

居安思危

准备好应急包

制定计划，准备依靠自己生存至少 7-10 天



水
(每人每天 1 加仑)



食品
(不易腐烂)



药品



医疗设备



急救药箱



开罐器



结实的鞋子



收音机



备用电池



手电筒



防寒服



个人卫生用品



灭火器



工具



宠物用品



小额钞票



卫生纸



身份证件与重要证件



! 在住宅内保留 7 - 10 天的用品 - 在汽车内和工作地点也保留少量用品

居安思危

制定计划

确定您必须离开家时与家人集合的地点



关于灾难应急计划，您应了解：

您的工作单位

您孩子的学校

您的医疗和/或交通机构

您家人经常出入的地方



注册以获取紧急警报与通知

alert.seattle.gov



前往以下网站来了解您的住宅容易遭受哪些威胁

seattle.gov/hazardexplorer

制定通讯计划



写下紧急联络信息



简讯通报成功的机会更大



准备一个备用手机充电器和几颗备用电池



可以把外地联系人用作家庭联络的中继点

互相帮助

了解您可以怎样为通常需要您照顾的人和宠物提供帮助



组建西雅图社区活跃准备 (SNAP) 小组

seattle.gov/snap



查看西雅图 Neighborlink 地图以联系您的社区应急中心

seattle.gov/emergency



参加西雅图应急管理机构免费提供的灾难应急技能学习班，学习基本生存技能

查看近期活动日程：

seattle.gov/emergency

发生地震时该做些什么

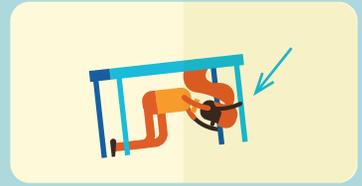
震动发生时



下蹲



找掩护



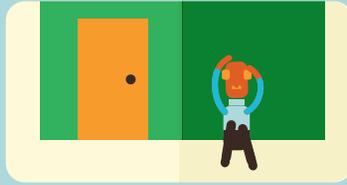
和抓紧

如果周围没有桌子，在一个坚固的家具旁边找掩护

思考



下方



旁边



中间

震动停止后

检查您的住宅：



房屋结构有无损坏



检查身体是否受伤
并实施基本急救



帮助您的邻居



关闭房屋主阀门的水源



如有下列情况，
请关闭天然气



闻到天然气的味道



听到嘶嘶的冒气声



看到天然气
示数盘转动



了解更多信息



AlertSeattle
消息



当地电
视节目



距您最近的社
区应急中心



应急无线电台

AM 710 • AM 1000

FM 94.9 • FM 97.3 • FM 97.7



Twitter @CityofSeattle @alertseattle