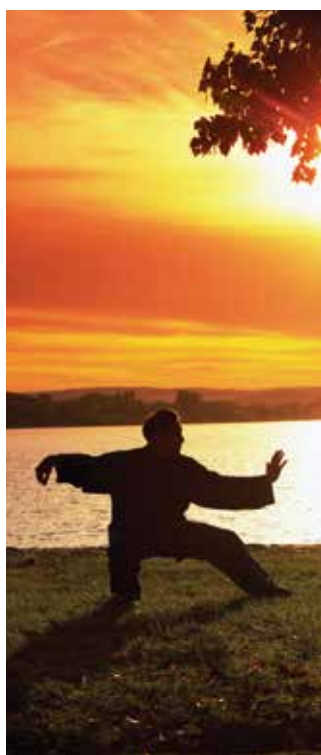


# HƯỚNG DẪN CHUẨN BỊ CHO TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP



**TRÙ TÍNH TRƯỚC**



**CHUẨN BỊ SẴN SÀNG**



**GIỮ AN TOÀN**



Australian Government



**ACT**  
Government



## ĐỂ DÀNG TIẾP NHẬN THÔNG TIN VÀ DỊCH VỤ

Chính phủ ACT cam kết tạo sự dễ dàng tiếp nhận thông tin, dịch vụ, chi tiết về sự kiện quan trọng và địa điểm cho càng nhiều người càng tốt.

- Nếu quý vị có trở ngại đọc tài liệu bằng chữ in bình thường và muốn nhận ấn phẩm này bằng hình thức khác — chẳng hạn như chữ in to hơn hoặc bằng thu âm — xin vui lòng gọi số (02) 6205 0619.
- Nếu anh nữ không phải là tiếng mẹ đẻ và quý vị cần thông ngôn phiên dịch xin vui lòng gọi số 131 450.
- Nếu quý vị bị điếc hoặc khiếm thính giác và cần dịch vụ đánh tin nhắn TTY — xin vui lòng gọi số (02) 6205 0888.

## MỤC LỤC

<b>GIỮ AN TOÀN &amp; CHUẨN BỊ SẴN SÀNG</b>	<b>1–2</b>
<b>NẾU CẦN XE CỨU THƯƠNG</b>	<b>3</b>
<b>CHÁY RỪNG</b>	<b>4</b>
<b>NHIỆT ĐỘ CAO TỘC BỰC</b>	<b>5</b>
<b>CHÁY NHÀ</b>	<b>6</b>
<b>ĐỘNG ĐẤT</b>	<b>7</b>
<b>DÔNG TỔ BẢO TÁP &amp; THỜI TIẾT DỮ DỘI</b>	<b>8</b>
<b>LŨ LỤT</b>	<b>9</b>
<b>AN TOÀN CÁ NHÂN &amp; AN NINH Ở NHÀ</b>	<b>10</b>
<b>AN NINH TRONG KHU LÁNG GIỀNG</b>	<b>11</b>
<b>DỊCH CẢM CÚM</b>	<b>12</b>
<b>THÔNG TIN CHI TIẾT CHO NGƯỜI LÁNG GIỀNG</b>	<b>13</b>

© Lãnh Thổ Thủ Đô Úc Đại Lợi, Canberra 2012  
Ấn phẩm này có bản quyền. Ngoại trừ những xử dụng được cho phép theo Đạo Luật Bản Quyền 1968, không một phần nào được sao chép bằng bất cứ hình thức nào nếu không có giấy phép của Phòng Hồ Sơ Lãnh Thổ, Dịch Vụ Cộng Đồng và Hạ Tầng Cơ Sở, Dịch Vụ Lãnh Thổ và Đô Thị, Chính Phủ ACT.

HÌNH ẢNH DO SỰ ƯU ĐÃI CỦA DỊCH VỤ DU LỊCH THỦ ĐÔ ÚC

## GIỮ AN TOÀN & CHUẨN BỊ SẴN SÀNG

Tập thông tin này đã được biên soạn đặc biệt để cung cấp cho quý vị sự hướng dẫn về cách chuẩn bị cho nhiều loại nguy cơ.

Một sổ tay hướng dẫn, *Bỏ Túi Dem Theo Khi Khẩn Cấp* (Your emergency grab and go) sẽ giúp quý vị lập một kế hoạch cho trường hợp khẩn cấp và có chỗ trống cho quý vị ghi chép lại các chi tiết quan trọng mà sẽ cần trong trường hợp phải tản cư.

Cũng có các thẻ chi tiết xe-ra được để quý vị có thể trao đổi chi tiết liên lạc với người láng giềng tin cậy.

Có những điều quý vị có thể làm để bảo đảm được trang bị đầy đủ cho tình thế khẩn cấp hay một trường hợp bất ngờ.

Các thông tin trong sổ tay này sẽ giúp quý vị:

- lập một kế hoạch khẩn cấp trong trường hợp quý vị phải tản cư
- chuẩn bị một bộ trang bị phòng khi có khẩn cấp
- ghi chép chi tiết y khoa của quý vị
- lưu giữ các chi tiết liên lạc ở một nơi và luôn cập nhật.

Nếu quý vị không có khả năng sắp đặt kế hoạch hay chuẩn bị cho chính mình thì hãy nói chuyện với gia đình, bạn bè, láng giềng hoặc dịch vụ cộng đồng địa phương về những cách họ có thể giúp quý vị.

Chuẩn bị sẵn sàng có thể giúp quý vị tiếp tục tự lập và được trang bị đầy đủ để đối phó với trường hợp khẩn cấp.

Để được thông tin trong trường hợp khẩn cấp:

- **Viếng trang mạng**  
[www.esa.act.gov.au](http://www.esa.act.gov.au) và  
[www.canberraconnect.act.gov.au](http://www.canberraconnect.act.gov.au) hay
- **Gọi 13 22 81**



## LẬP KẾ HOẠCH TRƯỚC

- Nên chắc chắn có đầy đủ và đúng loại bảo hiểm nhà và tài sản trong nhà
- Hãy nhận biết cái gì sẽ không hoạt động khi nguồn điện hay ga bị gián đoạn và điều này sẽ có ảnh hưởng như thế nào đến sinh hoạt hàng ngày, thí dụ như cửa mở tự động, máy và thiết bị dùng điện, hệ thống sưởi, điện thoại
- Dự trữ đầy đủ đồ ăn trong phòng/tủ chứa thức ăn. Bao gồm thức ăn không cần nấu (thí dụ như sản phẩm lâu hết hạn). Nên nhớ chứa thêm những thứ cần dùng căn bản như giấy vệ sinh, khăn tay giấy tissue và các thứ dùng cho vệ sinh, nước rửa tay hay khăn giấy ướt có cồn, và các loại thuốc được mua không cần toa.
- Giữ sẵn một số lượng nước lã trong bình
- Giữ một radio dùng pin và đèn pin ở nơi thuận tiện
- Giữ một số đèn cây/nến, que diêm và pin ở nơi dễ lấy
- Làm quen với người láng giềng để có thể liên lạc với họ trong trường hợp khẩn cấp
- Nghe và xem tin tức địa phương để giữ liên lạc với sự chuyện đang xảy ra
- Giữ một tấm mền chữa cháy gần lò bếp
- Bảo đảm trong nhà có gắn máy báo động cháy và thử máy thường xuyên
- Giữ chìa khóa nhà ở một nơi dễ dàng tìm nhanh chóng.

## ĐIỀU KẾ TIẾP CẦN PHẢI LÀM

- Dùng hướng dẫn ở phía sau của sổ tay này để hoàn tất kế hoạch khẩn cấp và chuẩn bị một bộ trang bị phòng khi có khẩn cấp
- Ghi chép chi tiết thuốc uống
- Lưu giữ các chi tiết liên lạc ở một nơi, và luôn luôn cập nhật
- Lưu ý đến những trường hợp khẩn cấp được đề cập đến trong sổ tay này.



## KHI QUÝ VỊ CẦN XE CỨU THƯƠNG

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Gắn số nhà bằng loại phản chiếu trên hộp thư hay nhà của quý vị, nhỏ nhất là 75mm để ban đêm số được dễ thấy rõ từ ngoài đường.
- Bảo đảm bên trong và xung quanh nhà có đủ lối ra vào cho mọi trường hợp thời tiết.
- Đặt các điện thoại trong nhà ở chiều cao của chỗ ngồi và ghi các số điện thoại quan trọng và khẩn cấp ở chỗ nào để thấy nhất
- Giữ một bộ trang bị cấp cứu trong nhà và nên có kiến thức căn bản về cấp cứu.
- Ghi chép chi tiết bệnh và các loại thuốc đang dùng để tạo dễ dàng cho các Nhân Viên Cứu Thương.

### SỐ KHẨN CẤP 000

- Trong trường hợp khẩn cấp hãy dùng điện thoại nhà hoặc công cộng để gọi 000.
- Nếu dùng điện thoại lưu động và gọi 000 không được, hãy gọi 112 để liên lạc với tổng đài khẩn cấp qua bất cứ mạng lưới điện thoại lưu động nào đang hoạt động trong vùng của quý vị.
- Hãy nói chậm và trả lời tất cả câu hỏi của nhân viên tổng đài
- Chỉ cúp điện thoại khi được yêu cầu — làm theo hướng dẫn của nhân viên trả lời cuộc gọi này.

### TRONG LÚC XE CỨU THƯƠNG TRÊN ĐƯỜNG TỚI

- Giữ điện thoại gần kề để phòng khi nhân viên tổng đài gọi lại cho quý vị.
- Tránh nhận hay gọi những cuộc gọi không cần thiết.
- Nếu có thể, nghỉ trong phòng nào gần cửa trước nhất.
- Tránh nằm nghỉ trong phòng ở phía sau nhà, vì đây thường gây thêm khó khăn lối đi cho băng ca.
- Bật đèn sáng bên ngoài nếu trời tối.
- Khóa nhốt thú vật vào một phòng riêng để tránh chúng chạy ra khi Nhân Viên Cứu Thương đến
- Nếu có thể, hãy thu góp lại một nơi tất cả thuốc và biểu đồ thuốc của quý vị
- Gọi 000 một lần nữa nếu trường hợp thay đổi.



## CHÁY RỪNG

### TRƯỚC KHI CÓ HOẢ HOẠN HÃY CHUẨN BỊ SẴN SÀNG

- Hãy tự làm quen với các cấp nguy hiểm hoả hoạn và báo động cháy rừng — các thông tin đều có sẵn ở Cơ Quan Dịch Vụ Khẩn Cấp ACT (ACT Emergency Services Agency) hoặc Dịch Vụ Liên Lạc Canberra (Canberra Connect).
- Quyết định nên ở lại hay đi. Để được thêm chi tiết hãy viếng [www.esa.act.gov.au](http://www.esa.act.gov.au).
- Hãy bảo đảm máng xối, sân vườn sau nhà sạch lá và cây cỏ. Cắt cỏ thường xuyên.
- Hãy lưu ý đến các cấp nguy hiểm hoả hoạn hàng ngày và cảnh giác để phòng các dấu hiệu hoả hoạn.

### HÀNH ĐỘNG TRƯỚC KHI HOẢ HOẠN ĐẾN BẤT NGỜ

- Kiên định hành động ngay khi biết được có nguy hiểm.
- Thu góp Bộ Trang Bị Phòng Khẩn Cấp và các vật sở hữu quan trọng.
- Lắng nghe các báo động khẩn cấp trên đài phát thanh, truyền hình địa phương và điện thoại.
- Chuẩn bị đem thú vật theo hoặc để chúng ở lại với đầy đủ thức ăn và nước uống.
- Chứa đầy nước sạch trong bồn rửa chén và bồn tắm phòng khi bị cúp nước
- Báo cho người láng giềng biết quý vị ở lại hay đi
- Tưới cho ướt cây cỏ chung quanh nhà bằng ống nước hay máy tưới cỏ.

### ĐỂ ĐƯỢC SỐNG CÒN NẾU HOẢ HOẠN ĐẾN BẤT NGỜ

- Ẩn núp trong nhà đến khi đám cháy phía trước đã qua, dập tắt tất cả đốm cháy nhỏ trong nhà
- Đóng tất cả cửa và cửa sổ. Dùng mền và khăn ướt để bịt kín cửa và cửa sổ.
- Canh phòng than hồng bay vào bên trong nhà.
- Sau khi đám cháy phía trước đã qua, dập tắt các đốm lửa nhỏ trên tóc hoặc gần nhà.
- Đừng rời nhà cho đến khi khu vực chung quanh được thông trống hết cháy và khi có thể an toàn rời nhà.
- Nghe đài phát thanh địa phương để được tin tức cập nhật.

### SAU KHI ĐÁM CHÁY ĐÃ QUA

- Báo cho gia đình và láng giềng biết quý vị đang ở đâu.



## NHIỆT ĐỘ CAO TỐT BỰC

Khi nhiệt độ nóng hoặc cao tốt bức có nhiều người sẽ có nguy cơ dễ bị say nóng hơn. Triệu chứng say nóng bao gồm: nhức đầu, chóng mặt, buồn nôn và ói mửa, cơ bắp suy yếu hoặc bị co gân, da bị tái và sốt cao.

### TRONG LÚC NHIỆT ĐỘ CAO TỐT BỰC

- Khi có thể thì hãy ở trong nhà lúc giữa trưa và khi bắt đầu chiều.
- Dùng quạt và máy điều hoà không khí để làm mát.
- Mặc quần áo màu nhạt, không bó sát, tốt hơn là bằng vải dệt sợi thiên nhiên và đội nón rộng vành che mặt nếu ở ngoài trời.
- Uống nước thường xuyên, ngoại trừ khi nào bác sĩ khuyên quý vị nên hạn chế lượng chất lỏng. Đừng chờ đến khi khát mới uống nước.
- Trong thời tiết nóng, ăn các bữa ăn nhỏ và thường xuyên.
- ĐỪNG BAO GIỜ bỏ trẻ em hay thú vật trong xe, cho dù chỉ một thời gian ngắn.
- Hỏi kỹ lại bác sĩ xem thuốc uống theo toa của quý vị có thể gây khó khăn chi khi uống trong nhiệt độ cao.
- Nếu đang bị say nóng, quý vị cần phải hạ nhiệt ngay lập tức. Ngâm trong bồn nước mát, tắm vòi bông sen hoặc dùng khăn ướt quàng trên cổ và kẹp vô nách.
- Gọi cho bác sĩ hoặc xe cứu thương nếu tình trạng không tiến bộ trong vòng một tiếng đồng hồ sau khi đã làm những điều để hạ nhiệt, hoặc nếu quý vị có những triệu chứng đáng ngại liên quan đến say nóng.

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Nếu có thể, thì hãy sắp đặt cho có người gọi điện thoại cho quý vị mỗi ngày hai lần trong lúc có nhiệt độ cao tốt bức, nhất là nếu quý vị sống một mình — hoặc sắp đặt gọi điện thoại qua lại cho một người trong gia đình, bạn hay láng giềng.
- Thu xếp đi mua sắm hay sinh hoạt ngoài trời trong thời điểm mát hơn trong ngày.



## CHÁY NHA

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Hãy bảo đảm có đặt máy báo động cháy – kiểm tra/thay pin mỗi năm khi đến thời điểm đổi giờ.
- Giữ mền chữa cháy (hoặc bình chữa lửa nhỏ) gần bếp nấu ăn.
- Kiểm tra máy sưởi thường xuyên – kiểm tra dây của các thiết bị đồ điện có bị hư không.
- Lập một kế hoạch chuẩn bị cách quý vị có thể rời nhà trong trường hợp có hoả hoạn
- Đừng bao giờ khóa chết các cửa trong lúc quý vị ở trong nhà.
- Luôn luôn giữ chìa khóa ở nơi thuận tiện.
- Cẩn thận với đèn cây/nến hay đèn đứng và đèn bàn và chú ý màn hay quần áo nào có thể rủ trên máy sưởi.
- Kiểm tra mền điện xem có bị hư hỏng hao mòn hay không.

### TRONG LÚC HOẢ HOẠN

- Nếu an toàn và quý vị cảm thấy tự tin thì dập tắt lửa nếu chỉ cháy ít.
- Gọi số 000.
- Báo nguy cho tất cả mọi người trong nhà và áp dụng kế hoạch tản cư. Hãy đóng tất cả cửa phòng trên đường ra khỏi nhà.
- Đừng trở vào nhà lại để tìm thú vật hay đồ cá nhân. Một khi đã ra ngoài thì cứ ở ngoài.
- Báo cho nhân viên chữa lửa biết nếu còn thiếu người nào.

### SAU HOẢ HOẠN

- Đừng trở vào nhà cho đến khi Đội Cứu Hoả cho biết không còn trở ngại, và tuân theo tất cả lời khuyến cáo và báo nguy của Đội Cứu Hoả.
- Báo cho công ty bảo hiểm biết.
- Đừng ăn hay uống bất cứ những gì đã bị nhiễm khói và lửa.



## ĐỘNG ĐẤT

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Kiểm hợp đồng xem quý vị có được bảo hiểm thiệt hại do động đất gây ra hay không.
- Chứa đồ vật nặng và dễ bể ở những ngăn kệ phía dưới.
- Giữ một radio bằng pin và đèn pin cạnh bên giường ngủ.
- Nghĩ xem nơi nào an toàn nhất để ẩn núp trong lúc có động đất — cả trong nhà lẫn ở bên ngoài.
- Dự trữ đầy đủ những đồ ăn lâu hư và nước uống cho ít nhất 3 ngày trong phòng/tủ chứa thức ăn.

### TRONG LÚC ĐỘNG ĐẤT

- Nếu quý vị đang ở trong nhà thì cứ ở đó. Ẩn núp dưới bàn, ghế dài hoặc khung cửa phòng vững chắc.
- Theo dõi đài phát thanh địa phương để tìm hiểu chuyện đang xảy ra.
- Tránh xa các cửa sổ, ống khói và những đồ đạc treo trên cao.
- Nếu ở ngoài thì tránh xa các tòa nhà, kiến trúc trên cao, tường, cầu, cáp điện và cây cối.
- Nếu ở ngoài đường thì hãy ẩn núp dưới mái vòm hay ô cửa vững chắc của các tòa nhà/kiến trúc. Chờ nên đứng dưới mái hiên.
- Nếu đang ở trong xe, hãy ngừng xe ở một nơi lộ thiên cho đến khi hết động đất. Cẩn thận tránh cáp điện, đường lộ bị hư hại bao gồm cả những cầu bắc qua đường và những nơi bị lở đất.

### SAU KHI ĐỘNG ĐẤT

- Kiểm xem trên thân thể có bị thương tích chi hay không và chăm sóc những chỗ bị thương này.
- Để phòng những sự nguy hiểm (thí dụ như cáp điện, cây cối và mảnh vỡ của các xây cất)
- Tắt điện và ga.
- Hãy dùng đèn pin — đừng đốt que diêm.
- Nếu có an toàn thì hãy kiểm điểm các thiệt hại trong nhà.
- Hãy chuẩn bị rằng sẽ dư chấn xảy ra vì vậy nên rời ngay nếu tòa nhà đã bị thiệt hại.
- Tránh lái xe trừ khi đó là trường hợp khẩn cấp.
- Đừng vào các tòa nhà đã bị thiệt hại cho đến khi những nơi này được xác nhận an toàn.
- Nếu quý vị cần giúp đỡ, xin hãy liên lạc Dịch Vụ Khẩn Cấp SES số 132 500.



## DÔNG TỔ & BÃO TÁP

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Thu xếp cho mái nhà được kiểm soát thường xuyên để sửa chữa những miếng ngói hủ hao, lung lay hoặc hao mòn.
- Dọn sạch lá và rác trong máng xối, ống thoát nước của máng xối và cống rãnh để nước có thể thoát càng nhanh càng tốt.
- Cột giữ vững chắc các bàn ghế ngoài trời, mái hiên, màn sáo và tất cả vật lưu động khác.
- Chú ý những cây nào có thể là mối đe dọa nguy hiểm cho tài sản hoặc cáp điện.
- Kiểm tra quý vị có được bảo hiểm đầy đủ cho nhà và tài sản trong nhà và nếu cần thì nên cập nhật.
- Che chắn cho xe dưới mái che hoặc đậu xe cách xa cây cối hoặc trùm xe bằng mền.
- Nên biết chắc chắn hộp điều khiển điện/ống ga chính nằm ở đâu để có thể tắt khi cần.
- Nên đặt gắn bộ chống đột biến điện để tránh các thiết bị và đồ điện bị hư hại.
- Chuẩn bị một kế hoạch đối phó trường hợp khẩn cấp cho gia đình và nhận diện tất cả mối nguy hiểm xung quanh nhà.

### TRONG LÚC DÔNG TỔ

- Nếu quý vị đang ở nhà thì hãy ở bên trong cho đến khi dông tố qua đi.
- Tránh xa cửa, cửa sổ và cửa sổ trên trần.
- Rút đầu cắm của thiết bị như TV và máy vi tính khỏi ổ điện.
- Thu xếp bảo đảm cho các thú nuôi trong nhà được ở nơi an toàn.
- Nếu đang lái xe thì ngừng xe lại. Tránh xa cáp điện, cây cối và đường sông nước.
- Nếu ở ngoài trời thì tìm nơi kín để ẩn núp, tránh núp dưới cây cối hay các kiến trúc bằng kim loại.
- Đừng dùng điện thoại bàn trong lúc đang có dông tố.

### SAU DÔNG TỔ

- Nếu có an toàn, hãy kiểm tra những thiệt hại gây ra cho nhà – nếu cần giúp đỡ của Dịch Vụ Khẩn Cấp SES hãy gọi số 132 500.
- Giữ trẻ em, thú vật và chính mình tránh xa cây gãy ngã, ống cống, cáp điện và kiến trúc bị hư hại.
- Liên lạc với láng giềng và người trong gia đình để báo cho họ biết quý vị KHÔNG SAO CẢ.
- Đừng sử dụng những thiết bị bằng điện mà đã bị ướt trong lúc dông tố cho đến khi các thiết bị này đã được xét nghiệm chuyên môn.



## LŨ LỤT

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Tìm hiểu về khu vực địa phương của quý vị để giúp ước định xem có thể có nguy cơ lũ lụt hay không.
- Giữ danh sách số điện thoại khẩn cấp ở một nơi thuận tiện, và nghĩ xem ai có thể giúp nếu quý vị cần tản cư.

### TRONG LÚC LŨ LỤT

Nếu trong cộng đồng địa phương có báo động lũ lụt thì hãy theo dõi đài phát thanh để nghe tin tức cập nhật. Nếu có chỉ thị rời nhà của quý vị thì hãy luôn luôn tuân theo hướng dẫn của giới thẩm quyền địa phương.

Nếu cần phải tản cư — và tùy theo quý vị có bao nhiêu thời gian:

- Báo cho cảnh sát hay Dịch Vụ Khẩn Cấp SES và người láng giềng của quý vị.
- Mang theo điện thoại lưu động.
- Sắp xếp quần áo ấm, thuốc trị bệnh cần thiết, đồ vật quý báu, giấy tờ tùy thân, hình ảnh và vật kỷ niệm trong bao chống nước để mang theo cùng bộ trang bị cho trường hợp khẩn cấp.
- Nếu có thể, hãy dời đồ đạc bàn ghế, quần áo và vật quý báu và để trên giường ngủ, bàn hoặc khoảng trống trên nóc nhà.
- Tắt điện, nước và ga.
- Dọn sạch đồ trong tủ lạnh và tủ đông đá - và để cửa tủ mở.
- Khóa cửa nhà và đi theo tuyến đường tản cư như được hướng dẫn.
- Đừng lái xe vào nơi có nước khi chưa biết dòng nước và chiều sâu của nước.
- Lắng nghe đài phát thanh để biết địa điểm các trung tâm tản cư địa phương, các tin tức và báo động thời tiết hiện thời.

### SAU LŨ LỤT

- Xem xét nhà có thiệt hại hay không. Nếu cần giúp đỡ của Dịch Vụ Khẩn Cấp SES hãy gọi số 132 500.
- Tránh đi vào nơi có nước lụt và đừng cho trẻ em chơi ở trong hay gần nước lụt.
- Đừng dùng thiết bị bằng ga và điện đến khi đã được xét là an toàn.
- Đừng dùng thức ăn đã bị nhiễm nước lụt.
- Nấu chín nước trong vò để dùng cho đến khi được thông báo nguồn nước đã được an toàn.
- Khi nước lụt dâng cao thì nhện, rắn và chuột thông thường di chuyển vào bên trong nhà. Nếu nhà quý vị có bị lụt xung quanh thì hãy xem xét tìm những con vật có vô nhà hay không.
- Theo dõi đài phát thanh địa phương để được tin tức cập nhật.



## AN TOÀN CÁ NHÂN VÀ AN NINH Ở NHÀ

Canberra vẫn là một trong những thành phố an toàn nhất thế giới, tuy nhiên điều bổ ích là nhận thức một vài sự phòng ngừa thường thức để tránh các nguy cơ gặp phải hành vi phạm pháp cho dù là ở nhà, đi mua sắm hay ở ngoài trời.

### Ở NHÀ

- Nhà của quý vị nên có số để thấy rõ rệt từ ngoài đường để phòng hờ khi có trường hợp khẩn cấp.
- Khóa cửa trước lúc nào quý vị ở phía sau nhà. Nếu có ổ khóa chết thì nhớ đừng khóa nó trong lúc quý vị ở nhà.
- Cất giữ tiền mặt và đồ giá trị khuất mắt.
- Luôn luôn xem xét giấy tờ chứng minh của người lạ.
- Nên có đèn sáng an ninh phía ngoài.
- Phải cắt tỉa cây và bụi rậm, nhất là những cây bụi gần sát nhà mà có thể được dùng để leo vào bên trong .
- Phải đóng khóa tất cả các cổng rào. Kẻ trộm thường nhắm vào cổng rào phía sau và bên hông.
- Luôn luôn cất khóa các đồ nghề, thang leo và dụng cụ làm vườn. Kẻ trộm thường dùng những thứ này để vào nhà của quý vị.

### SỬ DỤNG ĐIỆN THOẠI

- Nên thận trọng với những chi tiết quý vị cung cấp cho người lạ qua điện thoại, nhất là chi tiết riêng tư về gia đình và tài chính, hoặc rằng quý vị sống một mình hay sẽ vắng mặt ở nhà.
- Nếu có máy trả lời điện thoại thì đừng để tin nhắn cho biết rằng quý vị không thể trả lời điện thoại vì vắng nhà. Hãy nghĩ kỹ về những gì quý vị cho người gọi biết.

### CHÌA KHÓA

- Đừng bao giờ để chìa khoá dư ở bên ngoài nhà ngoại trừ khi nào chìa khoá được cất trong tủ sắt an toàn. Kẻ trộm biết hết các chỗ giấu thông thường thí dụ như dưới thảm chùi chân ở cửa và chậu kiếng.
- Giao chìa khoá dư cho một người bạn, bà con hoặc láng giềng tin cậy.

### KHI ĐI MUA SẮM

- Đừng mang theo nhiều tiền mặt hay phiếu rút tiền ngân hàng đã có ký tên và kèm trong sổ trường mục hoặc để trong xách tay.
- Đừng bao giờ giữ mật mã cùng với thẻ rút tiền.



## AN NINH TRONG KHU LÁNG GIỀNG

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Tìm hiểu về những người láng giềng để có thể quan sát khi có chuyện bất bình thường xảy ra.
- Dành thời giờ để nghe tin từ những người láng giềng để biết về chuyện xảy ra trong địa phương.
- Nghĩ đến việc gia nhập nhóm Canh Phòng Láng Giềng (Neighbourhood Watch) và/hoặc cho phép nhà của quý vị làm Nhà An Toàn (Safe House).
- Nếu quý vị đi chơi xa:
  - Thu xếp cho có người lấy thư giùm quý vị
  - Ngừng các dịch vụ giao báo tận nhà
  - Đặt ngắt điện tự động theo giờ cho đèn và radio
  - Cho thú vật vào nơi gửi hoặc nhờ người chăm sóc giùm
  - Nhờ người láng giềng đậu xe của họ trên lối lái xe vào nhà của quý vị
  - Sắp đặt cho người đến cắt cỏ
  - Nhờ bạn hay người láng giềng thăm viếng nhà của quý vị thường xuyên.

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

Khi có trường hợp khẩn cấp và cần các dịch vụ khẩn cấp đáp ứng lập tức thì hãy gọi ba số không (000). Dịch vụ này sẽ nối liên lạc cho quý vị với cảnh sát, đội cứu hoả hoặc xe cứu thương. Nếu thấy chuyện gì có vẻ không đúng hãy gọi:

- Cảnh Sát số **131 444** HOẶC đường giầy Ngăn Ngừa Tội Ác (Crime Stoppers) số **1800 333 000**.

Hãy chuẩn bị sẵn sàng để cung cấp:

- địa điểm của quý vị
- bất cứ chi tiết nào có thể giúp
- chuyện gì đã xảy ra
- giải thích trường hợp.

Đừng cúp điện thoại cho đến khi nào nhân viên tổng đài yêu cầu.

### CANH PHÒNG LÁNG GIỀNG (NEIGHBOURHOOD WATCH)

Đây là một chương trình ngăn ngừa tội ác cho cộng đồng với mục đích khuyến khích một môi trường an toàn và bảo đảm.

Đt 0408 395 658  
Mạng [www.nhwact.com.au](http://www.nhwact.com.au)

### NHÀ AN TOÀN (SAFE HOUSE)

Đây là một hệ thống cộng đồng cung cấp những nơi an toàn để giúp bất cứ một ai, đặc biệt là trẻ em hay người già cảm thấy đang gặp nguy hiểm hay bị đe dọa.

Đt 0432 499 554  
Mạng [www.safetyhouseact.org.au](http://www.safetyhouseact.org.au)





## DỊCH CẢM CÚM (BỆNH CẢM)

### TRÙ TÍNH TRƯỚC

- Hãy nghĩ đến việc chích ngừa cảm cúm hàng năm.
- Chứa đồ ăn và thức uống đầy đủ trong tủ đồ ăn và tủ đông đá để phòng hờ trường hợp quý vị không thể ra khỏi nhà.
- Kiểm điểm xem quý vị có sẵn thuốc chữa bệnh hay không (thuốc có toa hoặc thuốc cảm lạnh thường).
- Hãy biết chắc rằng danh sách người liên lạc của quý vị được cập nhật để khi bị bệnh quý vị có người để báo cho biết.

### TÔI PHẢI LÀM GÌ KHI BỊ CẢM CÚM?

- Nếu có thể thì hãy tránh tiếp xúc với người khác.
- Ở nhà – tránh nơi làm việc, trường học và nơi đông người hoặc những nơi hội họp công cộng cho đến khi hết bị sốt và cảm thấy khỏe.
- Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi và cẩn thận bỏ khăn tay giấy vào thùng rác sau khi dùng.
- Rửa tay thường xuyên và sau khi ho hay hắt hơi – dùng xà-bông hoặc nước khử trùng có cồn.
- Dùng thuốc tẩy hoặc khăn lau ửốt có cồn để lau chùi những nơi/đồ thường xuyên đụng tới (chẳng hạn như các đồ điều khiển và nắm cửa).
- Nghỉ ngơi và uống thật nhiều chất lỏng.
- Dùng thuốc giảm đau khi đau nhức tuy nhiên nếu lo lắng cho sức khỏe thì hãy liên lạc với bác sĩ gia đình.

## THÔNG TIN CHI TIẾT CHO NHỮNG NGƯỜI LÁNG GIỀNG CỦA QUÝ VỊ.

Tìm hiểu và làm quen với những người sống trong khu láng giềng của quý vị là điều quan trọng khi có trường hợp khẩn cấp.

Những thẻ này đã được thiết kế với mục đích dùng để thể trao đổi chi tiết liên lạc với những người láng giềng tin cậy, hầu liên lạc lẫn nhau khi có trường hợp khẩn cấp.

Nếu quý vị không muốn chi tiết liên lạc của mình chuyển cho người khác thì hãy nói cho người láng giềng của quý vị biết điều này.

### CHI TIẾT CỦA QUÝ VỊ.

TÊN HỌ	<input type="text"/>
ĐỊA CHỈ	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
SỐ ĐIỆN THOẠI	<input type="text"/>
	NHÀ
	LƯU ĐỘNG
	NƠI LÀM VIỆC
ĐỊA CHỈ ĐIỆN THƯ	<input type="text"/>

### CHI TIẾT CỦA QUÝ VỊ.

TÊN HỌ	<input type="text"/>
ĐỊA CHỈ	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
SỐ ĐIỆN THOẠI	<input type="text"/>
	NHÀ
	LƯU ĐỘNG
	NƠI LÀM VIỆC
ĐỊA CHỈ ĐIỆN THƯ	<input type="text"/>

### CHI TIẾT CỦA QUÝ VỊ.

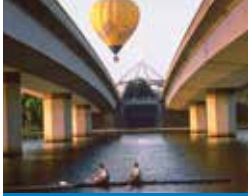
TÊN HỌ	<input type="text"/>
ĐỊA CHỈ	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
SỐ ĐIỆN THOẠI	<input type="text"/>
	NHÀ
	LƯU ĐỘNG
	NƠI LÀM VIỆC
ĐỊA CHỈ ĐIỆN THƯ	<input type="text"/>

### CHI TIẾT CỦA QUÝ VỊ.

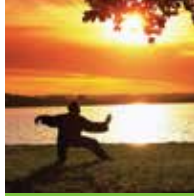
TÊN HỌ	<input type="text"/>
ĐỊA CHỈ	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
SỐ ĐIỆN THOẠI	<input type="text"/>
	NHÀ
	LƯU ĐỘNG
	NƠI LÀM VIỆC
ĐỊA CHỈ ĐIỆN THƯ	<input type="text"/>



# HƯỚNG DẪN CHUẨN BỊ CHO TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP



**TRÙ TÍNH TRƯỚC**



**CHUẨN BỊ SẴN SÀNG**



**GIỮ AN TOÀN**