

Những Giấy Tờ Trong Lúc Khẩn Cấp

Sau đây là danh sách các giấy tờ bạn cần phải có trong tay trong trường hợp khẩn cấp:

- Danh sách liên lạc trong lúc khẩn cấp
- Kế hoạch trong lúc khẩn cấp của gia đình
- Đính
- Bằng lái xe / thẻ căn cước
- Hộ chiếu
- Giấy khai sinh
- Thẻ an sinh xã hội
- Hồ sơ sức khỏe
- Thông tin liên lạc của các nhà cung cấp dịch vụ khỏe y tế tổng quát hoặc tâm thần
- Toa thuốc
- Hồ sơ tiêm chủng
- Thẻ bảo hiểm
- Báo cáo của ngân hàng
- Thẻ tín dụng

Để có danh sách hoàn chỉnh hơn, xin vui lòng ghé địa chỉ liên kết mạng được ghi trên tài liệu này.

Những Điều Khác Nên Nghĩ Tới

Nếu bạn hoặc người thân có khuyết tật và/hoặc có nhu cầu về chức năng và hỗ trợ khác, bạn có thể cần phải bổ sung những thứ sau đây trong bộ trang bị cho trường hợp khẩn cấp:

- Danh sách các loại thuốc được kê toa kèm theo liều lượng, thông tin về chữa trị và dị ứng
- Thuốc dự trữ thêm
- Pin và bộ sạc pin cho các thiết bị hỗ trợ
- Thông tin y tế bao gồm chi tiết về khuyết tật của mình, các thiết bị hỗ trợ và thiết bị y tế

Quận Cam Cơ Quan Y Tế



Các Nguồn Trợ Giúp

OC Links

(855) OC-Links hoặc (855) 625-4657
Số TDD: (714) 834-2332

www.ochealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/
Thứ Hai - Thứ Sáu, 8:00 sáng to 6:00 chiều

Đội Ngũ Thẩm Định Trung Ương

(Thẩm Định Tâm Lý Trong Lúc Khủng Hoảng)
(866) 830-6011

7 ngày trong tuần, suốt 24 giờ

Phòng Ngừa Tự Sát 24/24

(877) 7 CRISIS hoặc (877) 727-4747
www.suicidepreventionlifeline.org/

SAMHSA

Đường Dây 24 Giờ Giúp Đỡ Người Lo Âu Về Thảm Hoạ
800-985-5990 hoặc
Nhắn tin cho TalkWithUs qua số 66746
www.disasterdistress.samhsa.gov/

Đường Dây Thông Tin Quận Cam

Dial 211

www.211OC.ORG

Quận Cam Cơ Quan Y Tế

Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần Chương Trình Trợ Giúp Trong Thảm Hoạ

405 W. 5th Street. Suite 550
Santa Ana, CA 92701

Quận Cam Cơ Quan Y Tế



Cách Chuẩn Bị Một Bộ Trang Bị Cho Trường Hợp Khẩn Cấp



405 W. 5th Street. Suite 550
Santa Ana, CA 92701

<http://ochealthinfo.com/bhs>

SỨC MẠNH

Giúp cho Quận Cam trở nên một nơi an toàn, lành mạnh, và đầy ý nghĩa để sống, làm việc và vui chơi cho hiện tại và thế hệ mai sau bằng những dịch vụ công cộng địa phương hữu ích và phù hợp với chi phí.

Tại Sao Phải Chuẩn Bị Một Bộ Trang Bị Cho Trường Hợp Khẩn Cấp?

Nếu xảy ra trường hợp khẩn cấp, người ta khuyến khích các cá nhân nên có một số vật dụng cơ bản trong tay có thể hỗ trợ sự sống còn cho ít nhất ba ngày. Mặc dù tài liệu này sẽ liệt kê các vật liệu cơ bản cho một bộ trang bị khẩn cấp, điều quan trọng là cần lưu ý rằng tùy thuộc vào nơi bạn sống và nhu cầu riêng của gia đình bạn, bạn có thể cần phải xem xét thêm các vật liệu bổ sung. Ngoài ra, mỗi người cần phải xem xét việc có cùng một lúc hai bộ trang bị khẩn cấp để ở chỗ dễ dàng tìm thấy, một ở trong nhà và một ở sở làm hoặc ở trong xe.

Chuẩn bị một bộ trang bị khẩn cấp là một trong những bước được khuyến cáo bởi Bộ Nội An Hoa Kỳ để chuẩn bị đối phó với thảm họa. Ngoài ra, họ khuyến bạn thực hiện một kế hoạch khẩn cấp của gia đình và nắm được những thông tin về các loại trường hợp khẩn cấp khác nhau có thể xảy ra trong khu vực của bạn và cách phản ứng thích hợp.

Kết Nối Mạng

Các trang web sau đây cung cấp các thông tin trong tài liệu này và có thêm nhiều nguồn thông tin khác về việc chuẩn bị đối phó với trường hợp khẩn cấp:

www.ready.gov/kit

www.readyoc.org/prepare/kit.html

www.readyoc.org/prepare/disabilities.html

Những Vật Dụng Được Khuyến Nên Có

Thông qua sự phát động Ready Campaign, Bộ Nội An Hoa Kỳ khuyến khích mọi người nên có các vật dụng sau đây trong một bộ trang bị cơ bản cho trường hợp khẩn cấp:

- Nước, một gallon nước mỗi ngày cho một người trong ít nhất ba ngày, để uống và làm vệ sinh
- Thực phẩm, thức ăn không hư, đủ cung cấp ít nhất trong ba ngày
- Radio chạy bằng pin hoặc quay tay và một Radio Thời Tiết NOAA có báo động và pin dự phòng cho cả hai loại
- Đèn pin và pin dự phòng
- Bộ sơ cứu
- Còi thổi để báo khi cần giúp đỡ
- Mặt nạ chống bụi, giúp lọc không khí bị ô nhiễm, bộ trải nhựa và băng keo để làm chỗ trú ẩn khi cần
- Khăn giấy ướt, túi rác và các dây cột cho việc vệ sinh cá nhân
- Mỏ lết hoặc kiềm để ngắt điện nước
- Dụng cụ khai hộp (nếu bộ trang bị có thực phẩm đóng hộp)
- Bản đồ địa phương
- Điện thoại di động với bộ sạc bên ngoài hoặc năng lượng mặt trời

Đặt ra mục tiêu cho mình có thể thu gom một vài vật dụng cùng một lúc và không bao giờ quên bộ trang bị cho trường hợp khẩn cấp được xếp đặt ngăn nắp!

* Hãy nhớ rằng các mặt hàng như đồ hộp, thuốc men, thức ăn vật nuôi, vv đều có ngày hết hạn và cần phải được thay thế nếu không xử dụng trong thời hạn ấn định

Những Vật Dụng Có Thể Cần Bổ Sung

Một khi bạn xếp đặt một bộ trang bị cơ bản xong, bạn cũng có thể nên xem xét thêm các vật dụng sau đây:

- Thuốc và kính đã được kê toa
- Sữa bột và tã
- Thực phẩm và nước dự trữ thêm cho thú cưng của bạn
- Những giấy tờ quan trọng của gia đình, bao gồm cả Kế Hoạch Khẩn Cấp Cho Gia Đình, cất trong một vật dụng không thấm nước
- Tiền mặt (bao gồm cả tiền lẻ) và tiền các
- Túi ngủ hoặc chăn ấm cho mỗi người.
- Nên nghĩ đến việc đóng gói thêm bộ chăn gối bổ sung nếu bạn sống trong vùng khí hậu lạnh.
- Mỗi người cần có thêm một bộ đồ đầy đủ để thay đổi gồm có một chiếc áo dài tay, quần dài và giày vận động. Hãy xem xét việc dự bị thêm quần áo nếu bạn sống trong vùng khí hậu lạnh.
- Nước tẩy chlorine và một ống nhỏ thuốc - Khi pha loãng chín phần nước với một phần thuốc tẩy, dung dịch có thể được sử dụng như một chất khử trùng. Hoặc trong trường hợp khẩn cấp, bạn có thể sử dụng nó để xử lý nước bằng cách cho 16 giọt nước tẩy vào mỗi gallon nước. Không sử dụng nước tẩy có mùi thơm, chống phai sắc vải hoặc nước tẩy có thêm các chất làm sạch khác.
- Bình cứu hỏa
- Diêm quẹt để trong vật dụng không thấm nước
- Công cụ đa năng
Đồ dùng vệ sinh cá nhân bao gồm cả đồ dùng vệ sinh phụ nữ
- Cốc và đĩa giấy, hộp nhựa và khăn giấy
- Giấy, bút chì, bút mực
- Trò chơi trẻ em yêu thích mà không cần dùng điện (nghĩa là: sách, đồ chơi, mảnh xếp hình)
Những đồ vật giúp cho bạn và những người thân yêu cảm thấy ấm áp (hãy nghĩ đến những thứ nhẹ và nhỏ)