



An Toàn Lũ Lụt

Lũ lụt là một trong số các thiên tai thường gặp và gây thiệt hại nhiều nhất. Các điều kiện gây ra lũ lụt bao gồm mưa to hoặc mưa liên tục, trong nhiều giờ hoặc nhiều ngày, làm ngập mặt đất. Lũ quét xảy ra bất chợt do mực nước dâng cao nhanh chóng dọc theo một dòng suối hoặc khu vực trũng.

Hội Chữ Thập Đỏ Bay Area Hoa Kỳ cung cấp các thông tin sau để giúp bản thân quý vị cùng những người thân của mình an toàn trong trường hợp có lũ lụt xảy ra tại khu vực của mình:

Lập Kế Hoạch

Lập sẵn kế hoạch là bước đầu tiên để đảm bảo gia đình quý vị sẵn sàng ứng phó trước một trận lũ lụt.

- **Xây Dựng Một Kế Hoạch Thông Tin Liên Lạc:** Sau thảm họa, việc thực hiện một cuộc gọi điện đường dài thường dễ dàng hơn, do đó hãy xác định một người liên hệ ngoài khu vực - người sẽ đóng vai trò là một điểm kết nối trung tâm. Để mọi người thông báo tình hình của họ tới người liên hệ này, người này sẽ thông tin liên lạc tới những người khác. Hãy để người liên hệ ngoài khu vực biết kế hoạch thông tin liên lạc của quý vị. Với một sự việc nhỏ hơn, hãy chắc chắn có sẵn các số điện thoại của người liên hệ khẩn cấp tại địa phương.
- **Quyết Định Địa Điểm Gặp Nhau Sau Một Thảm Họa:** Chọn một địa điểm gần nhà phòng khi đột ngột có trường hợp khẩn cấp. Chọn một địa điểm thứ hai bên ngoài khu vực quý vị ở phòng khi quý vị không thể trở về nhà. Cũng phải biết các địa điểm sơ tán tại nơi làm việc, trường học hoặc trung tâm chăm sóc trẻ ban ngày.
- **Xác Định Các Lối Thoát Ra:** Tìm hai cách thoát khỏi từng căn phòng trong nhà quý vị và tìm hiểu về các lối sơ tán ở khu vực quý vị đang ở.
- **Kế Hoạch Cho Vật Nuôi Của Quý Vị:** Ngoại trừ các động vật dịch vụ, vật nuôi không được phép ở trong các nơi trú ẩn khi xảy ra thảm họa, do đó hãy chuẩn bị



danh sách các thành viên gia đình, bạn bè, các cơ sở nội trú, bác sỹ thú y và các khách sạn thân thiện với vật nuôi để vật nuôi của quý vị có thể trú ẩn trong trường hợp khẩn cấp. (Xem Kế Hoạch dành cho Vật Nuôi để biết thêm thông tin)

- **Cá Nhân Hóa Kế Hoạch Của Quý Vị:** Nếu quý vị có các nhu cầu đặc biệt, hãy chắc chắn sắp xếp một mạng lưới hàng xóm, bạn bè hoặc người thân để kiểm tra xem quý vị có ổn không trong trường hợp khẩn cấp.
- **Rà Soát và Thực Hành Kế Hoạch Của Quý Vị**

Chuẩn Bị Sẵn Một Bộ Vật Dụng

Tích trữ đủ đồ tiếp liệu cho mọi người trong gia đình trong ít nhất 3 ngày. Bao gồm bất kỳ vật dụng nào cần thiết cho vật nuôi, trẻ em, người già và người khuyết tật. Chuẩn bị sẵn các bộ vật dụng cho gia đình, nơi làm việc và xe hơi của quý vị.

- **Thực Phẩm Lâu Hởng:** Đóng gói các đồ vật như thanh năng lượng, súp hoặc bơ đậu phộng đóng hộp.
- **Một Galông Nước Mỗi Người Mỗi Ngày**
- **Bộ Vật Dụng Sơ Cứu và Thuốc Men**
- **Đèn Pin, Radio Quay Tay hoặc Chạy Bằng Pin, Các Dụng Cụ Cần Thiết và Bản Đồ Cần Thiết:** Bao gồm pin, cờ lê để khóa bình ga trong trường hợp rò rỉ, dụng cụ mở hộp, tua vít, búa, kim, dao, băng keo và túi đựng rác.
- **Quân Áo Và Giày Chắc Chắn:** Bao gồm cả bộ vật dụng cho trời mưa
- **Các Vật Dụng Cá Nhân Và Đồ Dùng Vệ Sinh:** Đóng gói các giấy tờ quan trọng, đồ dùng vệ sinh và những đồ vật giải khuây như sách và đồ chơi.
- **Tiền Mặt Các Loại Mệnh Giá Nhỏ**
- **Thông Tin Người Liên Hệ Khẩn Cấp**

Cập Nhật Thông Tin

Học cách tự bảo vệ mình và tìm lớp đào tạo để trợ giúp người khác trước, trong và sau một trận lũ lụt.



Trong Một Trận Lũ Lụt

- Bắt tần số 740 AM hoặc 88.5 FM để được tư vấn và hướng dẫn khẩn cấp, và chuẩn bị sơ tán khi có thông báo. Khi cảnh báo về lũ lụt hay lũ quét được đưa ra cho vùng của quý vị, hãy tìm đến khu vực cao hơn và ở yên tại đó.
- Tránh xa khỏi nước lũ. Nếu quý vị tới gần một dòng nước đang chảy nơi có mực nước cao hơn mắt cá chân, hãy dừng lại, quay lại và tìm đường khác. Mực nước sáu inch đang chảy siết có thể làm quý vị ngã.
- Nếu quý vị tới gần một con đường bị lụt khi đang lái xe, hãy quay lại và đi đường khác. Nếu quý vị bị kẹt trong một con đường bị ngập và mực nước xung quanh quý vị đang dâng cao nhanh chóng, khẩn trương ra khỏi xe và di chuyển tới vị trí cao hơn. Hầu hết xe hơi đều có thể bị mực nước đang chuyển động chưa đến 2 foot cuốn đi.

Sau Trận Lũ Lụt

- Chỉ trở về nhà khi các quan chức tuyên bố khu vực đó đã an toàn. Trước khi vào nhà, hãy chú ý tới các đường dây điện bị lỏng, các đường ống ga bị hư hại, rạn nứt nền nhà và thiệt hại khác bên ngoài.
- Nếu quý vị ngửi thấy có mùi khí ga tự nhiên, khí propan hay nghe thấy tiếng kêu li xì, lập tức rời đi và gọi cơ quan cứu hỏa.
- Nếu đường dây điện rơi xuống bên ngoài nhà quý vị, đừng bước vào các vũng nước hoặc vùng nước đọng.
- Trong thời gian dọn dẹp, hãy mặc quần áo bảo hộ, bao gồm cả găng tay cao su và ủng cao su.
- Đảm bảo thực phẩm và nước của quý vị an toàn. Loại bỏ các đồ vật đã tiếp xúc với nước lũ, bao gồm cả hàng hóa đóng hộp, chai nước, đồ dùng bằng nhựa và núm vú bình sữa trẻ em. Khi nghi ngờ, hãy bỏ vật đó đi!
- Không dùng nước có khả năng nhiễm bẩn để rửa bát đĩa, đánh răng, chuẩn bị thức ăn, rửa tay, làm đá hay pha sữa bột cho trẻ. Liên hệ cơ quan y tế công cộng



địa phương hoặc tiểu bang của quý vị để biết các khuyến nghị cụ thể khi đun sôi hay xử lý nước trong khu vực của quý vị sau một thảm họa vì nước có thể bị nhiễm bẩn.