

# 自己和家人撤离

## 撤离方案

各种各样的紧急情况都可能导致需要撤离的情况。有时，您可能有一两天的时间准备，但有时您可能需要立即撤离。无论什么情况，提前规划对于快速安全地撤离至关重要。

## 撤离前

- 了解您所在社区可能面临的灾难类型，以及针对每种特定灾难的应急预案、撤离计划和避难方案。
- 如果需要撤离，请计划如何离开以及去往何处：
  - 确定几个发生紧急情况可以去的地方，比如另一个城镇的朋友家或酒店。选择几个不同方向的目的地，以便在紧急情况下有多种选择。
  - 如有需要，请找到能够接纳宠物的住宿地点。大多数公共收容所只接纳服务性动物。
  - 熟悉您所在地区以外的替代路线和其他交通方式。
  - 始终遵循当地官员的指示，并记住，根据灾难类型，您的撤离路线可能需要步行。
- 制定家庭/家人沟通和重聚计划，以便你们能够保持联系。如不得已分开，请为每个人作出最有利的安排，并规划如何重聚。
- 准备好撤离所需的物资，包括步行或搭乘公共交通撤离时可携带的“应急包”。如果您有私家车，还要准备长途旅行所需的物资。
- 如果您有车：
  - 如果可能需要撤离，请加满汽油。始终保留半箱汽油，以备不时之需，特别是在紧急撤离情况下。紧急情况下，加油站可能会关闭，停电期间也无法加油。每个家庭乘坐一辆车，以减少交通拥堵和延误。
  - 确保车内配备便携式应急工具包。
- 如果您没有车，请计划好在必要时如何安全撤离。与家人、朋友或当地政府协调安排。



## 撤离期间

- 在线搜索您所在区域的避难所列表,了解灾难发生时,哪些避难所会开放。
- 收听用电池供电的收音机,并遵循当地政府发布的撤离指示。
- 带上应急物资包。
- 尽早出发,以免遭遇恶劣天气而受阻。
- 您可以携带宠物,但要清楚只有服务性动物才能进入公共庇护所。现在就计划一下在紧急情况下如何照顾您的宠物。
- 如果时间允许:
  - 致电或发送电子邮件给家庭联络计划中住得较远的联系人。
  - 告诉他们您要去哪里。
  - 关闭并锁上门窗,确保家中安全。
  - 拔掉收音机、电视机和小家电等电器的插头。除非有洪水风险,否则请保持冰柜和冰箱通电。如果您的房屋遭损坏,并且您被告知要离开,请在离开之前关闭水、煤气和电。
  - 留下一张纸条告诉别人您离开的时间以及要前往的地点。
  - 穿结实的鞋子和具有一定保护作用的衣服,如长裤、长袖衬衫和帽子。
  - 询问邻居是否需要搭车。
- 遵循推荐的撤离路线撤离。不要走捷径,可能会有交通拥堵的情况。
- 警惕道路危险,例如被冲毁的道路或桥梁以及电线倒塌。请勿驾车进入被洪水淹没的区域。



## 撤离后

如果您因风暴而撤离,请在返回家园前与暂居地和家中所在地的当地官员核实风暴情况。

- 重大灾害发生后,返回受灾地区的居民需预见日常生活可能面临的种种不便,并为此做好准备,同时谨记,在风暴残骸清理之前返回家园是很危险的。
- 在您离开之前和到达时告知朋友和家人。
- 给设备充电,并考虑配备备用电池,以防止持续断电的情况。
- 加满汽油,考虑下载燃油应用程序,检查沿途是否有燃料中断情况。
- 携带乘车所需的水和不易腐烂的食物等物资。
- 避开倒塌的电线或公用设施线路,它们可能带有致命的电压。
- 远离危险,并立即向电力或公用事业公司报告。
- 发电机仅可在户外使用,严禁在室内、车库或与住宅电力系统相连使用。



### 在您需要时为您提供关键支持

请访问 [optumwellbeing.com/criticalsupportcenter](https://optumwellbeing.com/criticalsupportcenter), 获取更多关键支持资源和信息。



本计划不得用于紧急情况或急症护理需求。紧急情况下, 请拨打当地的紧急服务电话或前往最近的急救室。本计划不能替代医生或专业人士的医疗护理。本计划及其组成部分可能无法在所有地区提供, 并且可能适用保险责任豁免和限制条款。

© 2024 Optum, Inc. 版权所有。WF12836817 143230-022024 OHC