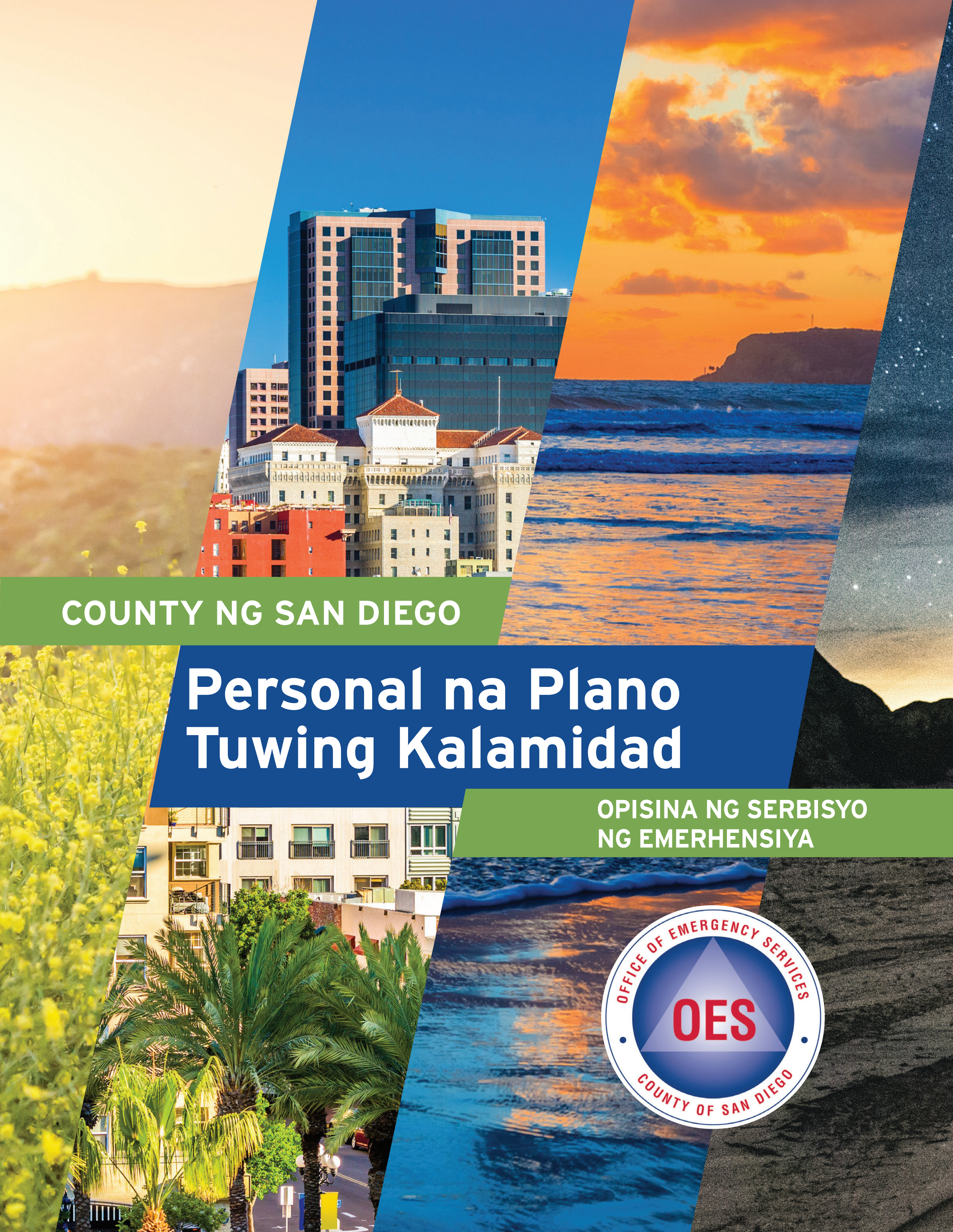


COUNTY NG SAN DIEGO

Personal na Plano Tuwing Kalamidad

OPISINA NG SERBISYO NG EMERHENSIYA

OFFICE OF EMERGENCY SERVICES
OES
COUNTY OF SAN DIEGO

Ang Planong ito tuwing Kalamidad ay Pagmamay-ari ni:

Pangalan: ______________________________

Address: ______________________________

____

Telepono sa Tahanan: ______________________________

(mga) Celfon: ______________________________

Email: ______________________________

(mga) Medikal na Kondisyon: ______________________________

Kagamitang Medikal: ______________________________

(mga) Medikasyon: ______________________________

Mga Taluhiyang o Allergies: ______________________________

Uri ng Dugo: ______________________________

Lokal na Kagawaran ng Apoy: ______________________________

Lokal na Estasyon ng Pagpapatupad ng Batas: ______________________________

Pangunahing Doktor: ______________________________

Kompanya ng Elektrisidad: ______________________________

Ahensiya ng Patubig: ______________________________

Pagkontrol sa Lason: **(800) 222-1222**

Mga estasyon ng radyo ng Pangunahing Sistema ng Pag-alerto tuwing Emerhensiya para sa County ng San Diego: **KOGO AM 600 at KLSD AM 1360.**

Ang County ng San Diego ay tahanan ng ibat-ibang uri ng anyo ng lupa, magagandang mga tabing-dagat, at mahusay na klima. Gayunpaman, ang ating rehiyon ay hindi estranghero sa iba't-ibang uri ng mga kalamidad, tulad ng sunog sa kagubatan, lindol, baha, tsunami at iba pa. Ang mga kalamidad sanhi ng -tao, tulad ng pagbuhos ng mapanganib na mga materyal, pag-aresto sa sibilyan at mga gawaing terorismo ay nagbibigay ng mahalagang banta sa ating rehiyon. Ang totoo ay, hindi mahalaga kung ang kalamidad ay magaganap, ang mahalaga ay kung kelan.

Habang hindi natin masabi kung kelan ito mangyayari, may mga hakbang na maaari mong gawin ngayon upang maging handa. Tingnan kung aling mga panganib ang maaari mong harapin sa iyong tahanan, paaralan at trabaho. Bumisita sa ReadySanDiego.org at i-klik ang "Alamin ang Iyong mga Panganib" o "Know Your Hazards".

Ipasok ang iyong address upang malaman ang mga panganib na maaari mong harapin.Habang may mga tao na naninirahan o nagtratrabaho sa County ng San Diego, ikay ay may mahalagang tungkulin sa paghahanda tuwing emerhensiya at pagbuo ng pagiging masunurin sa loob ng iyong tahanan at komunidad. Inaasahan namin na ang gabay na ito ay maghahanda sa iyo sa mga bagay na magpapanatili sa iyo, ang iyong minamahal, mga alaga, at mga kapit-bahay na maging ligtas tuwing kalamidad, at manatiling makasuporta sa sarili pagkatapos.

Ang gabay na ito ay tutulong sa iyo na maging mas handa na rumesponde sa, at makabawi muli sa isang emerhensiya op kalamidad.

Sanayin ang planong ito sa iyong sarili o sa iyong mga minamahal ng dalawang beses sa isang taon. Ang pagsagawa nito ay makakatulong sa iyo na gumanap nang mabilis sa susunod na emerhensiya.

Alam mo ba na lahat ng lokal na rumeresponde sa sunog, pagpapatupad ng batas at mga unang tagaresponde sa medikal na emerhensiya sa County ng San Diego ay binubuo lamang ng mas mababa sa 1% ng ating buong populasyon? Kaya mahalaga para sa ating lahat na maging handa sa isang planong pangkalamidad – upang ang ating mga unang tagaresponde ay makapokus sa isang kritikal na mga isyu ng kaligtasan sa buhay tuwing rumeresponde sa kalamidad.

ReadySanDiego.org
Prepare. Plan. Stay Informed.

Mga Kontak Tuwing Emerhensiya

Tukuyin ang mga kontak tuwing emerhensiya, kasama ang mga taong nakatira sa iyong lugar, na maaari mong kontakin sa panahon at pagkatapos ng kalamidad . Isaulo ang mga numero ng telepono, gumawa ng mga kopya nito at kunin ang mga ito.

Sa tuwing emerhensiya, ang mga serbisyo ng lokal na telepono ay maaaring magulo. Maaaring makipag-ugnay sa mga kontak na mahirap maabot nang mas mabilis sa telepono. Magtext sa halip na tumawag kung maari.

Kontak Tuwing Emerhensiya

Pangalan: ______________________________

Telepono sa Tahanan: ______________ Celfon: ______________

Email: ______________ Lokasyon: ______________

Kontak Tuwing Emerhensiya

Pangalan: ______________________________

Telepono sa Tahanan: ______________ Celfon: ______________

Email: ______________ Lokasyon: ______________

Kontak Tuwing Emerhensiya

Pangalan: ______________________________

Telepono sa Tahanan: ______________ Celfon: ______________

Email: ______________ Lokasyon: ______________

Kontak Tuwing Emerhensiya

Pangalan: ______________________________

Telepono sa Tahanan: ______________ Celfon: ______________

Email: ______________ Lokasyon: ______________

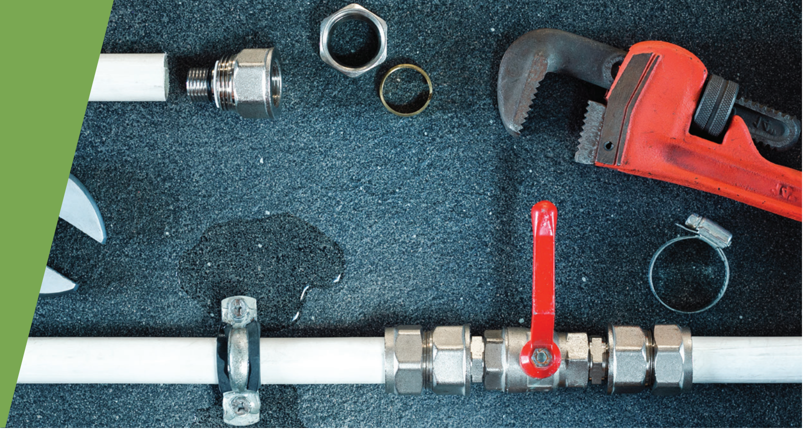
Gumawa ng Plano

☐ Maghanda ng Plano ng Paglisan

Gumuhit ng floorplan ng iyong tahanan sa ibaba. Tukuyin nang malinaw ang lokasyon ng lahat ng pangunahing eksit, kasama ang mga pintunan at mga bintana sa bawat silid. Markahan ang lokasyon ng sarahan ng iyong utilidad sa tahanan, ang iyong fire extinguisher, mga emergency supply kit, at first aid kit. Pag-aralan ng lahat ng mga tao sa tahanan ang planong ito at maging pamilyar dito.

- Magsagawa ng hakbang na plano upang lumisan sa iyong tahanan tuwing emerhensiya, tulad ng sunog.Sanayin ang planong ito dalawang beses sa isang taon.
- Siguraduhin na maaaring tanggalin ang lahat ng kandado at buksan ang mga pintuan at bintana. Kung kayo ay may mga safety bars sa iyong mga bintana, siguraduhin na madali itong tanggalin sa panahon ng emerhensiya.
- Kung kayo ay naninirahan sa isang tahanan na may ilang mga palapag o isang apartment na gusali, tukuyin ang isang ligtas na daan upang makarating sa patag nang maaga. Magsagawa ng espesyal na kaayusan para sa maliliit na mga bata, o sinuman sa iyong sambahayan na may limitadong paggalaw, may kapansanan o ibang access at mga pangangailangan.

Dapat alam ng lahat kung saan ang lokasyon ng iyong mga utilidad at paano isara ang mga ito.



▶ **Tandaan kung saan ang lokasyon nito sa iyong tahanan::**

Balbula ng Gas *: ______________________________

Balbula ng Tubig: ______________________________

Circuit Breaker: ______________________________

Override Manwal ng Pintuan ng Garahe: ______________________________

Mga Kagamitan na kailangan sa pagsara sa mga utilidad: ______________________________

*Kung ikaw ay nakakaamoy ng gas, nakakarinig o hinihinalaang may tagas, isara ang pangunahing balbula ng gas kaagad gamit ang liyabe, buksan ang bintana, at iwan ang lugar kaagad. **Huwag buksan ang mga ilaw o mga appliances, magsindi ng kandila o magliyab ng posporo. Huwag isara ang gas maliban na lamang kung may hinalang may tagas. Ang kompanya ng gas lamang ang maaaring magbalik ng serbisyo.**

☐ **Maglagay ng mga detektor ng usok at carbon monoxide** sa bawat baytang ng iyong tahanan at siguraduhin na gumagana ito nang tama. Suriin ang mga ito bawat buwan at palitan ang mga baterya kung kinakailangan. Palitan ang mga ito bawat 10 taon. Kung ikaw ay bingi, maglagay ng yumayanig na mga alarma at biswal na mga detektor ng usok.

☐ **Tukuyin ang dalawang lugar** kung saan ikaw at ang iyong mga miyembro ng iyong sambahayan ay magkikita kung kayo ay nagkahiwalay tuwing kalamidad. Isang direkta sa labas ng tahanan (tulad ng mailbox ng iyong kapit-bahay) at isang lokasyon sa labas ng iyong kabahayanan (tulad ng parke sa komunidad o pamilyar na paradahan). *Konsiderahin na iguhit din ito sa iyong floorplan sa nakaraang pahina.*

- Lokasyon kung saan magkikita sa labas ng iyong tahanan:

  ____

- Lokasyon saan magkikita sa labas ng iyong kabahayanan:

  ____

☐ **Tukuyin ang dalawang daan palabas** sa iyong kabahayanan at isulat sa ibaba. Tuwing emerhensiya, ang mga daanan ay maaaring sarado o sira. *Maaari ka ring maglakip ng mapa ng planong ito na may markang mga rota.*

1. ______________________________
2. ______________________________

Nakakatulong na Tip: *Siguraduhin na ang iyong mga sasakyan ay nakaharap sa iyong rota ng paglisan (nakaharap sa kalye o nakaharap sa eksit na daanan sa kalye).*

- [ ] **Kung ikaw ay may mga batang nasa paaralan o pumapasok sa kolehiyo,** alamin ang patakaran sa emerhensiya ng paaralan at tukuyin kung sino ang susundo sa iyong mga anak kung hindi ka pwede- at paano- tuwing kalamidad. Siguraduhin na alam ng paaralan ang iyong kasalukuyang kontak na impormasyon at mga taong awtorisadong magsundo sa iyong anak. *Maglakip ng kopya nito sa aklat ng iyong planong emerhensiya sa paaralan* .
- [ ] **Magsanay.** Matuto ng mga kasanayan na nakakasalba sa buhay tulad ng first aid at CPR (cardiopulmonary resuscitation).

Mga Paglisan: Ano ang Kailangang Malaman

May dalawang aspekto ng paglisan na inilunsad ng nagpapatupad ng batas tuwing emerhensiya: **Babala sa Paglisan** at **Kautusan sa Paglisan.** Kung nararamdaman mong hindi ka ligtas, lumisan nang maaga. Hindi mo kailangan ng isang babala sa paglisan upang umalis!

Kung ikaw ay nakakuha ng isang Babala sa Paglisan, ihanda ang sarili at ang lahat ng miyembro ng iyong sambahayan, kasama ang mga alaga at/o mga serbisyong hayop, na lumisan. Ang isang babala sa paglisan ay boluntaryo, ngunit kailangang intindihin ng mabuti, at ito ay mabilis na maging isang kautusan ng paglisan. Kung ikaw ay may mga pangangailangang medikal o limitado sa paggalaw, kailangan mong maghanda na umalis kung ang isang babala sa paglisan ay inilunsad. Ang mga taong may malalaking mga hayop, tulad ng mga kabayo at mga hayop sa bukid,ay kailangan ding magsimulang maglisan.

Kung ikaw ay nakakuha ng Kautusan sa Paglisan, umalis sa tahanan o trabaho kaagad. Ang isang kautusan sa paglisan ay mandatoryo – ito ay umiiwas mula sa kapahamakan at intindihin nang mabuti. Ang bigong pagsunod sa isang kautusan sa paglisan ay maaaring maging mapanganib sa iyong buhay at sa buhay ng iba. Kapag nakaalis sa lugar, hindi ka maaaring bumalik hangga't pinayagan ng kautusang paglisan ang pagbalik ng nagpapatupad ng batas.

Kung ikaw ay nasa tahanan, sa trabaho, o sa publikong lugar, mahalaga rin na isaalang-alang kung paano ka makakaalis kaagad at nang ligtas tuwing emerhensiya. Tukuyin ang mga hagdanan at mga eksit sa emerhensiya. Magbigay ng atensyon sa mga sinyaless ng paglisan na nakapaskil sa gusali, mga serbisyong transportasyon sa mga pampublikong mga lugar. Kung may sinuman sa iyong tahanan o sa iyong kabahayanan ang nangangailangan ng tulong sa paglisan, isaalang-alang na makipagtulungan nang maaga sa paggawa ng planong paglisan.

Ang bigong pagsunod sa kautusan ng paglisan ay maaaring mapanganib sa iyong buhay at ng iba.

Manatili-sa-Lugar o Shelter-in-Place

Sa ilang mga sitwasyon kasama ang kemikal na pagtagas at mga insidenteng kasama ang gasolina, langis o ibang mapanganib na mga materyales na may potensyal na nakalalasong amoy o usok, maaaring hilingin ng mga opisyal ng emerhensiya na manatili sa loob. Kung ikaw ay sinabihan na manatili-sa lugar o shelter-in-place, isaalang-alang ang mga sumusunod:

- Dalhin kaagad ang iyong pamilya at mga alaga sa loob.
- Isara ang mga pintuan at mga bintana, bentilasyon at apuyan o fireplace dampers. Ang pagsara sa aircon, sistema ng pagpapainit o forced-air heating systems, mga exhaust fans, ceiling fans at patuyuan ng mga damit.
- Kung ikaw ay sinabihan na iselyo ang silid, gumamit ng duct tape at plastik sa pagselyo ng mga pintuan, bentilasyon, labasan at mga bintana. Isara ang espasyo sa ilalim ng pinto ng basang twalya.
- Kung ang iyong mga bata ay nasa paaralan, huwag silang sunduin maliban na lamang kung sinabihan ka na gawin ito.

Pag-alisto at Babala

Ang mga ahensiya ng sunog, mga nagpapatupad ng batas at mga namamahala sa emerhensiya ay gumagamit ng iba't-ibang uri ng kagamitan sa pagbigay sa iyo ng kritikal, nakapagliligtas na impormasyon tuwing kalamidad.

Ang Wireless Emergency Alert

Ang sistemang Wireless Emergency Alert (WEA) ay isang sistemang pederal na pinapayagan ang isang lokal, estado at mga opisyal ng pederal na magpadala ng pang emerhensiyang text na abiso sa mga celfon. Halos lahat ng mga taong nasa abisong lugar ay makakakuha ng mensahe kung sila ay isang residente o bisita lamang. Ang karaniwang halimbawa nitong mga WEA na mga mensahe ay mga AMBER alerts o mga malubhang babala sa panahon. Hindi mo kailangang magpatala sa iyong telepono o magsagawa ng anumang aksyon sa pamamagitan ng sistemang ito.

AlertSanDiego
Get signed up. Get notified.

Ang AlertSanDiego

Ang AlertSanDiego ay ang pangmasang sistemang abiso ng emerhensiya na ginagamit ng mga pangunahing tagaresponde sa County ng San Diego na magpadala ng mga tagubilin sa paglisan at ibang mga impormasyon sa kalamidad sa pamamagitan ng pagtawag, text at email.

Ang mga numero ng telepono na nakalista at hindi nakalista ay nasa database ng AlertSanDiego database, ngunit, ang mga numero sa celfon, Voice over Internet Protocol (VoIP) numero ng telepono at mail addresses at hindi ay kailangan maitala. Ang mga residente ay maaaring humiling na makakuha ng impormasyon sa pamamagitan ng American Sign Language (Accessible AlertSanDiego).

Upang magpatala sa AlertSanDiego o Accessible AlertSanDiego, bumisita sa ReadySanDiego.org.

ALAMIN ANG IYONG MGA PANGANIB

Narito ang ilan sa pinakamapanganib na ating nararanasan sa ating rehiyon at ano ang maaaring gawin bago, tuwing at pagkatapos na maghanda at paano manatiling ligtas. Suriin ang bawat panganib at pag-aralan ang iyong panganib.

Upang malaman ang tungkol sa mga panganib na maaari mong maharap sa County ng San Diego at kung paano maghanda, bumista sa ReadySanDiego.org at i-klik ang "Alamin ang Tungkol sa Iyong mga Panganib".

Sa pamamagitan ng paghahanda at pag-plaplano, maaari mong maiwasan ang mga epekto ng sunog sa iyong tahan-an at komunidad.

Sunog

Ang sunog ay isang patuloy na panganib sa County ng San Diego, lalo na sa mga tahanan malapit sa mga bangin o rural na mga lugar. Ang mga tuyong dahon, mataas na temperatura sa Tag-init at Tag-lagas na pinaghalo sa pana-panahong malakas na hangin ng Santa Ana, ay bumubuo ng tumpak na kapaligiran para sa malubhang kondisyon ng sunog sa kagubatan. Sa pamamagitan ng paghahanda at pagplaplano, maaari mong iwasan ang mga epekto ng sunog sa iyong tahanan at komunidad.

BAGO: Maging Handa

- ☐ **Alamin ang dalawang paraan** upang lumabas sa bawat silid sa iyong tahanan at sa iyong kabahayanan.
- ☐ **Itago ang mga mahalagang mga dokumento** sa isang lalagyanan na hindi nasusunog at mga kopya sa iyong emergency supplies kit.
- ☐ **Alamin ang iyong mga kapit-bahay.** Kung may sinuman sa iyong tahanan ang nagangailangan ng tulong sa paglisan, isaalang-alang ang pagtutulungan nang maaga upang maisagawa ang planong paglisan.
- ☐ **Magsanay sa paglisan** ng dalawang beses sa isang taon.
- ☐ **Linisin ang mga 100 na pulgada para sa Espasyo ng Balwarte sa paligid ng iyong tahanan.** Tanggalin ang mga patay na mga puno, palumpong, basura at ibang mga dumi mula sa paligid ng iyong tahanan na maaaring makasimula ng sunog at maaaring maging mahirap para sa pangunahing tagaresponde na makapasok sa iyong tahanan tuwing sunog o emerhensiya.

Para sa karagdagang impormasyon kung paano maghanda para sa sunog sa kagubatan, bumisita at i- download ang **Ready, Set, Go! Guide** sa ReadySanDiego.org.

TUWING MAY SUNOG SA KAGUBATAN: Umaksyon! Manatiling Ligtas

Hindi mo kailangan na antayin ang isang opisyal na babala sa paglisan o kautusan mula sa mga opisyal ng pampublikong kaligtasan upang umalis. Kung nararamdaman mong hindi ka ligtas, lumisan nang maaga.

- **Umalis kaagad kung sinabihan** ka na lumisan ng iyong lokal na opisyal ng emerhensiya. Dalhin ang iyong nga suplay ng emerhensiya at siguraduhin na ang numero ng address ay nakikita mula sa ilabas.
- **Isara lahat ng mga pintuan at mga** bintana kapag lumilisan.
- **Kung ikaw ay nakulong, tumawag ng 911.** Iwan ang mga ilaw na bukas upang makatulong sa mga pangunahing tagaresponde na makita ang iyong tahanan.
- **Makinig sa radyo at subaybayan ang iyong telebisyon at telepono** para sa opisyal na impormasyon at mga alerto.
- **Gumamit ng sertipikadong N95 na maskara** para protektahan ang iyong baga mula sa mapanganib na usok sa hangain.

TUWING MAY SUNOG SA TAHANAN: Lumisan Kaagad

- **Huwag mag-antay, lumabas kaagad.** Gumapang upang maiwasan ang paglanghap ng init at usok at lumabas sa gusali kaagad. Kung ang iyong pangunahing labasan ay sarado gumamit ng ibang rota sa paglabas.
- **Tumawag sa 911** kapag ikaw ay ligtas sa labas ng iyong lugar ng antayan.
- **HUWAG bumalik sa loob ng isang nasusunog na gusali.** Kung may taong nakulong sa loob, sabihin sa mga pangunahing rumeresponde.
- **Kung ikaw ay nakulong,** nasarhan ng pinto, tumawag ng 911, at subukang isara ang bentilasyon at mga lamat sa paligid ng iyong pintuan ng isang twalya o tape upang maiwasan ang usok. Magsinyales ng tulong palabas ng bintana gamit ng isang tela o flashlight.
- **Kung ang iyong damit ay nasunog,** tumigil, humiga at gumulong.
- **Turuan ang mga bata** na huwag magtago mula sa mga bumbero.

Lindol

Ang County ng San Diego at tahanan ng ilang malalaking aktibong mga faults: Ang Rose Canyon Fault (baybayin, mula downtown, Old Town at La Jolla), at ang San Jacinto at Elsinore Faults na tumatakbo na hilaga at silangan na lugar ng bansa. Marami sa atin ang nakatira sa hindi lalampas sa 15 na milya mula sa fault. Ang mga faults na ito ay maaaring makapinsalang lindol na maaaring makasira sa mga daanan, transportasyon at mga serbisyo tulad ng tubig, gas at komunikasyon sa telepono nang ilang linggo o buwan.

Ang ilang mga faults, kilala rin bilang blind faults, ay nakatago sa ilalim ng hindi pantay na mga sedimento at malalaman lamang pagkatapos maganap ang isang lindol.

PAUNA: Maghanda

Nagaganap ang lindol nang may maliit na babala. Suriin nang mabuti ang iyong tahanan ngayon upang matukoy ang potensyal na pinsala at maiwasan ang panganib na maaaring mangamba sa iyong buhay at sa buhay ng ibang minamahal sa panahon ng lindol.

- [ ] **Ilipat ang mga mabibigat na bagay at malalaking mga dekorasyon sa palapag at mababang istante.**
- [ ] **Siguraduhin na ang mga malalaking muwebles, ref at mga elektronikong mga walls studs ay may panali.**
- [ ] **Maglagay ng mga kunsi at ibang mga kagamitan sa pagsara sa mga istante at pintuan ng mga cabinet.**
- [ ] **Siguraduhin na ang mga linya ng mga gas ay nakatali sa painitan at sa lahat ng mga**

pangunahing muwebles.

TUWING MAY LINDOL: Umaksyon! Manatiling Ligtas!

- **Dumapa** nang patag ng kamay at paa sa lupa, magtago sa ilalim ng matibay na mesa. Takpan ang iyong ulo at leeg gamit ang iyong kamay, at humawak hanggang tumigil ang pagyanig. Kung walang mesa, humawak sa mga dingding malayo sa bintana at protektahan ang iyong ulo at leeg gamit ang iyong kamay.
- **Kung** ikaw ay nasa labas, subukan na umalis sa isang lugar palayo sa gusali, mga dingding, salamin, puno, linya ng kuryente, sinyales, mga sasakyan o anumang mga potensyal na panganib. Dumapa. Tumakip, at humawak upang protektahan ang iyong sarili mula sa mga kalat.
- **Kung ikaw ay magmaneho,** itabi ang sasakyan sa daanan, tumigil, ilagay sa parking brake at maghintay sa loob hanggang tumigil ng pagyanig. Huwag tumigil sa ilalim overpasses, malapit sa linya ng kuryente, puno, o anumang malaking gusali na maaaring mahulog sa iyo.
- **Kung ikaw ay nasa kama,**manatili doon, tumingin sa baba upang protektahan ang mahalagang mga bahagi ng katawan. Humawak at takpan ang ulo at leeg gamit ang iyong kamay o isang unan malapit sa iyong ulo at antayin hanggang tumigil ang pagyanig.
- **Kung ikaw ay nasa wheelchair,** isarado ang gulong, takpan ang iyong ulo at leeg gamit ang iyong kamay, isang libro, o unan at humawak hanggang tumigil ang pagyanig.
- **Kung ikaw ay nasa baybayin,** antayin hanggang tumigil ang pagyanig at dahan-dahang pumunta sa kalupaan at pumunta agad sa mataas na lugar. Ang lindol ay nagdudulot ng lokal na tsunami na maaring makarating ng ilang minuto. Alamin ang rota ng paglisan pag may tsunami nang maaga at sundin ang mga tagubilin ng sinyales ng paglisan. Maglakad upang maiwasan ang trapik. Huwag mamasyal at lumayo mula sa baybaying-dagat.
- **Maghanda sa mga aftershocks.** Ito ay maaaring mangyari nang ilang minuto sa ilang buwan pagkatapos ng unang lindol at maaaring magdulot ng karagdagang pinsala sa mga gusali, daanan at mga serbisyo.
- **I-tsek ang iyong mga kapit-bahay.**

Magtago sa ilalim ng matibay na mesa at takpan ang iyong ulo at leeg gamit ang iyong kamay, at humawak hanggang tumigil ang pagyanig.

Kinakailangan lamang ng anim na pulgada ng gumagalaw na tubig upang matumba ang isang tao, at isang talampakan ng gumagalaw na tubig upang masagip ang isang sasakyan!

Pagbaha

Ang pagbaha ay isa sa mga pangkaraniwan at mahal na kalamidad sa Estados Unidos. Ang baha ay maaaring magdulot ng ibang kalamidad tulad ng kawalan ng kuryente, pagguho ng lupa, at mapanganib na flash flood. Ang mga kalat ay umaagos kapag malakas ang ulan mula sa basang lupa, na maaaring magdulot ng putik, bitak, at mabilis na pagdaloy ng kalat pababa. Ang mga lugar na nasunugan sa kagubatan, o "marka ng sunog" ay nasa peligro para sa flash flood at pagdalot ng kalat dahil sa kakulangan ng mga taniman at nasunog na lupa ay hindi makasip-sip ng tubig nang mabuti.

PAUNA: Maghanda

- **Alamin ang panganib sa pagbaha.** Kung ikaw ay nasa lugar na madalas ang pagbaha, o isang patag na bahain, isaalang-alang ang pagbili at muling baguhin ang insurance sa baha.
- **Subaybayin ang iyong TV, radyo, at celfon** para sa mga flood watches o babala tuwing malubha ang panahon.
- Kung inutusan, **patayin ang tubig at elektrisidad at tanggalin ang saksakan ng mga muwebles.**

TUWING BAHA: Manatiling Ligtas

- **Lumisan kaagad** kung sinabihan ka ng isang pambulikong opisyal na isagawa ito.
- **Huwag maglakad, lumangoy o tumalon** sa tubig baha.
- **Huwag mag-drive sa paligid ng mga harang.**
- **Lumayo sa mga tulay sa taas ng mga mabilis na umaagos na tubig.**
- **Iwasan ang mga linya nag kuryente.** Huwag hawakan ang mga kagamitang elektrikal kung ito ay basa o kung ikaw ay tumatayo sa tubig. Kung ligtas na gawin ito, patayin ang elektrisidad upang maiwasan ang makuryente.
- **Kung ikaw ay nakulong sa isang gusali,** pumunta sa mataas na papag. Huwag umakyat sa isang saradong attic. Ikaw ay maaaring makulong sa tumataas na tubig-baha. Pumunta sa bubong kung kinakalngan kinakailangan lamang, at sumenyal ng tulong .

Gumawa ng Isang Emergency Supply Kit

Lahat sa iyong sambahayan ay kailangan may pangunahing suplay kit na madaling kunin kapag may emerhensiya o kalamidad. Ang iyong kit ng emerhensiya ay dapat may sapat na suplay sa pagsustento sa iyo, sa iyong miyembro ng pamilya, mga alaga at/o serbisyong hayop nang **hanggang 3-5 araw kasunod** ng isang kalamidad. Iito ay kailangan nasa matibay na lalagyanan, tulad ng plastik bin, backpack o maliit na suitcase na may gulong.

Ang magandang balita: ikaw ay maaring maging handa sa ilang mga suplay sa iyong tahanan! Kapag gumagawa ng iyong kit, isipin kung saan ka nakatira at isaalang-alang ang tiyak na mga pangangailangn na meron ka. Ikaw ay kailangn gumawa ng tatlong (3) hiwalay na mga kits: isa para sa iyong tahanan, isa sa trabaho, at isa sa iyong sasakyan.

I-tsek ang mga bagay habang isinasagawa ito. Pag-aralan ang iyong kit kada anim (6) na buwan upang palitan ang nasira o bulok na mga bagay.

☐ Tubig – isang galon kada tao, kada araw
☐ Hindi nabubulok na pagkain
☐ Manwal na bukasan ng delata
☐ First aid kit & manwal
☐ Flashlight (solar o de baterya)
☐ Radyo (hand-crank o de baterya)
☐ Ekstrangmga baterya
☐ Salapi (maliit na salapi), mga ATM kard, traveler's checks
☐ Mga kopya ng mahalagang dokumento sa isang lalagyanan na hindi nababasa o silyadong bag (i.e. Social Security kard, driver's license, pasaporte, impormasyon ng insurance , medikal rekord, kasunduan sa paupahan, sertipiko sa kasalan at kapanganakan, cmga kopya ng kredit & ATM kard, utilidad)
☐ Preskripsyon ng medikasyon (isang linggong suplay) na may mga tagubilin sa dose
☐ Ekstrang susi sa bahay at sasakyan
☐ Portable charger nf ng celfon (solar o de baterya)
☐ Tukugan & mainit na kumot
☐ Ekstrang mga damit (mainit & malamig na panahon) para sa iyo at sa bawat miyembro ng iyong sambahayan
☐ Matibay na sapatos
☐ Papel/ kwaderno & lapis
☐ De papel na plato, plastik na baso & mga kagamitan
☐ Dust mask, plastic sheeting & duct tape (upang makatulong sa pagsala kontaminadong hangin)
☐ Liyabe o plays (upang isarado ang mga utilidad)
☐ Fire extinguisher
☐ Posporo sa isang hindi nababasang lalagyanan
☐ Libro, laruan, puzzles, deck kard ibang mga kagamitang libangan
☐ Pangsipol (upang magbigay ng senyales ng tulong)
☐ Lokal na mapa
☐ Mga retrato

Personal na Kagamitang Pangkalinisan

☐ Basang mga wipes o maliit na twalya
☐ Paper towels o mga napkin
☐ Bags ng basura ng iba't-ibang laki
☐ Toilet paper & tisyu
☐ Suplay ng pangkalinisan ng mga kababaihan
☐ Toothbrush & toothpaste
☐ Sabon & sabong panlaba
☐ Shampoo
☐ Deodorant

Kagamitang Pansanggol

☐ Diapers & wipes
☐ Pormula at/or pagkain ng bata
☐ Pampalit na damit & kumot

Huwag kalimutan ang iyong mga alaga at/o serbisyong hayop!

☐ Rekord ng pagkakakilanlan at imunisasyon
☐ Pagdala o kulungan
☐ Pagkain & tubig
☐ Panali
☐ Paboritong laruan
☐ Diyaryo, litter box & buhangin etc.
☐ Retrao ng iyong alaga at o serbisyong hayop

Ibang bagay na isaalang-alang

☐ Wheelchair, canes, braces at/o walker
☐ Kagamitang panulong sa pagkain
☐ Impormasyon ng pinagbilhan ng espesyal na kagamitan & (mga) gabay sa gumagamit
☐ Anumang karagdagang mga bagay na sa tingin mo ay mahalaga (hal. retrato, heirlooms, alahas,atbp.)

Glosaryo

Pag-access at Pangangailangan sa Pagsasagawa: Ang mga tao na maaaring nangangailangan bago, tuwing at pagkatapos ng emerhensiya sa mga lugar na isinasagawa, kasama ang: pagpapanatili ng pagiging pansarili, komunikasyon, transportasyon, pamamahala, at pangangalagang medikal. Ang mga indibidwal na kailangan ng karagdagang tulong ay maaaring mga taong may kapansanan (i.e.bulag o mababang bisyon, bingi o hirap sa pagdinig, limitadong paggalaw), nakakatandang mga adulto, mga bata, taong may limitadong kahusayan sa pananalita ng Ingles (o hindi nagsasalita ng Ingles), taong may kahirapan sa transportasyon, o naninirahan sa mga institusyon na lugar.

Bantay sa Malubhang Init: Ito ay inisyu ng National Weather Service kapag may mataas na panganob panganib sa heat wave,ngunit hindi alam ang kapanahunan.

Malubhang Panganib sa Init: Ito ay inisyu ng National Weather Service kapag malubhang mapanganib ang kondisyon ng init na inaasahan sa isang tiyak na lugar. Ang isang babala ay karaniwang iniisyu kapag nasa maksimong taas ng temperatura ay inaasahan sa 105° Fahrenheit o mas mataas ng 2 araw, at ang temperatura ng hangin sa gabi ay hindi bumababa sa 75° Fahrenheit. Hanapin ang lokasyon ng County Cool Zone at mga kaligtasang tips sa CoolZones.org.

Bantay sa Baha: Ang baha ay posible sa lugar. Istek ang forecast at maghanda na lumisan sa mataas na lugar.

Babala sa Baha: Inaasahan ang baha, at kinakailangan ang aksyon na manatiling ligtas. Lumisan sa mas mataas na lugar kaagad, gumamit ng maigting na ingat sa sa pagmamaneho at itsek ang forecast updates.

Saradong mga Daanan Hard : Ang (mga) daanan ay sarado sa lahat ng trapik, maliban sa sunog at mga ytauhan ng nagpapatupad ng batas.

Saradong mga Daanan Soft : Ang (mga) daanan ay nakasara sa lahat ng trapik, maliban sa mga tauhan ng sunog at nagpapatupad ng batas at Critical Incident Resources (i.e.kompanya ng utilidad, Kupon ng pagtasa sa Pinsala, Caltrans, County Public Works, etc.)

Sarado sa mga Residente Lamang: Ang mga saradong daanan soft na may ilang mga residente at lokal na nga ahensiya ng gobyerno na tumutulong sa pagresponde sa kalamidad at pagpapagaling.

Tuluyan: Isang maiksing termino sa mga lumilisan sa tahanan kung ang kalamidad o isang malaking insidente ang nangangailangan ng tao na lumisan sa kanilang mga tahanan sa isa o ilang gabi. Ang mga tuluyan ay nagbibigay ng mga serbisyo at mga pagkain at pinamamahalaan ng American Red Cross.

Pansamantalang Lugar ng Paglisan : Isang lokasyon na tinukoy ng mga Nagpapatupad ng Batas o Sunog bilang pansamantalang lugar sa paglisan o isang malaking insidente ang naganap. Hindi kasama ng magdamag na o pagbigay ng mga serbisyo sa mga lumisan.

Bantay sa Tsunami : Ang isang lindol ay naganap, at posibleng maganap ang tsunami. Alamin ang karagdagang impormasyon at maghanda sa aksyon ng paglisan kung kinakailangan.

Tsunami Advisory: Ang isang tsunami ay inaasahan o nagaganap, na may potensyal na malakas na mga alon at malapit sa baybaying-dagat. Umiwas sa katubigan, mga dalampasigan at mga daluyan ng tubig, Sundin lahat ang mga tagubilin mula sa mga lokal na opisyal.

Babala sa Tsunami: Ang tsunami na maaaring magdulot ng baha ay inaasahan o nagaganap. Mapanganib ang pagbaha sa baybaying-dagat at malakas na alon ay posible. Rinerekomenda ang paglisan. Lumipat sa kalupaan at sa mataas na lugar kaagad. Sumunod sa mga sinyales ng paglisan sa tsunami at mga tagubilin mula sa lokal na mga opsiyal.

Ibang mga Pinagkukunan & Mabilis na Paalala

- Website ng Paghahanda ng County: **ReadySanDiego.org**.
- Irehistro ang iyong numero ng celfon, numero ng VoIP na telepono at email sa **ReadySanDiego.org/AlertSanDiego**.
- I-download ang libreng app ng Emerhensiya ng SD , na magagamit sa Ingles o Espanyol para sa iOS at mga Android mobile devices. Bumisita sa **ReadySanDiego.org/SDEmergencyApp**.
- Tuwing emerhensiya, bumisita sa **SDCountyEmergency.com** o ang SD Emergency App para sa update sa insidente, lokasyon ng tuluyan, lugar ng paglisan, mapanganib na lugar, opisyal na social media feeds, at iba pa.
- Ang pangunahing Emergency Alert System sa estasyon ng radyo para sa County ng San Diego ay KOGO AM 600 at KLSD AM 1360.
- Para sa impormasyon sa pagpapagaling, bumisita sa **SDCountyRecovery.com**.
- Para sa hindi pang-emerhensiya na mga katanungan at update sa kalamidad, tumawag sa 211.
- Kung ikaw ay nakararanas ng panganib sa iyong buhay, tumawag sa 911.
- Sumali sa Community Emergency Response Team (CERT): **ReadySanDiego.org/get_involved**.
- Sundan kami sa Twitter: **Twitter.com/ReadySanDiego** (Ingles) o **Twitter.com/ListoSanDiego** (Espanyol).
- Bumisita sa aming Facebook page: **Facebook.com/ReadySanDiego**.

Mga Tips sa Kaligtasan sa Tubig:

Tuwing emerhensiya, maaari mong linisan ang tubig sa pamamagitan ng paghalo ng 16 na patak ng karaniwang likido ng bleach kada galon ng tubig. Huwag gumamit ng may pabango, ligtas sa kulay o mga bleaches na may dagdag na panlinis.

Ang pagpapakulo ang pinakaligtas na paraan ng paglinis sa tubig. Sa isang malaking lutuan o kalan,pakuluin ng isang minuto.

Palamigin ang tubig bago inumin.

ReadySanDiego.org
Prepare. Plan. Stay Informed.

Ang impormasyon na ipirinisenta sa planong ito ay pinaniniwalaang tumpak at praktikal na halaga sa paghahanda sa kalamidad, ngunit, walang garantiya ang maibibigay na ang gabay na ipirinisenta ay magbibigay ng proteksyon. Ang County ng San Diego, ang County of San Diego Office of Emergency Services, ang Unified San Diego County Emergency Services Organization, ang Unified Disaster Council at bawat mga opisyal ng organisayon, mga empleyado, at mga ahente, ay tumatanggap ng layabilidad para sa katumpakan, pagiging kumpleto o paggamit ng anumang impormasyon, produkto, o nailarawan o pinagbigyay alam dito.

County ng San Diego
Opisina ng mga Serbisyo ng Emerhensiya
5580 Overland Ave., Suite 100, San Diego, CA 92123-1294
Telepono: (858) 565-3490 | Fax: (858) 565-3499

Ang dokumentong ito ay hinanda sa ilalim ng ipinagkaloob mula sa FEMA's Grant Programs Directorate, U.S. Department of Homeland Security. Ang mga pananaw at opinyon na ipinahayag sa dokumentong ito ay para sa mga may-katha at hindi kinakailangan na kinatawan ng opisyal na posisyon o mga patakaran ng FEMA's Grant Programs Directorate o ang U.S. Department of Homeland Security.