



# do **1** thing

*Nhiệm vụ của Do 1 Thing là giúp các cá nhân, gia đình, doanh nghiệp và cộng đồng chuẩn bị sẵn sàng để ứng phó với tất cả các mối nguy hại và giúp họ có khả năng phục hồi sau thiên tai.*

**MỤC TIÊU:** Đảm bảo mọi người trong hộ gia đình của bạn có thể tiếp nhận, hiểu và hành động dựa trên thông tin nhận được trong trường hợp khẩn cấp.

## Công Việc, Trường Học & Cộng Đồng

Thiên tai có thể xảy ra bất kỳ lúc nào. Nếu bạn đang xa nhà thì bạn có biết nơi nào để tìm các địa điểm trú ẩn an toàn không? Bạn có biết các quy trình khẩn cấp dành cho trường học của con bạn hay nơi làm của bạn không? Những người phụ thuộc vào bạn có biết cần phải làm gì nếu bạn không liên lạc được với họ không? Hãy tìm hiểu cách để đảm bảo bạn và người thân an toàn khi thiên tai xảy ra, bất kể bạn ở nơi đâu.

**Chọn một trong những điều sau đây để thực hiện trong tháng này nhằm chuẩn bị kỹ lưỡng hơn:**

**Đảm bảo có sẵn các quy trình khẩn cấp tại nơi làm việc hoặc trường học của bạn.**

Hãy nói chuyện với nhà tuyển dụng của bạn về các kế hoạch khẩn cấp cho tòa nhà nơi bạn làm việc. Nói chuyện với các quản trị viên ở trường học của con bạn và cả những nơi khác mà bạn hay các thành viên gia đình thường dành thời gian về các kế hoạch khẩn cấp của họ. ~~trong kế hoạch khẩn cấp của mình.~~

Cách duy trì sự an toàn tại nơi làm và trường học:

- Đảm bảo các tuyến đường sơ tán và địa điểm các nơi trú bão ~~tránh lốc xoáy~~ được đánh dấu trên bản đồ và được đặt ở nơi dễ thấy trong tòa nhà.
- Khuyến khích đào tạo và tập huấn cho các trường hợp khẩn cấp.
- Giúp đỡ tạo một bộ đồ phòng trường hợp khẩn cấp cho cơ sở.
- Nắm bắt vị trí để bình cứu hỏa và Máy Khử Rung Tim Ngoài Tự Động (AED).



Tờ thông tin “Nguồn Tiếp Tế Khẩn Cấp” có thêm thông tin về cách tạo các bộ đồ phòng trường hợp khẩn cấp cho nơi làm và trường học.

## **Đưa các bộ đồ Cung cấp bộ dụng cụ phòng trường hợp khẩn cấp cho những người phụ thuộc vào bạn (sinh viên đại học, cha mẹ người cao tuổi, v.v...).**

Tạo các bộ dụng cụ phòng trường hợp khẩn cấp cơ bản cho những người có thể không tự làm được hoặc cho những người có thể không nghĩ đến việc làm một bộ cho bản thân họ. Nói cho họ biết về những vật cần có trong bộ đồ phòng trường hợp khẩn cấp và nói chuyện với họ về các thiên tai.

Đảm bảo bộ dụng cụ phòng trường hợp khẩn cấp đáp ứng các nhu cầu cụ thể của họ. Ví dụ, nếu ai đó sử dụng thuốc kê toa **dùng thuốc kê toa**, hãy cho kèm vào bộ đồ đó danh sách các loại thuốc và liều lượng sử dụng. Đối với sinh viên đại học, phải đảm bảo bộ đồ phòng trường hợp khẩn cấp nhỏ vừa đủ để cất giữ trong không gian họ có sẵn.

### Sinh Viên Đại Học

Nói chuyện với con em đang là sinh viên đại học của bạn về cách cả hai sẽ giữ liên lạc nếu xảy ra thiên tai. Đảm bảo **các cháu** họ hiểu rằng điện thoại di động **của các cháu** có thể không hoạt động khi xảy ra thiên tai. Chọn một người liên hệ khẩn cấp không sống gần bạn hoặc trường đại học. Sắp xếp để con em sinh viên của bạn gọi cho người đó nếu họ không thể liên hệ với bạn khi xảy ra thiên tai.

Truy cập trang web trường đại học của con em bạn để tìm hiểu về các kế hoạch và quy trình thiên tai của trường. Một số trường đại học sẽ cung cấp số điện thoại mà bạn có thể gọi trong trường hợp khẩn cấp. Nếu bạn không tìm thấy số trên trang web, hãy gọi cho văn phòng nhập học và hỏi. Thêm số điện thoại vào danh sách liên hệ khẩn cấp của bạn. Đảm bảo con em đang là sinh viên của bạn biết cách gọi cho bạn nếu có trường hợp khẩn cấp xảy ra trong khuôn viên trường. Ngoài ra, cũng phải đảm bảo con em bạn được đăng ký trong bất kỳ hệ thống thông báo khẩn cấp nào trong khuôn viên trường của các cháu.

### Bảo hiểm

Hãy trò chuyện với đại diện bảo hiểm của bạn để tìm hiểu nếu hợp đồng bảo hiểm của bạn có đền bù đồ đạc của con em bạn trong lúc các cháu đang đi học hay không. Bạn có thể cần phải mua thêm hợp đồng bảo hiểm cho người thuê nhà. Ngoài ra hãy tham khảo với hãng bảo hiểm y tế của bạn để tìm hiểu trường hợp con em bạn có thể tìm dịch vụ chăm sóc y tế được bao trả tại trường.

## **Biết cách những người khác trong cộng đồng sẽ phản ứng trong thiên tai ra sao.**

Liên hệ với quản lý trường hợp khẩn cấp hoặc phòng cảnh sát và cứu hỏa ở địa phương của bạn, nhờ họ đánh giá các kế hoạch khẩn cấp cho trường học hoặc nơi làm việc của bạn. Bằng cách này bạn sẽ chắc chắn việc bạn đang lên kế hoạch sẽ không gây trở ngại cho việc ứng phó khẩn cấp khi đến thời điểm. Ví dụ, nếu trường của bạn có kế hoạch giữ học sinh sinh viên trong một khu vực nhất định để chờ phụ huynh đến đón, hãy đảm bảo cảnh sát và cứu hỏa đồng ý rằng khu vực an toàn và phụ huynh sẽ được cho phép tiếp cận khu vực trong trường hợp khẩn cấp.

Tìm hiểu xem cộng đồng của bạn đã chỉ định các tuyến đường sơ tán khi lũ lụt, bão hoặc các thiên tai khác xảy ra chưa. Đưa thông tin đó vào trong kế hoạch của bạn. Xin ý kiến từ những người khác trong cơ sở của bạn về các kế hoạch. Điều đặc biệt quan trọng là phải ghi tên những người bị khuyết tật. Đảm bảo các kế hoạch bạn phát triển sẽ hiệu quả cho mọi người.

**[www.do1thing.com](http://www.do1thing.com)**