



**Cẩm Nang Hướng Dẫn Lập Kế Hoạch
Ứng Phó Trong Trường Hợp Khẩn
Cấp Liên Quan Tới Sức Khỏe Cộng Đồng**
www.labt.org

Vietnamese

Bảo Vệ Có Nghĩa Là Lập Kế Hoạch Trước

Bộ Dịch Vụ Y Tế (Department of Health Services) Quận Los Angeles bảo vệ sức khỏe của công chúng trong các trường hợp khẩn cấp liên quan tới thiên tai và hành động cố ý, thí dụ như một cuộc tấn công khủng bố bằng cách làm phát tán các chất sinh học, hóa học hoặc phóng xạ. Nhưng cũng có những việc mà quý vị cần làm để bảo vệ bản thân và gia đình quý vị trong trường hợp khẩn cấp.

Chuẩn bị sẵn sàng trong trường hợp khẩn cấp có nghĩa là lập kế hoạch trước. Danh sách kiểm tra dưới đây sẽ giúp quý vị lập kế hoạch một cách dễ dàng. Hãy bàn thảo về danh sách này với gia đình của quý vị và xem lại cũng như cập nhật các danh sách này mỗi năm một lần để bảo đảm tính đầy đủ và cập nhật. Để biết danh sách đầy đủ về các chất mà bọn khủng bố có thể sử dụng, xin tới trang mạng điện toán www.labt.org

Bảo vệ bản thân. Bảo vệ gia đình. Hãy điền chiếc thẻ này và cất ở nơi dễ lấy.

Thiết Lập Kế Hoạch Ứng Phó Trong Trường Hợp Có Thảm Họa

Ghi những việc cần làm, cách thức tìm mọi người trong gia đình, và cách thức liên lạc trong các trường hợp khẩn cấp khác nhau. (Xem mặt sau)

- Xác định hai nơi để gặp gỡ: một nơi ở ngay bên ngoài nhà và nơi khác ở bên ngoài khu phố của quý vị, thí dụ như thư viện, trung tâm sinh hoạt cộng đồng, hoặc nhà thờ/nhà chùa.
- Bảo đảm rằng mọi người trong gia đình biết địa chỉ và số điện thoại liên lạc của nơi gặp gỡ thứ hai.
- Biết và luyện tập cách thức sử dụng tất cả các lối thoát hiểm có thể áp dụng từ nhà và khu phố của quý vị.
- Chọn một người bạn hoặc một người thân ở bên ngoài tiểu bang mà các thành viên trong gia đình có thể gọi nếu bị ly tán trong trường hợp xảy ra thảm họa.
- Bảo đảm đáp ứng được nhu cầu của tất cả mọi người, đặc biệt là người cao niên, người tàn tật, những người không nói tiếng Anh, và thú nuôi/gia cầm.
- Luyện tập kế hoạch của quý vị với tất cả các thành viên trong gia đình và bảo đảm rằng họ cũng có một bản sao của kế hoạch đó.
- Tìm hiểu về kế hoạch ứng phó trong trường hợp khẩn cấp ở trường, nơi con cái của quý vị đang đi học.

Chuẩn Bị Các Đồ Tiếp Liệu Trong Trường Hợp Khẩn Cấp

Giữ các đồ tiếp liệu trong các hộp đựng chắc chắn và dễ mang theo. Giữ hộp đựng lớn hơn ở nhà và để hộp đựng nhỏ hơn trong xe. Các hộp đựng này nên bao gồm:

- Lượng nước đủ dùng trong ba ngày: một gallon cho một người trong một ngày để uống và lau rửa.
- Lượng thực phẩm đủ dùng trong ba ngày, thí dụ như các thực phẩm sấy khô hoặc đóng lon và dụng cụ mở nắp lon.
- Tiền mặt (ít nhất \$50 tới \$100 bằng các tờ có mệnh giá thấp) và thẻ ATM.
- Quần áo và giày dép để thay.
- Một chiếc chăn mền hoặc túi ngủ cho mỗi người.
- Bộ đồ sơ cứu.
- Các loại thuốc theo toa của gia đình và bản sao của các toa thuốc, nếu có thể được.
- Đài radio chạy bằng pin, đèn pin, pin dự phòng, và diêm không thấm nước.
- Xà bông, giấy vệ sinh, và các túi ni-lon dự phòng.
- Các vật dụng cho thú nuôi, trẻ sơ sinh, người cao niên, hoặc người tàn tật trong nhà.
- Kính đeo mắt dự phòng, một bộ chìa khóa xe và chìa khóa nhà dự phòng.
- Đựng bản sao các giấy tờ quan trọng của gia đình trong hộp chịu lửa.
- Còi để phòng trường hợp quý vị bị mắc kẹt.
- Nếu quý vị phải sơ tán ra khỏi nhà, hãy mang theo thú nuôi hoặc gia cầm của quý vị nếu có thể được. Chuẩn bị cả thức ăn, thuốc, và thẻ nhận dạng trên vòng cổ của thú nuôi.

Trong Trường Hợp Khẩn Cấp Về Khủng Bố Sinh Học Hiếm Khi Xảy Ra

Hãy xem các thông tin sau đây về chất khủng bố sinh học.

Khủng bố sinh học xảy ra khi các chất có thể gây bệnh hoặc tử vong được cố ý làm phát tán, trong đó bao gồm:

Các Chất Sinh Học: Vi khuẩn, siêu vi, hoặc các chất sinh học khác. Thí dụ: bệnh than, bệnh đậu mùa, bệnh dịch hạch, bệnh ngộ độc thực phẩm.

Hóa Chất: Các loại khí độc hại, chất lỏng, hoặc chất rắn có thể gây hại cho người hoặc môi trường. Thí dụ: chất sarin và ricin.

Các Loại Vũ Khí Phóng Xạ: Các thiết bị gây nổ làm phát tán chất phóng xạ. Thí dụ: bom bẩn.

Để biết danh sách đầy đủ của các chất khủng bố, xin tới trang mạng điện toán www.labt.org

Các Nguồn Trợ Giúp Khác

- ❑ **Bộ Dịch Vụ Y Tế Quận Los Angeles - Sức Khỏe Cộng Đồng:** www.labt.org
Đường dây khẩn: 866-999-LABT (5228)
- ❑ **Chương Trình Trợ Giúp Khắc Phục Trường Hợp Khẩn Cấp Quận Los Angeles:**
www.espfocus.org
- ❑ **Đường Dây Khẩn Về Thảm Họa Của Quận Los Angeles:** 800-980-4990
- ❑ **Đường Dây Tin Tức Tại Los Angeles - “211 LA COUNTY” :** 221
- ❑ **Cơ Quan Điều Hành Hoạt Động Trong Trường Hợp Khẩn Cấp Thành Phố Los Angeles:**
www.lacity.org/epd
Đường dây trợ giúp: 888-356-4661
- ❑ **Văn Phòng Chuẩn Bị Sẵn Sàng Trong Trường Hợp Khẩn Cấp của Tiểu Bang California:**
www.dhs.ca.gov/ps/ddwem/environmental/epo/epoindex.htm
- ❑ **Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh:** www.bt.cdc.gov
Đường dây khẩn: 888-246-2675
- ❑ **Bộ Quốc Phòng Hoa Kỳ:** www.ready.gov
- ❑ **Đường Dây Khẩn Của Trung Tâm Kiểm Soát Chất Độc:** 800-222-1222
- ❑ **Tài liệu thông tin chuẩn bị sẵn sàng trong trường hợp có thảm họa của Hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ** bằng tiếng Ả-rập, Cam-bốt, Hoa, Anh, Ba Tư, Pháp, Hmong, Nhật, Đại Hàn, Lào, Nga, Tây Ban Nha, Tagalog, và tiếng Việt: www.redcross.org/services/disaster/

Hãy Thực Hiện Phần Việc Của Quý Vị! Trong Trường Hợp Khẩn Cấp, Hãy Giúp Chúng Tôi Bằng Cách:

- ❑ Giữ các đường dây điện thoại khẩn cấp 9-1-1 thông thoáng để cho các trường hợp thật sự khẩn cấp.
- ❑ Chỉ sử dụng các bệnh viện trong các trường hợp khẩn cấp về y tế. Tránh làm tắc nghẽn đường phố và nên ở nhà trừ khi được yêu cầu sơ tán hoặc gặp trường hợp khẩn cấp về mặt y tế.
- ❑ Sử dụng đèn pin thay vì dùng diêm hoặc công tắc điện nếu quý vị nghĩ rằng có hiện tượng rò rỉ khí đốt.

**Để Biết Thêm Chi Tiết, xin liên lạc qua số điện thoại
1-866-999-LABT (5228)**