



# 应急准备手册

为您的家人、住房和工作场所做好应对各种危险的准备。



# 应急准备工具包

**应急物资** | 根据灾难的严重程度和您所在的地理位置，您和您的家人可能要等上几天或几周才能收到政府提供的服务和援助。应急工具包对于灾后维持家人的生活至关重要。

对照此检查清单，每周或每月置办一些物品，逐步完善您的应急物资工具包。其中许多产品都符合弗吉尼亚州每年八月免税周末活动的免税资格。定期更换变质的物品，例如水、食品、药物和电池，并且在完善工具包时要牢记家人的独特需求。



## 食品 + 用品

- 至少可维持 3 天的水和不易腐烂的食品
- 婴儿配方奶粉和尿布
- 宠物食品和用品（见下页）

## 医疗需求

- 至少够用一周的药物和处方副本
- 医疗设备、辅助技术和备用电池
- 急救箱和抗生素软膏
- 防晒产品

## 工具 + 安全用品

- 手电筒和电池
- 多用途工具
- 防尘口罩或 N-95 呼吸防护口罩

## 防护装备 + 衣物

- 额外的当季衣物
- 结实的鞋子和工作手套
- 毯子或睡袋

## 应急资金

- 应急现金至少应能够维持您家人生活几天的费用。获得政府的援助和资源需要时间。
- 规划好在被要求撤离时用来支付燃料、住宿和膳食以及宠物寄宿费用的资金。
- 不要依赖信用卡或借记卡，因为互联网或电力基础设施等关键网络可能会遭到破坏。请务必在暴风雨来临前提取足够的现金。

## 卫生 + 消毒

保持良好的卫生习惯可以阻止细菌和传染病的传播。

- 抗菌皂、消毒液和一次性手套
- 纸巾、卫生纸和湿纸巾
- 消毒剂和外用酒精
- 牙刷和牙膏

## 重要文件

在暴风雨来临或撤离之前，收拾好重要文件并将其存放在防水储物袋或容器中。也建议将文件记录备份存储在受密码保护的虚拟云服务器上。

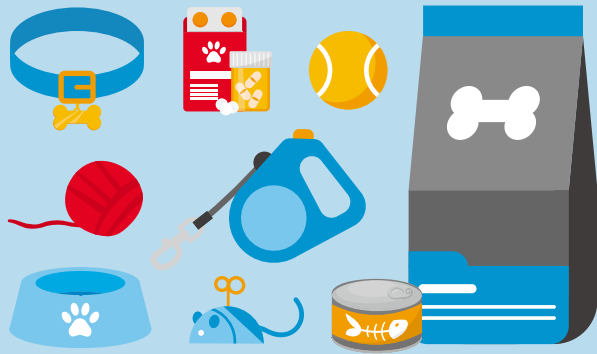
- 驾照和护照
- 车辆登记证和保险证明
- 医疗和疫苗接种记录
- 处方药标签
- 出生证明和社会安全卡
- 结婚证书
- 居住证明（地契或租约）
- 企业和个人纳税记录
- 遗嘱
- 家庭物品清单（照片或视频）

## 慰藉品 + 珍贵物品

您可能需要长时间离开家，并且您的财产可能会遭到损坏。拿走任何无可替代的物品或可以给您的家人（尤其是儿童）带来慰藉的物品。

- 书籍、拼图和最喜爱的毛绒玩具
- 相册
- 贵重物品和珠宝首饰

## 宠物用品

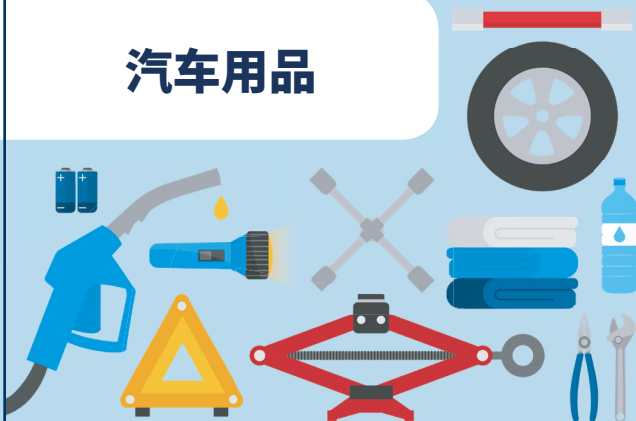


并非所有收容所和酒店都接受宠物。提前做好规划，万一要撤离家中，让宠物可以与家人朋友住在一起，或待在其他接受宠物的地方。

### 宠物专用物品

- 挂在项圈上的身份标签和宠物微芯片
- 宠物的描述和最新照片
- 免疫接种和医疗记录
- 1.5 加仑的水以及足够的食品和药物，至少够每只宠物维持三天
- 宠物药物、喂食和喂药时间表副本（供看护者、收容所或寄养机构人员使用）
- 盛食物的碗、宠物玩具和床上用品
- 项圈、牵引绳和运送宠物的背带

## 汽车用品



在车内放置一个应急工具包，以防您需要快速撤离，以躲避洪水、野火、飓风等灾难，或者您因冬季天气状况而被困。

### 汽车专用物品

- 不易腐烂的食品和瓶装水
- 跨接电缆和工具
- 灭火器和照明弹
- 手电筒和备用电池
- 急救箱和保暖毯子

## 安全返家

每年都有大量人员在飓风过后受伤或死亡。回到家并开始灾后重建工作时，请牢记以下安全提示：

- » 不要涉洪水而过，因为洪水中可能含有危险的杂物，包括碎玻璃、金属、动物尸体、污水、汽油、石油和倒塌的电线。
- » 在检查完建筑物的电力系统、燃气管道、化粪池系统以及供水管道或水井是否受损之前，不要贸然进入建筑物。
- » 在确定自来水安全之前，不要饮用自来水。如果不确定是否安全，请先煮沸或净化。
- » 注意是否有掉落的物体和倒塌的电线；如有电线倒塌，请向当地公用事业提供者报告。
- »

### 飓风后的清理工作

- » 佩戴手套、护目镜、口罩，穿上橡胶靴等防护装备，以保护您免受碎屑和空气中颗粒（例如霉菌和灰尘）的侵害。
- » 对所有被浸湿的物品进行清洁和消毒。洪水留下的泥浆中可能含有污水、细菌和化学物质。
- » 在家时，请打开所有门窗，排出封闭空间的空气。不在家时，请在安全的情况下尽量多开几扇窗户。
- » 丢弃泡水的多孔材料，例如床垫或有软垫的物品，尤其是明显有真菌生长的材料。
- » 拆除被洪水浸泡过的地板、镶板、干墙、绝缘材料和电源插座。



# 减灾措施

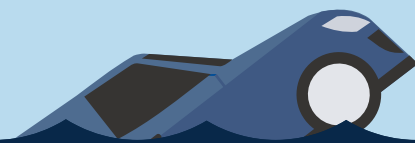
在飓风来袭之前进行规划和做好准备，可以帮助您应对强风和洪水的影响。采取下述步骤可确保您和您家人的安全，同时保护您的房屋和财产。如果您是租户，请与房东或物业经理讨论您可以采取的其他步骤。

## 做好房屋防备

- 用木板封住窗户并关上所有防风百叶窗。固定并加固屋顶、房门和车库门。
- 将露台家具、垃圾桶和自行车等不固定且较轻的物品转移到室内。
- 固定好放入室内可能不安全的物体（例如燃气烤架和丙烷罐）。
- 修剪或移走受损且距离建筑物较近的树木和树枝，以免倒在建筑物上。
- 固定松动的雨水槽和落水管，并清除任何堵塞的区域或杂物，以防止水泡坏您的财产。
- 购买便携式发电机或安装全屋发电机，以供停电时使用。
- 将便携式发电机等替代电源放在室外距离房屋至少 20 英尺的地方，并防止其受潮。
- 拍摄照片和视频来记录暴风雨前您家的状况，以便日后用于保险索赔。

## 做好企业防备

- 在飓风来袭之前记录好员工的职责和角色，并与每位员工一起审阅记录。
- 进行演习，以确保工作人员理解其角色并测试应急计划是否奏效。随后举行演习后报告和和经验教训总结会议。
- 联系您的供应商，了解其准备计划以及灾难会对供应链造成什么影响。
- 将计算机和其他信息技术 (Information Technology, IT) 系统搬到远离大门窗的地方。
- 如有需要，将贵重物品和 IT 系统搬到设施的较高楼层或更安全的位置。
- 确保重要记录受到保护：分析异地备份记录存储情况，将重要文档和数字存储介质放入防水防火的箱子里。
- 遮挡所有门窗。
- 购买洪水保险，以保护您的财务投资。



# 洪水保险

## 与保险代理人讨论购买洪水保险事宜，并记住：

只要家中或办公室进水，哪怕只有一英寸深，就可能要花费数千美元来清理，包括更换干墙、踢脚板、地板覆盖物和家具。购买洪水保险是保护房屋、企业和家庭财务安全，以免受洪水造成损失的最佳方式。

- 请致电 888.379.9531 联系国家洪水保险计划 (National Flood Insurance Program, NFIP) 呼叫中心以请求代理人转介，或访问 [www.floodsmart.gov](http://www.floodsmart.gov)。
- 洪水保险保单需等待 30 天才能生效。别再等待！
- 大多数财产保险不承保洪水损失，因此您需要单独购买洪水保险。
- 保单的年度保费最低为每年 \$112，并根据洪水风险级别和所需承保额度而增加。
- 如果您租赁或拥有公寓单元，最好同时购买建筑（如果您拥有该单元）和财物保险。如果您是租户，则可选择只购买财物保险。
- 尽管联邦政府并不要求购买洪水保险，但所有 NFIP 洪水索赔中近 25% 发生在中低风险地区。
- 在抵押贷款偿还期内，您至少有 26% 的机会可能遭遇基准洪水。

# 随时了解情况

**紧急通讯** | 紧急通信计划应包括备用手机充电设备和电池以及其他通讯工具：建议使用带有备用电池的调幅 / 调频 (AM/FM) 收音机和 NOAA 气象收音机。

## 家庭信息

写下家中每个人以及其他联系人（包括亲戚、朋友、邻居或同事）的电话号码和电子邮件地址。即使您没有携带手机或手机电池电量耗尽，您也可利用这些信息与他人重新联系上。

如果您的家庭成员失聪或有听力障碍，或者有言语障碍，并且使用传统或视频中继服务 (Video Relay Service, VRS)，请提供有关如何通过固定电话、移动设备或计算机上的中继服务进行联系的信息。

## 外地联系人

确定一个您所在社区或州以外的人员作为中心联系人，帮助您的家庭重新与外界建立联系。在发生灾难时，拨打长途电话可能会较容易，因为本地电话线路可能会不堪重负或受损。

## 学校、托儿所、看护者和工作场所应急计划

确保拥有手机和电子邮件账户的家庭成员都注册接收来自学校、工作场所和地方政府机构的警报和警告，这些机构包括：警察局、消防局、救护车服务、公共卫生部门、公共工程、公用事业、学校系统和当地应急管理办公室。在社交媒体上关注这些官方机构，此为您轻松获取重要信息的额外渠道。

## 其他重要电话号码和联系信息

写下、存储或方便取得紧急服务、公用事业和服务提供者、医疗服务提供者、兽医、保险公司和其他重要服务的电话号码。

**在发生紧急事件期间，本县会在此处发布最新信息：  
<https://pwcva.gov/emergency>。将此页面加入书签！**

下载 Everbridge 应用程序并搜索  
“PWC Alerts” (PWC 警报)，以  
注册接收紧急警报。

可在此处下载  
App Store

ANDROID 应用程序  
Google Play



## 其他规划资源

有关规划资源和服务的完整列表，请访问  
[pwcva.gov/makeaplan](https://pwcva.gov/makeaplan)

## 灾难清理工作



### 开始进行灾后恢复工作时，请牢记以下几点：

- » 在检查完建筑物的电力系统、燃气管道、化粪池系统以及供水管道或水井是否受损之前，不要贸然进入建筑物。
- » 注意是否有掉落的物体和倒塌的电线；如停电和有电线倒塌，请向当地公用事业提供者报告。
- » 清除倒下的树木、清理杂物或使用链锯等设备时，请务必小心或寻求专业帮助。
- » 请联系您当地的应急管理办公室或地区政府，了解可协助进行住宅清理工作的组织。
- » 如遇断电，请向 Dominion Energy、NOVEC 或您当地的电力供应商或合作企业报告。
  - » **Dominion Energy** | 请访问 [dominionenergy.com/outages](http://dominionenergy.com/outages) 报告停电情况并检查状况。请致电 866.366.4357 报告线路故障和其他安全隐患。
  - » **NOVEC** | 请访问 [novec.com/stormcenter](http://novec.com/stormcenter) 报告停电情况并检查状况。请致电 703.335.0500 报告线路故障和其他安全隐患。
- » **如果您的财产在灾难后受损：**
  - » 拍摄财产受损情况的照片，
  - » 联系保险公司报告损坏情况，以及
  - » 向县应急管理办公室报告损坏情况，以便我们将您的损失纳入损坏情况评估中。
  - » 请访问 [pwcva.gov/reportdamage](http://pwcva.gov/reportdamage) 在线报告损坏情况。

## 食品 + 用水安全

如遇停电，请务必采取谨慎的预防措施来确保食品安全。  
如果冰箱和烤箱无法运行，食物中毒的风险会增加。

- » 冰箱冷藏室或冷冻室全部装满时，比没装满时保持低温的时间更长，因此，如果即将停电较长时间，请务必多准备一些冰块、干冰或冷冻袋，以确保恒定低温。
  - » 如果不打开冷藏室门，冷藏室可冷藏食物约 4 小时。
  - » 如果冷冻室门保持关闭状态，冷冻室在装满的情况下可保持低温大约 48 小时（如果半满则为 24 小时）。
- » 扔掉任何在室温下放置超过两个小时的食物，以及任何气味、颜色或质地异常的食物。**如果不确定是否可以食用，请扔掉！**
- » 将食品烹饪到适当的温度，以确保消灭可能存在的食源性细菌。如果食品温度超过 40° F 两个小时或更长时间，请扔掉。
- » 请访问 [vdh.virginia.gov/drinking-water/](http://vdh.virginia.gov/drinking-water/) 了解有关公共水源安全和“烧水”程序的信息。
- » 如果居民和设施从被洪水淹没的私家水井或化粪池系统取水供给公众，应采取额外的预防措施。请访问 [vdh.virginia.gov/environmental-health/onsite-sewage-water-services-updated/before-and-after-the-storm-private-wells-and-onsite-sewage-systems/](http://vdh.virginia.gov/environmental-health/onsite-sewage-water-services-updated/before-and-after-the-storm-private-wells-and-onsite-sewage-systems/) 以了解更多信息。
- » 如需查看提供给餐厅经营者的食品安全相关信息，请访问 [vdh.virginia.gov/environmental-health/food-safety-in-virginia/food-operators/restaurant-preparedness/](http://vdh.virginia.gov/environmental-health/food-safety-in-virginia/food-operators/restaurant-preparedness/)。

# 备选恢复资源

## 当地

向当地应急管理办公室报告您的家庭和企业的灾难损坏情况。请联系您所在市或县的社会服务部、公众服务部、社区服务委员会、公共卫生部、住房部和当地应急管理办公室，以获取更多资源和信息。

## 联邦紧急事务管理局 (FEDERAL EMERGENCY MANAGEMENT AGENCY, FEMA)

### 个人和家庭计划 (Individuals and Households Program, IHP)

如果总统宣布发生灾难，FEMA 的个人和家庭计划可向有必要开支和严重需求却无法通过其他途径满足此类需求的人员提供财务援助或直接服务。请致电 800.621.FEMA 联系 FEMA 个人和家庭计划。

### 公共援助：地方、州、部落和私人非营利组织

如果总统宣布发生灾难，FEMA 的公共援助 (Public Assistance, PA) 拨款计划可向政府组织和某些私人非营利 (Private Nonprofit, PNP) 组织提供联邦援助。

PA 向州、部落、领地、地方政府和某些类型的 PNP 组织拨款，帮助社区快速应对重大灾害或紧急情况并从中恢复过来。请致电 202.646.3834 联系 FEMA 公共援助部门。

## 小型企业管理局 (SMALL BUSINESS ADMINISTRATION, SBA)

SBA 可向房主、租户和企业主提供贷款。房主最多可贷款 \$200,000 用于与灾难相关的房屋维修。房主和租户最多可贷款 \$40,000 来更换受灾难损坏的个人财产，包括车辆。SBA 不会重复发放您的保险或 FEMA 提供的福利。当您向 FEMA 提出申请时，您可能获得 SBA 转介。请于周一至周五早上 8 点至晚上 9 点致电 800.659.2955 或发送电子邮件至 [disastercustomerservice@sba.gov](mailto:disastercustomerservice@sba.gov) 联系 SBA。

## 美国农业部 (U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE, USDA)

您可以在美国农业部灾害资源中心 (USDA.gov) 找到有关特定灾害和紧急情况、如何准备、恢复和建立长期复原能力的信息，以及有关美国农业部在灾害事件后提供援助的信息。

Prince William 县的最新信息和恢复资源将发布在：  
[pwcva.gov/emergency](http://pwcva.gov/emergency)

## 致电号码

2-1-1

全州范围内训练有素的专业人员全天候倾听您的情况描述，并使用弗吉尼亚州的大型健康和公共服务数据库为您提供帮助资源。有关详细信息，请访问 [www.211virginia.org](http://www.211virginia.org)。

5-1-1

**“先了解再出发” (Know Before You Go)** 计划提供整个联邦的实时交通信息。随时随地满足您的需求。如需了解更多信息，请访问 [www.511virginia.org](http://www.511virginia.org)。

8-1-1

**“先打电话再挖掘——这是法律规定” (Call Before You Dig - It's the Law)** 是弗吉尼亚州的一个免费通讯中心，为挖泥工、承包商、业主和计划进行任何类型挖掘工作的人员提供服务。进行灾难恢复工作时，个人或企业可能会计划进行挖掘。参与计划的公用事业单位将提前确定并标记其地下设施和线路，以防止意外发生伤害、损坏或罚款。

9-1-1

仅适用于紧急情况，包括火灾、医疗、报告事故、正在进行的犯罪以及可疑的个人或事件。不得拨打 9-1-1 咨询交通或最新天气和索取信息，请保持线路畅通，以免耽误寻求紧急支持的人员。



### 恢复组织

积极参与救灾的国家志愿组织 (National Voluntary Organizations Active in Disaster) | [www.nvoad.org](http://www.nvoad.org)

积极参与救灾的弗吉尼亚志愿组织 (Virginia Voluntary Organizations Active in Disaster) | [www.virginiavoad.org](http://www.virginiavoad.org)

弗吉尼亚救灾基金会 (Virginia Disaster Relief Fund) | [www.vaemergency.gov/donate](http://www.vaemergency.gov/donate)



**PRINCE WILLIAM**  
COUNTY

**应急管理办公室**

1 County Complex Court, EA710, Prince William, VA 22192  
EmergencyManagement@pwcva.gov | 703-792-7050