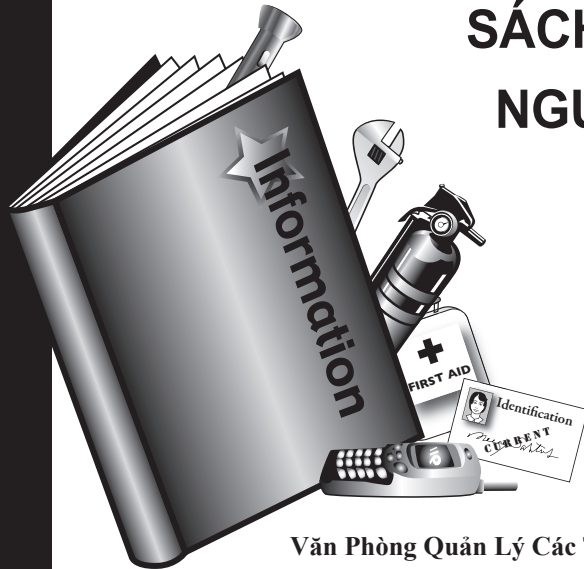


# SÁCH HƯỚNG DẪN NGUỒN TRỢ GIÚP KHẮC PHỤC THẢM HỌA



Văn Phòng Quản Lý Các Trường Hợp Khẩn Cấp Seattle  
206-233-5076  
[www.seattle.gov/emergency](http://www.seattle.gov/emergency)

## Hãy kiểm tra bản thân, mọi người trong gia đình và căn nhà của quý vị



- Kiểm tra bản thân quý vị và các thành viên gia đình xem có thương tích hay không.
- Chăm lo nhà cửa bằng cách:
  - Dập tắt các đám cháy nhỏ bằng cách dùng bình dập lửa dạng xách tay.
  - Tắt nguồn khí ga tại van bên ngoài nhà, **chỉ trong trường hợp quý vị nghĩ thấy mùi khí ga, nghe thấy hoặc nhìn thấy có vấn đề, hoặc quý vị nghi ngờ là có tình trạng rò rỉ.**
  - Tắt nguồn nước tại van chính trong nhà, và nếu cần hãy tắt điện ở bảng cầu dao chính.
- Mặc trang phục can toàn và tới địa điểm gặp gỡ của quý vị:
  - Mặc quần áo rộng rãi thoải mái, đội nón cứng, đeo kính bảo vệ, bao tay, đi giày đế vững.
  - Mang theo một chiếc đèn pin và bộ đồ sơ cứu.
  - Đặt bình dập lửa ở cuối đường lái xe vào nhà để người khác sử dụng nếu cần.



# Thông tin y tế

Bác sĩ: \_\_\_\_\_ Điện thoại: \_\_\_\_\_

Bảo hiểm: \_\_\_\_\_

Các bệnh dị ứng: \_\_\_\_\_

Các nhu cầu y tế: \_\_\_\_\_



## Các điểm liên lạc ngoài khu vực

Tên: \_\_\_\_\_

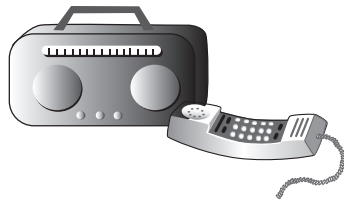
Điện thoại: \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

Tên: \_\_\_\_\_

Điện thoại: \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

Tên: \_\_\_\_\_

Điện thoại: \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_



**Ghi các câu châm ngôn hoặc các từ hay ý đẹp mà quý vị ưa thích ở đây.**

**Dán các bức hình ở đây.**

## Những điều cần nhớ.

Bật đài radio để theo dõi tin tức cập nhật.

Cách sử dụng Bình Dập Lửa:

**Kéo chốt.**

**Hướng vào đáy ngọn lửa.**

**Bóp tay cầm**

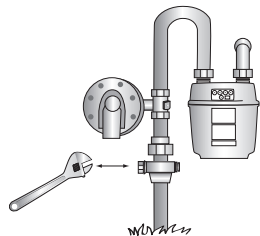
**Quét qua lại**



Cách tắt nguồn khí ga và khi nào nên tắt: **Nếu gặp trường hợp khẩn cấp và quý vị không gửi thấy hoặc nghe thấy khí ga thoát ra, quý vị không cần phải ngắt nguồn khí ga.** Nhưng nếu quý vị nghĩ thấy hoặc nghe thấy khí ga: hãy tìm van ngắt trên đồng hồ đo. Van này thường nằm ở mỗi nối đầu tiên trên đường ống dẫn khí ga đi ra từ mặt đất gần đồng hồ đo.

Dùng một chiếc cờ lê dán dài để xoay van khoảng một phần tư sang một trong hai hướng sao cho đòn bẩy nằm xéo với đường ống. **Sau khi nguồn khí ga đã tắt, hãy để nguyên như vậy.** Liên lạc với Puget Sound Energy (hoặc hãng cung cấp khí ga tại địa phương quý vị) để nhờ kiểm tra hệ thống, kiểm tra và lắp lại đèn cho máy móc gia dụng.

Các địa điểm gặp gỡ của tôi là: \_\_\_\_\_



## Những điều cần nhớ.

- Các máy điện thoại có tính phí trong khu vực của tôi: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
- Nguyên tắc Sơ Cứu căn bản: Kiểm Tra - Gọi - Chăm Sóc
  - Bảo vệ vùng bị thương ở trên và dưới các khớp xung quanh vùng đó.
  - Cầm máu bằng cách ép trực tiếp và nâng cao.
  - Giúp người đó giữ bình tĩnh và thoải mái.
  - Giữ ấm cho họ để tránh bị sốc.
  - Không để mọi người dịch chuyển người bị thương trừ khi hiện trường không an toàn.

Đặt các trang ghi chép thêm ở đây.



# Bản sao các giấy tờ và giấy tờ nhận dạng.





## Có thể sử dụng các vật dụng trong nhà sau khi xảy ra thảm họa ....

- Cây viết (bút), giấy và bút đánh dấu để nhắn tin/viết thư
- Dây buộc, vải mỏng/khăn giấy, băng keo dán cho đồ sơ cứu
- Túi rác để cách nhiệt, áo che mưa, nơi ẩn náu và nhà vệ sinh
- Túi đựng bánh sandwich để làm bao tay
- Đập vào tường để phát tín hiệu cần giúp đỡ
- Giày đế vững
- Nước
- Bao gói để đựng đồ
- CÒN GÌ NỮA?

