





5 邻里区 准备的步骤



5 邻里区准备的步骤

我们从不认为灾难会降临到我们的社区

但至少我们希望它不会来!但是,这不是灾难会不会降临的问题,而是什么时候降临的问题。

了解您能做些什么以便帮助您的社区更好地应对灾难打击和灾后重建。

利用本指南和随附的工具包为您的社区制定防灾预案。

切记,您不是在孤军奋战。Fairfax County 及其合作机构和组织都有预案和资源,时刻准备提供帮助!但是本县有 110 万人口,

救援者可能无法给每个待援社区都提供直接支援。根据灾难规模的不同,邻居们应做好数天至数周的自救准备。

做好准备还意味着**邻里互帮互助**。要确保照顾到以下人员:

- ✓ 有残疾的邻居以及在受灾后可能需要帮助的所有年龄的其他人
- ✓ 看、读、走、说、听、学习、记忆、理解和/或反应能力下降或缺失的邻居

✓ 具有明显残疾的邻居,比如轮椅使用者、盲人以及具有隐性需求和残疾的人,比如患有心脏病、呼吸疾病、心智健康疾病、关节炎、严重过敏、哮喘和/或对化学和其他环境敏感的人

✓ 可能缺少交通工具的人士、单亲工作的父母以及说、读或理解英语的能力有限或缺失并需要翻译信息的人

社区防灾规划 简便 5 步骤

1

定义您的区域。

确定一个您可以相对轻松地组织的可管理区域、您的公寓大楼、一个城市街区、几条小型周围街道等。

2

招募领导者。

组建一支在需要时能规划并执行紧急支持活动的领导者团队。

3

考察您的区域。

熟悉地形：您拥有什么资源、地貌什么样以及您所在区域常见的灾害或其他应急事件。

4

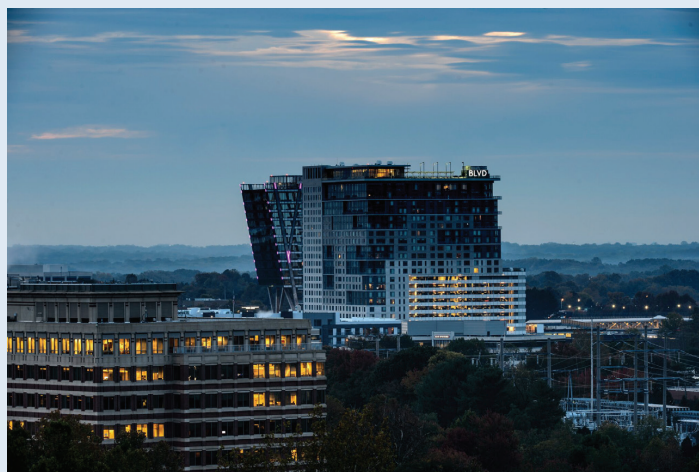
建立团队。

了解哪些人居住在您的区域中，在发生灾害时他们能提供什么帮助以及哪些人可能需要额外帮助。

5

规划您的方法。

制定预案，列出在灾难来临之前、期间以及灾后社区要做的事情的纲要！

Reston

步骤 1: 定义您的区域

Clifton



步骤 1 定义您的区域

从 Tysons Corner 到 Annandale, 我们县由很多社区和社区构成。

为了您能制定您所在社区的防灾预案, 要定义您预案所覆盖的区域, 这一点很重要。

以下是需要考虑的一些问题:

- ✓ 便于您和一个小型团队去管理的区域规模是多大?
理想的规模是 25 至 40 个住户
- ✓ 如果有的话, 在现有组织好的小组和网络内工作(比如邻里监督项目, 等)

- ✓ 您是否能方便地与每个人沟通? 通用语言是什么?
- ✓ 该区域是否能让您实行“邻里互帮互助”方法, 以便您可以快速识别哪些人需要帮助并为其提供帮助?
- ✓ 如果您所在区域超过 40 个住户, 将其划分为较小的区域, 为每个区块指定一名“区块长”(称为区域指挥)

确保您记录以下信息:

- ✓ 该区域中家庭、企业、学校、教堂和其他建筑物的数量
- ✓ 该区域中的人员数量
- ✓ 道路和其他入口和出口点、山丘和水道

下一步, 在地图上绘制您定义的区域。

提示: 完成步骤 #1 的最简单的方法是实地考察社区, 收集这些信息。

步骤 2: 招募领导者

Mosaic District



步骤 2 招募领导者

一旦您熟悉了您的防灾预案覆盖的区域, 就应该确定领导者了! 要寻找的人如下:

拥有以下培训和经验的人:

- ✓ Community Emergency Response Teams (CERT) 或积极参加邻里监督项目的人。
- ✓ 社区理事会、人类服务、神职人员或企业领导。

✓ 警察、消防或军事、健康保健人员。

✓ 在护理残疾人或在灾害发生后可能需要帮助的人方面拥有照护经验的人员。

您需要两名领导者还是十名?

- ✓ 社区的一个区域中是否有很多人? 建筑物是否很分散?
- ✓ 将领导者的数量与需要被领导的人员数量匹配起来! 理想的团队规模为 3-7 个人。

寻找和保持您的社区灾害预案所需的领导者的一些建议如下:

- ✓ 在社区活动、会议以及在与他们日常见面时与他们面对面交谈。
- ✓ 在社交媒体、社区群组以及其他网络网站中发布讯息。



提示: 了解 CERT! Community Emergency Response Team 培训为社区做好抗灾准备, 而且是免费的!

步骤 3：考察您的区域

步骤 3 考察您的区域

3.1 威胁与风险

了解您所在的区域可能遭遇哪些灾难或其他应急事件。以下是一些帮助提示：

确认威胁。地震、电力中断、极端天气，以及疾病爆发可发生在任何地方，但海啸、滑坡和洪水只发生在某些地方。列出在您所在的社区可能发生的威胁。

给风险评级。灾难发生的可能性是非常可能、稍有可能还是不太可能？

评估风险。您所在的社区遭受人员受伤、死亡或财产损失的可能性有多大？将这些风险等级分类为高、中或低。利用发生的可能性和影响程度中的说明来评估您的风险。

发生的可能性。

几乎肯定发生：
大于 90% 的几率

很可能：
50 - 90% 的几率

中等：
10 - 50% 的几率

不可能：
3 - 10% 的几率

罕见：
3% 或更小的可能性

影响程度。

轻微：
可能导致某些服务中断。几乎不会造成财产损失、人身伤害、人员伤亡。

中等：
导致某些服务中断。最低程度的财产损失、人员伤亡。

重大：
大量服务中断和/或结构严重受损。多人受伤和重大生命损失。

使用下方表格列出这些威胁和风险。

威胁	发生的可能性	影响程度(高、中、低)

步骤 3: 考察您的区域

3.2 街区特定危害

Fairfax County 易遭受多种灾害。示例包括：

火灾。如果建筑物间距较密或靠近灌木丛，则风险更大。火灾也可能来自破裂或泄漏的天然气管道！

地震。每个 Fairfax County 社区都有地震的风险。

冰/雪。每个社区都有发生冰/雪事件、甚至灾难性程度事件的风险。

洪泛。造成洪泛的可能原因有河道溢流、溃坝、暴雨或泄洪渠堵塞。

龙卷风。我们县的所有地区都易遭受龙卷风。

电、水和电话服务。这些公共设施可能在灾后很长时期内无法提供服务。

化学应急事件。工业、高速公路、铁路或破裂的管道事件都可能造成化学或有害物质泄漏。

疾病爆发。疾病爆发可造成多人生病并中断关键服务。

极热和极寒天气。在非常热和非常冷的时候，儿童、年长者和具有特定类型残疾或某些慢性病的人比较容易受影响。

恐怖袭击。很多区域都有潜在的恐怖袭击目标，如学校、运动设施或地铁站。

恶劣天气。本县还易遭受极强风、冰雹和雷暴。

本地危害。要确保识别您所在社区的特定可能危害和危险，比如高架输电线、天然气管道、化学储存罐以及其他地区威胁。

Dunn Loring



步骤 3: 考察您的区域



Fire Station 40

3.3 社区资产

下一步, 识别社区资产。这包括可能帮助灾难响应或灾后重建的任何人或物。举例如下:

- ✓ 社区应急物资
- ✓ 实际地方, 比如公园、学校、医院和消防站
- ✓ 各种组织, 比如社区俱乐部、兄弟会组织、无线电俱乐部、当地军事组织以及残疾服务提供商
- ✓ 接受过 CERT、医疗护理、急救、搜救、木匠、水暖和危机咨询培训的人员
- ✓ 在区域内或附近能提供物资或设备的企业
- ✓ 清除残渣的设备和物资、洪水期间用于救援的船只、通讯设备、急救物资、发电机以及在灾难期间或灾后可用的其他物品
- ✓ 疏散资源, 如无障碍车辆

好的, 那么我们如何识别它们?

制定社区威胁与风险列表并识别在灾难中您所在街区可能需要的资产。识别资产是否易受损坏以及可以做哪些事情来降低其易损性。如果可以的话, 一定要列出地点和联系信息。以下是您可以使用的表格示例:

资产类型	资产描述	资产位置	资产联系信息 (24/7)

步骤 3: 考察您的区域

3.4 设计一份您社区的地图

利用在线地图绘制工具或其他便于获得的资源。画出您社区的草图。免费网站 earth.google.com 或 maps.yahoo.com 都可能有用。

在草图上,要画出街道、街区和地皮/楼块。画出公寓或多单元楼房的单元和楼层。按顺序给建筑群编号(1、2、3)。列明每个楼块的全部地址编号和住户姓名。

如果需要,在步骤 4 中检查和更新联系信息。包括:

- ✓ 可步行、轮椅/踏板轮椅和汽车可通行的所有区域入口/出口路线
- ✓ 社区汇合地点(参见下节)
- ✓ 这是伤者可得到急救或进行医疗评估的地点
- ✓ 可能造成进/出困难的障碍物(如,塌陷的立交桥/地下通道、树木或输电线)

✓ 在灾后再看、读、说、听、学习、记忆、理解和/或反应方面可能需要额外帮助的邻居

Dunn Loring



步骤 3: 考察您的区域



Tysons Corner

3.5 社区汇合地点

这是邻居们组织应急活动的地方。选择一个大型中央区域(如, 公园、娱乐区、门廊)用于汇合和组织应急预案中的后续步骤。在确定可能的社区汇合地点时要寻找以下要素:

- ✓ 容易看见, 这样其他人就会知道这是主要汇合点
- ✓ 区域中每个人都方便到达的地方

- ✓ 不存在洪水、火灾、倒伏的树和输电线的危险
- ✓ 附近有可方便使用的厕所设施
- ✓ 照明良好, 便于夜间疏散
- ✓ 可容纳服务动物和宠物
- ✓ 足够容纳规划的人员和车辆的数量
- ✓ 可方便儿童和成年残疾人出入

3.6 验伤分类区

这是伤者可得到急救或疏散接受医疗的地点。

步骤 4: 建立团队

步骤 4 建立团队

您拥有的最重要的资源就是大家!按照这些简单活动建立您的团队。

组成小组。确保小组代表您所在社区的多样性并包含您所定义区域中的房东、家庭、企业、礼拜场所、非盈利组织、学校和当地组织。

积极纳入残疾人士和在灾后可能需要帮助的人。

您的团队应包含接受过 CERT 培训的邻居,还可以包括未接受 CERT 培训的人。

此外,确定您所在的社区中是否有人类服务组织;残疾服务提供商;或住宅、社区护理和协助居住设施。如果有,邀请他们参加规划过程并讨论你们如何互相帮助。

Huntley Meadows



步骤 4: 建立团队

召集会议。要求您在步骤 2 中确定的领导者发出会议通知。确保所有住户都得到亲自邀请。还要邀请当地消防和执法部门。利用督导员指南来督导会议。

关键会议活动有：

- ✓ 复习 社区准备五个步骤。
- ✓ 识别每个邻居具备的对灾难应急有用的技能和设备。
- ✓ 识别在该区域中使用的口语语言和英语手语。

鼓励邻居参加会议。个人邀请是邀请邻居的最佳方法。以下是一些其他想法：

- ✓ 准备宣传单(参见工具包中的宣传单模板)。
- ✓ 在您的社区网站上建立“做好准备”网页。
- ✓ 设立 Facebook 或 Twitter 页面或在“关注”人数更多的网站上吸引更多注意力。
- ✓ 制作社区领导者和组织的电子邮件列表。
- ✓ 招募社区、企业或房东组织。

利用您在步骤 3 中建立的图表，为每个住户/设施写出以下信息：

- ✓ 电话、电子邮件、短信、特殊技能、资源、成年人/儿童、宠物/动物/服务动物、可能需要额外协助的人员数量。
- ✓ 建立电话树或“通知图表”，以便人们利用其互相联系以传递消息。
- ✓ 在会议结束时实地考察该区域，以验证您的草图。

提示：利用同一个电话树、短信和通讯系统来挨家通知邻居。如果您的街区比较大，请区长领导此事。



Clifton

步骤 5: 规划您的方法



Fairfax Government Center

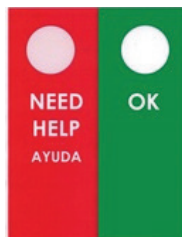
步骤 5 规划您的方法

5.1 保护您自己和您的地点

在做别的事情之前,要确保跟您在一起的人都平安无事。在您确认了每个人安全之后,要准备前往社区会和地点。如果有的话,要穿戴保护装置-,安全帽或自行车头盔、安全鞋或其他稳固的鞋子以及皮手套或结实的手套。**将这些物品一起放在方便存取的地方。**

在您的前门或窗户上张贴**平安/求救**条幅,以便在人行道或街道上清晰可见。红

色一面表示您需要帮助;绿色一面表示您平安。只有在灾后无法提供 9-1-1 帮助时才使用这种条幅。



只有在闻到煤气味时才关闭煤气。如果没有自动关闭功能,旋转阀门,使“阀杆”与煤气管路垂直。在煤气表上栓上一个扳手,并熟知水关闭阀的位置。

前往社区会合地点。

在到达社区汇合地点后,第一个任务是做好组织工作。

选择一位领导者,指挥总体工作。

制定行动计划。决定要做什么事情、您打算如何做以及在什么时间段做。

组成若干团队,每个团队设一位队长。每个团队应有 3 至 7 人和一名队长。

提示:按需关闭水和煤气的主阀。 旋转阀门关闭煤气,使“阀杆”与煤气管道垂直。在煤气表上栓上一个扳手,并熟知水关闭阀的位置。

步骤 5: 规划您的方法

急救员和 CERT 采用的做法是利用事故指挥系统 (ICS) 进行组织。下方图表为示例。**事故指挥员**是领导者。他/她负责决定做什么事情。**行动组**执行决定后的行动。**后勤组**协调资源 (交通工具、人员、物资)。**规划与情报组**监控发来的信息并规划未来的活动。团队包括:

搜救团队。该团队将搜寻**平安/求救**标识并查找被列为需要额外帮助的人员。他们首先进行损坏评估,以确认危害区域并制定搜救行动的优先顺序。理想的成员应接受过 CERT 搜救培训。

护理团队。护理团队可由**验伤分类团队** - (即确定伤者轻重缓急

的人员)构成理;**治疗团队** - 即照顾伤者的人;**遗体处理团队** - 是管理逝者的人;而**护理中心团队** - 是在灾难期间提供额外护理的人。这些团队的成员理想而言应具有健康保健方面的经验。

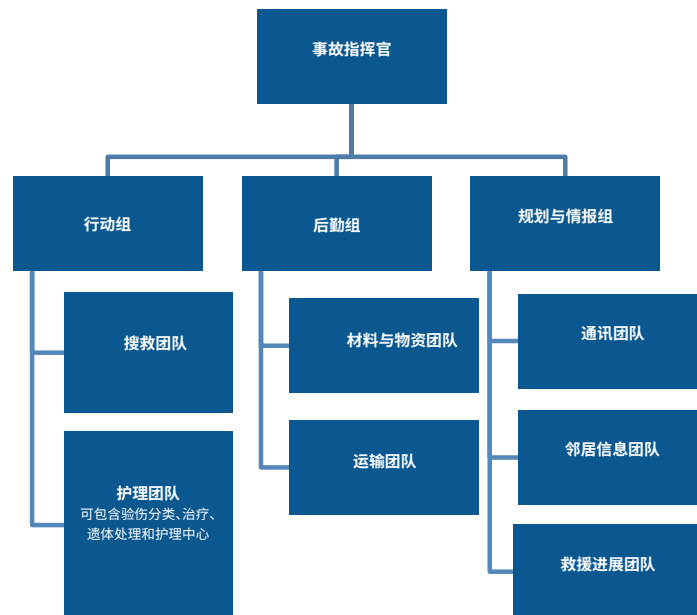
材料与物资团队。该团队在社区中协调所需材料和物资。

运输团队。此团队协调用品、设备和人员的运输

通讯团队。通讯团队监听应急警报系统、家庭无线电服务 (FRS) / 业余无线电和/或国家气象广播。通讯团队负责与社区沟通信息并在社区和急救员以及其他县里机构 (如消防队和警察) 之间沟通信息。

社区信息团队。该团队在指挥所和护理中心之间协调有关幸存者的信息并转达有关救援进展和幸存者状况 (受伤、失踪等) 的信息。

救援进展团队。该团队监控幸存者的救援进展。



提示: 根据灾难需求和拥有的人员分配团队职责。您可能不需要为每个事故的全部职责上都安排人员。

步骤 5: 规划您的方法

5.2 通讯

要确保在您需要应急帮助时通过致电 9-1-1 或给 9-1-1 发送短信来通知急救员!在灾难期间, Fairfax County 将通过公共媒体和其他媒体保证社区获得最新信息。信息源示例如下:

Fairfax County ARES. 自愿注册其资质和设备, 以便在灾难降临时提供公共服务通讯的拥有执照的业余人员。更多信息可查阅 ffxares.org/

互联网。 Fairfax County 通过应急博客提供应急信息, 网址为 fairfaxcountyemergency.wordpress.com/

电话。 如果您需要给某人打电话, 讲话要简短, 以便其他人也能够联系家人或救援人员。

公共和商业媒体。 电视、收音机和卫星将传输应急报警讯息。您的车载收音机可能是收听应急广播的最方便的方式。

Fairfax Alerts. 用于在应急和灾难期间向居民和企业发送语音讯息、文本讯息和电子邮件讯息的官方大众通知系统。在灾难降临时通知公众可能是公众可依靠其拯救生命和保护财产的一个且唯一的保护措施。 www.fairfaxcounty.gov/alerts

应急报警系统。 将通过收音机和电视台向公众广播讯息。这些是语音讯息, 同时在电视屏幕上滚动显示文字。

安全平安网站

鼓励邻居在 Red Cross “Safe and Well” 网站 <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> 或其他形式的社交媒体上注册, 以便让家人和朋友知道他们平安。

Oak Marr



步骤 5: 规划您的方法



Mosaic District

5.3 形成书面稿。

下一步就是您要把预案形成书面稿!下文提供了预案结构的详细描述。请按需增删预案的范围。

利用五个步骤网站上的预案模板,在空白处填写内容即可。

基本预案。应包括威胁、风险、您的社区草图以及您做出响应的基本方法。

支持附录。“支持附录”提供了在基本预案之外增加的详细内容。它列出了具体任务纲要,比如在灾难期间和灾后如何进行通讯。

您和您的邻居们决定你们需要哪些附录。

其他附录可能包括:

✓ **就地避难。**灾后,当地机构可能确定个人和家庭待在住处或“就地避难”哪个更安全。该附录详细说明了社区成员在需要长时间就地避难时应如何相互支持。

✓ **规避危险。**介绍了您可以减轻灾难影响的方式。社区可成立“邻里互帮互助”计划,以便向无法自行获得物品的人员运送食品、药品和水。

✓ **疏散。**如果要求大家疏散,警察和消防部门将使用多种通讯手段来通知居民。每个人都应遵守有关采用的疏散路线的指示。预案的疏散章节应描述在疏散过程中社区应如何协助相关机构。

步骤 5: 规划您的方法

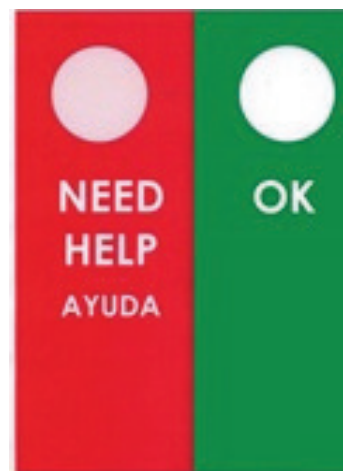
具体灾害附录。具体灾害附录介绍了社区如何响应火灾、地震、洪水以及其他威胁的方法。

应急门挂标识。Fairfax County 制作了应急门挂标识,可用其通知邻居和当地急救员您需要协助。灾后,如果您平安,即把门挂标识的绿色一面朝外悬挂。如果您需要协助,即把门挂标识的红色一面朝外悬挂。

与邻居们一起评审预案。在完成预案起草之后,要与社区的其他成员举行会议,征求他们对预案的反馈意见,并作出所需的任何更改。

通过电子邮件、社区网站用社区中常用语言将其提供给大家,或向无法阅读的人员宣读或解释。

定期举行会议,对预案进行评审、修订、演习和更新。至少每年进行一次。



Reston

