

为您家里的每个人填写一份应急计划卡，然后放到钱包或手包中妥善保管，并为准备便携桶复制一份留用。



## 您的应急计划

### 个人信息

姓名 \_\_\_\_\_  
地址 \_\_\_\_\_  
常用电话号码 \_\_\_\_\_

### 医生及医疗信息

医生 \_\_\_\_\_  
电话 \_\_\_\_\_  
1. 药物 \_\_\_\_\_ 剂量 \_\_\_\_\_  
药房 \_\_\_\_\_ 处方号码 \_\_\_\_\_  
2. 药物 \_\_\_\_\_ 剂量 \_\_\_\_\_  
药房 \_\_\_\_\_ 处方号码 \_\_\_\_\_  
3. 药物 \_\_\_\_\_ 剂量 \_\_\_\_\_  
药房 \_\_\_\_\_ 处方号码 \_\_\_\_\_  
过敏源 \_\_\_\_\_

### 应急计划

主要联系人 \_\_\_\_\_  
电话号码 \_\_\_\_\_  
主要见面地点 \_\_\_\_\_  
第二见面地点 \_\_\_\_\_

外地联系人 \_\_\_\_\_  
外地联系人电话 \_\_\_\_\_

### 护理人员

姓名 \_\_\_\_\_  
电话号码 \_\_\_\_\_

## 4 携带写有外地联系人的应急计划卡

使用左侧的应急计划卡，以便能随时随身携带您的所有重要信息。这一步骤对于做好应灾准备工作而言尤为关键。

### 重要提示

为您的家庭选择一位外地联系人，该联系人所在地要距离您家足够远，不会遭到同一场灾难的影响。

## 5 注册 ALERTS (警告)

皮尔斯县警告 (Pierce County ALERT) 是一种紧急情况提醒系统，用于警报皮尔斯县的居民及企业突发事件及通知其他重要通告。

千万不要错过。如果不注册皮尔斯县警告，则县工作人员无法向您的手机发送紧急警报。立刻选择加入皮尔斯县警告。最简单的方法是访问皮尔斯县网站 [www.piercecountywa.org/ALERT](http://www.piercecountywa.org/ALERT)。点击位于网站首页上的 Pierce County ALERT (皮尔斯县警告) 按钮。

了解更多信息

253.798.6595



## 应急资源



**皮尔斯县 (Pierce County)**  
[www.piercecountywa.org/PREPARE](http://www.piercecountywa.org/PREPARE)  
253.798.6595

**华盛顿应灾处 (Disaster Ready Washington)**  
[www.disasterreadywashington.us](http://www.disasterreadywashington.us)

**联邦紧急事务管理局 (Federal Emergency Management Agency)**  
[www.Ready.gov](http://www.Ready.gov)  
1.800.621.3362

**美国红十字会平安无恙程序 (American Red Cross Safe and Well)**  
[www.safeandwell.communityos.org](http://www.safeandwell.communityos.org)

**华盛顿州融合中心 (Washington State Fusion Center)**  
如果您看到了什么，就说出来。  
请向以下网站报告可疑活动：  
[www.wsfc.wa.gov/report](http://www.wsfc.wa.gov/report)



[www.piercecountywa.org/PREPARE](http://www.piercecountywa.org/PREPARE)



[www.facebook.com/PierceCountyDEM](https://www.facebook.com/PierceCountyDEM)



253.798.6595



[www.twitter.com/PierceCo](https://www.twitter.com/PierceCo)



## 如何

# 做好应灾准备工作



✓ 马上按照该五步计划执行，以便您能迅速采取行动，快速应变。

将必备用品放置在容易携带的容器中。

将其存放在您家的大门口附近或者存放在车的后备箱中。

# 1 拿好 应急包

要想快速逃出灾难现场,请将以下用品(2-3天用量) 存储在一个5加仑容量的带盖桶中或是其他容器, 如双肩包。



# 立即备好应急包。

## 2 其他用品

增加供应数量,使其能够维持所有家庭成员 14 天的吃穿用度。

### + 增加数量:

- ✓ 水(每天 1 加仑的水,用于做饭、饮水及保持卫生。)
- ✓ 食物
- ✓ 个人护理用品
- ✓ 电池
- ✓ 垃圾袋

### ✂ 增加供应:

- ✓ 急救药箱及急救指南
- ✓ 工具
- ✓ 就地避难工具箱 (塑料布及强力胶带)

### 👍 锦上添花的用品:

- ✓ 帐篷及/或备用防水布
- ✓ 厨灶及燃料
- ✓ 移动式取暖器
- ✓ 发电机

### 🚗 车用物品:

- ✓ 汽车应急设备,例如跨接电缆、手电筒、信号弹以及“求救”指示牌
- ✓ 小铲及猫砂
- ✓ 时刻确保油箱中至少有一半的油!

### 🐾 宠物用品:

- ✓ 食物和水
- ✓ 皮带及跟踪器
- ✓ 照片
- ✓ 药物

## 3 清楚发生灾难时应该如何应对

- ✓ 地震来临时要做到: 趴下、掩护、稳住!
- ✓ 检查受损的公用线路。仅在发现有煤气泄漏后再关闭煤气。逃离现场,离开时要敞开门窗,然后向相关部门报告。
- ✓ 关闭家里的水龙头,以免物品被水淹。
- ✓ 检查受伤情况,进行急救处理。
- ✓ 仅在伤势严重或出现危及生命的情况下拨打 9-1-1
- ✓ 查看邻居的情况。
- ✓ 关注电视、广播及社交媒体了解紧急信息



为您家里的每个人填写一份应急计划卡。将卡片放到钱包或手包中妥善保管,并为准备便携桶复制一份留用。



### 保险信息

房屋保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

人寿保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

医疗保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

牙科保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

汽车保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

其他 \_\_\_\_\_ 保险单号 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

### 其他重要电话号码

电 \_\_\_\_\_ 煤气/油 \_\_\_\_\_

水 \_\_\_\_\_ 污水 \_\_\_\_\_

姓名 \_\_\_\_\_ 号码 \_\_\_\_\_

姓名 \_\_\_\_\_ 号码 \_\_\_\_\_

姓名 \_\_\_\_\_ 号码 \_\_\_\_\_

姓名 \_\_\_\_\_ 号码 \_\_\_\_\_

### 获取信息的方式

具有特定区域信息编码(SAME)公共警报功能的全灾信息美国国家海洋和大气局(NOAA)气象广播

- 162.475 中部与西部
- 162.550 西部与西北部

地区紧急事件警报新闻

- KIRO 97.3 FM
- KOMO 1000 AM
- KGHP FM 89.3, 89.9, 105.7

皮尔斯县紧急事件信息(Pierce County Emergency Information)

- 1580 AM (浦亚鲁普山谷(Puyallup Valley))

皮尔斯县紧急事件管理部(Pierce County Department of Emergency Management) 博客

- [www.piercetywa.org/DEM](http://www.piercetywa.org/DEM)