

# 2

## KẾ HOẠCH VỀ TÌNH TRẠNG KHẨN CẤP



Sự chuẩn bị bắt đầu bằng việc suy nghĩ về những điều mỗi người trong gia đình có thể cần và hiểu rõ những rủi ro quý vị có thể gặp phải. Mục đích là để đảm bảo mọi người trong gia đình đều sẵn sàng. Khi mọi người chuẩn bị sẵn sàng cho những tình huống bất ngờ, điều đó có thể cứu mạng và giúp quý vị dễ dàng và nhanh chóng quay lại công việc thường ngày.

### CÁC BƯỚC BẮT ĐẦU NHANH

- Tìm Hiểu Các Mối Nguy Hiểm trong Khu Vực
- Lên Kế Hoạch Liên Lạc trong Gia Đình
- Xây Dựng Kế Hoạch về Tình Trạng Khẩn Cấp
- Đăng Ký Nhận Cảnh Báo Khẩn Cấp
- Thực Hành
- Cân Nhắc

### TÌM HIỂU CÁC MỐI NGUY HIỂM TRONG KHU VỰC

Những nơi khác nhau có những rủi ro khác nhau. Nếu quý vị sống trong một tòa nhà cao tầng trong thành phố, các rủi ro có thể khác với những người sống ven biển. Các cơ quan quản lý tình trạng khẩn cấp tại địa phương và sở cứu hỏa có thể giúp xác định những mối nguy hiểm tại nơi quý vị sinh sống như động đất, lũ lụt, lở đất, cháy rừng và sóng thần.

### LÊN KẾ HOẠCH LIÊN LẠC TRONG GIA ĐÌNH

Trò chuyện với mọi người trong gia đình về những việc cần làm trong tình trạng khẩn cấp. Quý vị có thể cần phải sơ tán hoặc trú ẩn tại chỗ. Dưới đây là một số điều quan trọng cần xem xét trong kế hoạch liên lạc của quý vị:

- Liên lạc ngoài khu vực: Quý vị có thể kết nối với ai mà không bị ảnh hưởng bởi thảm họa không?
- Các tuyến di tản: Cả ở ngoài nhà và khu phố của quý vị
- Nơi gặp mặt: Mọi người sẽ gặp nhau ở đâu sau thảm họa nếu không ở nhà?
- Cách liên lạc nếu bị tách ra: Kế hoạch để tìm kiếm nhau là gì?
- Chia sẻ kế hoạch của quý vị: Hãy để những người khác như gia đình và bạn bè ngoài tiểu bang biết về kế hoạch của quý vị.

## XÂY DỰNG KẾ HOẠCH VỀ TÌNH TRẠNG KHẨN CẤP

Lập kế hoạch về tình trạng khẩn cấp là một công việc quan trọng cần có sự tham gia của tất cả mọi người. Kế hoạch cần bao gồm những việc cần làm nếu quý vị phải rời đi hoặc ở lại nơi mình đang sống. Trong trường hợp sơ tán, quý vị nên mang theo bộ dụng cụ khẩn cấp bên mình. Để nhớ những gì cần bỏ vào bộ dụng cụ, hãy nghĩ về Sáu P:



- People (Con người) và Pet (Vật nuôi) (thức ăn, nước uống, đồ vệ sinh, quần áo và các vật dụng tiện nghi).
- Prescription (Đơn thuốc) (thuốc men, máy trợ thính, kính mắt và thiết bị y tế).
- Phone (Điện thoại), máy tính cá nhân, ổ cứng, đĩa và bộ sạc.
- Plastic (Thẻ nhựa) (thẻ ghi nợ và thẻ tín dụng ATM) và tiền mặt.
- Paper (Giấy tờ) và tài liệu quan trọng (ID có ảnh, giấy khai sinh, thẻ an sinh xã hội, hộ chiếu, thị thực, hợp đồng bảo hiểm, v.v.).
- Pictures (Ảnh) và những kỷ vật không thể thay thế khác.

Truy cập [www.ready.gov](http://www.ready.gov) hoặc [www.redcross.org](http://www.redcross.org) để biết thêm các vật dụng trong bộ dụng cụ khẩn cấp được đề xuất.

Khi trú ẩn tại chỗ, quý vị cần có đủ dự trữ cho mọi người trong nhà để sống sót trong hai tuần mà không có điện, nước sinh hoạt và nhà vệ sinh còn hoạt động. Ngoài Sáu P, hãy thực hiện các bước quan trọng sau khi quyết định những gì quý vị cần để có thể sống sót:

- Theo dõi những gì gia đình ăn trong hai tuần để biết mình sẽ cần bao nhiêu thực phẩm.
- Thu thập mọi đồ dự trữ cho tình trạng khẩn cấp mà quý vị có thể có, như đèn pin, sạc dự phòng hoặc pin. Quý vị có thể có nhiều thứ hơn mình nghĩ!

Các bước cụ thể về cách thu thập đồ dự trữ sẽ được đề cập nhiều hơn trong các phần sau của bộ công cụ này.

## ĐĂNG KÝ NHẬN CẢNH BÁO KHẨN CẤP



Cách dễ nhất để biết điều gì đang xảy ra trong khu vực của quý vị là đăng ký nhận thông báo khẩn cấp. Dưới đây là những cách mà quý vị có thể đăng ký:

### Cảnh Báo Ưu Tiên:

- Truy cập trang web quản lý tình trạng khẩn cấp của quận để đăng ký hoặc cập nhật thông tin liên hệ của quý vị.
- Đảm bảo điện thoại di động của quý vị có thể chấp nhận Wireless Emergency Alerts (Cảnh Báo Khẩn Cấp Không Dây).



Đối với thiết bị Apple:

- Đi tới "Settings (Cài Đặt)".
- Nhấp vào "Notifications (Thông Báo)".
- Cuộn xuống cuối màn hình cho đến khi nhìn thấy phần "Government Alerts (Cảnh Báo từ Chính Quyền)".
- Nếu thanh có màu xanh thì nghĩa là thông báo đã được bật.



Đối với thiết bị Android:

- Đi tới "Settings (Cài Đặt)".
  - Tìm kiếm "Emergency (Khẩn Cấp)" hoặc nhấp vào "Safety and Emergency (An Toàn và Khẩn Cấp)".
  - Đảm bảo phần "Earthquake Alerts (Cảnh Báo Động Đất)" và mọi tùy chọn cảnh báo khác đều đã được bật.
- Tại Oregon, truy cập [www.oralert.gov](http://www.oralert.gov) để đăng ký nhận thông báo khẩn cấp tại địa phương trong khu vực của quý vị.

### Cảnh Báo Bổ Sung:

- Tải ứng dụng "MyShake" miễn phí để nhận thông báo động đất sớm ở Oregon, Washington và California.
- Mua đài phát thanh NOAA (National Oceanic Atmospheric Administration, Cơ Quan Khí Quyển Đại Dương Quốc Gia) để nhận thông tin cập nhật về cảnh báo thời tiết khắc nghiệt. 💰 💰
- Đăng ký nhận thông báo trên mạng xã hội từ văn phòng quản lý tình trạng khẩn cấp tại địa phương trên Facebook hoặc X (trước đây là Twitter).



### THỰC HÀNH

Một khi quý vị có kế hoạch, hãy thực hành ngay! Đây là cách tốt nhất để biết rằng kế hoạch đó có hiệu quả hay không. Tốt hơn hết quý vị nên biết phần nào trong kế hoạch sẽ không hiệu quả trước khi thảm họa xảy ra. Dưới đây là một số cách quý vị có thể thực hành:

- Thảo luận về kế hoạch khẩn cấp của mình vài tháng một lần để giúp mọi người luôn ghi nhớ kế hoạch.
- Kiểm tra tuyến đường sơ tán ra khỏi nhà hoặc khu phố của quý vị.
- Động vật thường cảm nhận được mối nguy hiểm trước con người và có thể trở nên kích động trước thời điểm sắp xảy ra thảm họa. Thực hành dắt mèo vào lồng hoặc đưa chó vào dây xích đồng thời di chuyển nhanh chóng.
- Tham gia các buổi diễn tập [Great ShakeOut \(Thoát Hiểm Hiệu Quả\)](http://www.shakeout.org) và Great Camp-In (Cắm Trại Hiệu Quả).

### CÂN NHẮC

- Đảm bảo tính đến các nhu cầu về khả năng tiếp cận và nhu cầu chức năng, chẳng hạn như thiết bị hỗ trợ di chuyển hoặc máy Continuous Positive Airway Pressure (CPAP, Thở Áp Lực Dương Liên Tục) sử dụng điện. Những người bị điếc, mù hoặc khó nghe cũng có thể có những nhu cầu cụ thể.
- Trao đổi với bác sĩ của quý vị về cách dự trữ thêm liều lượng thuốc kê đơn cần thiết.
- Để tiết kiệm nơi lưu trữ, hãy quét tất cả tài liệu quan trọng của quý vị, chẳng hạn như giấy khai sinh hoặc ảnh chụp, vào ổ cứng ngoài hoặc ổ USB.
- Cùng các tài liệu khác, chẳng hạn như hợp đồng thuê nhà, hóa đơn tiện ích hoặc thư tuyển dụng.
- Nếu địa chỉ hoặc số điện thoại của quý vị thay đổi, hãy đảm bảo cập nhật thông tin liên hệ đó với quận của quý vị để nhận cảnh báo khẩn cấp.
- Đăng ký nhận thông báo cho các khu vực quý vị ghé thăm khi xa nhà.

**HOẠT ĐỘNG: Trang 45-57**