

应用 ESP 计划做好应对一切危险的准备！



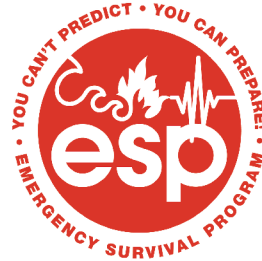
您做好从大地震、海啸、火灾、洪水、恐怖活动或其他灾难中逃生的准备了吗？

此本紧急救生计划 (ESP) 手册为您提供易于执行的清单，以帮助您做好所需的准备。通过遵循这些简单的指南，您可以帮助您的家人、邻居、公司或学校更好地为下一次灾害做好自给自足的准备。

关于年度 ESP 重点页面中的每月推荐行动的免费信息，可登陆网站 www.espfocus.org 获得。其他特刊出版物也可在该网站获得。

不要措手不及地面对下一次震动或灾害！加入 ESP 计划并做好应对紧急情况的准备。

做好准备是关键！



紧急救生计划 (ESP) 是一项意识觉醒活动，旨在加强家庭、邻里、公司及学校紧急事件的准备意识。

ESP 计划于 1989 年由洛杉矶县制定，并得到了以下 15 个县 (Contra Costa、Imperial、Inyo、Kern、Los Angeles、Marin、Mono、Orange、Riverside、San Bernardino、San Diego、San Luis Obispo、Santa Barbara、Santa Cruz 和 Ventura)、州长应急服务办公室、南加州爱迪生公司 (Southern California Edison)、南加州地震中心和美国红十字会的配合。

致电当地的县应急服务办公室，寻求如何成为此项重要的公共信息活动的一员或登陆网站 www.espfocus.org 进行了解。

应急准备清单

10 项必要物品



针对您的



紧急情况计划



紧急情况用品



疏散



本文件的准备得到了美国国土安全部 FEMA 拨款计划司的拨款。本文件中的观点或意见仅为作者看法，而并不代表美国国土安全部 FEMA 拨款计划司的官方立场或政策。（UASI 2007 批准）

CHINESE SIMPLIFIED

发表于
洛杉矶县紧急应变管理办公室
www.espfocus.org

应急计划 清单

10 项必要行动

- 了解您所在区域的各种威胁
- 确定会和地点
 - 您的住宅外
 - 您的邻里外
- 选择您的州外联系人
- 了解您的疏散路线
 - 离家的出口和候补路线
- 了解公用设施开关的位置
 - 水
 - 天然气
 - 电
- 了解学校、日托中心和成人护理中心的政策
 - 应急避难所 / 物资供应
 - 运输系统
- 如有需要，在每个房间确定躲藏的安全点
 - 坚固的餐桌和书桌下
 - 靠着内墙
- 额外药品
- 为下列群体准备特殊供应品：
 - 儿童
 - 年长者
 - 宠物
 - 残障人士
 - 非说英文人士
- 安排年度灾害演习

应急供给品 清单

10 项必要物品

应急用品箱

- 水（三个星期的用水量 — 记住应包括宠物用水量）
- 食物（可供应三个星期的不易腐坏的食品和手动开罐器 — 记住包括宠物食品）
- 急救箱和使用手册
- 手电筒（和备用电池）
- 收音机（和备用电池）
- 药品（非处方药、处方药和处方药清单）
- 现金和重要文件（小额钞票和硬币、不动产契约、保险票据、医保卡等）
- 衣服和结实的鞋子
- 工具（活动扳手、灭火器、结实的手套、口哨）
- 卫生供给品



请查阅网站www.espfocus.org，获得
更多详细信息

疏散 清单

10 项必要物品

- 应急用品箱
- 州外联系清单
- 现金和信用卡
- 重要文件
 - 社会安全卡
 - 驾驶执照
 - 护照
 - 医疗卡和记录
 - 保险信息
- 换洗衣物
 - 针对每位家庭成员
- 个人卫生用品
 - 牙刷和牙膏
 - 洗发水和肥皂
 - 润肤霜
 - 除臭剂
 - 面巾纸和卫生纸
- 家庭照片
- 婴儿用品
 - 尿布
 - 配方奶
 - 食物
 - 换洗衣物
- 特殊需求物品
 - 轮椅、手杖与学步车
 - 药品
 - 助听器（与备用电池）
- 宠物护理用品
 - 身份证明与疫苗接种记录
 - 宠物架或笼子
 - 口套和皮带
 - 食物和水