

# HƯỚNG DẪN SẴN SÀNG ỨNG PHÓ THẢM HỌA



VI

**TIẾNG VIỆT**

**TÀI LIỆU CÒN  
CÓ BẢNG TIẾNG:**

English  
Español  
中文  
Filipino  
한국어  
Lus Hmoob



**CALIFORNIA  
SẴN SÀNG:**

[ListosCalifornia.org](http://ListosCalifornia.org)



**VĂN PHÒNG THÔNG  
ĐỐC VỀ CÁC DỊCH  
VỤ KHẨN CẤP:**

[CalOES.ca.gov](http://CalOES.ca.gov)



**VĂN PHÒNG  
THÔNG ĐỐC BANG  
CALIFORNIA:**

[Gov.ca.gov](http://Gov.ca.gov)

# CÁC BƯỚC ĐẢM BẢO AN TOÀN KHI CÓ THẢM HỌA XẢY RA



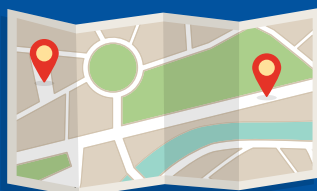
1.

Nhận cảnh báo để biết phải ứng phó như thế nào.



2.

Lên kế hoạch bảo vệ mình và người thân.



3.

Chuẩn bị Túi đồ khẩn cấp có đủ vật dụng cần thiết.



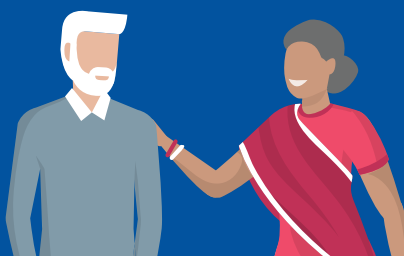
4.

Chuẩn bị Hộp đồ dùng tại gia phòng trường hợp không thể rời đi.



5.

Hỗ trợ bạn bè và hàng xóm chuẩn bị sẵn sàng.



# 1. NHẬN CẢNH BÁO ĐỂ BIẾT PHẢI ỨNG PHÓ NHƯ THẾ NÀO

Đăng ký để nhận thông báo từ quận. Truy cập [CalAlerts.org](http://CalAlerts.org). Quý vị cũng có thể đăng ký sử dụng ứng dụng cảnh báo động đất MyShake.

## HỆ THỐNG CẢNH BÁO ĐỊA PHƯƠNG TẠI QUẬN CỦA TÔI LÀ:

HỆ THỐNG CẢNH BÁO ĐỊA PHƯƠNG

CÁC HỆ THỐNG CẢNH BÁO KHÁC

### Tìm một nguồn tin tức đáng tin cậy

Khi thảm họa xảy ra, quý vị cần biết điều gì đang diễn ra và nhận thông tin cập nhật về những việc cần làm và nơi cần đến. Có rất nhiều cách để nhận thông tin.



Truyền hình



Đài phát thanh



Gọi đến số 211



Điện thoại cố định



Điện thoại di động



Email



Điện thoại thông minh



Mạng xã hội



Đài phát thanh nghiệp dư

Tìm đài phát thanh địa phương để nhận cảnh báo khẩn cấp tại [ListosCalifornia.org](http://ListosCalifornia.org).

## ĐÀI PHÁT THANH TẠI NƠI TÔI SINH SỐNG/LÀM VIỆC:

### CÁC TRANG WEB CUNG CẤP NGUỒN LỰC KHẨN CẤP

#### 211CA.org

Hãy gọi số 211 để biết các tuyến đường sơ tán, nơi tạm trú.

#### CalOES.ca.gov

Nguồn lực, cảnh báo và hướng dẫn của tiểu bang.

#### Response.ca.gov

Tin tức cập nhật trực tiếp về cháy rừng và nơi trú ẩn.

#### Ready.gov

Các nguồn lực để chuẩn bị sẵn sàng cho mọi thảm họa.

#### ListosCalifornia.org

Thêm nguồn lực để chuẩn bị sẵn sàng.



## 2. LÊN KẾ HOẠCH BẢO VỆ MÌNH VÀ NGƯỜI THÂN: LIÊN LẠC VÀ BẢO VỆ



Hãy nghĩ xem quý vị muốn liên lạc với ai trong trường hợp khẩn cấp. Những người cần liên lạc có thể là gia đình, hàng xóm, bạn bè hoặc người chăm sóc. Hãy viết ra tên và thông tin liên lạc của họ. Gửi cho mỗi người có tên trong danh sách một bản thông tin liên lạc.

Đồng thời hãy chọn một người sinh sống bên ngoài khu vực của quý vị và không bị ảnh hưởng khi khu vực của quý vị gặp thiên tai. Quý vị và người trong danh sách liên hệ có thể báo tin là mình đã an toàn và chia sẻ vị trí của mình cho người thân hoặc bạn bè ở xa đó.

### NGƯỜI LIÊN HỆ TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP

HỌ TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG	SỐ ĐIỆN THOẠI NHÀ
CƠ QUAN/TRƯỜNG HỌC	EMAIL
ĐỊA CHỈ	
HỌ TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG	SỐ ĐIỆN THOẠI NHÀ
CƠ QUAN/TRƯỜNG HỌC	EMAIL
ĐỊA CHỈ	
HỌ TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG	SỐ ĐIỆN THOẠI NHÀ
CƠ QUAN/TRƯỜNG HỌC	EMAIL
ĐỊA CHỈ	

### NGƯỜI LIÊN HỆ Ở XA

HỌ TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ Ở XA
SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG
SỐ ĐIỆN THOẠI NHÀ
CƠ QUAN/TRƯỜNG HỌC
ĐỊA CHỈ



Hãy thử nhắn tin nếu không thể thực hiện được các cuộc gọi nội hạt trong thời gian xảy ra thảm họa.

## 2. LÊN KẾ HOẠCH BẢO VỆ MÌNH VÀ NGƯỜI THÂN: SƠ TÁN

Nếu do thảm họa mà nhà ở, nơi làm việc hoặc trường học của quý vị không còn an toàn nữa thì quý vị cần đi đến một nơi an toàn để tập trung lại với người thân. Trước khi thảm họa xảy ra, hãy in hoặc mua một tấm bản đồ giấy. Do dịch vụ điện thoại di động có khả năng không hoạt động nên bản đồ giấy sẽ rất hữu ích nếu quý vị cần di chuyển đến nơi an toàn.



Hãy chuẩn bị sẵn sàng để đi theo hướng an toàn nhất, đến nơi an toàn gần nhất và có ít cảnh báo nhất.

### 1. Tuân thủ hướng dẫn của chính quyền địa phương.

Cơ quan chức năng sẽ chia sẻ thông tin mới nhất đến các kênh tin tức và biết được cách tốt nhất để đảm bảo an toàn cho quý vị. Hướng dẫn có thể được các cơ quan như sở cứu hỏa, cảnh sát trưởng hoặc sở cảnh sát đưa ra, hoặc các quan chức dân cử, như thị trưởng hoặc giám sát viên.



Nghe tin tức và đăng ký nhận thông báo địa phương tại [CalAlerts.Org](https://www.calalerts.org).

### 2. Tìm hiểu các cách khác nhau để nhanh chóng rời khỏi khu vực.

Khi xảy ra thảm họa, con đường đến nơi an toàn có thể không phải là con đường quen thuộc của quý vị. Thảm họa có thể khiến các con đường và tuyến xe buýt mà quý vị thường đi ngừng hoạt động. Hãy làm quen với một số tuyến đường thoát hiểm khác nhau khi gặp trường hợp khẩn cấp. Hãy cùng những người sẽ đi cùng quý vị đi thử những tuyến đường này. Bằng cách đó, quý vị sẽ biết cách cùng nhau di chuyển khi trường hợp khẩn cấp thực sự xảy ra.

### 3. Hãy chuẩn bị sẵn sàng để di chuyển đến nơi an toàn.

Hãy chuẩn bị sẵn **Túi Đồ Khẩn Cấp**. Hãy chuẩn bị sẵn kế hoạch **Liên Lạc Và Bảo Vệ** cũng như điền thông tin vào **Danh Mục Các Cơ Quan Hỗ Trợ Tại Địa Phương**. Liên lạc với những người quý vị quan tâm cũng như những người quan tâm đến quý vị. Quyết định xem việc đến nhà của gia đình hoặc bạn bè có an toàn và khả thi không. Nếu không, hãy tìm đến một cơ sở trú ẩn công cộng.



**2-1-1**

Gọi đến số **211** để tìm cơ sở trú ẩn công cộng.

## 2. LÊN KẾ HOẠCH BẢO VỆ MÌNH VÀ NGƯỜI THÂN: DANH MỤC CÁC CƠ QUAN HỖ TRỢ ỨNG PHÓ THẢM HỌA TẠI ĐỊA PHƯƠNG

Trong kế hoạch **Liên Lạc Và Bảo Vệ**, quý vị cũng nên ghi lại những số điện thoại và trang web quan trọng của các tổ chức có thể giúp quý vị trong trường hợp khẩn cấp.

### THÔNG TIN LIÊN HỆ HỮU ÍCH TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP



#### SỞ CỨU HỎA/CALFIRE

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CẢNH SÁT TRƯỜNG/SỞ CẢNH SÁT

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CƠ QUAN GIAO THÔNG CÔNG CỘNG

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CÔNG TY ĐIỆN LỰC

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CÔNG TY KHÍ ĐỐT

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CÔNG TY NƯỚC

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### CƠ QUAN CẤP CỨU CỦA QUẬN

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

### TỔ CHỨC HỖ TRỢ

#### TỔ CHỨC HỖ TRỢ

ĐIỆN THOẠI

EMAIL

TRANG WEB

#### TỔ CHỨC HỖ TRỢ

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB

#### TỔ CHỨC HỖ TRỢ

ĐIỆN THOẠI

TRANG WEB



Gọi đến số **2-1-1** để biết thông tin về các tuyến đường sơ tán và nơi trú ẩn an toàn.

# 3. CHUẨN BỊ TÚI ĐỒ KHẨN CẤP CÓ ĐỦ VẬT DỤNG CẦN THIẾT: CHUẨN BỊ TRƯỚC



Hầu hết các thảm họa xảy ra bất ngờ và nhanh chóng. Quý vị có thể không có thời gian để mua sắm, hoặc thậm chí để thu xếp. Hãy chuẩn bị những vật dụng quan trọng cho mỗi thành viên trong gia đình quý vị ngay bây giờ, để quý vị và gia đình sẽ có sẵn những vật dụng cần thiết sau này.

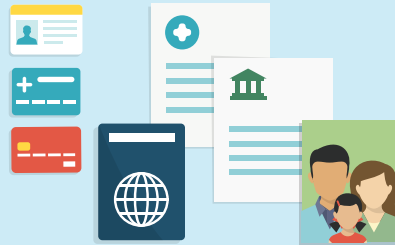
## CHUẨN BỊ NGAY

### Giấy tờ

Bản sao giấy tờ tùy thân và bảo hiểm.

Chứng thư, giấy chứng nhận quyền sở hữu và các giấy tờ quan trọng khác.

Hình ảnh gia đình và vật nuôi.



### Tiền mặt

Tiền mệnh giá nhỏ, \$1 và \$5.

Tích lũy dần dần.



### Bản đồ

Đánh dấu các tuyến đường dẫn ra khỏi khu vực của quý vị trên bản đồ giấy.



### Danh sách các loại thuốc

Liệt kê tất cả các loại thuốc kê đơn.

Thông tin y tế quan trọng khác.



### Tập thông tin hướng dẫn này

Danh sách **Liên Lạc Và Bảo Vệ** và **Danh Mục Các Cơ Quan Hỗ Trợ Tại Địa Phương** đã điền đầy đủ thông tin.

Danh sách **Đồ Dùng Tiện Lợi** đã điền đầy đủ thông tin.



# 3. CHUẨN BỊ TÚI ĐỒ KHẨN CẤP CÓ ĐỦ VẬT DỤNG CẦN THIẾT: ĐỒ DÙNG TIỆN LỢI



## MANG THEO LÚC RỜI ĐI

- ✓ Túi hoặc ví và chìa khóa
- ✓ Điện thoại và bộ sạc
- ✓ Thuốc men
- ✓ Khẩu trang



## NÊN MANG THEO NẾU ĐÃ CÓ SẴN

- ✓ Máy thu thanh xách tay
- ✓ Đèn pin
- ✓ Vật dụng sơ cứu
- ✓ Máy tính xách tay



**Hãy viết ra đây những vật dụng mà quý vị cần mang theo cho mọi người trong gia đình.** Quần áo? Bàn chải đánh răng? Hãy cân nhắc nhu cầu của trẻ sơ sinh, người cao tuổi, những người có bệnh, người khuyết tật và vật nuôi.

Blank lined area for writing down emergency supplies.





# 4. CHUẨN BỊ HỘP ĐỒ DÙNG TẠI GIA PHÒNG TRƯỜNG HỢP KHÔNG THỂ RỜI ĐI: VẬT DỤNG QUAN TRỌNG



Trong một số thảm họa, quý vị có thể an toàn hơn khi ở nhà. Quý vị có thể không có nước để uống, để tắm hoặc xả bồn cầu. Quý vị có thể không có điện để giữ lạnh thức ăn, bật đèn hoặc sạc điện thoại.

Thêm các vật dụng vào **Hộp Đồ Dùng Tại Gia**, phòng khi quý vị không thể rời khỏi nhà. Chuẩn bị vật dụng cho ít nhất 3 ngày không có nước hoặc điện. Tích lũy dần dần, cho đến khi quý vị có đủ đồ dùng cho mọi người trong gia đình. Đừng bỏ quên vật nuôi. Nếu quý vị đã có đèn pin hoặc máy thu thanh xách tay, hãy để chúng ở nơi dễ tìm.

## CHUẨN BỊ NGAY

### Nước

Chuẩn bị 3 gallon (12 lít) nước cho mỗi người để uống và giặt giũ.



### Thực phẩm

Để riêng những thức ăn không bị hư và không cần nấu nướng.

Quý vị biết rõ nhất quý vị và gia đình quý vị thích ăn gì.



### Túi rác

Để riêng ra một ít túi ni lông có dây buộc để bỏ vào xô khi đi vệ sinh.

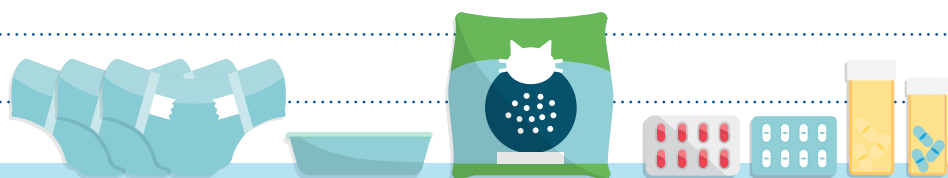


# 4. CHUẨN BỊ HỘP ĐỒ DÙNG TẠI GIA PHÒNG TRƯỜNG HỢP KHÔNG THỂ RỜI ĐI: VẬT DỤNG QUAN TRỌNG

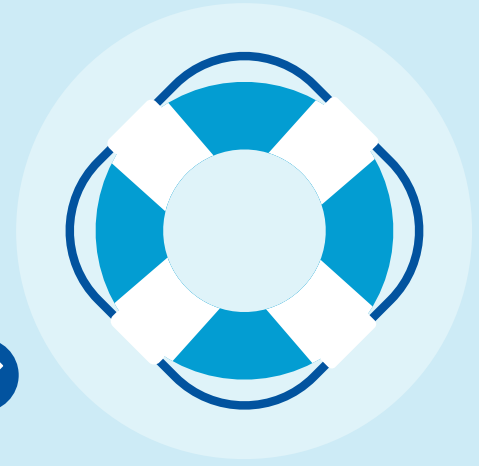
Viết ra đây mọi vật dụng quan trọng quý vị cần sử dụng hằng ngày có khả năng sẽ hết nếu quý vị bị mắc kẹt ở nhà trong nhiều ngày. Hãy bổ sung thêm những vật dụng đó trong **Hộp Đồ Dùng Tại Gia** phòng trường hợp quý vị không thể đến cửa hàng.



Blank lined writing area for listing essential items.



# 5. HỖ TRỢ BẠN BÈ VÀ HÀNG XÓM CHUẨN BỊ SẴN SÀNG



Khi trả lời những câu hỏi sau, hãy nghĩ xem ai có thể là người đầu tiên có mặt tại hiện trường để giúp đỡ khu phố của quý vị khi thảm họa xảy ra:

AI SẼ CÓ MẶT Ở NHÀ QUÝ VỊ VÀO BAN NGÀY?

AI TRONG KHU DÂN CƯ CỦA QUÝ VỊ SẼ Ở NHÀ VÀ CÓ THỂ SẴN SÀNG GIÚP QUÝ VỊ VÀO BAN NGÀY?

CÒN VÀO BAN ĐÊM THÌ SAO? VÀO NGÀY CUỐI TUẦN THÌ SAO?

TRONG KHU DÂN CƯ CỦA QUÝ VỊ, AI CÓ THỂ CẦN ĐƯỢC GIÚP ĐỠ?



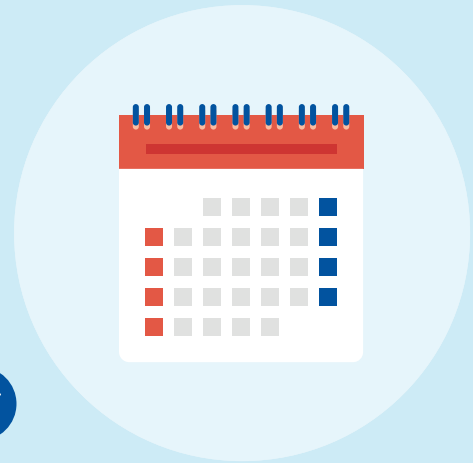
Suy nghĩ kỹ về những điều này sẽ giúp quý vị chuẩn bị và bắt đầu trao đổi với hàng xóm của mình.



Thảo luận những câu hỏi tương tự này với hàng xóm của quý vị, trao đổi với họ về những việc họ có thể cần được giúp đỡ và sẵn sàng giúp đỡ nếu quý vị có thể.

# LỊCH AN TOÀN - CHUẨN BỊ TỪNG BƯỚC

Quý vị không cần phải nhất nhất làm theo lịch này. Chỉ cần thực hiện một vài bước mỗi tuần, theo tốc độ của riêng quý vị. Quý vị sẽ cảm thấy yên tâm khi biết mình đã sẵn sàng nếu thảm họa xảy ra.



## TUẦN 1

Chuẩn bị **Túi Đồ Khẩn Cấp** cho từng người trong hộ gia đình của quý vị.

Đăng ký nhận cảnh báo khẩn cấp tại địa phương tại **CalAlerts.org**.



## TUẦN 2

Lập kế hoạch **Liên Lạc Và Bảo Vệ** cho gia đình, hàng xóm, người chăm sóc.

Chia sẻ kế hoạch của quý vị cho những người có tên trong danh sách được biết.



## TUẦN 3

Tìm hiểu các tuyến đường sơ tán khác nhau và đánh dấu chúng trên bản đồ.

Thực hành kế hoạch **Sơ Tán** của quý vị.



## TUẦN 4

Bắt đầu chuẩn bị **Hộp Đồ Dùng Tại Gia** để đảm bảo an toàn và thoải mái khi ở nhà.

Hãy chuẩn bị dần dần cho đến khi quý vị cảm thấy sẵn sàng.



# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN CƠ BẢN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI THẢM HỌA



**Mang theo giấy tờ tùy thân:** Gia đình có thể không ở cùng nhau khi thảm họa xảy ra. Con người và vật nuôi có thể bị chia cách.



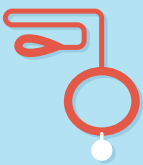
✓ Những người thân yêu của quý vị cần phải có giấy tờ tùy thân.



✓ Bỏ giấy tờ tùy thân vào cặp sách của con em trong nhà.



✓ Có thể cân nhắc sử dụng thẻ hoặc vòng tay cảnh báo y tế.

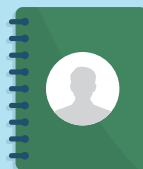


✓ Cập nhật thông tin thẻ và vi mạch cho thú cưng.

✓ Cập nhật thông tin thẻ và vi mạch cho thú cưng.



**Xây dựng mạng lưới hỗ trợ:** Có kế hoạch dự phòng trong trường hợp khẩn cấp. Hãy nghĩ xem quý vị có thể trông cậy vào ai.



✓ Trao đổi với hàng xóm của quý vị về nhu cầu của họ cũng như của quý vị.

✓ Thảo luận với những người chăm sóc về kế hoạch ứng phó với thảm họa.



✓ Trao đổi với trường học về kế hoạch đoàn tụ cha mẹ và con cái.



✓ Lên kế hoạch trước cho những người trợ giúp có kỹ năng để hỗ trợ việc sơ tán.

✓ Chia sẻ chìa khóa với những người quý vị tin cậy để giải cứu vật nuôi của quý vị.

# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN CƠ BẢN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI THẢM HỌA



**Chuẩn bị thêm thuốc men và nguồn điện dự phòng:** Nhiều người không thể sống sót quá ba ngày nếu không có thuốc. Một số người cần có điện để sử dụng thiết bị và dụng cụ.

- ✔ Mang thêm thuốc khi quý vị rời khỏi nhà.
- ✔ Chụp ảnh (hoặc mang theo) danh sách bác sĩ và đơn thuốc.
- ✔ 2 ngày trước khi hết thuốc, hãy yêu cầu nhà thuốc bán thêm để sử dụng cho 30 ngày.
- ✔ Tích trữ thêm liều thuốc dự phòng trong **Túi Đồ Khẩn Cấp**.
- ✔ Lên kế hoạch giữ lạnh thuốc và sạc thiết bị/dụng cụ.



**Giảm căng thẳng:** Giảm bớt căng thẳng về thể chất và tinh thần bằng cách lập kế hoạch trước.

- ✔ Gọi đến số **211** để tìm nơi trú ẩn theo nhu cầu cụ thể.
- ✔ Dán nhãn thiết bị trước khi sơ tán.
- ✔ Đăng ký nhận thông báo cắt điện từ công ty điện lực của quý vị.
- ✔ Đóng gói các vật dụng y tế và thông tin liên lạc chuyên dụng.
- ✔ Lên kế hoạch an ủi những người bị bệnh Alzheimer hoặc bệnh tâm thần.



# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI NHIỀU TÌNH HUỐNG KHÁC NHAU



Thảm họa là thách thức đối với tất cả mọi người. Mỗi chúng ta có những nhu cầu khác nhau khi chuẩn bị ứng phó với một thảm họa. Việc lên kế hoạch trước có thể giúp ích cho quý vị hoặc những người mà quý vị quan tâm. Bây giờ hãy suy nghĩ về những biện pháp giúp mọi người cảm thấy an toàn và thoải mái khi xảy ra thảm họa.

Trò chuyện với những người mà quý vị tin tưởng - tại phòng khám y tế, trường học, cộng đồng tín ngưỡng, nhóm hỗ trợ sức khỏe, cơ sở hỗ trợ sinh hoạt, cơ quan dịch vụ xã hội, trung tâm sống độc lập. Dưới đây là một số lời khuyên an toàn có thể giúp ích cho quý vị.

## CHUẨN BỊ SẴN SÀNG

### Phụ nữ mang thai

Hãy hỏi bác sĩ của quý vị cách để được chăm sóc hoặc đỡ đẻ khi xảy ra thảm họa.

Lên kế hoạch trước để tránh khí độc, nước nhiễm độc và thực phẩm không an toàn.

Báo cho nhân viên tại nơi trú ẩn biết là quý vị đang mang thai.



### Cha mẹ có trẻ sơ sinh

Nếu quý vị sử dụng sữa công thức, hãy chuẩn bị nhiều nước sạch.

Hãy mua hoặc làm một chiếc địu để có thể đi bộ xa cùng em bé.

Nắm rõ kế hoạch an toàn của người chăm sóc con quý vị.



### Người chăm sóc

Xây dựng kế hoạch khẩn cấp cùng với người mà quý vị chăm sóc.

Xây dựng một mạng lưới hỗ trợ ngoài bản thân quý vị.

Giúp người mà quý vị chăm sóc chuẩn bị đồ dùng cần thiết.



# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI NHIỀU TÌNH HUỐNG KHÁC NHAU



## CHUẨN BỊ SẴN SÀNG

### Người có vật nuôi

Hãy làm thẻ và vi mạch định danh cho thú cưng của quý vị nếu có thể.

Đóng gói thức ăn, nước uống, thuốc men và giấy chứng nhận chủng ngừa.

Gọi đến số 211 để biết thông tin về những nơi trú ẩn công cộng có chấp nhận vật nuôi.



### Người cao tuổi

Mang theo thông tin liên hệ của gia đình/người chăm sóc trong ví của quý vị.

Để số điện thoại gia đình và số khẩn cấp gần điện thoại của quý vị.

Tìm hiểu về các kế hoạch khẩn cấp của cộng đồng hưu trí địa phương.



### Cộng đồng nông thôn

Chia sẻ cảnh báo qua hệ thống cảnh báo bằng điện thoại hoặc mạng lưới phát thanh nghiệp dư.

Gặp gỡ hàng xóm để thảo luận về phương án phối hợp.

Lên kế hoạch trước để sơ tán gia súc.





# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI NHIỀU TÌNH HUỐNG KHÁC NHAU



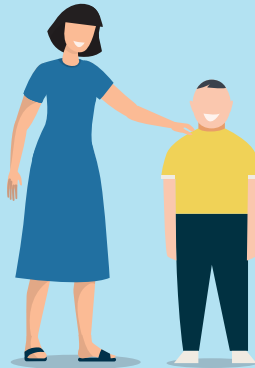
## LÊN KẾ HOẠCH TRƯỚC

### Người bị khuyết tật phát triển

Xác định những người đáng tin, có thể trông cậy khi xảy ra thảm họa.

Lập kế hoạch cùng với mạng lưới hỗ trợ này.

Thực hành kế hoạch để giúp quý vị cảm thấy an tâm hơn.



### Người bị khuyết tật ngôn ngữ/giao tiếp

Mang theo thẻ hướng dẫn về cách giao tiếp với quý vị.

Mang theo thiết bị liên lạc, thẻ ghi cụm từ hoặc bảng hình ảnh.

Biết cách thay thế thiết bị hỗ trợ của quý vị nếu bị hỏng/mất.



### Người khuyết tật vận động và các khuyết tật khác

Lên kế hoạch trước để nhờ những người đáng tin cậy hỗ trợ mình di chuyển.

Lên kế hoạch ứng phó nếu những đoạn dốc/đường ray bị hư hỏng.

Sơ tán càng sớm càng tốt để quý vị có thêm thời gian di chuyển ra ngoài một cách an toàn.



# MỘT SỐ LỜI KHUYÊN ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI NHIỀU TÌNH HUỐNG KHÁC NHAU



## LÊN KẾ HOẠCH TRƯỚC

### Khó khăn khi di chuyển

Sắp xếp đi chung xe nếu quý vị phải sơ tán.

Hỏi xem các phương tiện công cộng có hoạt động miễn phí sau thảm họa hay không.

Tìm hiểu xem có các dịch vụ đi chung xe miễn phí đưa hành khách đến nơi trú ẩn hay không.



### Người có khả năng sử dụng tiếng Anh hạn chế

Tìm đến các cộng đồng đáng tin cậy để trao đổi về các phương án đảm bảo an toàn.

Nhờ một người trẻ tuổi có thể nói được hai ngôn ngữ chia sẻ các bước đảm bảo an toàn với quý vị.

Tìm hiểu xem kênh truyền thông nào mà quý vị theo dõi có cung cấp cảnh báo khẩn cấp.



### Cư dân mới đến California

Tìm hiểu kiến thức cơ bản về hệ thống khẩn cấp, chẳng hạn như gọi đến số 211.

Hỏi những người dân tại địa phương của quý vị để tìm hiểu về đặc thù của các thảm họa ở đây.

Tìm các nguồn hỗ trợ đáng tin cậy khác ngoài chính quyền trong trường hợp khẩn cấp.



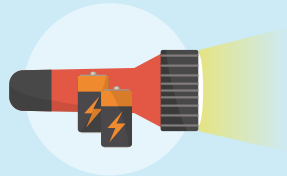
# LỜI KHUYÊN AN TOÀN: CHÁY RỪNG



## TRƯỚC THẢM HỌA



Khi có cảnh báo Cờ Đỏ,  
phải chuẩn bị NGAY.



Chuẩn bị cho tình  
huống không có điện.  
Không sử dụng nến.



Sử dụng khăn  
hoặc khẩu trang  
để bảo vệ phổi.



Đảm bảo ống nước của  
quý vị vẫn hoạt động.



Làm sạch các máng xối.  
Phát quang bụi  
rậm gần nhà.

## TRONG THẢM HỌA



Đừng “bình chân như  
vại”. Hãy rời đi ngay khi  
được thông báo!



Nhanh chóng rời  
khỏi những khu  
vực có khói.



Đóng toàn bộ cửa ra vào và  
cửa sổ. Tắt máy điều hòa.



Mở hoặc tháo các loại rèm  
cửa, màn sáo, rèm che.



Chuẩn bị sơ  
tán vật nuôi.

# LỜI KHUYÊN AN TOÀN: LŨ LỤT



## TRƯỚC THẢM HỌA



Khai thông đường ống và miệng cống thoát nước.

2  
↑

Di chuyển các vật phẩm có giá trị lên các tầng cao hơn.



Dùng bạt nhựa, bao cát để ngăn nước.



Đảm bảo xe ô tô có ít nhất là nửa bình xăng.



Tìm hiểu các tuyến đường an toàn nhất đến vùng đất cao hơn.

## TRONG THẢM HỌA



Đừng "bình chân như vại". Hãy rời đi ngay khi được thông báo!



Không được lội qua dòng nước đang chảy.



Không được lái xe vào khu vực ngập nước.



Đề phòng lũ bùn sau khi xảy ra cháy rừng.



Đề phòng sóng thần ở khu vực ven biển sau khi xảy ra động đất.

# LỜI KHUYÊN AN TOÀN: ĐỘNG ĐẤT



## TRƯỚC THẢM HỌA



Gia cố đồ đạc cao  
sắt vào tường.



Không treo vật nặng  
lên giường, ghế sofa  
hoặc ghế.



Tải ứng dụng miễn phí  
MyShake để nhận cảnh  
báo động đất.



Thực hành diễn tập  
an toàn khi xảy ra  
động đất.



Học cách tắt ga,  
điện và nước.

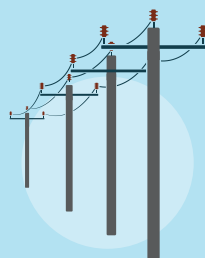
## TRONG THẢM HỌA



Đừng vội ra ngoài.  
Hãy chui xuống gầm bàn  
hoặc bàn làm việc.



Nằm trên giường  
và trùm đầu bằng  
một chiếc gối.



Nếu đang ở ngoài,  
hãy tránh xa mọi thứ  
có nguy cơ gãy đổ.



Tấp xe vào lề đường  
và tránh xa khỏi các  
tòa nhà, cây cối.

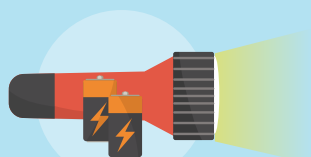


Sẵn sàng ứng phó  
với các dư chấn.

# LỜI KHUYÊN AN TOÀN: CẮT ĐIỆN



## TRƯỚC THẢM HỌA



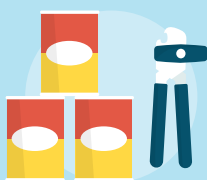
Chuẩn bị đèn pin và đèn xách tay - không dùng nến.



Luôn sạc đầy pin điện thoại.



Đảm bảo xe ô tô có ít nhất là nửa bình xăng.

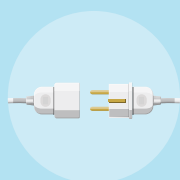


Mua các loại thực phẩm dự trữ được lâu và không cần chế biến.



Mua đá để bảo quản thực phẩm hoặc thuốc trong thùng giữ lạnh.

## TRONG THẢM HỌA



Rút phích cắm của các thiết bị/đồ dùng điện tử để tránh hư hỏng.



Chỉ cắm điện 1 bóng đèn.



Đóng tủ lạnh và tủ đông.



Sử dụng máy phát điện, bếp cắm trại và lò nướng ngoài trời.



Không sử dụng bếp ga để sưởi ấm.



[LISTOSCALIFORNIA.ORG](https://LISTOSCALIFORNIA.ORG)

Thêm nguồn lực để chuẩn bị sẵn sàng.



[LISTOSCALIFORNIA.ORG/GET-PREPARED/](https://LISTOSCALIFORNIA.ORG/GET-PREPARED/)  
#ONLINECOURSE

Bài hướng dẫn tương tác trực tuyến có thời lượng 20 phút trình bày 5 bước chuẩn bị ứng phó thảm họa.