hỗ trợ trực tiếp, điều phối viên dịch vụ RC)
 - Thành viên gia đình
 - Bác sĩ của quý vị
 - Sở cảnh sát và cứu hỏa địa phương
- Danh sách thông tin sức khỏe của quý vị và các loại thuốc quý vị mang theo bên mình:
 - [Hộ Chiếu Sức Khỏe](#)
- Bản đồ nhà ở của quý vị và nơi sơ tán nếu quý vị cần phải rời khỏi nhà của mình.



4) Thực Hành Kế Hoạch Của Quý vị

Việc thực hành kế hoạch khẩn cấp của quý vị có thể giúp trường hợp khẩn cấp bớt đáng sợ hơn. Quý vị hãy trao đổi với nhóm hỗ trợ và nhờ họ thực hành cùng với quý vị. Truy cập trang web DDS để đảm bảo rằng quý vị đã chuẩn bị sẵn sàng bộ dụng cụ khẩn cấp.

Đừng lo sợ, hãy chuẩn bị sẵn sàng!

Liên kết đến Trang Web Sẵn Sàng Cho Trường Hợp Khẩn Cấp của DDS

[Sẵn Sàng Cho Trường Hợp Khẩn Cấp - Sở Phát Triển Dịch Vụ California](#)

Liên kết đến Trang Web Cảnh Báo Ngắt Điện Vì An Toàn Công Cộng:

[Ngắt Điện Vì An Toàn Công Cộng – Những Điều Quý vị Có Thể Làm Để Chuẩn Bị \(prepareforpowerdown.com\)](#)



Bản Tin Sức Khỏe và An Toàn do Sở Dịch Vụ Phát Triển xuất bản để cảnh báo các cơ quan cung cấp dịch vụ, nhân viên trung tâm vùng và những người khác về những rủi ro cụ thể đã được xác định đối với cộng đồng của chúng ta.