



為緊急情況做好準備

山火、地震、熱浪伴隨斷電等緊急情況隨時可能發生。幫助您的服務對象做好準備至關重要。

準備方法

1) 設置警報

- 可設置本地緊急警報以了解本地正在發生的緊急情況。
- 根據機構不同，警報可通過電子郵件、電話、短信發送。
- 示例：[加州公共安全斷電警報](#)

2) 向本地應急專業人士介紹您的服務對象

- 這有助於本地消防和警察部門熟悉您的服務對象。

3) 準備撤離應急用品包

- [Listos California](#) 有準備撤離應急用品包相關建議，以及遇到緊急情況時，應該以什麼樣的順序打包物品。

4) 準備居家應急用品包

- 額外準備可以維持幾天的居家應急用品包，以防遇到緊急情況時無法撤離。

5) 制定疏散預案

- 制定疏散預案，準備住所平面圖，確定撤離地點，以及撤離時需要採取哪些行動。
- 準備一份包含本地和外地緊急聯繫人、支持團隊、家庭成員、醫生以及本地消防和警察部門的姓名、電話號碼和電子郵件的文件。
- 準備好健康護照並準備好隨身攜帶。

6) 演練預案

- 演練有助於預案執行，而且讓您對自己的準備更有信心。

資源



下載多種語種
災難資源指南：
[獲取資源 – Listos California](#)

可以在 **DDS** 網站下載更多資源。
[應急準備 - 加州發展服務部](#)



為緊急情況做好準備 – 概述：

[為緊急情況做好準備 - 概述 \(ca.gov\)](#)

家庭應急準備：

[家庭應急準備\(ca.gov\)](#)

制定應急疏散預案：

[制定應急疏散預案 \(ca.gov\)](#)

準備應急用品包：

[準備應急用品包 \(ca.gov\)](#)

如果無法撤離，可以怎麼做以確保居家安全：

[如果無法撤離，可以怎麼做以確保居家安全：](#)

緊急情況期間的精神健康：

[緊急情況期間的精神健康 \(ca.gov\)](#)



應急準備相關對話主題

除了討論疏散預案和應急用品包中應保存的物品外，您可能還想與您的服務對象就以下問題進行對話：

- 如果家庭護理人員在緊急情況下需要離開或無法回家，應該怎麼辦？
- 如果個人無法撤離並且不知道看護人何時會來他們家，他們可以有什麼？
- 除了他們的直接支持專業人員之外，緊急情況下還可以向誰尋求幫助？



準備應急用品包

以下是應急用品包應收集的基本物品。個人可能需要其他特定物品（如電動輪椅的備用電池）。請記住：每 6 個月檢查並補充過期的食物和藥物。



- 水：每人每天一加侖（疏散需準備 3 天的供應量，居家需準備 2 週的供應量）；
- 食品：不易變質的食品，如豆類罐頭、蔬菜等（疏散需準備 3 天的供應量，居家需準備 2 週的供應量）；
 - 為限制飲食的人準備食品；
- 手電筒和備用電池（務必每六個月檢查一次電池是否正常工作）；
- 急救包；
- N95 或外科口罩；
- 電池供電收音機；
- 藥物和醫療用品（為每個人準備 7 天的供應量）；
 - 藥物應存放在密封的袋子或容器中；
- 清潔和個人衛生用品；
- 重要個人文件複印件（每個人的身份證明、醫療信息、地址證明、護照、出生證明、保險單等）；
- 手機充電器；
- 每個人的緊急聯繫信息；
- 現金（1 美元和 5 美元等小面額現金是首選）；
- 應急毯；
- 城鎮或地區地圖；
- 備用家門鑰匙和車鑰匙；
- 每個人的備用衣物；
- 遊戲、撲克牌或毛絨玩具等娛樂消遣用品。

