

Công tác Chuẩn bị hợp lý. Hãy sẵn sàng.

1. Chuẩn bị hộp dụng cụ những vật dụng khẩn cấp

Hãy sẵn sàng ứng biến và sử dụng những gì bạn có trong tay để chuẩn bị những vật dụng cho riêng mình trong ít nhất ba ngày, có thể lâu hơn. Mặc dù có nhiều thứ có thể làm bạn thoải mái hơn, nhưng hãy nghĩ trước tiên đến nước, thức ăn và không khí sạch.

Các vật dụng đề nghị có trong Hộp dụng cụ cơ bản:

- Một gallon nước một người trong một ngày để uống và vệ sinh
- **Thực phẩm không hư** ít nhất trong ba ngày
- Máy **radio** sử dụng pin hay quay tay và **Máy truyền thanh**
- **Thời tiết** của NOAA có chuông báo và **pin dự phòng** cho cả hai
- **Đèn pin** và **pin dự phòng**
- **Bộ dụng cụ sơ cứu**
- **Còi hiệu** giúp đỡ
- **Mặt nạ lọc** hay áo sơ mi bằng vải cotton, để giúp lọc khí
- **Khăn giấy ướt**, **túi đựng rác** và **túi nhựa** để vệ sinh cá nhân
- **Chìa vặn** hay **kim** để tắt các tiện ích
- **Dụng cụ mở hộp bằng tay** nếu bộ dụng cụ có thức ăn đóng hộp
- **Tấm phủ nhựa** và **băng keo loại dày** để trú ẩn tại chỗ
- **Giấy tờ gia đình quan trọng**
- **Các vật dụng cần thiết cho gia đình**, như thuốc điều trị theo toa hàng ngày, sữa bột cho trẻ nhỏ hay tả lót

Xem xét hai bộ dụng cụ. Trong một bộ dụng cụ, đặt tất cả những gì bạn sẽ cần để lưu trú lại ở nơi bạn đang sống và dành riêng cho mình. Một bộ khác nên nhẹ hơn và nhỏ hơn mà bạn có thể đem theo mình nếu bạn phải di tản.

2. Lập kế hoạch những việc bạn sẽ làm trong trường hợp khẩn cấp.

Lập kế hoạch trước những việc bạn sẽ làm trong trường hợp khẩn cấp. Sẵn sàng đánh giá tình hình. Vận dụng kinh nghiệm sống và sử dụng những gì bạn có trong tay để tự chăm sóc cho mình và những người thân yêu.

Triển khai kế hoạch khẩn cấp gia đình. Gia đình của bạn có thể không ở cùng với nhau khi xảy ra tai họa, nên hãy hoạch định xem bạn sẽ liên lạc với người khác như thế nào và xem lại những việc bạn sẽ làm trong những tình huống khác nhau. **Xem xét đến một kế hoạch nơi mà từng thành viên trong gia đình có thể gọi điện thoại, hay gửi email đến, bạn bè hay người thân trong trường hợp khẩn cấp.** Gọi điện thoại viễn liên có thể sẽ dễ dàng hơn là gọi điện thoại trong thị trấn, do đó, điểm liên lạc ngoài thị trấn có thể tốt hơn để liên lạc với các thành viên riêng rẽ. Hãy chắc chắn rằng mỗi người đều biết số điện thoại và có đồng tiền hay thẻ điện thoại trả trước để gọi điện thoại liên lạc khẩn cấp. Bạn có thể gặp khó khăn trong việc liên lạc, hay hệ thống điện thoại có thể bị hư hỏng hoàn toàn, nhưng hãy kiên nhẫn. Tùy theo tình hình của bạn và tính chất của tai họa, một quyết định quan trọng đầu tiên là bạn ở lại hay đi khỏi. Bạn nên hiểu và hoạch định cho cả hai khả năng. Vận dụng kinh nghiệm sống và những thông tin mà bạn đang nghiên cứu ở đây để xác định xem có mối nguy hiểm trực tiếp nào không. **Xem tivi và theo dõi radio về những hướng dẫn chính thức khi được công bố.**



Lập kế hoạch trú ẩn tại chỗ. Có những trường hợp mà ở lại tại chỗ và dựng hàng rào ngăn cách giữa bạn và không khí có khả năng bị ô nhiễm bên ngoài, một quy trình được biết như là trú ẩn tại chỗ và đóng kín phòng có thể là vấn đề tồn tại. **Nếu bạn thấy một lượng lớn các mảnh vỡ trong không khí, hay nếu cơ quan chính quyền địa phương thông báo rằng không khí bị ô nhiễm nghiêm trọng, thì bạn có thể trú ẩn tại chỗ và đóng kín phòng. Xem xét việc cắt trước các tấm nhựa để bịt kín các cửa sổ, cửa ra vào và các lỗ thông khí.** Mỗi miếng nhựa nên lớn hơn không gian mà bạn muốn che phủ vài inch để bạn có thể dán băng keo dày thẳng trên tường. Đánh dấu mỗi miếng với vị trí sẽ được phủ. Vận dụng những thông tin có sẵn để đánh giá tình hình. Nhanh chóng đưa gia đình và thú nuôi vào trong nhà, khóa cửa lại, và đóng các cửa sổ, lỗ thông khí và thay các tấm chặn. Tắt hết các hệ thống điều hòa, hệ thống sưởi bằng khí, quạt hút gió và máy sấy ngay lập tức. Lấy các vật dụng khẩn cấp của bạn và đi vào phòng mà bạn đã xác định. Bịt kín các cửa sổ, cửa ra vào và lỗ thông khí. Hãy hiểu rằng việc bịt kín phòng chỉ là phương pháp tạm thời tạo hàng rào ngăn cách giữa bạn và không khí bị ô nhiễm. Xem TV, theo dõi radio hay kiểm tra trên Internet về những hướng dẫn từ các viên chức quản lý địa phương về trường hợp khẩn cấp.

Thiết lập kế hoạch đi khỏi. Lập kế hoạch trước về việc bạn sẽ tập hợp gia đình lại như thế nào và dự kiến xem bạn sẽ đi đâu. **Chọn một vài địa điểm theo những hướng khác nhau để bạn có nhiều phương án lựa chọn trong trường hợp khẩn cấp.** Nếu bạn có xe hơi, luôn luôn phải có ít nhất nửa thùng xăng trong xe. **Làm quen với những tuyến đường khác nhau cũng như** các phương tiện vận chuyển khác ngoài khu vực của bạn. Nếu bạn không có xe hơi, hãy hoạch định xem bạn sẽ rời khỏi như thế nào nếu bạn phải rời khỏi. **Đem theo bộ dụng cụ vật dụng khẩn cấp,** trừ khi bạn tin rằng không khí bị ô nhiễm và khóa cửa lại phía sau bạn. Đem theo thú nuôi với bạn nếu bạn được yêu cầu di tản, tuy nhiên, nếu bạn đến nơi trú ẩn công cộng, hãy nhớ rằng họ có thể không cho phép vào bên trong. Nếu bạn tin rằng không khí có thể bị ô nhiễm, hãy lái xe với cửa sổ và lỗ thông khí được đóng kín và tắt hết các hệ thống điều hòa và sưởi ấm. Theo dõi radio để được hướng dẫn. Tìm hiểu Các chương trình khẩn cấp ở trường và tại nơi làm việc. **Trao đổi với trường học của con bạn và cấp trên của bạn về các chương trình khẩn cấp.** Tìm hiểu cách thức họ sẽ liên lạc với gia đình như thế nào trong thời gian xảy ra trường hợp khẩn cấp. Nếu bạn là chủ doanh nghiệp, hãy chắc chắn rằng bạn có một kế hoạch sẵn sàng ứng phó với trường hợp khẩn cấp. Xem xét và thực hành kế hoạch với nhân viên của bạn. Cộng đồng cùng nhau phối hợp trong thời gian xảy ra trường hợp khẩn cấp cũng là điều rất có ý nghĩa. **Hãy trao đổi với hàng xóm của bạn về việc bạn có thể cùng nhau phối hợp hoạt động như thế nào.**

3. Hiểu biết về những việc có thể xảy ra.

Có một vài việc bạn có thể làm để chuẩn bị cho những trường hợp đột xuất, như chuẩn bị bộ vật dụng và triển khai kế hoạch khẩn cấp gia đình, tương tự cho cả hai trường hợp khẩn cấp tự nhiên hay nhân tạo. Tuy nhiên, có những điểm khác nhau đáng kể giữa các mối nguy cơ khủng bố tiềm tàng, như sinh học, hóa học, chất nổ, hạt nhân và quang tuyến, sẽ làm ảnh hưởng đến quyết định và hành động thực hiện của bạn. Khi bắt đầu tìm hiểu về những mối nguy cơ cụ thể này, bạn đang **tự chuẩn bị cho mình** phản ứng lại với trường hợp khẩn cấp. Hãy vào trang web ready.gov để biết thêm về những nguy cơ khủng bố tiềm tàng và các trường hợp khẩn cấp khác hay gọi đến số **1-800-BE-READY** (1-800-237-3239) để được nhận sách giới thiệu miễn phí. Hãy sẵn sàng vận dụng những thông tin này vào các tình huống cá nhân của bạn và cố gắng thực hiện theo các hướng dẫn nhận được từ các cơ quan chính quyền có mặt. Cũng nên tìm hiểu về kế hoạch khẩn cấp địa phương trong cộng đồng của bạn. Với những chuẩn bị đơn giản này, bạn có thể sẵn sàng cho những trường hợp bất ngờ.



4. Tham gia vào việc chuẩn bị cho cộng đồng của bạn.

Sau khi tự chuẩn bị cho mình và gia đình của bạn cho những trường hợp khẩn cấp có thể xảy ra, tiến hành bước tiếp theo và tham gia vào việc chuẩn bị cho cộng đồng của bạn. Hãy tìm hiểu thêm về **Citizen Corps**, một tập đoàn tích cực tham gia với người dân trong việc làm cho các cộng đồng và đất nước của chúng ta trở nên an toàn hơn, vững mạnh hơn và được chuẩn bị tốt hơn. Tất cả chúng ta đều đóng một vai trò trong việc gìn giữ quê hương của mình được an toàn trước những trường hợp khẩn cấp dù có tính chất nào. Citizen Corps luôn cố gắng và làm hết sức mình để giúp mọi người chuẩn bị, huấn luyện và tình nguyện trong các cộng đồng của họ. Hãy vào trang web www.citizencorps.gov để biết thêm thông tin và cùng tham gia.