

您准备好了吗?

防灾准备是灾难/紧急情况发生后恢复的关键。



了解风险

做好防灾准备，以应对您所在地区的环境风险

欲了解如何做好防灾/应急准备，请访问[防灾与应急管理办公室](#)网页，了解更多详细信息。

注册 [AC Alert](#)，以便接收阿拉米达县紧急警报；注册 [ListosCA/Alerts](#) 以查找可用的加州警报。



制定计划

在灾难/紧急情况发生前做好家庭准备

在[ready.gov/plan](#)中制定《家庭应急计划》并与家人共享。

考虑家庭成员的具体需求，如：

- 医疗设备
- 交通工具
- 宠物

与家人一起练习该计划。

参与社区计划。



采取行动

灾难/紧急情况发生后，做好应对和恢复工作

准备一个适合您家庭需要的应急包（请参阅背面的应急包示例）。

保护重要文件（请访问[CalOES](#)以获取推荐的文件清单）。

了解您的保险范围。

收藏所在地的广播电台：1610AM、KPFB 89.3、KQED 88.5、KCBS 740AM、KSOL 98.9FM（西班牙语）



制作方
[政府与社区关系部 \(GCR\)](#)
[防灾与应急管理办公室 \(DPEM\)](#)

联系方式：SSADPEM@acgov.org



Alameda County
Social Services Agency

准备应急包



在灾难发生前准备好应急物资。灾难发生期间，您和您的家人或将需要特定物品，包括现金和物资。您的应急包需要视您的个人情况准备。请考虑您的家人可能需要的物品，如药品和婴儿用品，记得为您的宠物打包所需物品！

- 水
- 不易变质的食物
- 现金
- 电池收音机或手摇式收音机
- 手电筒和备用电池
- 非电动开罐器
- 急救包
- 口哨
- 处方药
- 个人卫生用品
- 防尘口罩，以过滤受污染空气
- 湿巾、垃圾袋和塑料扎带
- 扳手或钳子，以关闭水、电、煤气等设施
- 宠物所需物品
- _____
- _____
- _____

*请确保您准备的物品足以维持数天的生存需要

更多详细信息

资源：

- [防灾与应急管理办公室 \(Office of Disaster Preparedness and Emergency Management\)](#)
- [阿拉米达县 | 应急 \(Alameda County | Emergencies\)](#)
- [ListosCA](#)
- [Ready.gov](#)

培训：

- [阿拉米达县社区应急小组 \(Alameda County Community Emergency Response Team, CERT\)](#)
- [阿拉米达县止血培训](#)
- [阿拉米达县公共卫生局 | 个人应急准备培训——针对弱势群体的电话培训](#)



制作方
[政府与社区关系部 \(GCR\)](#)
[防灾与应急管理办公室 \(DPEM\)](#)

联系方式：SSADPEM@acgov.org