

# Hãy chuẩn bị để tự lo cho bản thân và những người xung quanh quý vị **trong ít nhất là 3 ngày**



**Hãy soạn một hộp dụng cụ để chuẩn bị cho trường hợp khẩn cấp đủ dùng trong 3 ngày bao gồm những thứ thiết yếu cho gia đình và thú nuôi trong nhà. Các hộp này phải dễ di chuyển và sẵn sàng để đem theo nếu phải di tản.**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Nước: một ga lông nước cho mỗi người, mỗi ngày, đủ cho ít nhất là ba ngày (để uống và làm vệ sinh)                                 | <input type="checkbox"/> Chăn mền giữ nhiệt khẩn cấp  |
| <input type="checkbox"/> Thực phẩm: ít nhất có đủ thực phẩm để lâu được hoặc thực phẩm ăn liền cho ba ngày, và một cái khay đồ hộp                          | <input type="checkbox"/> Áo mưa cho mỗi người trong gia đình  |
| <input type="checkbox"/> Một máy phát thanh chạy pin hoặc quay bằng tay và một Máy Phát Thanh Thời Tiết NOAA có tiếng báo động và pin dự trữ cho cả hai máy | <input type="checkbox"/> Đồ dùng vệ sinh cá nhân (bàn chải đánh răng, kem đánh răng, băng vệ sinh, xà bông, khăn lông...)   |
| <input type="checkbox"/> Đèn pin và thêm pin dự trữ   | <input type="checkbox"/> Bản sao các giấy tờ quan trọng, bỏ vào hộp/bao đựng không thấm nước  |
| <input type="checkbox"/> Bộ dụng cụ cấp cứu   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bản sao bằng lái xe và/hoặc giấy khai sinh</li><li>• Chi tiết trương mục ngân hàng</li><li>• Thẻ bảo hiểm/số bảo hiểm/chi tiết liên lạc với hãng bảo hiểm</li></ul> |
| <input type="checkbox"/> Thẻ Liên Lạc Khẩn Cấp  | <input type="checkbox"/> Tiền mặt (máy rút tiền ngân hàng có thể không hoạt động)   |
| <input type="checkbox"/> Dụng cụ đa dụng  | <input type="checkbox"/> Thêm chùm chìa khóa nhà  |
| <input type="checkbox"/> Còi để báo hiệu nhờ trợ giúp   | <input type="checkbox"/> Thuốc theo toa (nên có đủ lượng thuốc dùng trong 7 ngày)   |
| <input type="checkbox"/> Khăn nhỏ khử trùng, bao rác và dây cột bằng nhựa cho vệ sinh cá nhân   | <input type="checkbox"/> Đồ dùng cho thú nuôi trong nhà (thực phẩm, nước, chăn mền, thuốc men)  |
| <input type="checkbox"/> Mặt nạ chống bụi, để giúp lọc không khí ô nhiễm  | <input type="checkbox"/> Đồ dùng cho trẻ em/em bé (sách tô màu/bút sáp, tã/khăn lau, sữa formula, thực phẩm em bé)  |
| <input type="checkbox"/> Điện thoại di động có bộ nạp điện (nên có bộ nạp điện trong xe nếu bị cúp điện)  |   |

*\* Luôn luôn xem lại ngày hết hạn và cập nhật hộp đồ dùng chuẩn bị cho thời tiết mùa đông của quý vị 6 tháng một lần. Hãy dùng những ngày đổi giờ để nhắc quý vị nhớ kiểm tra lại hộp đồ dùng của quý vị.*

## Những thứ khác nên có sẵn ở nhà hoặc nơi làm việc hoặc trường học

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Thẻ Liên Lạc Khẩn Cấp   | <input type="checkbox"/> Xèng xúc tuyết và muối để dọn tuyết và băng ra khỏi lối đi để quý vị và người khác được an toàn                     |
| <input type="checkbox"/> Chỉ dẫn được dán trên dụng cụ cần thiết tại những chỗ tắt ga, điện và nước                        | <input type="checkbox"/> Miếng che vòi nước ngoài trời và/hoặc lớp cách ly quần vòi nước ngoài trời để tránh đông đặc nước trong vòi         |
| <input type="checkbox"/> Tấm trải bằng nhựa và băng keo xám để dựng chỗ tạm trú tại chỗ                                    | <input type="checkbox"/> Lò cắm trại và nhiên liệu (chỉ dùng ngoài trời)   |
| <input type="checkbox"/> Chăn mền ấm   | <input type="checkbox"/> Củi và diêm quẹt không thấm nước (chỉ dùng ngoài trời)  |
| <input type="checkbox"/> Bình chữa lửa   | <input type="checkbox"/> Thiết bị tinh lọc nước  |
| <input type="checkbox"/> Máy dò khí carbon monoxide  | <input type="checkbox"/> Dụng cụ y tế (máy trợ thính và thêm pin dự trữ, kính đeo mắt, kính áp tròng và dung dịch rửa, ống chích, gậy chống) |
| <input type="checkbox"/> Thông tin liên lạc với sở tiện ích để dàng tìm thấy trong trường hợp cột điện bị đổ hoặc nước lụt | <input type="checkbox"/> Máy phát thanh hai chiều và thêm pin dự trữ   |
| <input type="checkbox"/> Cái cào để dọn dẹp lá rơi và mảnh vụn ra khỏi đường thoát nước mưa nhằm tránh lụt ngoài đường     |  |

## Những thứ cụ thể để trong xe quý vị

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Thẻ Liên Lạc Khẩn Cấp              | <input type="checkbox"/> Hộp đồ dùng chuẩn bị có dụng cụ cấp cứu   |
| <input type="checkbox"/> Hỏa châu                           | <input type="checkbox"/> Xèng nhỏ và các trợ cụ cho bánh xe bám đường (cát, cát dùng trong bồ cho mèo, dây xích) khi có tiên đoán thời tiết đông lạnh và tuyết |
| <input type="checkbox"/> Quần áo ấm và giày đi bộ chắc chắn | <input type="checkbox"/> Các bản đồ địa phương có các lộ trình di tản được định trước  |
| <input type="checkbox"/> Chăn mền ấm                        |  |
| <input type="checkbox"/> Áo mưa                             |  |



## Cửa bão

- Hãy duyệt lại hàng năm bảo hiểm bất động sản của quý vị để hiểu và giải quyết các nhu cầu bảo hiểm. Hãy hỏi về bảo hiểm lụt lội hoặc bảo hiểm trong trường hợp nước từ cống/đường thoát nước tràn vào nhà.
- Lập một bản kiểm kê chi tiết đồ đạc trong nhà và cất ở một chỗ an toàn cách xa nhà (chẳng hạn như hộp ký thác an toàn). Có thể tải xuống mẫu ghi tại [TakeWinterByStorm.org](http://TakeWinterByStorm.org).

## Ngoài trời

- Kiểm soát mái nhà xem có chỗ nào lỏng, mất, mòn hoặc hư hại vì các mảnh vụn bay và giảm bớt rui ro có thể gây hư hại vì nước vào nhà.
- Bảo đảm là những miếng kim loại che khe nối vẫn còn chắc chắn xung quanh lỗ thông hơi và ống khói lò sưởi.
- Dọn sạch máng xối và bảo đảm là các máng xối vẫn thẳng hàng và gắn chắc chắn vào nhà của quý vị.
- Để ý chiều hướng nước mưa thoát đi ở các sườn dốc gần nhà quý vị, và để ý những chỗ nước hội tụ. Xem xét các ngọn đồi quanh nhà quý vị xem có dấu hiệu đất lở nhẹ, các mảnh vụn trôi xuống hoặc cây cối bị nghiêng dần dần hay không. Hãy liên lạc với kỹ sư địa chất hoặc kiến trúc tại địa phương quý vị để xác định mức nghiêm trọng của vấn đề.
- Thay đổi độ dốc của bất động sản để nước chảy ra khỏi nền móng nhà và máng xối dẫn nước tránh khỏi nhà và dẫn vào hệ thống thoát nước.
- Trét lại các khe hở và thay những miếng lót khe cửa không còn kín nữa.
- Cào lá ra khỏi những chỗ thoát nước để tránh lụt ngoài đường và bất động sản.
- Kiểm soát tay vịn cầu thang, cầu thang và thảm cầu thang. Nên sửa chữa các lỗi đi có chỗ nổi phồng hoặc nứt nẻ.
- Dọn dẹp tuyết và băng trên vỉa hè trước nhà quý vị để tránh té ngã nguy hiểm – đây là trách nhiệm của chủ nhà/bất động sản.
- Đừng để tuyết đóng dày trên các bề mặt có thể sụp đổ.
- Tỉa bớt các nhánh cây khỏi tường ngoài nhà để ngăn ngừa hư hại do côn trùng và ẩm ướt gây ra. Dọn sạch các lùm cây cản trở lối đi.
- Bọc cách ly tất cả các ống nước lộ thiên và vòi nước ngoài trời để bảo vệ cho không bị đông đặc.

## Trong nhà

- Hãy kiểm soát các máy dò khí carbon monoxide và thay pin nếu cần. Thay mới các máy này tám năm một lần.
- Kiểm soát tầng hầm và hầm xem có ẩm ướt và rò rỉ nước hay không. Nước đọng có thể là dấu hiệu không thoát nước đúng cách.
- Kiểm soát tất cả các cửa sổ để chắc chắn là cửa đóng mở đúng cách và có thể khóa lại.
- Thử máy bơm nước của quý vị trước khi mỗi mùa mưa bắt đầu. Máy bơm dự phòng chạy pin có thể giúp bảo vệ trong trường hợp máy bơm chính bị mất điện.

## Soạn một kế hoạch liên lạc gia đình

- Hãy nói chuyện với gia đình và/hoặc bạn bè về cách chuẩn bị và phản ứng đối với các trường hợp khẩn cấp có thể xảy ra nhất tại nơi quý vị ở, học, làm việc và vui chơi. Sắp xếp trách nhiệm của mỗi người trong nhà quý vị và dự tính làm việc với nhau như một nhóm.
- Xác định một người liên lạc không ở trong cùng thành phố. Sau một thảm họa, các đường dây viễn liên có thể đáng tin cậy hơn các đường dây địa phương. Hãy nhờ bạn hoặc thân nhân sống ở ngoài tiểu bang Washington làm "người liên lạc gia đình". Sau thảm họa, người liên lạc gia đình của quý vị trở thành điểm liên lạc để thông báo tin tức với tất cả mọi người trong nhà. Kế hoạch của quý vị tùy thuộc vào việc tất cả mọi người đều biết số điện thoại của người liên lạc này.
- Ghi tất cả các số điện thoại liên lạc trong trường hợp khẩn cấp vào điện thoại của quý vị, hoặc đem theo trong người một danh sách các số này. Nhớ nhắc gia đình và bạn bè là quý vị đã ghi tên họ làm người liên lạc trong trường hợp khẩn cấp.
- Điền đầy đủ thẻ Liên Lạc Khẩn Cấp và cất trong hộp đồ chuẩn bị, điểm liên lạc trong nhà, xe và nơi làm việc hoặc trường học của quý vị. Hãy vào trang [TakeWinterByStorm.org](http://TakeWinterByStorm.org) để tải xuống các thẻ này.
- Hãy nhắn tin bằng chữ nếu mạng bị gián đoạn không gọi được điện thoại.
- Theo dõi tin tức. Mở các đài truyền thông địa phương (chẳng hạn như KIRO 97.3 FM hoặc KOMO AM 1000) để biết tin tức cập nhật và chỉ dẫn. Hãy vào trang [TakeWinterByStorm.org](http://TakeWinterByStorm.org) để biết các đường nối về cách ghi danh với các hệ thống báo động khẩn cấp trong khu vực quý vị.

\* Hãy cho gia đình và bạn bè biết về trang [Take Winter by Storm](http://Take Winter by Storm) qua [TakeWinterByStorm.org](http://TakeWinterByStorm.org). Nên kết hợp phương tiện giáo dục trên Internet này vào kế hoạch liên lạc và chuẩn bị cho trường hợp khẩn cấp của quý vị.