



비상 대비 게시판

가을철 안전

캘리포니아주 발달장애서비스부

10월 2024



이 게시판이 유용합니까?

여기를 클릭하세요.

가을 시즌 준비

가을은 즐겁고 활동적인 계절이 될 수 있습니다! 수확 축제, 트릭 오어 트리팅, 쇼핑 등 가을 축제 야외 활동을 즐기면서 휴일 시즌을 시작할 수도 있습니다. 올해 이번 시기를 즐기면서 안전하게 지낼 수 있는 방법이 있습니다!

그레이트 셰이크아웃 알림



올해의 국제 그레이트 셰이크아웃 데이는 10월 17일 오전 10시 17분입니다. 전 세계 수백만 명의 사람들이 직장, 학교, 가정에서 지진 안전 훈련에 참여합니다! 지진 발생 시 대처 방법에 대해 [여기](#)에서 알아보고 그레이트 셰이크아웃 데이를 실습해보세요!

할로윈 안전 팁

올해 할로윈은 10월 31일 목요일입니다. [산타바바라 카운티](#)의 훌륭한 안전 팁을 확인하세요.

조명이 밝고 익숙한 길을 선택하세요.

항상 보도와 횡단보도를 이용하세요. 길을 건너기 전에 양쪽을 살펴보세요.

단체로 외출하고 서로 헤어질 경우를 대비해 만날 장소를 미리 정해 두세요.

집에 돌아올 예상 시간을 정하여 누군가에게 알려 놓으세요.

비상 상황에 대비해 휴대전화를 지참하세요.

옷차림이 안전한지 생각해 보세요.

무언가에 걸려 넘어지는 위험을 줄이려면 옷이 몸에 꼭 맞고 바닥에 끌리지 않는 지 확인하세요.

조명에 반사되는 기능이 있는 옷과 편안한 신발을 착용하세요.

가면을 쓰는 건 즐겁기는 하지만, 시야가 가려질 수도 있습니다. 가면 대신 얼굴에 페인팅을 하거나 변장을 하세요.



발달장애서비스부는 이 비상 대비 게시판을 제작하여 설문 조사: [설문 게시판](#)을 통해 우리 커뮤니티에서 확인된 특정 위험에 대해 개인과 직접 서비스 제공자에게 경고하고 교육합니다.

감각 친화적 할로윈 활동

감각에 예민한 사람이라면 할로윈 때의 활동이 긍정적인 의미에서 자극적일 수 있습니다. MyAutism.org에 의하면, 할로윈에는 재미있고 창의적이면서도 감각에 대한 반응을 스스로 조절하는 데 도움이 되는 활동이 많이 있습니다. 예를 들어:



- 종이 접시 거미
- 호박 손가락 그림 그리기
- 슬라임 몬스터 만들기
- 할로윈 테마 감각통
- 할로윈 색칠 페이지
- 그리고 더 많은 것들!

일광 절약 시간제 알림



11월 3일에는 시계가 한 시간 뒤로 돌아갑니다.

연기 및 일산화탄소(CO) 감지기를 테스트하고 배터리가 새 것인지 확인하세요.

집에 소화기가 있다면 소화기가 온전히 충전되어 있는지, 바늘 끝이 녹색(정상)을 가리키고 있는지 확인하세요.

어두워지는 시간이 일찍 다가오므로 저녁에 길을 건널 때는 특히 자동차에 주의하세요: [안전 도구 상자 주제](#).

독감 시즌 준비

가을은 다가올 독감을 대비하기에 적절한 시기입니다. 다음 팁을 기억하세요.



- 아픈 사람과의 밀접한 접촉은 피함
- 아플 때는 집에 머무름
- 기침이나 재채기할 때는 입과 코를 가림
- 비누로 자주 손을 씻음
- 귀, 코, 입을 만지지 말 것
- 신선한 공기로 실내 환기
- 좋은 위생과 습관 실천
- 독감 예방 접종에 관해 의사와 상의

온라인 쇼핑 안전



기기 확인

- 소프트웨어를 최신 상태로 유지하세요.
- 기기의 기본 비밀번호를 변경하세요.
- 웹사이트마다 다른 비밀번호를 사용하세요.



신뢰할 수 있는 출처에서만 쇼핑

- 해당 사이트가 평판이 좋고 정식 등록된 공급업체인지 확인하세요.
- 웹사이트가 합법적인지 확인하세요.
- [피싱 이메일](#)에 주의하세요.



안전한 구매 방법 사용

- 사기를 예방하려면 직불카드보다 신용카드를 사용하세요.
- 알 수 없는 비용이 청구되지 않았는지 은행 거래 내역을 주의 깊게 살펴보세요.

온라인 홀리데이 쇼핑 안전 팁 전체 목록을 보려면 [CISA 홀리데이 온라인 안전 팁 시트](#)를 읽어보세요.

리소스

궁금한 사항이 있으면 [2-1-1](#)로 전화하여 최신 정보 및 이용 가능한 리소스를 받으세요.

- [인플루엔자\(독감\)](#) - CDPH(California Dept. of Public Health) 권장 팁 및 정보
- [독감 시즌 대비](#) - CDC(Centers for Disease Control & Prevention) 권장 팁 및 정보
- [그레이트 웨이크아웃](#) - 지진 훈련 준비, 10/17 오전 10시 17분
- [지역 알림 신청](#) - 캘리포니아 카운티 알림
- [온라인 사기 신고/확인 도구](#) - 온라인 안전에 유용
- [구글 안전 검색 상태 도구](#) - 온라인 안전에 유용함

비상 계획을 세우고
연습하세요!



소비자
QR 코드



공급자
QR 코드