

3 Enfòmè Ou

Sou Sa ki Ta Kapab Pase.

Kèk bagay ou kapab fè pou prepare pou sityasyon ki pa prevwa, tankou rasanble twous pwovizyon pou ijans epi fè yon plan-dijans se menm bagay la kèlkeswa kalite ijans lan. Men, li enpòtan pou toujou chèche enfòmasyon sou sa ki ta kapab pase epitou pou ou konnen ki kalite ijans ki kapab afekte rejyon ou. Pou jwenn plis enfòmasyon sou kalite espesifik ijans yo, ale nan sit wèb www.ready.gov.

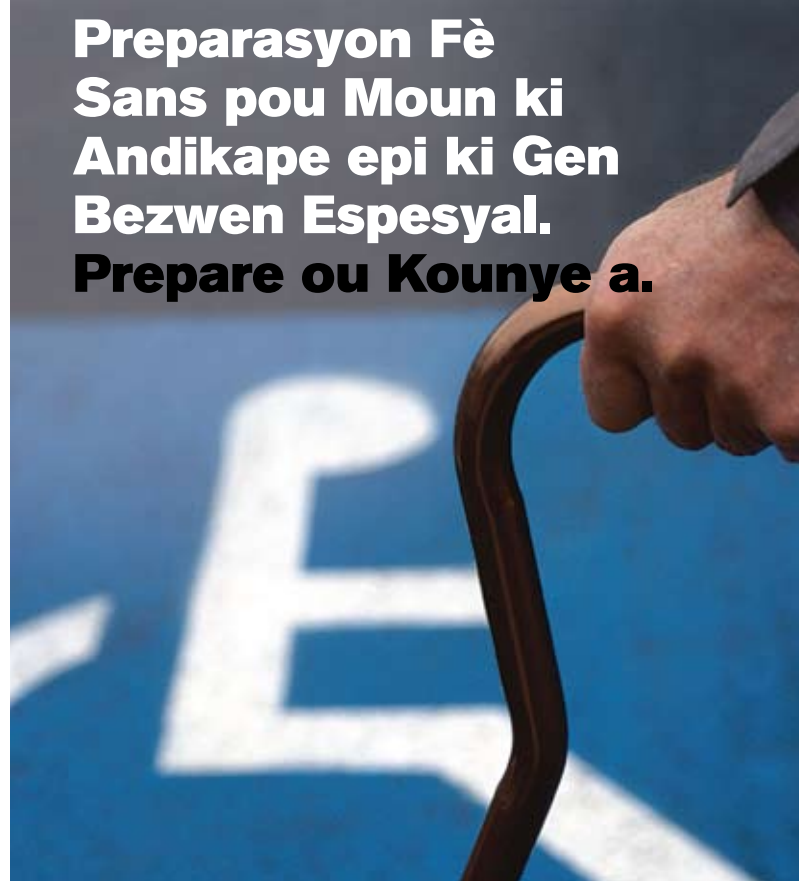
Prepare ou pou adapte enfòmasyon sa yo nan sikonstans pèsònèl ou epitou fè tout efò pou swiv enstwiksyon otorite yo te ba ou sou sèn lan. Apre tout bagay, rete kalm, pran pasyans epi reflechi anvan ou aji. Avèk preparasyon senp sa yo, ou kapab pare pou sityasyon ki pa prevwa.

Preparasyon Fè Sans pou Moun ki Andikape epi ki Gen Bezwen Espesyal. Prepare ou Kounye a.

Se US Department Homeland Security ki te prepare enfòmasyon sa yo nan tèt ansanm avèk AARP, American Red Cross ak òganizasyon Nasyonal pou Moun Andikape.



Preparasyon Fè Sans pou Moun ki Andikape epi ki Gen Bezwen Espesyal. Prepare ou Kounye a.



Preparasyon Fè Sans. Prepare ou Kounye a.

Pwobabilite pou oumenm ak fanmi ou ap reprann aktivite nan yon ijans demen souvan depannde planifikasyon ak preparasyon ki fèt jodi a. Alòske kapasite ak bezwen chak moun inik, chak moun kapab fè etap pou prepare pou tout kalite ijans depi dife ak inondasyon pou rive nan atak teworis posib yo. Lè ou evalye pwòp bezwen pèsònèl ou ak lè ou fè yon plan-dijans ki adapte ak bezwen ou, oumenm ak moun ou yo kapab prepare pi byen. Gid sa a prezante mezi bon sans mou ki andikape, moun ki gen bezwen espesyal ak travayè sosyal yo kapab pran pou kòmanse prepare pou ijans anvan yo rive. Preparasyon fè sans pou moun ki andikape epi ki gen bezwen espesyal.

Prepare ou Kounye a.



1 Jwenn yon Twous

Pwovizyon pou Ijans.

Premye etap la se konsidere kijan yon ijans ta kapab afekte bezwen endividyèl ou yo. Planifye pou fè li poukont ou, pandan omwen twa (3) jou. Li posib pou w pa jwenn aksè nan yon sant medikal oswa menm nan yon famasi. Li enpòtan pou oumenm ak fanmi ou reflechi sou ki kalite resous ou itilize chak jou ak sa ou ta kapab fè si resous sa yo limite oswa si yo pa disponib.

Pwovizyon Debaz: Reflechi dabò sou pwovizyon debaz pou sivil – manje, dlo, lè pwòp, ak nenpòt atik ou bezwen ki sipòte lavi ou. Konsidere de (2) twous: Nan yon twous mete tout atik w ap bezwen pou rete kote ou ye a epitou fè li poukont ou pou yon peryòd tan. Lòt twous la ta dwe yon vèsyon lejè ki pi piti, pou w kapab pote li avèk ou si ou dwe kite lakay ou. Pami twous pwovizyon pou ijans ki rekòmande, genyen:

- Dlo, yon galon dlo pou chak moun pa jou pandan omwen twa jou, pou bwè ak pou esterilizasyon
- Manje, omwen yon pwovizyon twa (3) jou manje ki p ap gate ak yon kle pou louvri bwat si twous la genyen bwat manje konsèv.
- Radyo ki fonksyone ak pil oswa radyo ki fonksyone avèk manivèl ak yon Radyo Metewolojik NOAA ki genyen avètisman an tonalite ak pi siplemantè pou toulède
- Flach ak pil siplemantè
- Twous premye swen
- Siflè pou siyale pou mande èd
- Mask anti-pousyè, pou ede filtre lè kontamine ak bach an plastik ak adeziv an twal pou pran refij anplas
- Lenjèt imid pou rense dwèt, sache fatra ak atach plastik pou ijyèn pèsònèl
- Kle ajistab oswa pens pou fèmèn sèvis piblik
- Kat jeyografik lokal
- Manje bèt kay, dlo siplemantè ak pwovizyon pou bèt kay ou oswa bèt gid ou



Mete Medikaman ak Apwovizyònman Medikal:

Si w ap pran medikaman oswa si w ap swiv yon tretman medikal chak jou, asire ou genyen sa ou bezwen pou debouye ou poukont ou omwen pou yon semenn. Ou ta dwe konsève tou yon kopi preskripsyon ou yo ak enfòmasyon sou ki dòz medikaman pou pran oswa enfòmasyon sou tretman an. Si li pa posib pou genyen apwovizyònman medikaman ak atik pou yon semenn, konsève kantite ki posib nan men ou epi pale avèk famasyon ou oswa doktè ou sou ki lòt bagay ou ta dwe fè pou prepare ou.

Si w ap swiv tretman woutin yon klinik oswa yon lopital administre, oswa si w ap resewva sèvis regilye tankou swen sante nan kay, tretman oswa transpò, pale avèk founisè swen sèvis ou osijè plan-dijans yo. Travay avèk yo pou idantifye founisè sèvis sipò ki nan zòn ou ak nan zòn kote ou ta kapab ale yo. Si ou itilize ekipman medikal lakay ou ki fonksyone avèk koura elektrik, pale avèk founisè swen medikal ou sou sa ou kapab fè pou prepare pou itilize li pandan yon pàn kouran elektrik.

Lòt Atik: Answit, kapab genyen lòt bagay ki espesifik pou bezwen pèsònèl ou epi ou ta dwe genyen yo anplas tou. Si ou itilize linèt, pwotèz oditif ak batri pou pwotèz oditif, batri pou chèz woulant, ak oksijèn, asire ou toujou genyen batri siplemantè lakay ou. Epitou, mete kopi asirans sante ou ak kat Medicare ou disponib fasil pou jwenn. Si ou genyen yon bèt gid, asire ou mete manje, dlo, kolye avèk etikèt ID, dosye medikal ak lòt atik bèt kay pou ijans.

Mete Dokiman pou Ijans: Mete kopi dokiman enpòtan yo nan twous pwovizyon ijans ou tankou dosye fanmi ou, dosye medikal, testaman, papye kay, nimewo sekirite sosyal, enfòmasyon sou frè ak kont labank ak dosye taks. Li pi bon pou konsève dokiman sa yo nan yon resipyan ki enpèmeyab. Si genyen nenpòt enfòmasyon ki asosye ak ekipman eksplwatasyon oswa aparèy pou sove lavi ou depannde yo, mete yo nan twous pou ijans ou tou, epitou asire yon zanmi ou fè konfyans oswa manm fanmi ou genyen kopi dokiman sa yo. Ajoute non ak enfòmasyon pou kontakte rezo sipò ou, ak founisè swen medikal ou yo tou. Si ou genyen yon enfimite pou kominike, asire lis enfòmasyon ijans ou endike pi bon fason pou yo kominike avèk ou. Epitou asire ou genyen lajan kach oswa chèk vwayaj nan twous ou yo pou sizoka ou bezwen achte kèk atik.

Fè yon Plan

Pou Sa W ap Fè nan yon Ijans.

Reyalite yon sitiyasyon katastwòf sèke ou p ap gen aksè nan avantaj toulejou yo. Pou planifye davans, reflechi nan detay lavi toulejou ou. Si genyen moun k ap ede ou chak jou, fè lis moun yo ye ak kijan w ap kontakte yo nan yon ijans. Kreye pwòp rezo sipò pèsònèl ou. Pou fè sa, idantifye moun k ap ede ou nan yon ijans. Reflechi sou mòd transpò ou itilize ak ki lòt altènativ ou ta ka sèvi kòm sekou. Si ou bezwen transpò ki aksesib pou moun andikape, asire altènativ ou yo aksesib tou. Si ou genyen zouti oswa èd ki espesifik pou andikap ou, planifye kijan ou ta ka siviv avèk yo. Pa egzanp, si ou itilize yon aparèy kominikasyon, èd pou depلاسman, oswa si ou depannde yon bèt gid, kisa w ap fè si bagay sa yo pa disponib? Si ou depannde ekipman ki sipòte lavi oswa si ou depannde tretman tankou yon machin dyaliz, chèche jwenn adrès ak disponibilite plis pase yon sant. Pou chak aspè woutin lavi toulejou ou, planifye yon pwosedi altènatif. Fè yon plan epi ekri li sou papye. Konsève yon kopi plan ou nan twous pwovizyon pou ijans epi fè yon lis enfòmasyon enpòtan ak kontak pou mete nan bous ou. Pataje plan ou avèk fanmi ou, zanmi ou, founisè swen ou ak lòt moun ki nan rezo sipò pèsònèl ou.

Kreye yon Rezo Sipò Pèsònèl: Si ou prevwa w ap bezwen asistans pandan yon katastwòf, fè yon lis fanmi, zanmi ak lòt moun k ap fè pati nan plan ou. Pale avèk moun sa yo epi mande yo pou yo patisipe nan rezo sipò ou. Pataje chak aspè plan-dijans ou avèk tout moun ki nan gwoup ou, mete yon zanmi oswa yon manm fanmi nan yon lòt zòn ki ta pa ta afekte nan menm ijans lan epitou ki kapab ede ou si li nesesè. Asire tout moun konnen kijan ou planifye pou kite kay ou, lekòl ou oswa espas travay ou ak kote ou prale sizoka gen yon katastwòf. Asire yon moun ki nan rezo sipò pèsònèl ou genyen yon kle siplemantè nan kay ou epitou asire moun lan konnen kote ou kite pwovizyon ijans ou. Montre yo kijan pou yo itilize nenpòt ekipman ki sipòte lavi oswa montre yo kijan pou administre medikaman sizoka gen yon ijans. Si ou itilize yon chèz woulant, oksijèn oswa lòt ekipman medikal, montre zanmi yo kijan pou itilize aparèy sa yo pou yo kapab deplase ou si li nesesè oswa pou yo kapab ede ou deplase. Fè pratik plan ou avèk moun ki te dakò pou patisipe nan rezo sipò pèsònèl ou.

Bay patwon ou ak kòlèg travay ou enfòmasyon sou andikap ou epitou fè yo konnen sitou ki asistans w ap bezwen sizoka gen yon ijans. Sa enpòtan sitou si ou bezwen pou yo leve ou oswa pote ou. Pale osijè pwoblèm kominikasyon, andikap fizik, enstwiksyon pou ekipman ak pwosedi medikaman yo. Si ou gen pwoblèm pou tande, diskite sou pi bon fason pou alète ou nan yon ijans. Si ou genyen andikap koyitif, asire ou travay avèk patwon ou pou detèmine kijan pou notifye pi byen pou yon ijans ak ki metòd enstriksyon ki pi fasil pou ou swiv. Toujou patisipe nan egzèsis yo, antrènman yo ak egzèsis sovtaj patwon ou ofri.

Devlope yon Plan Kominikasyon pou Fanmi Ou:

Fanmi ou kapab ap ansanm lè gen yon katastwòf, kidonk planifye kijan youn ap kontakte lòt, epitou revize sa w ap fè nan sitiyasyon diferan yo. Anvizaje yon plan kote chak manm fanmi ap rele oswa voye imèl ba menm zanmi oswa manm fanmi sizoka gen yon ijans. Li kapab pi fasil pou fè yon apèl entè-iben pase pou rele nan vilaj la, kidonk yon kontak deyò vil la kapab nan yon pi bon pozisyon pou kominike avèk manm fanmi ki separe yo. Ou kapab gen pwoblèm pou apèl ou pase, oswa sistèm telefòn lan kapab anpàn nèt, men pran pasyans. Pou jwenn plis enfòmasyon sou fason pou devlope yon plan kominikasyon pou fanmi ou, ale nan sit wèb www.ready.gov.

Desizyon pou Rete oswa pou Ale: Selon sikonstans ou ak kalite atak la, premye desizyon enpòtan an se si pou rete kote ou ye a oswa pou deplase. Ou ta dwe konprann toulède posiblite yo ak planifye pou yo. Itilize bon sans ou pou detèmine si genyen yon danje imedyat. Nan nenpòt ijans, otorite lokal yo kapab oswa pa kapab anmezi pou bay enfòmasyon imedyatman sou sa k ap pase a ak sa ou ta dwe fè. Men, ou ta dwe gade bilten nouvèl nan televizyon, oswa ou ta dwe koute radyo pou jwenn enfòmasyon oswa enstriksyon ofisyèl yo nan moman yo vin disponib. Si yo mande ou espesyalman pou deplase oswa pou chèche tretman medikal, fè sa imedyatman. Si ou bezwen plis tan vwayaj oswa si ou bezwen asistans pou transpò, fè aranjanman sa yo davans.

Konsidere Bèt Gid Ou oswa Bèt Kay Ou: Si ou deside pa bouje nan yon ijans oswa si ou deside deplase pou ale yon kote ki pi pwoteje, w ap bezwen fè plan yo davans pou bèt gid ou oswa bèt kay ou. Sonje sa ki pi bon pou ou anjeneral se sa ki pi bon pou bèt ou yo. Si ou dwe deplase, pran bèt kay ou avèk ou si li posib. Men, si ou prale nan yon refij piblik, li enpòtan pou konprann yo pa aksepte bèt yo andedan refij yo. Planifye davans pou lòt posiblite refij k ap bon pou oumenm ak pou bèt ou yo tou; konsidere moun pa ou oswa zanmi ki deyò zòn imedyat, refij ki adapte pou bèt kay ak veterinè ki ta vle pran ou ak bèt ou nan yon ijans. Pou jwenn plis enfòmasyon sou preparasyon, ale nan sit wèb www.ready.gov.

Lè ou p ap Bouje: Si ou lakay ou oswa yon lòt kote, kapab genyen sitiyasyon lè li senpleman pi bon pou rete kote ou ye a epi pou evite nenpòt ensètitud deyò. Konsidere sa ou kapab fè pou refij souplas pwoteje poukont ou oswa avèk zanmi ou, fanmi ou oswa vwazen ou. Epitou konsidere kijan yonabri ki deziyen pou piblik la ta satisfè bezwen ou yo.

Ta ka kapab genyen moman lè w ap bezwen pa bouje ak kreye yon baryè ant oumenm ak lèd deyò a ki kapab kontamine. Pwosesis sa a rele “bouche chanm.” Itilize enfòmasyon ki disponib yo pou evalye sitiyasyon an. Si ou remake gwo kantite debri nan lè a, oswa si otorite lokal yo di lè a kontamine anpil, ou kapab vle pran kalite mezi sa a. Pou jwenn plis enfòmasyon sou fas on pou “bouche chanm,” ale nan sit wèb www.ready.gov.

Depلاسman: Kapab genyen kondisyon kote w ap deside deplase, oswa kapab genyen sitiyasyon lè ou resewva lòd pou deplase. Fè plan sou fason w ap rasanble fanmi ou epi prevwa kote ou prale. Chwazi plizyè kote pou ale nan diferan direksyon pou ou kapab genyen plizyè chwa nan yon ijans. Poze kesyon sou plan depلاسman kote ou pase tan ou tankou travay, lekòl, òganizasyon kominotè ak lòt kote ou frekante. Anjeneral, si ou depannde asansè, ou dwe genyen yon plan sekou pou sizoka asansè yo pa fonksyone.

Sekirite Dife: Planifye de (2) fason pou sòti deyò chanm lan sizoka gen dife. Tcheke pou atik tankou bibliyotèk, foto ki tache nan miray, oswa limyè anlè ki ta kapab tonbe pou bloke yon chemen pou deplase. Tcheke ale yo, eskalye yo, papòt yo, fenèt yo ak lòt zòn pou danje ki kapab anpeche ou sòti san pwoblèm nan yon bilding pandan yon ijans. Tache oswa retire mèb ak objè ki kapab bloke chemen ou. Si genyen aspè preparasyon lakay ou oswa espas travay ou, epi ou pa anmezi pou fè yo poukont ou, rekrite èd rezo sipò pèsònèl ou.

Kontakte Biwo Jesyon Enfòmasyon Ijans

Lokal ou: Kèk biwo jesyon ijans lokal konsève rejis moun andikape pou yo kapab konnen kote ou ye pou ede ou lè genyen yon katastwòf. Kontakte ajans jesyon ijans lokal ou pou wè si sèvis sa yo egziste kote w ap viv la oswa ale nan sit wèb www.ready.gov pou jwenn lyen ki mennen nan biwo gouvènman ki nan zòn ou. Answit, li kapab enpòtan pou mete etikèt oswa braslè alèt medikal pou idantifye andikap ou nan yon sitiyasyon ijan. Lè w ap vwayaje, anvizaje avèti travayè otèl oswa motèl si w ap bezwen èd nan yon sitiyasyon katastwòf.