



每個家人都應該隨身攜帶以下卡片

家庭災難應變計劃

當地緊急服務處的電話

緊急會合地點 (住宅之外)

會合地點 (在社區之外)

電話

地址

家庭聯絡人 (姓名)

日間電話

夜間電話



如果您想要進一步資訊，請瀏覽以下網站：

Governor's Office of Emergency Services
(州長緊急服務處)
<http://www.oes.ca.gov>

California Service Corps (加州服務團)
<http://www.csc.ca.gov>

American Red Cross (美國紅十字會)
<http://www.redcross.org>

Fire Safe Council (防火安全委員會)
<http://www.firesafecouncil.org>



Chinese

做好災難準備的十種方法

加州！
機警，應變，準備。做好準備！



加州第一夫人
Maria Shriver

發生災難時，您是否做好了準備？您知道怎麼處理嗎？您有一套計劃嗎？消防、警察和緊急醫療服務的回應可能會有延遲。您必須學習如何處理，擬好一套計劃，並準備照顧自己、您的家人和社區。

在加州，無論是野火、地震還是冬季暴風雨，問題不在於災難是否會發生，而是何時發生。黃金州除了面臨自然的災難外，也無法倖免恐怖份子的攻擊。

您必須做好準備。當您做好準備，加州也就做好準備！謝謝您盡自己的一份心力。

Marz Swer



即刻採取行動 為做好準備負起責任



識別您的風險

您的居住和工作場所所有什麼危害？找出您會面臨哪些自然或人為的災難。您的居住或工作地點是否位於會淹水的平原、靠近主要的地震斷層，或處於火災的高危險區？您是否準備好隨時應付突發的人為災難？您的鄰里或社區有沒有災難應變計劃？

- 找出當地緊急服務處 (OES) 的電話，或是聯絡當地的美國紅十字會以獲得資訊。
- 向保險公司洽詢您的住宅是否位於火災、水災或地震的高危險區。保險的承保範圍應該每年更新。

2 擬定一套家庭災難應變計劃

您的家庭需要一套計劃以告訴每個人：

需要疏散時在哪裡會合。為家人指定一個在住宅之外的會合地點。萬一無法前往第一個會合地點，在社區另找一個備用地點。確保孩子的學校和托兒提供者或照顧者有一套災難應變計劃，而且每年與父母做一次「災難演習」，以保護您孩子的安全。打電話給當地的緊急服務處，洽詢社區有哪些建議的會合地點。



指定一個外州朋友做為「家庭聯絡人」，讓每個人打電話報平安 -- 災難發生後打長途電話通常比較容易。

如何獲得社區的重要資訊，以及和家人分散時如何聯絡。要獲得充分的訊息：

- 知道當地的緊急警告廣播電台。準備一台備有額外電池的可攜式收音機，因此家人可以收聽有關社區緊急應變措施的重要訊息。
- 保留一部不需要電源的按鍵式電話，並包括可以插入住宅電話插座的適當纜線。災難發生後，可能無法使用行動電話和無線電話。如果可能的話，使用按鍵式電話打給外地的家庭聯絡人。和家人或外州聯絡人通話時盡量簡單扼要，因為電話線是災難應變小組非常寶貴的溝通渠道。
- 如果您在自己的車內，找一個安全的地方停車，並留在車裡。打開車上的收音機，收聽有關去哪裡以及怎麼做的重要資訊。

如何照顧家庭寵物。在災難補給包內存放寵物的食物和清水，更新牠們的名牌，並打電話給當地的緊急服務處，洽詢在災難時及災難後如何為寵物尋找暫時避難所以及避難地點。



3 練習災難應變計劃

在您和家人一起擬好計劃後，請做練習。先讓家人在住宅之外的指定地點會合，就像在火災或地震結束後一樣。無論是留在室內，還是開車從社區疏散，都要知道在災難中如何應變。如果家人需要疏散，要知道當地緊急服務處指定的正確疏散程序和路線。

4 為住宅和汽車準備災難補給包

如果您被困在車裡或是在救援趕到前必須留在家裡自給自足，您必須有一份災難補給包。家庭災難補給包至少應該包括以下物品，並存放在容易攜帶或搬運的容器內，例如背包、塑膠提袋或有輪子的垃圾桶。在車上放一份較小的補給包：

- 至少有三天份不易腐壞的補給品和罐頭食品，以及

供全家人飲用的清水。每六個月更換一次。不要忘記重新儲存食品。

- 急救箱。
- 使用電池的手電筒和備有額外電池的手提式收音機。定期換電池。
- 換洗衣服和鞋子，並為每個家人準備一張毯子或一個睡袋。
- 另一副車鑰匙、信用卡和現金。
- 額外的藥品。
- 衛生用品（例如肥皂、清潔用品、洗髮精、衛生紙等）。
- 另一副處方眼鏡。
- 將重要的家庭文件保存在防水容器內。



5 使孩子做好準備

和孩子討論有哪些危險，以及發生災難時全家要如何應變。每六個月練習一次家庭災難應變計劃。讓孩子協助撰寫家庭應變計劃、準備災難補給品，並擔任演習的領導者。孩子在災難準備中的知識越多、參與越積極，就會做好更周全的準備。

6 不要忘了特殊需要者

嬰兒、老人和有特殊需要的人不能被忽略。確保補給包內有嬰兒用品，也有老人或殘障者需要的藥品、氧氣筒或其他用品。確定至少有三天份的特殊需要補給品。確保家人居住的護理之家有一套災難應變計劃，而且您知道其中的內容。

7 學習心肺復甦術和急救

即刻聯絡當地的美國紅十字會，接受基本的急救

和心肺復甦術訓練。您的訓練可以在災難發生後拯救親朋好友或鄰居的性命。



8 消除住宅和工作場所的危害

您必須穩固住宅或辦公室的物品，以減少危害，特別是地震或爆炸引起的震動。捆好大型電器、穩固櫃門、擺穩高大的家具，並使吊扇和照片等頭頂的物品牢固。

如果您住在火災的高危險區，也要採取必要步驟保護住宅不受野火的侵擾。聯絡當地的消防局或加州森林與火災保護部門，洽詢如何保持住宅的防火安全。

9 認識 9/11 之後的危險

如果遇到化學或毒氣攻擊，或是炸彈和爆炸物，請勿驚慌。

- 如果您聽到爆炸聲，趕快尋找穩固的桌子掩蔽，遠離掉落的物品。然後盡快逃出。
- 如果發生火災，以濕布掩住口鼻，尋找安全的逃生路線，遠離熱氣或火焰。
- 如果您被瓦礫困住，以手帕或衣服掩住嘴巴，以避免吸入灰塵。吹口哨或拍打管子或牆壁以引起救難人員的注意。不要喊叫，以保持精力。
- 如果您認為自己暴露在任何化學或生物物質下，請盡快和醫生或診所聯絡。

10 積極參與，擔任義工，負起責任

捐血、聯絡加州服務團以參加當地的社區緊急應變小組 (CERT)、教育鄰居、加入當地的美國紅十字會、防火安全委員會或當地其他義務性組織做義工。不論您以什麼方式參與，都請積極參與，並為本州負起責任。