**តារាង​ត្រួតពិនិត្យប្រអប់សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់ពេលមានអាសន្ន**

ចាប់ផ្ដើមបង្កើតប្រអប់សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់ពេលមានអាសន្នជាមូលដ្ឋាន។ បន្ថែមសម្ភារៈទៅក្នុងប្រអប់តាមតម្រូវការ។ រៀបចំប្រអប់សម្ភារៈទៅតាមតម្រូវការជាក់ស្តែង​របស់អ្នក។ រួមបញ្ចូលនូវសម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ការស្នាក់នៅផ្ទះដោយគ្មានទឹក ឬអគ្គិសនី និងសម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់​ការចាក​ចេញ​ពីផ្ទះជាប្រញាប់។ រក្សាទុកប្រអប់សម្ភារៈរបស់អ្នកនៅកន្លែងស្ងួតដែលងាយស្រួលយក។ ពិនិត្យមើលប្រអប់សម្ភារៈរបស់អ្នកឡើងវិញរៀងរាល់ប្រាំមួយខែម្ដង ដើម្បីជំនួសសម្ភារៈដែលផុតកំណត់ប្រើប្រាស់ ឬតាមរដូវកាល។

**សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ការស្នាក់នៅផ្ទះ ឬចាកចេញពីផ្ទះ**

* ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងពេលមានអាសន្ន
* សំណៅនៃឯកសារសំខាន់ៗ
* ឱសថតាមវេជ្ជបញ្ជា និងវ៉ែនតា
* ឆ្នាំងសាកទូរសព្ទ និងកញ្ចប់ថ្ម
* សាច់ប្រាក់ ឬមូលប្បទានបត្រសម្រាប់អ្នកធ្វើដំណើរ
* របាំងម៉ាស់ការពារមុខ
* កញ្ចែសម្រាប់ផ្ដល់សញ្ញាសុំជំនួយ
* ខោទឹកនោម ក្រណាត់សើម អាហារទារក ម្សៅទឹកដោះ ប្រសិនបើចាំបាច់
* អាហារ សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់ កំណត់ត្រាចាក់វ៉ាក់សាំង ស្លាកពាក់ក ទ្រុងសម្រាប់សត្វចិញ្ចឹម ប្រសិនបើចាំបាច់

**សម្ភារៈសម្រាប់ការស្នាក់នៅផ្ទះ (ការស្ថិតនៅទីតាំងក្នុងអគារដែលមានសុវត្ថិភាព ការធ្វើចត្តាឡីស័ក ឬការនៅដាច់ដោយឡែក)**

* ទឹកដប (1ហ្គាឡិន សម្រាប់មនុស្សម្នាក់ ក្នុងមួយថ្ងៃ សម្រាប់រយៈពេល 3ថ្ងៃ)
* អាហារកំប៉ុង ឬអាហារដែលមិនផ្អូមខូច
* ឧបករណ៍គាស់កំប៉ុងដោយដៃ
* ពិលឬចង្កៀងដែលមានថ្មបន្ថែមផង
* ប្រអប់សង្គ្រោះបឋម និងទែរម៉ូម៉ែត្រ
* វិទ្យុ (ដំណើរការដោយថ្ម ឬម៉ារ៉ាវេនរវៃដៃ) ដោយមានថ្មបន្ថែមផង
* ឈើគូសដាក់នៅក្នុងប្រអប់ការពារជ្រាបទឹក
* ភ្នាក់ងារលាងសម្អាត ឬសម្លាប់មេរោគសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ

**សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ការចាកចេញពីផ្ទះ (ការជម្លៀស)**

* សម្លៀកបំពាក់សម្រាប់ផ្លាស់ប្ដូរ និងស្បែកជើងដែលជាប់ធន់ (ក្នុងមនុស្សម្នាក់)
* ឧបករណ៍ទំនាក់ទំនង ប្រសិនបើចាំបាច់
* បរិក្ខារពេទ្យ ប្រសិនបើចាំបាច់
* សម្ភារៈអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន
* ថង់សម្រាប់ដេក ឬភួយ (ក្នុងមនុស្សម្នាក់)

**ទំនាក់ទំនងសម្រាប់គ្រួសាររបស់យើង**

**ក្នុងតំបន់**

ឈ្មោះ៖

លេខទូរសព្ទ៖

អ៊ីម៉េល៖

**នៅរដ្ឋផ្សេង**

ឈ្មោះ៖

លេខទូរសព្ទ៖

អ៊ីម៉េល៖

**ទីកន្លែងជួបគ្នាសម្រាប់គ្រួសាររបស់យើង**

នៅជិតផ្ទះរបស់យើង៖

នៅក្រៅភូមិដ្ឋានរបស់យើង៖

Mass.gov/BePrepared

**ផែនការសកម្មភាពពេលមានអាសន្នសម្រាប់គ្រួសារ**

* បង្កើតតារាងទំនាក់ទំនងសម្រាប់គ្រប់គ្នាដែលរស់នៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។ រួមទាំងលេខទូរសព្ទកន្លែងការងារ សាលារៀន និងទូរសព្ទដៃ។
* ជ្រើសរើសមិត្តភ័ក្តិម្នាក់ដែលរស់នៅរដ្ឋផ្សេង និងមិត្តភ័ក្តិម្នាក់ទៀតដែលរស់នៅជិតអ្នក ធ្វើជាបុគ្គល​ទំនាក់​ទំនង​សម្រាប់​គ្រួសាររបស់អ្នក។
* ធ្វើផែនការជម្លៀស និងជ្រើសរើសទីតាំងជួបគ្នាសម្រាប់គ្រួសាររបស់អ្នកនៅក្បែរផ្ទះរបស់អ្នក និងទីតាំងមួយកន្លែង​ទៀត​នៅក្រៅភូមិដ្ឋានរបស់អ្នក។
* ស្វែងយល់ពីរបៀបដែលសាលារៀនរបស់កូនៗអ្នកនឹងដោះស្រាយជាមួយគ្រោះអាសន្ននានា។ សួរអំពីទីកន្លែងដែលសិស្សនឹងទៅប្រសិនបើត្រូវជម្លៀស របៀបដែលសាលានឹងជូនដំណឹង​ដល់អ្នក និងរបៀប​ដែល​អ្នក​នឹង​ជួបកូនរបស់អ្នក។
* បើកប្រព័ន្ធជូនដំណឹងពេលមានអាសន្ននៅលើទូរសព្ទដៃនិងឧបករណ៍នានារបស់អ្នក។
* ពិនិត្យមើលផែនការត្រៀមខ្លួនពេលមានអាសន្នរបស់ទីប្រជុំជន/ទីក្រុងរបស់អ្នក។
* ចាប់ផ្ដើមបង្កើតប្រអប់សម្ភារៈផ្គត់ផ្គង់ពេលមានអាសន្ន។ បន្ថែមសម្ភារៈទៅក្នុងប្រអប់តាមតម្រូវការ។

**ព័ត៌មានគ្រួសារសំខាន់ៗ**

បំពេញព័ត៌មាន​នេះសម្រាប់បុគ្គលនីមួយៗដែលរស់នៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក និងធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពតាម​ការចាំបាច់។ រក្សាទុកព័ត៌មាននេះនៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលអ្នកអាចនឹងត្រូវការវា។

**ឈ្មោះ៖**

លេខទូរសព្ទ៖

អាសយដ្ឋានកន្លែងធ្វើការ/សាលារៀន៖

ទីតាំងជម្លៀសទៅ៖

ជំនួយដែលត្រូវការ៖

ព័ត៌មានវេជ្ជសាស្ត្រ៖

**ឈ្មោះ៖**

លេខទូរសព្ទ៖

អាសយដ្ឋានកន្លែងធ្វើការ/សាលារៀន៖

ទីតាំងជម្លៀសទៅ៖

ជំនួយដែលត្រូវការ៖

ព័ត៌មានវេជ្ជសាស្ត្រ៖

**ឈ្មោះ៖**

លេខទូរសព្ទ៖

អាសយដ្ឋានកន្លែងធ្វើការ/សាលារៀន៖

ទីតាំងជម្លៀសទៅ៖

ជំនួយដែលត្រូវការ៖

ព័ត៌មានវេជ្ជសាស្ត្រ៖

mass.gov/BePrepared