

우리들의 지역 공동체 준비

당신의 가족, 학교, 직장 동료들, 공동체가 재난에 준비되도록 하는데 관심이 있습니까? 미국적십자사 베이 지역 본부는 모든 사람들이 재난 전에 준비될 수 있도록 매일 다양한 프로그램과 코스를 제공합니다.

- 레드크로스 온라인 코스 : 당신의 가족들이 집에서 어떻게 재난에 대비할 수 있는지를 가르쳐 드립니다. www.redcrossbayarea.org 에서 온라인 코스를 수강할 수 있습니다.
- 레드 크로스 재난 대비 훈련과정 : 무료 훈련과정을 당신의 직장, 공동체에 가져갈 수 있습니다. 영어, 광둥어, 만다린어, 타갈로그어, 한국어, 일본어, 스페인어, 베트남어가 제공됩니다. 훈련지도자가 되기 위한 프로그램과 개별 재난 대비 코스 또한 수강 하실 수 있습니다.
- 응급 처치와 CPR 코스 : 지역내의 적십자사 프로그램에 참여하거나 당신의 직장에서 생명을 살리는 응급처치 훈련과 CPR을 적십자사를 통해 제공 받으실 수 있습니다. www.redcrossbayarea.org 에서 수강신청 할 수 있습니다.

더 많은 정보를 얻기 위해서는

적십자사 구조 사역은 적십자 미션 완성을 위해 베이 지역 커뮤니티에 살고 있는 사람들을 돕습니다. 당신은 자원 봉사자가 되거나 또는 적십자사 파트너가 되어, 그리고 헌혈 또는 기부를 통해 적십자를 도울 수 있습니다. 적십자와 관련하여 더 많은 정보를 얻기 원하신다면 www.redcrossbayarea.org 를 방문하시거나 1-888-4-HELP-BAY로 전화하시면 됩니다.



1 (888) 4-HELP-BAY
1 (888) 443-5722

www.redcrossbayarea.org

www.redcrossbayarea.org



적십자사 재난 대비

재난에서의 개인의 대비를 위한 행동들





준비 되셨습니까?

만약 당신이 화재나 홍수 후에 집으로 돌아가지 못한다면, 당신은 무엇을 할 것입니까? 만약 당신이 거대한 재난에 의해 당신의 가족, 친구들과 떨어지게 되었다면 당신은 어떻게 다시 그들과 연락을 할 것입니까? 당신은 올바른 재난용 도구를 가지고 있습니까? 당신은 지진에서 당신을 보호하기 위해 어떻게 해야 하는지 알고 있습니까?

베이 지역에 살고 있는 모든 개인들은 그들 개인적으로 크고 작은 재난에 대비할 필요가 있습니다. 우리 사회 안에서 오직 이 방법이 우리의 사랑하는 사람들과 이웃들을 안전하게 지켜줄 수 있습니다.

당신의 집을 안전하게 지키는 계획의 첫 걸음은 재난에 대비하는 것입니다.

계획 만들기

당신의 집을 안전하게 지키는 계획의 첫 걸음은 재난에 대비하는 것입니다.

- **연락망의 개발** : 연락망을 만드는 것은 재난 후에 장거리 연락을 만드는 것보다 쉽습니다. 그래서 누가 중앙 연결지점이 되어 외곽지역 사람들과 연락을 취할 것인지를 확인해 두어야 합니다. 모든 사람들은 남녀를 막론하고 이 연락망을 누가 다른 사람들에게 전해줄 것인지를 알고 있어야 합니다. 당신의 외곽지역에 살고있는 사람들에게 당신의 연락망 방법을 알려주십시오. 집 안 화재와 같은 작은 일일지라도 지역 응급 연락처와의 연락을 유지하여야 합니다.
- **재난 후 대피 장소 정하기** : 화재와 같은 갑작스러운 재난의 경우에 대비해 집 근처의 장소를 정하십시오. 집으로 돌아오지 못할 경우를 대비해 당신이 살고 있는 곳의 외곽 지역에 제 2의 장소를 정하십시오. 또한 직장, 학교, 지역 보조 센터와 같은 곳의 대피 지역을 알아 두십시오.
- **탈출로 결정** : 당신의 집에서 방 이외의 두 가지 탈출로를 알아 두십시오. 그리고 당신의 이웃에게 탈출 경로를 알려주십시오.
- **애완동물을 위한 계획** : 긴급 상황에서 당신의 애완 동물들에게 피난처를 제공할 수 있는 가족 구성원들, 친구들, 주거 시설들, 수의사들, 당신의 애완 동물과 친근한 호텔등의 명단을 준비해 두십시오.
- **나만의 계획으로 만들기** : 만약 당신에게 다른이에 대한 특별한 책임이 있다면, 이웃들, 친구들 또는 친척들과의 관계를 응급상황에 용이한 연결망을 만들어 두십시오.
- **계획의 반복과 연습**

도구 획득

당신의 모든 가족들에게 적어도 3일간 공급 할 수 있을 만큼의 충분한 물품을 비축해 두십시오. 이는 동물들과 아이들, 거동이 불편한 노인들을 위한 필수 물품까지 포함합니다. 당신의 집과 직장, 자동차에 물품들을 준비해 두십시오.

- **썩지 않는 음식** : 영양(에너지) 바, 수프 통조림 또는 땅콩 버터와 같은 물품들을 포장해 두십시오.

- 한 사람이 하루 동안 마실 수 있는 1 갤런의 물을 준비해 두십시오.
- **손전등, 배터리로 작동되는 크랭크 라디오, 필수 장비와 지도** : 배터리를 포함하여, 가스 누출을 차단하기 위한 렌치, 병 따개, 스크루 드라이버, 해머, 펜치, 나이프, 송수관 테이프, 쓰레기 봉지를 준비해 두십시오.
- **응급처치 도구와 의약품들을 준비해 두십시오.**
- **옷가지와 튼튼한 신발을 준비해 두십시오.**
- **개별 물품들과 위생용품** : 중요한 문서, 위생 용품, 위안이 될수 있는 책과 장난감들을 포장해 두십시오.
- **적은 금액의 현금을 준비해 두십시오.**
- **응급 연락 정보를 알아 두십시오.**

정보 알아두기

재난 전과 재난 중, 재난 후에 어떻게 스스로를 보호할 수 있는지 알아두십시오.

- **스스로를 보호하는 방법 배우기**
지진 - 지진 발생시 만약 집안에 있다면, 엎드리십시오. 그리고 무겁고 단단한 가구 밑으로 들어가 인테리어 벽에서 당신의 머리를 보호하기 위해 덮으십시오. 지진의 진동이 멈출때 까지 머리를 덮고 있는 것을 붙잡고 있으십시오. 만약 집 밖에 있다면, 빌딩들과 나무들로부터 멀리 떨어져 머리를 덮고 이를 붙잡으십시오.
화재 - 밖으로 대피하십시오. 문을 열기 전 뜨거운지 점검해 보십시오. 연기 밑으로 계단을 따라 기어가십시오. 만약 당신이 갇혀 있다면 창문으로 도움을 요청하는 신호를 보내십시오. 그리고 일단 밖에 있다면 집 안으로 들어가지 마십시오.
홍수 - 대피장소로 즉각 가십시오. 강, 시내, 하구, 폭풍우를 피하기 위해 땅 보다 높은 곳으로 가십시오. 바리케이드 주변으로 운전하지 마십시오. 만약 당신의 차가 물 속에서 꼼짝 못하게 된다면 차를 버리고 지면보다 높은 곳으로 올라가십시오.
화학물질의 누출과 공기로 운반되는 위험들 - 문과 창문들을 잠그고 냉난방 구멍들을 닫으십시오. 공기가 들어올 것 같은 장소를 젖은 수건이나 송수관 테이프로 막으십시오. 지면보다 높은 곳에서 머무르십시오.
- **응급처치 도구의 획득과 CPR 훈련** : CPR 훈련을 받기 원하신다면 www.redcrossbayarea.org 에서 신청하십시오.
- **즉각적인 정보 얻기** : 베이 지역의 라디오 740 AM, 810 AM, 88.5 FM을 켜십시오. 지역 긴급 센터의 지시에 따르십시오.