

Cẩm nang **Sẵn sàng** Trường hợp Khẩn cấp

Dành cho người sống
trong nhà ở xã hội



INNER SYDNEY VOICE
regional social development council

Mục lục

Tại sao tôi cần phải chuẩn bị?	3
Những số điện thoại quan trọng	4
Bước 1: Biết được các ký hiệu	6
Bước 2: Điều gì có thể tác động tới bạn?	12
Bước 3: Lập kế hoạch ngay	16
Bước 4: Hãy nhớ	18
Bước 5: Trông chừng lẫn nhau	19
Danh sách kiểm tra	20

© Inner Sydney Voice 2020

Cẩm nang này được Inner Sydney Voice kết hợp với ủy ban Thích ứng Cộng đồng Redfern và Surry Hills soạn thảo. Chúng tôi tin rằng kiến thức về địa phương của cư dân và trải nghiệm sống trong cộng đồng của họ cần phải là trung tâm của việc đề ra quyết định, nên chúng tôi đã làm việc chặt chẽ cùng cộng đồng để soạn thảo Cẩm nang này, gồm các thông tin quan trọng về cách chuẩn bị cho tình huống khẩn cấp.

Một số dịch vụ khẩn cấp, cơ quan chính phủ, tổ chức cộng đồng và những người sống trong nhà ở xã hội đã góp phần tạo nên cẩm nang này, được điều phối qua Ủy ban Thích ứng Cộng đồng Redfern và Surry Hills.

Để nhận bản sao của tập sách này, hoặc để được phép sử dụng, hãy liên lạc Inner Sydney Voice qua:

Điện thoại: (02) 9698 7690
Email: admin@innersydneyvoice.org.au
www.innersydneyvoice.org.au



CITY OF SYDNEY



Communities
& Justice

the
power
of
humanity



Tại sao tôi nên chuẩn bị?

Các tình huống khẩn cấp xảy ra bất kỳ lúc nào và thường là khi chúng ta ít ngờ nhất. Lũ lụt, bão, hỏa hoạn và các đợt khí nóng có thể hủy hoại nhà bạn và khiến bạn phải rời nhà một thời gian. Những sự kiện như vậy có tính phá hủy nhưng chúng ta có thể giảm sự căng thẳng và khó khăn xảy ra sau đó bằng cách thực hiện một số bước đơn giản ngay bây giờ.

Biết được những trường hợp khẩn cấp có thể tác động tới bạn, lập kế hoạch những việc bạn sẽ làm, làm cho nhà bạn sẵn sàng, nhận thức được khi nào có điều gì đó sẽ xảy ra, và trông chừng lẫn nhau là những điều rất quan trọng cần xem xét **trước khi** một trường hợp khẩn cấp xảy ra.

Đây là hướng dẫn năm bước để 'sẵn sàng trong tình huống khẩn cấp'.

Hãy sử dụng cẩm nang này để tìm hiểu thêm về cách bạn có thể chuẩn bị tốt hơn trong **hôm nay**.

1.

**Biết được
các ký
hiệu**



2.

**Điều gì
có thể tác
động tới
bạn?**



3.

**Lập kế
hoạch
ngay**



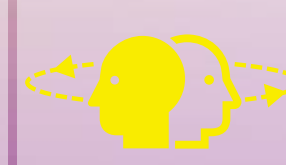
4.

**Nhận
biết**



5.

**Trông
chừng lẫn
nhau**



Những số điện thoại quan trọng

Số điện thoại liên lạc trong trường hợp khẩn cấp đe dọa tính mạng



Xe cứu thương
000



**Cảnh sát NSW
000**



Cứu hỏa và Cứu nạn NSW 000

Số liên lạc quan trọng

Các tổ chức có thể cung cấp tư vấn hoặc trợ giúp



Trung tâm Liên lạc thuộc Bộ Cộng đồng và Công lý (Gia cư)
1800 422 322



Dịch vụ Khẩn cấp Tiểu bang NSW (NSW SES)
132 500



Hội đồng thành phố Sydney
02 9265 9333
council@cityofsydney.nsw.gov.au



Inner Sydney Voice
02 9698 7690



Dịch vụ Cộng đồng Counterpoint
02 9698 9569

Những số điện thoại quan trọng của tôi

Ai là người bạn cần liên lạc trong trường hợp khẩn cấp? (ví dụ, người chăm sóc, nhân viên trợ giúp, họ hàng, bạn bè, gia đình, bác sĩ, dược sĩ, người liên lạc khẩn cấp)

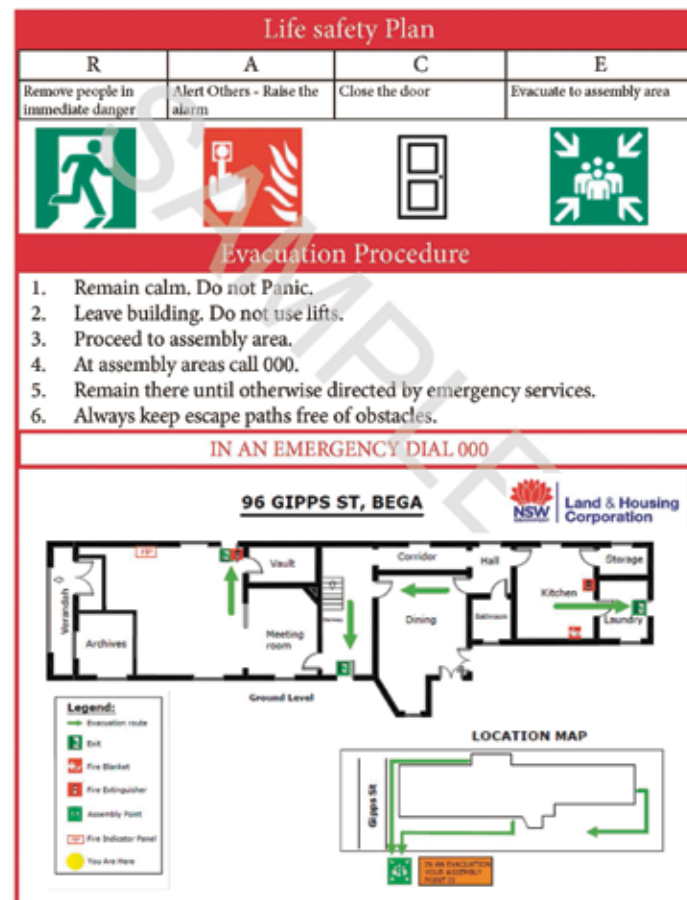
This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

1. Biết được các ký hiệu



Điều quan trọng là cần phải biết nhà bạn có những hệ thống an toàn gì, chúng có ý nghĩa với bạn ra sao và cách chúng có thể bảo vệ gia đình và bản thân bạn trong trường hợp khẩn cấp.

Ví dụ sơ đồ thoát nạn



Nói chung, bạn sẽ tìm thấy sơ đồ ở mặt sau cửa ra vào nếu tòa nhà bạn ở cao hơn 3 tầng.

Sơ đồ này chỉ đường bạn cần đi theo trong trường hợp khẩn cấp để thoát thân từ vị trí của bạn đến địa điểm tập trung bên ngoài tòa nhà một cách an toàn. Đó là nơi bạn sẽ phải chờ đợi cùng hàng xóm trong khi dịch vụ khẩn cấp đối phó với sự việc.

Điều quan trọng là bạn phải di chuyển nhanh và bình tĩnh tới khu vực tập trung vì vậy tốt nhất là bạn nên xem sơ đồ này và làm quen với điểm đến và cách tới đó.

Nhân viên dịch vụ khẩn cấp (Cảnh sát, Cứu hỏa và Cứu nạn, SES) sẽ sẵn sàng trợ giúp và hướng dẫn mọi người những việc cần làm. Nhân viên gia cư DCJ (Nhân viên Dịch vụ Khách hàng) cũng có thể tham gia – đặc biệt nếu trường hợp khẩn cấp xảy ra trong giờ làm việc.

Nếu Sơ đồ Thoát hiểm tại địa điểm của bạn bị hư hại, không thể đọc được hoặc bị mất thì hãy báo cho Nhân viên Dịch vụ Khách hàng biết hoặc gọi Trung tâm Liên lạc Gia cư để được thay thế. Một ngày nào đó bạn sẽ cần nó!

Sau khi đã tới khu vực tập trung, bạn sẽ phải ở đó cho tới khi an toàn mới được rời đi. Nhân viên dịch vụ khẩn cấp sẽ cho mọi người biết thời điểm và cách thức bạn có thể trở về nhà. Nhân viên Dịch vụ Khách hàng cũng có thể tham gia giúp đỡ.

Âm thanh báo động



Cảnh báo – ‘Bíp Bíp

Hãy biết tình huống có thể khẩn cấp đang xảy ra. Chuẩn bị có thể phải sơ tán.



Sơ tán – ‘Wúp Wúp

Khi bạn nghe thấy âm thanh này, hãy sơ tán khỏi tòa nhà bằng cách sử dụng lối thoát hiểm gần nhất và tới khu vực tập trung.



Sơ tán – Chuông reo Liên tục

Tòa nhà của bạn cũng có thể bật chuông báo cháy kêu liên tục.

2. Điều gì có thể tác động tới bạn?

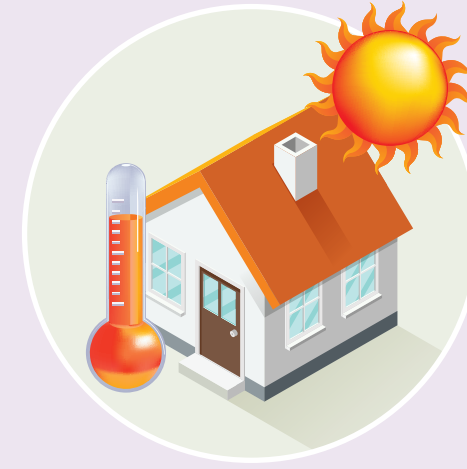


Hãy nghĩ về khu vực bạn sống và những loại trường hợp khẩn cấp có thể ảnh hưởng tới bạn.



Bão

Bão có thể xảy ra bất cứ lúc nào và có thể gây thiệt hại do mưa lớn, gió, mưa đá và sét. Chúng có thể tác động tới cây cối, đường dây điện, mái nhà, cửa sổ và các đồ vật bên ngoài nhà. Lạch nước, sông và các thủy lộ khác có thể chảy nhanh và gây ra lụt tại các khu vực không thường xuyên bị lụt lội.



Đợt khí nóng

Đợt khí nóng hoặc khoảng thời gian dài cực nóng có thể có tác động nghiêm trọng đối với sức khỏe con người. Bạn có thể bị chuột rút do nhiệt, kiệt sức do nóng hoặc thậm chí là say nắng. Nếu bạn bị các bệnh mạn tính thì bệnh trạng của bạn có thể trầm trọng hơn trong thời gian có khí hậu nóng.

Những điều cần làm trước đó?



Lắng nghe đài phát thanh địa phương và các phương tiện truyền thông khác để biết về các cảnh báo thời tiết. ABC 702 là dịch vụ phát thanh SES chính thức dành cho lũ lụt và bão.



Chọn một phòng không có cửa sổ để bạn trú ẩn.



Đậu xe ô tô dưới mái che cách xa tán cây, đường dây điện hoặc cống thoát nước có thể bị lụt.

Những điều cần làm trong khi xảy ra bão?



Đóng rèm che/màn cửa và di chuyển xa cửa sổ.



Đi vào trong nhà, đưa trẻ em và thú cưng theo cùng.



Nếu bị kẹt ngoài trời thì trú ẩn để tránh bị sét, mưa đá, cành cây rơi và nước lụt dâng cao.



Cột chặt bất kỳ đồ vật rời nào trên ban công có thể bị gió thổi bay đi.

Những điều cần làm trước đó?



Đóng rèm gió, màn cửa và mái hiên che vào đầu mỗi ngày để ngăn ánh sáng mặt trời chiếu vào nhà bạn càng nhiều càng tốt.



Kiểm tra tủ lạnh, tủ đá, quạt và điều hòa không khí để đảm bảo chúng hoạt động đúng cách.



Kiểm tra xem nhà bạn có thông gió tốt hay không mà không ảnh hưởng gì tới an ninh.



Tính đến việc mua các gói chườm mát để trong tủ lạnh hoặc tủ đá nhằm giúp bạn hạ nhiệt nếu cần.



Nhờ tư vấn y tế để hỏi xem nhiệt độ cực nóng có thể ảnh hưởng tới thuốc men hay bệnh trạng của bạn như thế nào.

Những điều cần làm trong khi có đợt khí nóng?



Tới "Điểm Mát" trong cộng đồng và tìm cách thức di chuyển nào mát mẻ để đến đó, ví dụ như phương tiện giao thông công cộng hoặc của cộng đồng. Thư viện và trung tâm mua sắm là nơi có không gian lớn được điều hòa không khí mà bạn có thể tới giải nhiệt.



Uống từng ngụm nhỏ nước mát. Tắm đứng, tắm bồn hoặc tắm với tắm bọt biển bằng nước mát.



Đặt các gói làm mát vào dưới nách, trên háng hoặc phía sau cổ để giảm thân nhiệt.



Tránh bị mất nước bằng cách uống nhiều nước. Tránh trà, cà-phê hoặc rượu.

Cần sự trợ giúp?

NSW SES có các tình nguyện viên có thể trợ giúp khẩn cấp, ngắn hạn để giúp ngăn ngừa thiệt hại thêm đối với tài sản của bạn. Để được trợ giúp khẩn cấp, vui lòng gọi NSW SES qua số 132 500. Nhưng nếu vấn đề liên quan tới sửa chữa và bảo trì thì hãy liên lạc Trung tâm liên lạc thuộc Bộ Cộng đồng và Công lý (Gia cư) qua số 1800 422 322.

Cần sự trợ giúp?

Cơ quan Khí tượng dự báo các đợt khí nóng và tư vấn cho Health NSW. Health NSW sẽ phát thông báo và tư vấn thông qua các phương tiện truyền thông và các hội đồng thành phố địa phương bị tác động bởi đợt khí nóng có thể xảy ra. Trong những trường hợp khẩn cấp đe dọa tính mạng hãy gọi BA SỐ KHÔNG (000) và yêu cầu xe cứu thương tới.

2. Điều gì có thể tác động tới bạn?



Nghĩ về khu vực mà bạn sống và loại trường hợp khẩn cấp có thể ảnh hưởng tới bạn.



Hỏa hoạn

Nguyên nhân hàng đầu gây cháy nhà tại NSW là bỏ quên đồ ăn đang nấu. Lò sưởi, nến, bình ga di chuyển được và mặt nấu của bếp lò, hút thuốc lá là những nguyên nhân gây hỏa hoạn phổ biến khác. Đám cháy có thể lan rất nhanh.



Lũ lụt

Lũ quét thường xảy ra tại các khu vực Đô thị, nó di chuyển rất nhanh, xảy ra mà không có cảnh báo và cực kỳ nguy hiểm.

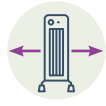
Những điều cần làm trước đó?



Không bao giờ bỏ quên đồ ăn đang nấu, chuyển đồ vật dễ cháy cách xa mặt nấu của bếp lò và tắt lò khi không dùng đến.



Dụi thuốc lá hẳn trong gạt tàn sâu.



Giữ mọi đồ vật cách lò sưởi 1m và tắt lò sưởi khi rời khỏi phòng.



Đảm bảo thiết bị báo động khói hoạt động bằng cách kiểm tra và bảo trì thường xuyên.



Giữ cho lối thoát hiểm và hành lang thông thoáng bằng cách giữ cho các vật dụng ít lộn xộn nhất.



Không được đặt đồ vật trong cầu thang thoát hiểm khi hỏa hoạn, điều này bất hợp pháp.



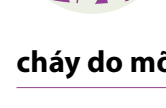
Biết lối thoát hiểm khẩn cấp khi có hỏa hoạn trong tòa nhà của bạn.

Những điều cần làm khi xảy ra hỏa hoạn?



Đối với hỏa hoạn do nấu ăn:

Tắt bếp lò (nếu đủ an toàn để làm vậy) và dùng nắp nổi để phủ lên ngọn lửa.



Không được dùng nước để dập đám cháy do mỡ hoặc dầu.

Hãy rời khỏi bếp, đóng cửa ra vào và gọi Ba Số Không '000'.



Nếu bạn nghe thấy báo động khói và có lửa trong nhà:

Giữ bình tĩnh và hành động nhanh, đưa mọi người ra ngoài càng sớm càng tốt.

Sử dụng cầu thang thoát hiểm để ra ngoài.

Một khi đã ra ngoài thì ở yên tại đây, tuyệt đối không được quay lại bên trong tòa nhà đang cháy.



Hãy bảo vệ bạn khi có khói do các đám cháy rừng:

Tuân thủ hướng dẫn của bác sỹ về thuốc và kế hoạch điều trị hen suyễn nếu bạn bị bệnh này.

Ở trong nhà nhiều hơn. Đóng cửa ra vào và cửa sổ để ngăn khói bên ngoài vào.

Tránh các nguồn ô nhiễm không khí trong nhà như thuốc lá, nến và nhang.

Những điều cần làm trước đó?



Theo dõi tình hình và hành động sớm. Có thể bạn không nhận được cảnh báo chính thức về lũ lụt.



Hãy nói chuyện với gia đình, bạn bè và hàng xóm về những việc bạn sẽ làm trong lũ lụt.



Biết cách để nhận được cảnh báo về lũ lụt có thể xảy ra. Bạn có thể tải Ứng dụng ABC 702 về điện thoại hoặc dùng radio chạy pin để nhận thông tin về lũ lụt từ SES.



Biết lối thoát hiểm và tính toán thời gian nếu bạn có thể được yêu cầu sơ tán khẩn cấp.

Những điều cần làm khi xảy ra lũ lụt?



Nếu có lũ quét xảy ra, việc sơ tán khẩn cấp **trước khi** bị lụt là hành động an toàn nhất.



Đừng lái xe, cỡi xe đạp hay đi bộ qua vùng nước bị lụt – hãy tìm đường khác.



Nếu bạn bị kẹt bởi nước lụt lên quá nhanh thì hãy tìm kiếm nơi trú ẩn trên phần cao nhất của tòa nhà vững chắc. Khi ấy gọi 000 nếu bạn cần được giải cứu.

Cần sự trợ giúp?

Trong các trường hợp đe dọa tính mạng, hãy gọi BA SỐ KHÔNG (000) và yêu cầu xe Cứu thương.

Cần sự trợ giúp?

Trong trường hợp khẩn cấp, vui lòng gọi NSW SES 132 500.

Đối với các tình huống bị đe dọa tới tính mạng, hãy gọi BA SỐ KHÔNG (000).

Nếu bạn bị khiếm thính hoặc nặng tai hoặc bị khó nói hãy liên hệ NSW SES thông qua Dịch vụ Tiếp âm Toàn quốc và cho số 132 500 là số bạn muốn được kết nối.

2. Điều gì có thể tác động tới bạn?



Hãy nghĩ về khu vực mà bạn sống và những loại trường hợp khẩn cấp có thể tác động tới bạn.



Mất điện

Tình huống khẩn cấp có thể khiến mất nhiều tiện ích như điện, khí đốt và nước. Mất điện có thể gây ra bởi các mối nguy hiểm tự nhiên như lụt lội, gió xoáy hoặc các loại bão khác với gió mạnh, các đợt khí nóng và hỏa hoạn.



Mối đe dọa Cá nhân/Cộng đồng

Các trường hợp khẩn cấp đe dọa cá nhân có thể ảnh hưởng tới sự an toàn và an ninh của bạn. Chúng có thể liên quan tới người có hành vi hung hăng, đe dọa hoặc bạo lực; hoặc bất kỳ tình huống nào khác có thể tác động tới sự an toàn của bạn hoặc đòi hỏi phải sơ tán khẩn cấp.

Những điều cần làm trước đó?



Kiểm kê những vật dụng mà bạn cần phải dùng điện.



Nếu điện thoại tại nhà bạn không thể hoạt động khi mất điện thì hãy trữ pin để dự phòng.



Giữ cho điện thoại di động và các thiết bị điện khác được sạc pin đầy đủ.



Có đèn pin.



Có kế hoạch thay thế cho các loại thuốc trữ trong tủ lạnh hoặc thiết bị y tế phụ thuộc vào điện.



Có radio dùng pin mà bạn có thể nhận thông tin cảnh báo khẩn cấp trên đài phát thanh, ABC 702.

Những điều cần làm khi mất điện?



Đừng dùng bếp lò khí đốt để sưởi ấm nhà bạn.



Rút phích cắm các thiết bị và đồ điện tử để tránh bị hư hại do điện bị tăng bất ngờ.



Nếu an toàn, hãy tới địa điểm khác để sưởi ấm hoặc làm mát.



Kiểm tra nhà hàng xóm.



Dùng các nguồn cung cấp thực phẩm mà không cần giữ lạnh.

Cần sự trợ giúp?

Trong các trường hợp đe dọa tính mạng, hãy gọi BA SỐ KHÔNG (000) và yêu cầu xe Cứu thương.

Cần sự trợ giúp?

Nếu bạn đang bị đe dọa về sự an toàn và an ninh cá nhân hãy gọi BA SỐ KHÔNG (000) và yêu cầu Cảnh sát tới.

Các rủi ro khác của tôi:

Viết ra bất kỳ rủi ro nào có thể tác động tới bạn và cách bạn chuẩn bị cho tình huống này như thế nào.

3. Lập kế hoạch ngay



Hãy ngồi xuống và nói chuyện với gia đình và lập kế hoạch cho những điều bạn sẽ làm nếu tình huống khẩn cấp tác động tới khu vực của bạn.



Bạn đã chuẩn bị như thế nào cho tình huống khẩn cấp?

Bây giờ, khi bạn đã trở nên quen thuộc với các loại tình huống khẩn cấp có thể tác động tới bạn, hãy nghĩ tới những gì bạn sẽ phải làm khi những điều này xảy ra.

Hãy có quyết định quan trọng như khi nào rời đi, mang theo đồ gì, những việc phải làm với động vật. Biết năng lực của mình và tìm sự trợ giúp sớm nếu cần. Đừng chờ cho đến phút cuối. Trường hợp khẩn cấp có thể xảy ra với ít hoặc không có cảnh báo.

Lập kế hoạch **ngay** để bạn biết được các rủi ro và những việc cần làm nếu xảy ra trường hợp khẩn cấp có thể cứu mạng của bạn và các thành viên trong gia đình và mạng sống của những người khác bao gồm cả thú cưng.

Lập kế hoạch khẩn cấp cá nhân



1. Bạn nhận thông tin về thời điểm và nơi sơ tán khẩn cấp như thế nào?

Lụt/bão:

- Cảnh báo Sơ tán khẩn cấp và Lệnh Sơ tán khẩn cấp do NSW SES công bố về bão, lụt và sóng thần thông qua trang web của NSW SES tại www.ses.nsw.gov.au và các phương tiện truyền thông địa phương.
- Lắng nghe đài phát thanh địa phương ABC 702 để biết thông tin, được cập nhật và tư vấn từ SES.

Tình huống khẩn cấp tại tòa nhà:

- Xin tư vấn từ nhân viên bảo vệ tòa nhà nếu nơi bạn ở có họ.
- Nếu chuông báo cháy vang lên thì hãy rời khu nhà thông qua cầu thang khi hỏa hoạn để tới khu vực tập trung.



2. Bạn sẽ đến đâu và đến bằng cách nào?

- Luôn là điều an toàn nhất khi tới một địa điểm khác cách xa khu vực bị ảnh hưởng.
- Bạn cần sớm rời đi trước khi đường và lối sơ tán khẩn cấp bị ngăn hoặc đóng lại.
- Biết lối thoát hiểm và các khu vực tập trung.
- Trước khi bạn rời khỏi nhà, hãy tắt điện và khí đốt.
- Ở cùng gia đình hoặc bạn bè trong khu vực an toàn.
- Bạn có thể tới trung tâm sơ tán khẩn cấp để ở tạm, xin trợ giúp tài chính, trợ giúp cá nhân, có các bữa ăn nhẹ và bữa chính, được cấp quần áo và đồ dùng cá nhân, được giúp đỡ để liên lạc với gia đình và bạn bè.
- Nếu bạn cần trợ giúp sơ tán thì hãy sắp xếp cho việc vận chuyển.

3. Lập kế hoạch ngay



Hãy ngồi xuống và nói chuyện với gia đình rồi lập kế hoạch những việc sẽ phải làm nếu trường hợp khẩn cấp tác động tới khu vực của bạn.

Chuẩn bị túi khẩn cấp



Những thứ cần để trong túi khẩn cấp:

- Thuốc men/thiết bị trợ giúp
- Bản sao các giấy tờ quan trọng (bản sao giấy hoặc lưu trên USB)
- Mang theo các đồ vật có giá trị và vật kỷ niệm
- Số điện thoại quan trọng gồm bà con thân thiết
- Quần áo để thay
- Các vật dụng chăm sóc cá nhân (bàn chải đánh răng, kem đánh răng, lược v...v...)
- Một chai nước, đèn pin và những đồ vật khác bạn có thể cần

Để túi khẩn cấp ở nơi dễ lấy và hãy nhớ thay pin và nước nếu cần.

Khi bạn sơ tán khẩn cấp, bạn có thể bỏ thêm thuốc, ví, điện thoại cầm tay, đồ sạc pin và những thứ quan trọng khác vào túi khẩn cấp.

Thú cưng và động vật trợ giúp



Trong tình huống khẩn cấp, bạn phải có trách nhiệm với động vật của mình. Việc chuẩn bị cho sự an toàn và sức khỏe của chúng là tùy thuộc ở bạn.



Hãy chuẩn bị

Nếu bạn là chủ thú cưng thì bạn nên đưa thú cưng vào kế hoạch khẩn cấp của bạn.

Thú cưng cần được xác định danh tính đúng cách. Ví dụ, thẻ tên và miếng chip gắn vào thân. Đây là yêu cầu pháp luật đối với cư dân NSW để gắn chip và đăng ký thú cưng.

Bảo đảm chúng được dắt đi hoặc trong túi xách tay và bạn có nhiều đồ ăn và nước.

Động vật sẽ có hành vi khác nhau khi tình huống khẩn cấp xảy ra, sẽ đoán ra được các mức độ căng thẳng nơi bạn, có thể hoảng loạn và tháo chạy. Việc đưa chúng rời đi sớm sẽ loại trừ vấn đề này.

4. Hãy nhớ



Trang web



Thời tiết

www.bom.gov.au/nsw/warnings



Chính quyền NSW

Thông tin từ bộ phận Cứu hỏa và Cứu nạn, Dịch vụ cứu hỏa Vùng quê, SES và Cảnh sát NSW có trên trang web này: www.emergency.nsw.gov.au/Pages/for-the-community/alert-NSW/warnings-alerts.aspx

Thông tin về Chất lượng Không khí từ NSW Health:

www.health.nsw.gov.au/environment/air/Pages/aqi.aspx



Thú cưng

<https://kb.rspca.org.au/knowledge-base/what-preparations-should-i-make-for-my-pets-in-case-of-an-emergency/>

www.cityofsydney.nsw.gov.au/community/health-and-safety/prepareemergencies/emergency-advice/pets-emergencies



Ứng dụng

Ứng dụng Get Prepared của Hội chữ thập đỏ: www.redcross.org.au/getprepared

Bạn có thể tải về Ứng dụng MyHousing từ App Store hoặc Google Play. Bạn có thể xem và cập nhật thông tin liên lạc (gồm số điện thoại liên lạc trường hợp khẩn cấp), yêu cầu sửa chữa bảo trì, truy cập dịch vụ hỗ trợ và nhiều thứ khác nữa.



Đài phát thanh

Đài phát sóng khẩn cấp Sydney AM 702: www.abc.net.au/news/emergency/state/nsw



Tổ chức Phúc lợi Khẩn cấp

Các tổ chức quan trọng cần thêm vào Danh bạ Liên lạc:

- Đội quân Cứu tế: www.salvationarmy.org.au
- Hội chữ thập đỏ: www.redcross.org.au
- Lifeline Australia: www.lifeline.org.au

5. Trông chừng lẫn nhau



Cộng đồng kết nối là tài sản quý nhất của bạn trong trường hợp khẩn cấp



Việc để ý đến hàng xóm, hỗ trợ mọi người xung quanh chúng ta, dành thời gian tán gẫu và mở rộng vòng tay thân thiện với những người khác – đều là những cách chúng ta có thể đóng góp vào cộng đồng hỗ trợ hài hòa.

Khi có những điều bất khả kháng xảy ra hoặc khi có trường hợp khẩn cấp thì cộng đồng trông chừng lẫn nhau và biết cách chăm sóc cho những người khác sẽ được trang bị để ứng phó theo cách tốt nhất có thể.

Trung tâm Cộng đồng địa phương của bạn là cách tốt để kết nối với hàng xóm, các nhóm cộng đồng địa phương và nhận trợ giúp để tiếp cận các dịch vụ khác.

Để tìm ra Trung tâm Cộng đồng địa phương của bạn, hãy liên lạc với Hội đồng Thành phố địa phương hoặc Hiệp hội Dịch vụ Cộng đồng Địa phương (LCSA) là tổ chức chính chịu trách nhiệm về Trung tâm Cộng đồng qua số 02 9660 2044.

Tạo dựng mối quan hệ và mạng lưới có thể nhờ đến trong trường hợp khẩn cấp.

Có nhiều cách để làm điều này:



Làm quen với hàng xóm. Hàng xóm thường nhờ đến nhau để biết thông tin và sự trợ giúp trong tình huống khẩn cấp.



Hãy nghĩ về sự kết nối và các mạng lưới mà bạn đã có trong cộng đồng của bạn vì những điều này có thể rất quan trọng trong trường hợp khẩn cấp.



Tham gia các sự kiện và hoạt động tại cộng đồng địa phương để bạn có thể tiếp tục phát triển mạng lưới hỗ trợ.



Danh sách kiểm tra

Tôi đã chuẩn bị!

vì...

- ✓ Tôi biết các nguy cơ quanh mình ☐
- ✓ Tôi có kế hoạch khẩn cấp cá nhân ☐
- ✓ Tôi có danh sách các số điện thoại liên lạc khẩn cấp ☐
- ✓ Tôi có túi khẩn cấp được đóng gói và sẵn sàng ☐
- ✓ Tôi biết lối sơ tán khẩn cấp ☐
- ✓ Tôi biết cần liên hệ với ai để được giúp đỡ trong tình huống khẩn cấp ☐
- ✓ Tôi biết cách liên hệ Nhân viên Dịch vụ Khách hàng ☐

Được sự tài trợ kết hợp của Tiểu Bang và chương trình Ứng phó Thảm họa Thiên nhiên Liên bang.
Quan điểm thể hiện trong tập sách này không nhất thiết phản ánh các quan điểm của Chính phủ NSW.

innersydneyvoice.org.au



INNER SYDNEY VOICE
regional social development council