

## Thông Tin Về Kế Hoạch Khẩn Cấp Cá Nhân

### Personal Emergency Plan Information

Sử dụng mẫu đơn này để triển khai một kế hoạch nếu trường hợp khẩn cấp xảy ra. Hoàn tất kế hoạch với gia đình, bạn bè, và nhân viên chăm sóc để xác định cách thức quý vị sẽ liên hệ với mỗi người, nơi quý vị sẽ gặp gỡ, và những gì quý vị sẽ làm trong trường hợp khẩn cấp. **Lưu giữ một bản sao kế hoạch này trong một bộ sơ cứu y tế khẩn cấp hoặc một nơi an toàn khác mà quý vị có thể đi đến trong trường hợp khẩn cấp.** Đừng gửi lại mẫu đơn này cho nhân viên quản lý hồ sơ của quý vị.

Thông Tin Liên Hệ Cá Nhân				
TÊN QUÝ VỊ	SỐ ĐIỆN THOẠI		ĐỊA CHỈ E-MAIL	
ĐỊA CHỈ ĐƯỜNG			ĐƯỜNG GIAO NHAU GẦN NHẤT	
Thông Tin Người Liên Hệ Trong Trường Hợp Khẩn Cấp				
Tên, số điện thoại, và địa chỉ e-mail của người để liên hệ trong trường hợp khẩn cấp.				
TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ Ở ĐỊA PHƯƠNG			MỐI QUAN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI	SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG		ĐỊA CHỈ E-MAIL	
TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ Ở ĐỊA PHƯƠNG			MỐI QUAN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI	SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG		ĐỊA CHỈ E-MAIL	
TÊN NGƯỜI LIÊN HỆ Ở NGOÀI THÀNH PHỐ			MỐI QUAN HỆ	
SỐ ĐIỆN THOẠI	SỐ ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG		ĐỊA CHỈ E-MAIL	
Trong trường hợp khẩn cấp, ai sẽ kiểm tra xem quý vị có ổn không?				
TÊN	MỐI QUAN HỆ	SỐ ĐIỆN THOẠI	ĐỊA CHỈ E-MAIL	
TÊN	MỐI QUAN HỆ	SỐ ĐIỆN THOẠI	ĐỊA CHỈ E-MAIL	
Địa Điểm Gặp Gỡ Trong Trường Hợp Khẩn Cấp				
Các địa điểm mà quý vị sẽ gặp gỡ gia đình, bạn bè và nhân viên chăm sóc trong trường hợp khẩn cấp				
ĐỊA ĐIỂM DI TÀN			SỐ ĐIỆN THOẠI	
ĐỊA ĐIỂM GẶP GỠ HÀNG XÓM			SỐ ĐIỆN THOẠI	
ĐỊA ĐIỂM GẶP GỠ TRONG KHU VỰC			SỐ ĐIỆN THOẠI	
Thông Tin Liên Hệ Y Tế Quan Trọng				
BÁC SĨ CHÍNH	SỐ ĐIỆN THOẠI	TÊN THUỐC ĐIỀU TRỊ	LIỀU LƯỢNG	TẦN SUẤT
DƯỢC SĨ	SỐ ĐIỆN THOẠI			
Thiết bị y tế quý vị có thể cần trong trường hợp khẩn cấp:				
Mọi người nên biết những gì về quý vị hoặc nhà quý vị nếu họ đến trợ giúp quý vị trong trường hợp khẩn cấp?				

## Gợi Ý Về Việc Lập Kế Hoạch Trong Trường Hợp Khẩn Cấp

### Sẵn Sàng

Những người triển khai một kế hoạch cho các trường hợp khẩn cấp gia tăng cơ hội sống sót của họ cho đến khi dịch vụ trợ giúp có thể đến.

Trong trường hợp khẩn cấp, quý vị có thể được các viên chức tiểu bang và địa phương thông báo nên ở tại nhà. Mọi người nên chuẩn bị tự chăm sóc bản thân mình tại nhà ít nhất trong ba ngày. Nhà quý vị có thể là nơi trú ẩn tốt nhất của quý vị cho đến khi dịch vụ trợ giúp có thể đến. Danh sách kiểm tra này có thể trợ giúp quý vị tự chuẩn bị trong trường hợp khẩn cấp.

Nghe thông tin mới nhất từ các viên chức về việc nên ở lại tại nhà hay rời khỏi nhà. Một đài phát thanh chạy pin là cách tốt nhất để nhận được thông tin mới nhất từ các viên chức vì các dịch vụ điện lực và điện thoại có thể không hoạt động.

Đừng cho rằng dịch vụ trợ giúp sẽ đến. Lập kế hoạch khẩn cấp cá nhân. Nếu quý vị sẽ cần hỗ trợ trong trường hợp khẩn cấp, bao gồm những người sẽ trợ giúp quý vị trong kế hoạch của quý vị. Kiểm tra với họ thường xuyên để bảo đảm họ vẫn hiện có để trợ giúp quý vị trong trường hợp khẩn cấp.

Bảo đảm kế hoạch của quý vị được cập nhật và đồ tiếp liệu khẩn cấp của quý vị không hết hạn.

### Chương Trình Trợ Giúp

Các chương trình trợ giúp đặc biệt có thể hiện có cho quý vị trong trường hợp khẩn cấp. Yêu cầu văn phòng sở cứu hỏa, sở cảnh sát, và văn phòng quản lý trường hợp khẩn cấp tại địa phương của quý vị nếu họ cung cấp các chương trình như thế. Đăng ký với công ty điện lực tại địa phương của quý vị nếu quý vị phụ thuộc vào nguồn điện cung cấp cho thiết bị y tế.

### Chuẩn bị cho các hình thức khẩn cấp khác nhau

Khi lập kế hoạch của quý vị, hãy xem xét các hình thức khẩn cấp khác nhau, như hỏa hoạn, động đất, bão gió, hoặc sóng thần. Chuẩn bị một bộ sơ cứu y tế khẩn cấp có đầy đủ đồ dùng cấp cứu và một kế hoạch khẩn cấp có các dịch vụ hỗ trợ thích hợp.

### Đồ Tiếp Liệu Khẩn Cấp

Xem xét việc lưu trữ các vật dụng sau đây trong một địa điểm mà quý vị có thể dễ dàng lấy chúng trong trường hợp khẩn cấp:

- Một đài phát thanh chạy pin và pin dự phòng
- Các vật dụng vệ sinh cá nhân
- Điện thoại không cần điện
- Dụng cụ báo tín hiệu như một còi và gương
- Thực phẩm: cung cấp thực phẩm đóng gói để làm 3-ngày cho mỗi người.
- Một lò nướng hoặc lò dùng cắm trại và màng nhôm gói thực phẩm tốt và dày
- Que diêm không thấm nước, đèn cầy, và nhiên liệu để nấu
- Đèn pin và pin dự phòng
- Túi ngủ và chăn mền dự phòng
- Các vật dụng tạo sự thoải mái
- Một đồ mở hộp
- Thuốc được cung cấp hai tuần mà quý vị sử dụng
- Đĩa giấy và muỗng nĩa nhựa
- Bản sao các giấy tờ quan trọng (thông tin bảo hiểm, ID, v.v.)
- Dụng cụ đa năng
- Túi cứu thương
- Tiền mặt (tiền lẻ & tiền mệnh giá nhỏ)
- Thực phẩm chuyên dụng
- Nước: 1 gallon mỗi người mỗi ngày cho ít nhất 3 ngày
- Thực phẩm và nước cho động vật hoặc thú cưng của quý vị
- Quần áo dự phòng, vớ và giày cứng và chắc để thay đổi
- Đồ chơi, sách, câu đố, trò chơi
- Đồ tiếp liệu y tế