

Phẩm Vật Dự Trữ Phòng Khi Khẩn Cấp

Sau một trận động đất mạnh, các tiện nghi điện, nước và hơi đốt có thể bị mất. Quý vị có thể sẽ không nhận được sự trợ giúp khẩn cấp trong vài ngày. Quý vị hãy nhớ chắc là mình có dự trữ sẵn các món đồ sau đây ở trong nhà. Đồng thời cũng trữ sẵn các phẩm vật dự phòng khi khẩn cấp ở chỗ làm việc và ở trong xe của mình.

- Các đèn pin** cùng với một số pin đèn dự trữ. cất giữ các đèn pin này cạnh giường ngủ của mình và ở một vài chỗ khác. **TRÁNH KHÔNG** dùng diêm quẹt hay đèn cây sau khi động đất cho tới khi nào mình biết chắc là hơi đốt không bị rò thoát ra ngoài.
- Radio xách tay** cùng các pin đèn dự trữ. Hầu hết máy điện thoại sẽ không xử dụng được hoặc bị hạn chế chỉ để dùng vào việc cấp cứu. Radio sẽ là nguồn cung cấp tin tức tốt nhất của quý vị.
- Hộp thuốc cấp cứu; các khả năng hiểu biết về cấp cứu.** Dự trữ hộp thuốc cấp cứu của mình cho thật đầy đủ và để ở một địa điểm trung tâm trong nhà. Tham dự các lớp hướng dẫn căn bản về cấp cứu và "CPR" (cứu sống bằng phương pháp xoa bóp và hô hấp nhân tạo). Cập nhật hóa các hiểu biết về cấp cứu.
- Bình chữa lửa.** Bình chữa lửa của quý vị phải là thứ thích ứng để cứu chữa mọi loại hỏa hoạn và phải được đặt ở chỗ có thể dễ dàng lui tới đến gần. Chỉ dẫn cho tất cả mọi người trong nhà biết cách xử dụng bình chữa lửa đó.
- Thực phẩm.** Dự trữ thực phẩm đủ dùng trong một tuần cho mỗi người trong nhà. Các thứ như đồ hộp hay thực phẩm đã rút hết nước, sữa bột và nước ép rau quả đóng hộp là những thứ có thể luân phiên đem dùng trong bữa ăn thường ngày của quý vị rồi mua bổ sung lại trên một căn bản bình thường.
- Nước.** Dự trữ nước đủ dùng khoảng một gallon (chùng 4 lít) cho một người trong một ngày. Chứa trong các vật chứa có nắp bị kín và thay nước này mỗi sáu tháng một lần. Cất giữ một thứ thuốc tẩy uế chẳng hạn như các viên thuốc "Iodine" hay thuốc tẩy "chlorine bleach" để làm trong sạch nước khi cần.
- Chân mền, quần áo và giày dép.** Có thể cần phải có dự thêm ra chân mền và quần áo để giữ cho đủ ấm. Cần có các loại giày cứng chắc để bảo vệ đôi chân khi đạp nhằm mảnh kính vỡ và các thứ mảnh vụn gạch đá khác.
- Các phương tiện nấu ăn dự khuyết.** Dự trữ lò nướng, than, hộp quẹt và đầu nhóm lửa để dự phòng khi các tiện nghi điện, hơi đốt không xử dụng được.
- Những thứ đặc biệt.** Phải dự trữ thuốc men và thực phẩm dành cho trẻ thơ cũng như những người cần ăn kiêng đặc biệt để có đủ dùng trong ít nhất là một tuần lễ.
- Các dụng cụ.** Cần có chìa khóa vặn mở (mò lết) loại dụng cụ mở đường ống hay loại có dạng hình lưỡi liềm để khóa ống nước và ống dẫn hơi đốt khi cần.

OES Governor's Office of Emergency Services

Để biết thêm chi tiết, xin liên hệ với văn phòng "Office of Emergency Services" (Phòng Dịch Vụ Cứu Trợ Khẩn Cấp) hoặc "American Red Cross" (Hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ) tại địa phương của quý vị.

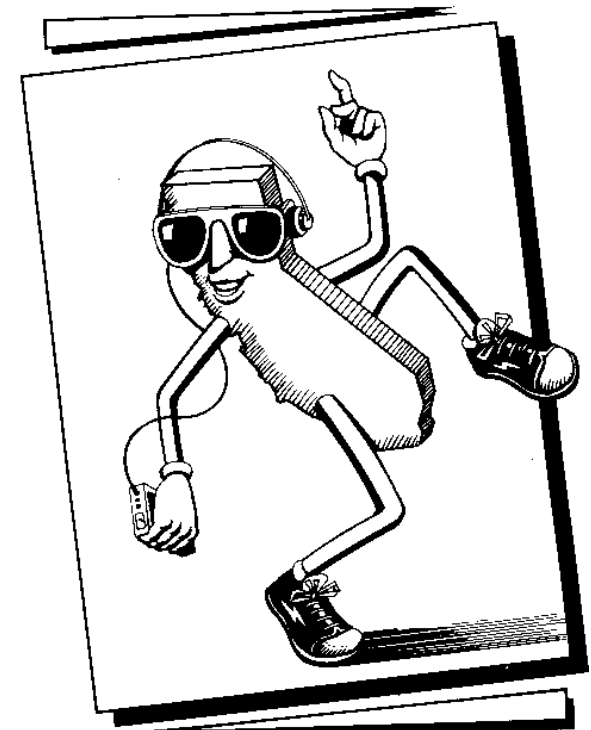
The Governor's Office of
Emergency Services
2800 Meadowview Road
Sacramento, CA 95832
(916) 427-6659

Coastal Region
1300 Clay Street, Suite 400
Oakland, CA 94612
(510) 286-0895



State of California
Gray Davis, Governor

Đánh bại Động đất!



Chuẩn Bị Ứng Phó

Với Động Đất

Ở California

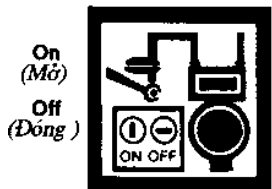
Vietnamese

Trước Khi Động Đất

Vạch ra cho gia đình một kế hoạch đối phó với động đất.

Chuẩn bị sẵn sàng cho chính mình, cho gia đình và cho căn nhà ở của mình bằng cách kiểm điểm đầy đủ các điều cần làm trong bản danh sách này.

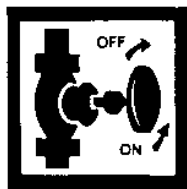
- Ấn định cách thức và địa điểm mà mọi người trong gia đình sẽ gặp lại nhau trong trường hợp bị phân tán thất lạc.
- Chọn ra một người bạn hay một người thân ở ngoài tiểu bang để các người nào trong gia đình lỡ bị phân tán sau khi động đất có thể gọi đến để báo cho biết về tình trạng và nơi ở của họ.
- Biết rõ các điểm an toàn trong từng căn phòng: dưới gầm các cái bàn cứng, bàn giấy hoặc tựa sát các bức tường bên trong nhà.
- Biết rõ các điểm nguy hiểm: các cửa sổ, các tấm gương soi, đồ vật treo trên cao, các lò sưởi, đồ đạc cao và không vững chắc.
- Sắp đặt các buổi thực tập. Tự thực tập ẩn tránh vào các địa điểm an toàn.
- Học về cấp cứu và về CPR (cardiopulmonary resuscitation) (phương pháp cứu sống bằng cách xoa bóp và hô hấp nhân tạo) tại các phân hội Hồng Thập Tự hay các tổ chức cộng đồng khác ở địa phương.
- Lưu giữ một bản liệt kê các số điện thoại cấp cứu.
- Học cách tắt khóa hơi đốt, nước và điện trong trường hợp đường ống hay đường giây bị hư hại. (Lời dặn an toàn: Đừng tìm cách mở lửa lại lò ga. Hãy gọi cho công ty phụ trách về tiện nghi này)



On (Mở)
Off (Đóng)

Gas Valve

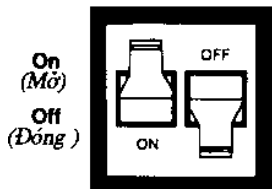
(Van đóng mở hơi đốt)



Off (Đóng)
On (Mở)

Water Valve

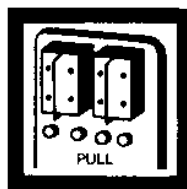
(Van đóng mở nước)



On (Mở)
Off (Đóng)

Circuit Breaker

(Cầu dao đóng mở điện)



Pull (Rút lấy ra)

Pull-Out Cartridge Fuse

(Bộ cầu chỉ rút lấy ra được)



Water Heater

(Bình nấu nước nóng)

- Kiểm tra các ống khói, các mái nhà, các bức tường và sự vững chãi của nền móng. Bảo đảm là nhà cửa của mình được chốt, gắn chặt với nền nhà.
- Niêng chặt bình nấu nước nóng và các máy móc gia dụng nào có thể xô dịch làm đứt hay nứt vỡ các đường giây, đường ống dẫn tiện nghi điện nước, hơi đốt v...v...
- Giữ các món đồ dễ vỡ và các vật nặng ở ngăn dưới cùng của các kệ đựng đồ.
- Chốt chặt các đồ đạc cao, nặng, dễ nhào đổ như các kệ sách, tủ chung đồ sứ, hoặc các kệ tủ gắn trên vách tường.
- Chốt chặt các giỏ treo cây cảnh và những khung tranh ảnh hay gương soi nắng (nhất là các món treo bên trên các giường ngủ).
- Cài chốt cánh cửa của kệ tủ để khi bị rung chuyển cánh cửa không bung ra được.
- Giữ các chất lỏng dễ bắt cháy hoặc độc hại như các loại nước sơn, thuốc xịt sâu bọ côn trùng hay các sản phẩm tẩy sạch bên trong các ngăn tủ hay ngăn kệ dưới cùng.
- Lưu trữ thực phẩm, nước và các thứ khác kể cả một đèn pin, một radio xách tay xài pin, các cục pin dự trữ, thuốc men, hộp thuốc cứu cấp và quần áo.

Trong Khi Động Đất



Nếu ở trong nhà, hãy ở lại đó. Ấn vào bên dưới gầm một cái bàn hay bàn giấy hoặc đứng vào trong một góc tường.

Nếu ở ngoài trời, hãy chạy ra một chỗ trống tránh xa cây cối, nhà cửa, các bức tường và các đường giây dẫn điện.

Nếu ở bên trong một cao ốc, hãy tránh xa các cửa sổ và các bức tường ở mặt bìa. Ấn vào bên dưới gầm của một cái bàn. Tránh không sử dụng các cầu thang máy.



Nếu đang lái xe, hãy tập xe vào bên lề đường và ngừng lại. Tránh đậu bên dưới gầm các đường lộ chạy bằng ngang bên trên hoặc đậu bên dưới các đường giây dẫn điện. Ngồi lại trong xe cho đến khi hết rung chuyển.



Nếu ở một nơi công cộng đồng người tránh đổ xô ngay ra các cửa ra vào. Tránh xa các kệ trưng bày có những món đồ có thể đổ xuống.

Sau Khi Động Đất



Xem xét những người bị thương. Thực hiện việc cấp cứu. Tránh không di chuyển những người bị thương nặng trừ khi họ ở trong tình trạng nguy kịch.

Tránh không sử dụng điện thoại ngay lúc đó ngoại trừ khi có người bị thương nặng hoặc có hỏa hoạn.



Tìm kiếm các mối nguy:

Tìm kiếm các chỗ nước và hơi đốt bị rò rỉ, các đường dây điện bị đứt, ống cống bị bể. Nếu thấy có hư hại, phải tắt (hay khóa) tiện nghi đó lại ở điểm gốc.

Kiểm tra căn nhà để tìm các chỗ rạn nứt và hư hại, kể cả mái nhà, ống khói và nền nhà.

Kiểm tra các thực phẩm và nước uống dự trữ. Nước dùng trong tình trạng khẩn cấp có thể lấy từ các bồn nấu nước nóng, các khay nước đá tan chảy, các bồn chứa trong nhà vệ sinh và các hộp rau quả.



Mở radio xách tay của mình lên để nghe những điều hướng dẫn và tin tức. Hoàn toàn cộng tác với các viên chức phụ trách về an ninh an toàn công cộng.

Không sử dụng xe cộ của mình ngoại trừ trong một trường hợp cấp cứu. Giữ cho đường phố được trống trải cho sự lưu thông của các xe cứu cấp.

Chuẩn bị ứng phó với các lần chấn động phụ kế tiếp.

Bình tĩnh và giúp đỡ cho các người khác.

Nếu quý vị di tản đi nơi khác, hãy dán lời nhắn tin lại bên trong nhà để báo cho gia đình biết có thể tìm kiếm mình ở đâu.