

Sẵn sàng cho Tình huống Khẩn cấp bằng cách lập kế hoạch ứng phó để sinh tồn

KẾ HOẠCH SINH TỒN

EMERGENCY SURVIVAL PLAN

Lập kế hoạch và chuẩn bị tốt là chìa khóa để sinh tồn.

Nếu quý vị chuẩn bị kỹ lưỡng và nhà của quý vị được trang bị tốt, quý vị có cơ hội sống sót cao hơn trong các tình huống khẩn cấp. Hướng dẫn này có thể giúp quý vị đưa ra những quyết định quan trọng trong việc chuẩn bị cho bản thân, gia đình và nhà cửa.



THẢO LUẬN

Quý vị sẽ làm gì trong tình huống khẩn cấp?

Cùng nhau thảo luận về những việc các quý vị sẽ làm.

QUÝ VỊ CÓ ĐANG Ở TRONG KHU VỰC CHÁY RỪNG KHÔNG?

 Tìm hiểu thông tin tại trang mạng
www.esa.act.gov.au/bushfire-prone-areas

QUÝ VỊ SẼ THEO DÕI ĐIỀU KIỆN THỜI TIẾT TRONG KHU VỰC NHƯ THẾ NÀO?

QUÝ VỊ SẼ THEO DÕI TÌNH HÌNH NHƯ THẾ NÀO TRONG KHI SƠ TÁN RA KHỎI NHÀ?

NHỮNG VẬT DỤNG GÌ QUÝ VỊ SẼ CẦN BỔ SUNG CHO BỘ DỤNG CỤ KHẨN CẤP CHO GIA ĐÌNH TRONG TRƯỜNG HỢP QUÝ VỊ CẦN RỜI ĐI NGAY LẬP TỨC?

NHỮNG GÌ QUÝ VỊ CẦN CHUẨN BỊ CHO BỘ DỤNG CỤ KHẨN CẤP CHO GIA ĐÌNH?

- Đảm bảo rằng quý vị đã có sẵn Bộ Dụng cụ Khẩn cấp cho Gia đình
- Tải danh sách kiểm tra Bộ Dụng cụ Khẩn cấp cho Gia đình tại trang mạng esa.act.gov.au



Dịch vụ cấp cứu ACT, Cứu hỏa và Cứu hộ ACT, Dịch vụ Cứu hỏa Vùng Nông thôn ACT và Dịch vụ Khẩn cấp Tiểu bang ACT cùng với Cơ quan Dịch vụ Khẩn cấp ACT - giữ an toàn cho Canberra.



esa.act.gov.au/be-emergency-ready



Be Emergency Ready

TRONG TÌNH HUỐNG KHẨN CẤP, LÀM CÁCH NÀO QUÝ VỊ CÓ THỂ QUYẾT ĐỊNH VIỆC ĐI HAY Ở?



Thảo luận những việc cần làm khi có **cháy rừng**

Cháy rừng từ lâu đã là một tình trạng điển hình tại ACT. Thảm thực vật dễ cháy, mùa hè nóng bức kéo dài và hạn hán thường xuyên kết hợp với nhau tạo ra các đám cháy rừng với diện tích và cường độ khác nhau.

RỜI ĐI

Ở LẠI



Thảo luận những việc cần làm khi có đợt nóng **gay gắt**

Đối tượng dễ bị sốc nhiệt nhất là người trẻ và người già. Những người bị bệnh, bệnh mãn tính và phụ nữ mang thai cũng có thể cần được chăm sóc và theo dõi nhiều hơn khi thời tiết nóng bức.

RỜI ĐI

Ở LẠI



Thảo luận những việc cần làm khi có **bão**

Những cơn bão lớn có thể gây ra nhiều thiệt hại nghiêm trọng. Có thể kèm theo mưa xối xả, gió mạnh, mưa đá lớn và sét, có thể gây ra lũ quét, làm tốc mái nhà và phá hủy cây cối hoặc đường dây điện.

RỜI ĐI

Ở LẠI



Thảo luận những việc cần làm khi có **lũ lụt**

Ngập lụt có thể xảy ra khi có mưa cục bộ dữ dội. Nếu quý vị sống gần một con lạch, sông, cống thoát nước mưa lớn hoặc ở khu vực trũng thấp, quý vị có thể gặp nguy hiểm do lũ lụt gây ra.

RỜI ĐI

Ở LẠI

TRONG TRƯỜNG HỢP CẦN PHẢI SƠ TÁN, QUÝ VỊ SẼ ĐI ĐÂU?

NƠI QUÝ VỊ ĐẾN CÓ CHO PHÉP VẬT NUÔI HAY KHÔNG?

QUÝ VỊ SẼ ĐẾN ĐÓ BẰNG PHƯƠNG TIỆN GÌ?

LÀM CÁCH NÀO QUÝ VỊ BIẾT ĐƯỢC ĐÃ TỚI LÚC AN TOÀN ĐỂ TRỞ VỀ?



CHUẨN BỊ

Quý vị sẽ sắp xếp nhà cửa như thế nào?
Suy nghĩ về những việc quý vị có thể làm.

SẮP XẾP, CHUẨN BỊ NHÀ CỬA

Bảo trì nhà cửa	Người thực hiện	Đã hoàn thành
Dọn sạch lá, cành cây và rác, giữ gìn máng xối sạch sẽ.		<input type="checkbox"/>
Di chuyển các đồ gỗ lớn ra khỏi nhà.		<input type="checkbox"/>
Cắt tỉa những cành cây chắn ngang nhà.		<input type="checkbox"/>
Luôn cắt tỉa gọn gàng và tưới nước các bãi cỏ.		<input type="checkbox"/>
Đảm bảo bao bọc hoặc che chắn khu vực dưới sàn nhà.		<input type="checkbox"/>
Bịt tất cả các khe hở, lỗ thông hơi và các lỗ hổng trên mái.		<input type="checkbox"/>
Đặt bình gas ở bên cạnh ngôi nhà, với lỗ thông hơi hướng ra ngoài, tránh xa cây cối và sân vườn.		<input type="checkbox"/>
Lắp đặt cửa lưới bằng kim loại trên tất cả các cửa sổ và lỗ thông hơi.		<input type="checkbox"/>
Lắp đặt các tấm bảo vệ máng xối bằng kim loại.		<input type="checkbox"/>
Đảm bảo nhà ở và tài sản của quý vị đã được bảo hiểm đầy đủ. Hãy chắc chắn rằng quý vị được bồi thường bảo hiểm trong trường hợp thời tiết khắc nghiệt.		<input type="checkbox"/>

BẢO HIỂM CỦA TÔI

Loại	Công ty bảo hiểm	Chi tiết liên hệ	Số hợp đồng
Nhà ở và tài sản			
Sức khỏe			
Xe			
Nhân thọ/ Bảo toàn thu nhập			
Khác			

CHUẨN BỊ RỜI ĐI

Trước khi quý vị đi	Người thực hiện	Đã hoàn thành
Bổ sung các vật dụng cuối cùng cho Bộ dụng cụ khẩn cấp như thuốc, đơn thuốc, sạc điện thoại di động, thức ăn cho vật nuôi và nước cho mọi người.		<input type="checkbox"/>
Chất đồ lên xe, nhớ kiểm tra những vật dụng quan trọng nhất như ví, thẻ, chìa khóa, hồ sơ ngân hàng, y tế và bảo hiểm (những tài liệu này phải được lưu ở nơi dễ dàng truy cập trong thẻ USB hoặc trong tập hồ sơ).		<input type="checkbox"/>
Tắt nguồn cung cấp khí đốt.		<input type="checkbox"/>
Đảm bảo rằng mọi người đều mặc quần áo bảo hộ - quần dài, áo sơ mi dài tay và giày chắc chắn như ủng da. Quần áo phải rộng rãi thoải mái và được làm từ sợi tự nhiên như len nguyên chất, vải bông dày hoặc vải denim. Không mặc đồ làm bằng sợi tổng hợp.		<input type="checkbox"/>
Cho những người thuộc danh sách liên hệ khẩn cấp biết quý vị chuẩn bị rời đi.		<input type="checkbox"/>
Đóng tất cả các cửa ra vào và cửa sổ. Khóa cửa ra vào cẩn thận.		<input type="checkbox"/>
Mở khóa cửa trước hoặc cổng ra vào, nếu quý vị thấy an toàn.		<input type="checkbox"/>
Quyết định điểm đến chính.		<input type="checkbox"/>
Quyết định điểm đến dự phòng.		<input type="checkbox"/>
Di chuyển vật nuôi đến khu vực rộng, có hàng rào an toàn. Giữ vật nuôi của quý vị tại nơi an toàn để sẵn sàng đưa lên xe.		<input type="checkbox"/>
Đóng gói các vật dụng cá nhân như quần áo để thay cho mỗi người, đồ chơi cho trẻ em và vật nuôi và đưa tất cả chúng lên xe.		<input type="checkbox"/>
Nếu ô tô của quý vị đang nằm sau cửa ga ra bằng điện, hãy đem ô tô ra khỏi ga ra và đậu trên lối ra vào, quay mặt ra ngoài hoặc đậu bên lề đường.		<input type="checkbox"/>
Loại bỏ các loại vật liệu dễ cháy ra khỏi khu vực xung quanh nhà, trên sân ngoài trời, hiên nhà và khu vực có mái che.		<input type="checkbox"/>



MẸO ĐỂ CHUẨN BỊ CHO NHỮNG NGÀY CÓ NGUY CƠ CHÁY CAO HƠN

- Đảm bảo quý vị có đủ xăng hoặc nhiên liệu để không cần phải dừng lại đổ xăng.
- Để ô tô quay mặt ra đường.
- Loại bỏ các vật dụng dễ cháy như hộp, thảm và đồ đạc trên khu vực sân và hiên nhà.



LƯU GIỮ

Những thông tin cá nhân quan trọng là gì?

Lưu lại hồ sơ tất cả các tài liệu và thông tin liên lạc quan trọng.

DANH BẠ CỦA NHỮNG THÀNH VIÊN TRONG NHÀ

Tên	Số điện thoại cơ quan	Số di động

THÔNG TIN CÁ NHÂN CỦA NHỮNG THÀNH VIÊN TRONG NHÀ

Tên	Số Medicare	Số Centerlink	Số Hộ chiếu	Mã số thuế	Số Giấy phép Lái xe	Giấy Đăng ký Xe Ô tô

CÁC DỊCH VỤ GIA DỤNG

Loại hình	Công ty	Số tài khoản/ Mã thành viên	Chi tiết liên hệ
Điện lực			
Ga			
Nước			
Điện thoại			
Internet			
Dịch vụ hỗ trợ, cứu hộ xe			
Khác			

MẠNG LƯỚI HỖ TRỢ CỦA TÔI

Vị trí	Tên	Mối quan hệ	Điện thoại	Địa chỉ
Trong địa phương				
Trong địa phương				
Trong địa phương				
Ngoài địa phương				
Ngoài địa phương				
Khác				

NHỮNG ĐIỂM ĐẾN KHÁC TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP

Tên	Điện thoại	Địa chỉ

VẬT NUÔI CỦA TÔI

Tên	Giống	Mã số microchip	Thông tin liên hệ của bác sĩ thú y/dịch vụ nuôi giữ thú cưng	Nơi ở an toàn trong tình huống khẩn cấp	Thiết bị cần thiết



MẸO

Khi lập kế hoạch cho các tình huống khẩn cấp, quý vị cũng cần xét đến vật nuôi và động vật, những gì chúng sẽ cần trong ít nhất một tuần, bao gồm thức ăn, giấy tờ nhận dạng, thuốc men, phương tiện đi lại và chỗ ở.

HỖ TRỢ Y TẾ CỦA TÔI

Bác sĩ/ Dịch vụ	Tên	Điện thoại	Thông tin liên hệ ngoài giờ	Địa chỉ
Bác sĩ				
Bệnh viện Địa phương có Khoa Cấp cứu				
Dược sĩ				
Bác sĩ nhãn khoa				
Nha sĩ				
Chuyên gia				
Khác				



MẸO

Cần nhắc sử dụng hệ thống gọi cấp cứu để có thể dễ dàng kêu cứu nếu quý vị không thể di chuyển trong trường hợp khẩn cấp. Hầu hết các hệ thống này đều yêu cầu đường dây điện thoại đang hoạt động. Vì vậy, quý vị nên có kế hoạch dự phòng, chẳng hạn như điện thoại di động hoặc máy nhắn tin, trong trường hợp đường dây cố định bị gián đoạn.

CUNG CẤP Y TẾ CỦA TÔI

Viết ra bên dưới các loại thuốc quý vị đang dùng.

Nhớ đính kèm bản sao thẻ giảm giá, thẻ bảo hiểm y tế và toa thuốc trong bản kế hoạch này. Quý vị có thể gửi dược sĩ giữ các bản sao toa thuốc cho an toàn. Quý vị cũng có thể xác định sẵn nơi quý vị để thuốc trong nhà phòng trường hợp quý vị phải sơ tán nhanh hoặc ai đó cần lấy thuốc cho quý vị.

Tình trạng sức khỏe	Thuốc/thiết bị	Liều dùng/ Thời gian uống	Bác sĩ kê đơn (kèm với số điện thoại liên hệ)	Vị trí để thuốc trong nhà



MẸO

Lên kế hoạch mang theo tất cả những thứ quý vị cần trong một hoặc hai tuần. Bao gồm các loại thuốc quý vị dùng thường xuyên hoặc thiết bị chuyên dụng (xe lăn, mắt kính, máy trợ thính) và vật tư (bộ vá lốp xe lăn hoặc pin dự phòng).

Xem danh sách kiểm tra 'Bộ Dụng cụ Khẩn cấp cho Gia đình' để biết thêm thông tin về cách đóng gói bộ dụng cụ sinh tồn và phục hồi.

HÀNG XÓM CỦA TÔI

Tên	Số điện thoại cơ quan	Di động

DANH SÁCH LIÊN LẠC QUAN TRỌNG

Tên	Số điện thoại cơ quan	Di động

HỖ TRỢ KHẨN CẤP

Cảnh sát, Cứu hỏa, Cứu thương	000	Bão và lũ lụt	132 500
		Đường dây thông tin về chất độc	12 11 26

THÔNG TIN VỀ TÌNH TRẠNG KHẨN CẤP

Trang mạng	esa.act.gov.au	Tổng đài Canberra	13 22 81
Facebook	@actemergencyservicesagency	Trực tiếp Tình hình Giao thông	livetraffic.com
Twitter	@ACT_ESA	Đài phát thanh Địa phương	Tần số đài phát thanh địa phương của quý vị là gì?

Dịch vụ cấp cứu ACT, Cứu hỏa và cứu hộ ACT, Dịch vụ cứu hỏa vùng nông thôn ACT và Dịch vụ Khẩn cấp Tiểu bang ACT cùng với Cơ quan Dịch vụ Khẩn cấp ACT để giữ an toàn cho Canberra.



esa.act.gov.au/be-emergency-ready



Be Emergency Ready