**公共健康緊急計劃指引**

**準備要點**

* 保持警覺
* 預先計劃
* 準備就緒

緊急事件可隨時發生。 立即採取幾個簡單步驟以為自己、家人及社區作好準備。

如欲了解更多，請瀏覽： **mass.gov/knowplanprepare**

作好準備－為個人及家庭作好準備

您可透過建立一個家庭準備計劃以作出緊急天氣、停電及其他事件的規劃行動。 不論是跟隨室內避難的建議留在家中或疏散家庭及鄰近地區，隨時保持警覺、預先計劃及準備就緒。

保持警覺：

必需與家人溝通以確保所有人的安全。 準備好簡單的規劃，包括手機、文字短訊及電郵限制服務的應變計劃。 確保家庭所有人於地區或州外都有共同的聯絡人，以讓家人可找到您和您的親人。

登記緊急警報及致電2-1-1以查詢您的社區可提供的緊急健康及支援服務。

預先計劃：

當您規劃緊急計劃時，想一想您的家人的健康需要、弱點及能力。 不論您留在家中或疏散到不同地區，緊急計劃可保護您和家人的安全。

準備就緒：

每個家庭都應預備一個基本應急箱以於發生任何緊急事件時使用。 把您的應急箱放於乾燥及容易觸及的地方。 每隔六個月檢查您的應急箱，以查看及替換過期用品。 即使每人的應急箱都應該配備某些物品，但按照您及家人的需要預備應急箱至關重要。

對於有使用及功能需要的人士的考慮

每人均有獨特的需要及能力，因此準備計劃亦應獨一無二。 想想您自己的處境，讓您可為緊急事件作更好的預備。 若有人倚賴您就通訊、醫療、交通、監管或其他需要提供協助，請作出更多的準備以保護自己及別人。

mass.gov/knowplanprepare

**家庭緊急行動計劃**

* 為每名家庭成員建立聯絡表，包括工作、學校及手機號碼。
* 選一名住於就近的州外朋友或其他人士作為您的家庭的聯絡人。
* 準備應急箱。
* 檢視您的城鎮／城市的緊急準備計劃。
* 向地區公共安全官員查詢有關地區通報系統及如何登記。
* 制定疏散計劃，並為家人預訂一個家庭附近及一個區外的會合地點。
* 查詢您的孩子的學校如何處理緊急狀況，包括學生的疏散地點、學校會如何通知您以及您如何與孩子會合。

**緊急聯絡人： (姓名、電郵及手機資訊)**

本地：

州外：

**會合地點：**

家附近：

區外：

紀錄您的家人經常逗留的地點，並了解該等地方的指定緊急計劃。

**的工作／學校地點：**

地址：

電話：

疏散地點：

**的工作／學校地點：**

地址：

電話：

疏散地點：

**的學校地點：**

地址：

電話：

疏散地點：

**的學校地點：**

地址：

電話：

疏散地點：

**家庭緊急聯絡表**

為每名家人填寫下列資訊，並按需要更新。

**姓名：**

手機號碼：

重要醫療資訊：

**姓名：**

手機號碼：

重要醫療資訊：

**姓名：**

手機號碼：

重要醫療資訊：

**姓名：**

手機號碼：

重要醫療資訊：

**姓名：**

手機號碼：

重要醫療資訊：

**應急箱**

每個家庭都應預備一個應急箱。 應急箱可於缺水、缺電的情況下提供基本物品或其他必需服務。 詳情請瀏覽mass.gov/mema/ready。

* 樽裝水（每人／每日1加侖，3日份量）
* 罐頭食物及不易變壞的食物
* 手動開罐器
* 收音機（乾電池或手動），準備額外電池
* 手電筒或提燈，準備額外電池
* 急救箱
* 紙尿片、紙巾、嬰兒食物、奶粉（如需要）
* 寵物食品、日常用品、標籤、板箱（如需要）
* 處方藥物及眼鏡
* 重要文件副本
* 示意援助的汽笛
* 睡袋或毛毯（每人）
* 更換衣物及堅固鞋子（每人）
* 個人衞生用品
* 放於防水盒子的火柴
* 現金或旅行支票

**其他資源**

麻薩諸塞州公共衛生部 (Massachusetts Department of Public Health)

**Mass.gov/knowplanprepare**

MA Responds

**MAResponds.org**

麻薩諸塞州醫療儲備機構（Medical Reserve Corps of Massachusetts）

**MAMedicalreservecorps.org**

麻薩諸塞州緊急事件處理中心（Massachusetts Emergency Management Agency）

**Mass.gov/mema/ready**

聯邦緊急事件處理中心（Federal Emergency Management Agency）

**Ready.gov**

**Listo.gov**

Mass211

**Mass211.org**

薩諸塞州公共衛生部 (Massachusetts Department of Public Health)