



BẢN TIN SẴN SÀNG ỨNG PHÓ TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP

AN TOÀN TRONG MÙA THU

Sở Dịch Vụ Phát Triển California

THÁNG /2024



Bản tin này có hữu ích không?

Nhấp Vào Đây

Chuẩn Bị Cho Mùa Thu

Mùa thu có thể là thời gian vui vẻ và sôi động! Các em có thể đang tận hưởng các hoạt động ngoài trời thú vị của mùa thu, chẳng hạn như lễ hội mùa gặt, đi xin kẹo vào dịp Halloween (trick-or-treating), hoặc mua sắm để chuẩn bị cho mùa lễ hội. Có nhiều cách để các em chuẩn bị và tận hưởng thời gian này trong năm một cách an toàn!

Lời Nhắc Về Great ShakeOut



Ngày Great ShakeOut (Đại Rung Lắc) Quốc Tế năm nay sẽ diễn ra vào lúc 10 giờ 17 sáng ngày 17 tháng 10. Hàng triệu người trên khắp thế giới sẽ tham gia diễn tập an toàn khi xảy ra động đất tại nơi làm việc, trường học hoặc tại nhà! Các em hãy tìm hiểu những điều cần làm khi xảy ra động đất [tại đây](#) và thực hành vào Ngày Great ShakeOut!

Lời Khuyên An Toàn Cho Halloween

Halloween sẽ diễn ra vào Thứ Năm, ngày 31 tháng 10. Các em hãy tham khảo những lời khuyên về an toàn thiết thực từ [Quận Santa Barbara](#):

Chọn lộ trình có đèn chiếu sáng đầy đủ và quen thuộc.

Luôn đi trên vỉa hè và sử dụng lối qua đường cho người đi bộ; nhớ nhìn cả hai phía trước khi qua đường.

Đi theo nhóm và chọn điểm hẹn phòng khi bị tách nhóm.

Báo cho người khác biết thời gian các em dự định trở về nhà.

Mang theo điện thoại di động để sử dụng trong trường hợp khẩn cấp.

Cân nhắc về trang phục an toàn:

Bảo đảm trang phục vừa vặn và không kéo lê dưới đất để tránh bị vấp ngã.

Mặc quần áo có phản quang và đi giày dép thoải mái.

Dù mặt nạ rất thú vị, nhưng chúng có thể làm giảm tầm nhìn.

Thay vào đó, hãy vẽ mặt hoặc hóa trang.



Bản Tin Sẵn Sàng Ứng Phó Trường Hợp Khẩn Cấp này do Sở Dịch Vụ Phát Triển lập ra để cảnh báo và truyền đạt cho các cá nhân và các nhà cung cấp dịch vụ trực tiếp về những rủi ro cụ thể được xác định trong cộng đồng của chúng ta thông qua cuộc khảo sát này: [Khảo Sát Về Bản Tin](#).

Hoạt Động Halloween Thân Thiện Với Giác Quan

Nếu các em nhạy cảm với các kích thích giác quan, các hoạt động trong thời gian diễn ra Halloween có thể gây áp lực. Theo MyAutism.org, vẫn có nhiều hoạt động giúp tự điều hòa phản ứng với các kích thích giác quan mà vẫn bảo đảm sự vui nhộn và sáng tạo, chẳng hạn như:



- Làm con nhện từ đĩa giấy
- Vẽ bằng ngón tay lên bí ngô
- Làm quái vật từ slime (chất nhầy)
- Hộp cảm giác theo chủ đề Halloween
- Trang tô màu Halloween
- Và nhiều hoạt động khác!

Lời Nhắc Về Giờ Tiết Kiệm Ánh Sáng Ban Ngày



Vào ngày 3 tháng 11, đồng hồ sẽ được chỉnh lùi lại một giờ.

Quý vị hãy kiểm tra các thiết bị báo khói và carbon monoxide (CO) để bảo đảm pin vẫn còn đầy.

Nếu quý vị có bình chữa cháy ở nhà, hãy kiểm tra xem bình chữa cháy còn hoạt động không và kim báo có nằm trong vùng màu xanh lá cây không.

Cần chú ý thêm khi qua đường vào buổi tối vì trời tối sớm hơn: [Các Chủ Đề An Toàn Thực Tiễn](#).

Chuẩn Bị Cho Mùa Cúm

Mùa thu là thời điểm tốt để chuẩn bị cho mùa cúm sắp tới, quý vị hãy ghi nhớ những lời khuyên sau:



- Tránh tiếp xúc gần với người bệnh
- Ở nhà khi bị bệnh
- Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng
- Tránh chạm vào tai, mũi, và miệng
- Mở cửa để không khí trong lành lưu thông vào nhà
- Thực hành vệ sinh và các thói quen tốt
- Tham khảo ý kiến bác sĩ về việc tiêm phòng cúm

An Toàn Khi Mua Sắm Trực Tuyến



Kiểm Tra Thiết Bị Của Quý Vị

- Luôn cập nhật phần mềm.
- Đổi mật khẩu mặc định trên các thiết bị.
- Sử dụng mật khẩu khác nhau cho mỗi trang mạng khác nhau.

Chỉ Mua Sắm Qua Các Nguồn Đáng Tin Cậy

- Đảm bảo trang mua hàng là của một nhà cung cấp uy tín và có danh tiếng.
- Xác minh tính hợp pháp của các trang mạng.
- Cảnh giác với các [email tấn công giả mạo](#).

Sử Dụng Phương Thức Mua Sắm An Toàn

- Ưu tiên sử dụng thẻ tín dụng thay vì thẻ ghi nợ để được bảo vệ tốt hơn khỏi gian lận.
- Theo dõi sao kê ngân hàng để phát hiện các khoản chi không rõ nguồn gốc.

Để có danh sách đầy đủ về các lời khuyên an toàn khi mua sắm trên mạng trong dịp lễ, quý vị hãy đọc [Bảng Lời Khuyên An Toàn Khi Mua Sắm Trên Mạng Trong Dịp Lễ của CISA](#).

Tài nguyên

Nếu có thắc mắc, quý vị hãy liên lạc theo số [2-1-1](#) để biết thông tin và tài nguyên mới nhất.

- [Cúm](#) - Lời khuyên và thông tin theo khuyến nghị của CDPH
- [Chuẩn Bị Cho Mùa Cúm](#) - Lời khuyên và thông tin theo khuyến nghị của CDC
- [Great ShakeOut](#) - Chuẩn bị cho cuộc diễn tập động đất lúc 10 giờ 17 phút sáng ngày 17 tháng 10
- [Đăng Ký Nhận Cảnh Báo Địa Phương](#) - Các cảnh báo của các quận tại California
- [Công Cụ Báo Cáo/Xác Nhận Lừa Đảo Trên Mạng](#) - Hữu ích để bảo đảm an toàn trên mạng
- [Công Cụ Kiểm Tra Duyệt Web An Toàn Của Google](#) - Hữu ích để bảo đảm an toàn trên mạng

Lập Kế Hoạch Khẩn
Cấp Và Thực Hành!



Mã QR
Khách Hàng



Mã QR Nhà
Cung Cấp