लॉस एंजिल्स काउंटी

आपातकालीन जीवन रक्षा गाइड

जीवन रक्षा गाइड

लॉस एंजिल्स काउंटी के कई अनिगमित क्षेत्रों में से एक के निवासी होने के कारण आप आपात योजना व तैयारी का एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा हैं। अनिगमित क्षेत्र किसी शहर का हिस्सा नहीं हैं और ये लॉस एंजिल्स काउंटी के पर्यवेक्षकों के पाँच-सदस्यीय मण्डल द्वारा शासित हैं। मण्डल आपके “सिटी काउंसिल” की तरह कार्य करता है और यह उन नीतियों व नियमों की स्थापना के लिए जिम्मेदार है जो आप को और आपके पड़ोस को प्रभावित करती हैं। मण्डल उन काउंटी विभागों को भी शासित करता है जो आपके क्षेत्र में सेवाएँ प्रदान करते हैं जिनमें मनोरंजन, ठोस अपशिष्ट, योजना, कानून प्रवर्तन, अग्निशमन, और सामाजिक कार्यक्रम शामिल हैं। काउंटी बाढ़, आग, भूकम्प, नागरिक अशांति, सुनामी और आतंकी हमलों जैसी आपदाओं के लिए आपकी प्रथम प्रतिक्रिया-कर्त्ता है।

गाइड लॉस एंजिल्स काउंटी द्वारा सामना की जाने वाली आपदाओं के लिए आपको बेहतर तैयार करने, प्रत्युत्तर देने और पुनर्स्थापित होने में सहायता करेगी। हमारा उद्देश्य आपको वो सुझाव देना है जो आपको आपदा के बाद आत्म-संतुष्ट बनाने में मदद करें। इस गाइड के साथ ही, हम आपको आपात स्थितियों के प्रति सजगता और आपके परिवार, पड़ोस व आपके समुदाय को तैयार करने के लिए जरूरी कौशल बढ़ाने का सुझाव देते हैं। कम्युनिटी इमरजेंसी रेस्पोंस टीम (सीईआरटी) योग्य बनिए और कोई स्थानीय सीईआरटी डिजास्टर रेस्पोंस टीम से जुड़िये। सीईआरटी टीम हमारे समुदायों की बड़ी आपदाओं के बाद शीघ्रता से पुनर्स्थापित होने की क्षमताओं को मजबूत करती है।

यह गाइड एक आरंभिक बिंदु है। आपदाओं के लिए तैयारी के विषय में अधिक जानकारी हेतु कृपया काउंटी की इमरजेंसी सर्वाइवल प्रोग्राम (ईएसपी) वेबसाइट को www.espfocus.org पर देखें या आपात व आपदाओं के लिए किस तरह तैयार रहा जाये इसकी मुफ्त जानकारी पाने के लिए (323) 980-2260 पर कॉल करें।

जीवन रक्षा गाइड

FIRST DISTRICT

856 Kenneth Hahn Hall of Administration
500 West Temple Street
Los Angeles, California 90012
Phone: (213) 974-4111
Fax: (213) 613-1739

FIELD OFFICES

SAN GABRIEL VALLEY

1441 N. Santa Anita Ave.
So. El Monte, California 91733
Phone: (626) 350-4500
Fax: (626) 433-4945

EAST LOS ANGELES

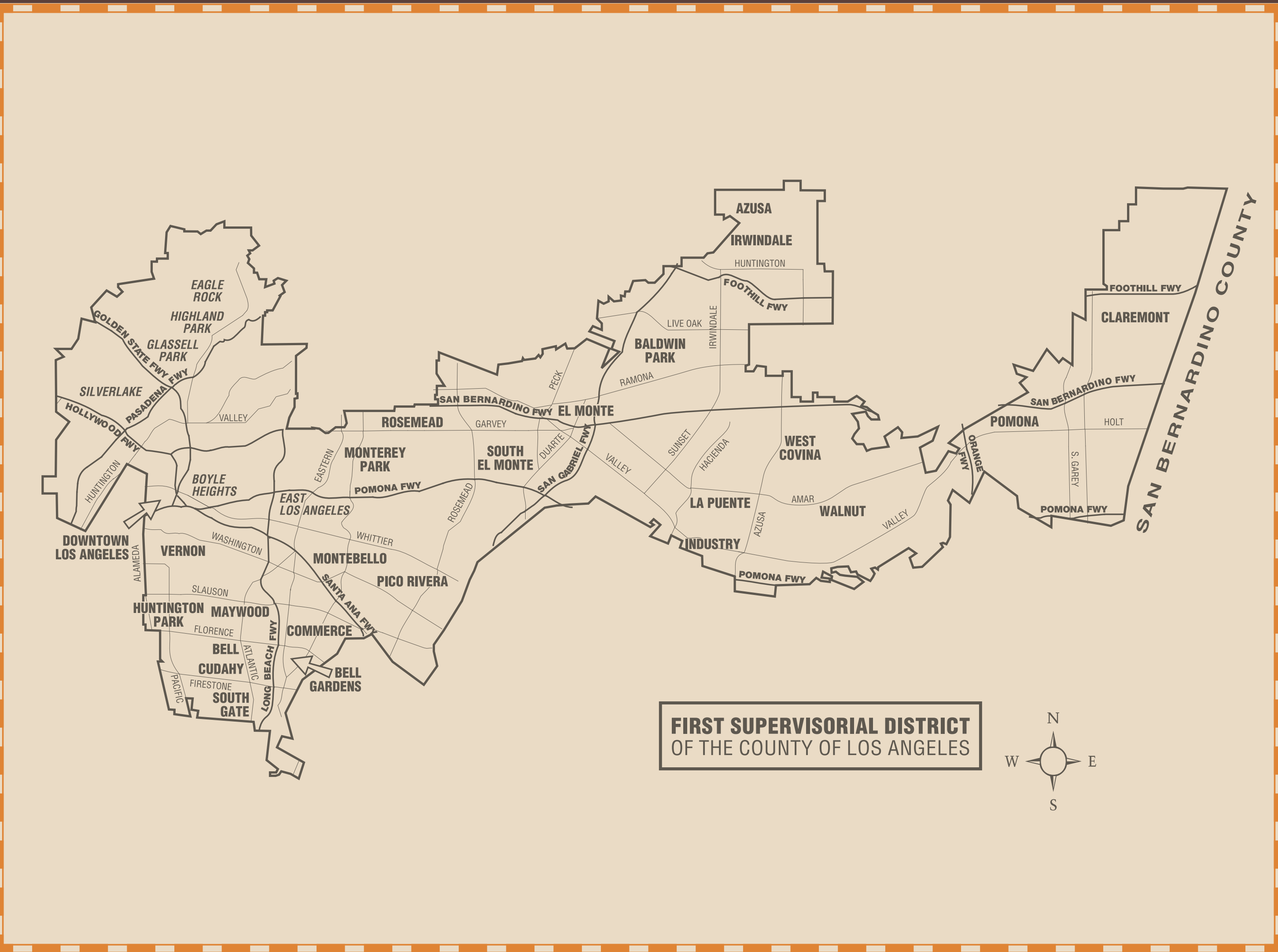
4801 East Third Street
Los Angeles, California 90022
Phone: (323) 881-4601
Fax: (323) 887-7286

SOUTHEAST LOS ANGELES

2677 Zoe Avenue
Huntington Park, California 90255
Phone: (323) 826-6370

EAST SAN GABRIEL VALLEY

2245 N. Garey Avenue
Pomona, California 91767
Phone: (909) 593-3661
Fax: (909) 596-9038



SECOND DISTRICT

866 Kenneth Hahn Hall of Administration
500 West Temple Street
Los Angeles, California 90012
Phone: (213) 974-2222
Fax: (213) 680-3283

FIELD OFFICES

EXPOSITION PARK

Administrative Offices East
700 Exposition Park Drive
Los Angeles, CA 90037
Phone: (213) 741-9292

FLORENCE-FIRESTONE

7807 S. Compton Ave., Rm. 200
Los Angeles, CA 90001
Phone: (323) 586-6523
Fax: (323) 277-9824

LENNOX

4343 Lennox Blvd
Lennox, CA 90304
Phone: (310) 680-8601

THIRD DISTRICT

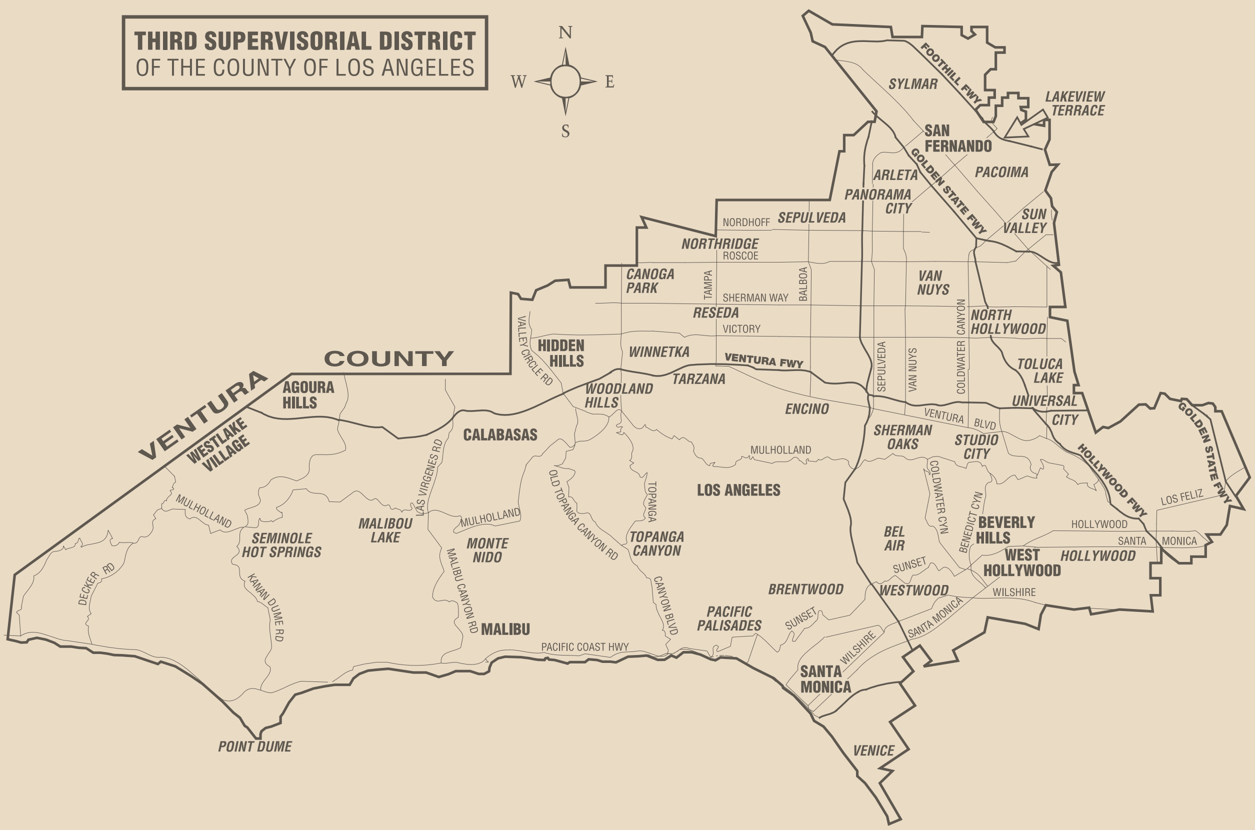
821 Kenneth Hahn Hall of Administration
500 West Temple Street
Los Angeles, CA 90012
Phone: (213) 974-3333
Fax: (213) 625-7360

FIELD OFFICES

SAN FERNANDO VALLEY DISTRICT OFFICE
14340 Sylvan St., Suite A
Van Nuys, CA 91401
Phone: (818) 901-3831

WEST VALLEY & MOUNTAIN COMMUNITIES DISTRICT OFFICE
26600 Agoura Road, #100
Calabasas, CA 91302
Phone: (818) 880-9416
Fax: (818) 880-9346

WEST / METRO LA
1645 Corinth Avenue Suite 102
Los Angeles, California 90025
Phone: (310) 231-1170



FOURTH DISTRICT

822 Kenneth Hahn Hall of Administration
500 West Temple Street
Los Angeles, CA 90012
Phone: (213) 974-4444
Fax: (213) 626-6941

FIELD OFFICES

CERRITOS
11911 Artesia Blvd., Suite 104A
Cerritos, CA 90703
Phone: (562) 345-4004

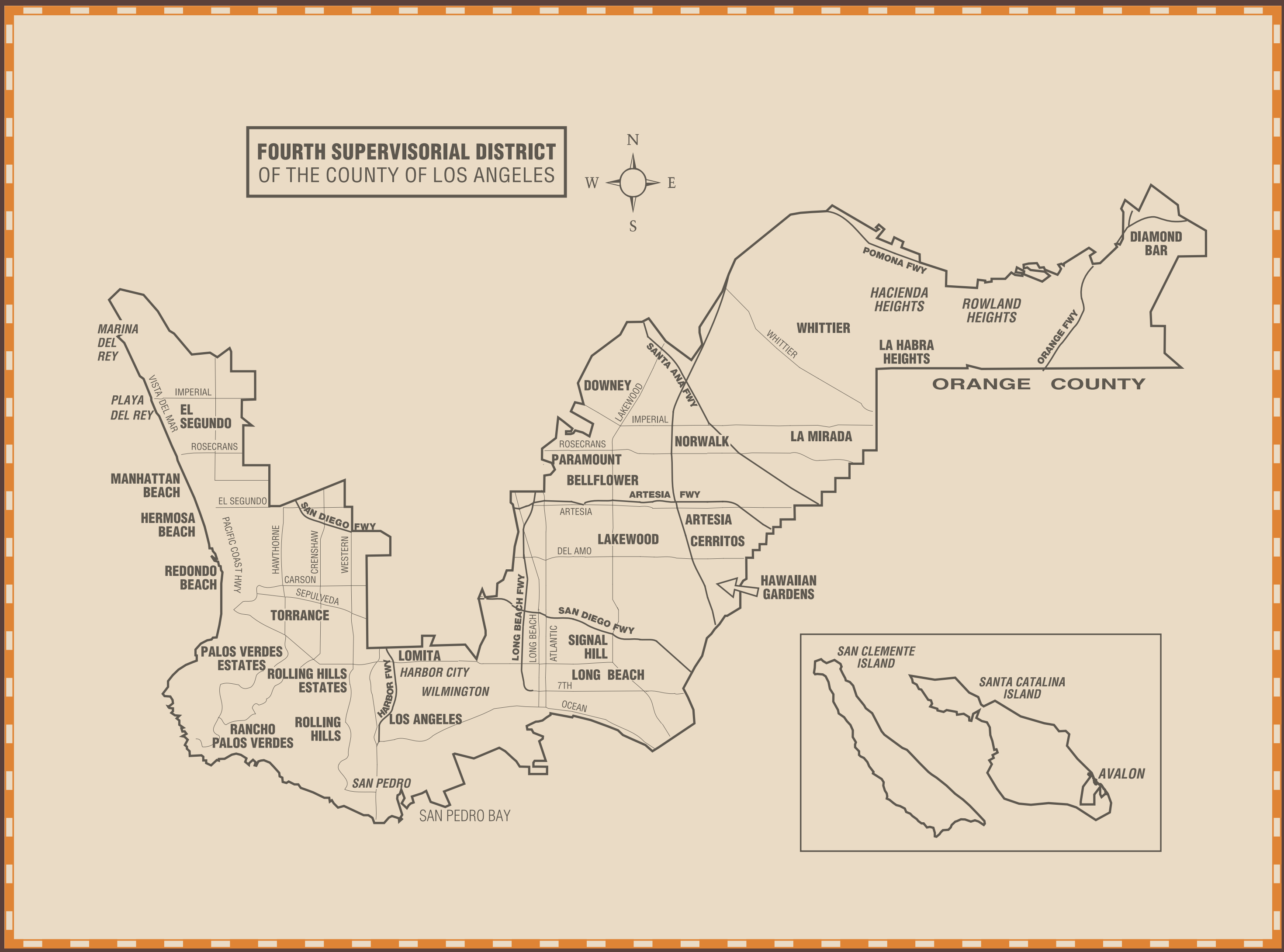
SIGNAL HILL
1401 E. Willow Street
Signal Hill 90755
Phone: (562) 256-1920

HACIENDA HEIGHTS
1545 S. Stimson Avenie
Hacienda Heights, CA 91745
Phone: (626) 330-7072

SOUTH BAY
825 Maple Avenue, Room 150
Torrance, CA 90503
Phone: (310) 222-3015

NORWALK
12720 Norwalk Blvd., 7th Flr
Norwalk, CA 90650
Phone: (562) 807-7350

SAN PEDRO
302 West 5th Street Suite 200
San Pedro, CA 90731
Phone: (310) 519-6021



FIFTH DISTRICT

869 Kenneth Hahn Hall of Administration
500 West Temple Street
Los Angeles, CA 90012
Phone: (213) 974-5555
Fax: (213) 974-1010
Email: fifthdistrict@lacbos.org

FIELD OFFICES

ANTELOPE VALLEY

42455 10th Street West Suite 104
Lancaster, CA 93534
Phone: (661) 726-3600
Fax: (661) 942-5069

EAST SAN GABRIEL VALLEY

615 East Foothill Blvd. Suite A
San Dimas, CA 91773
Phone: (909) 394-2264
Fax: (909) 592-0751

SAN FERNANDO VALLEY

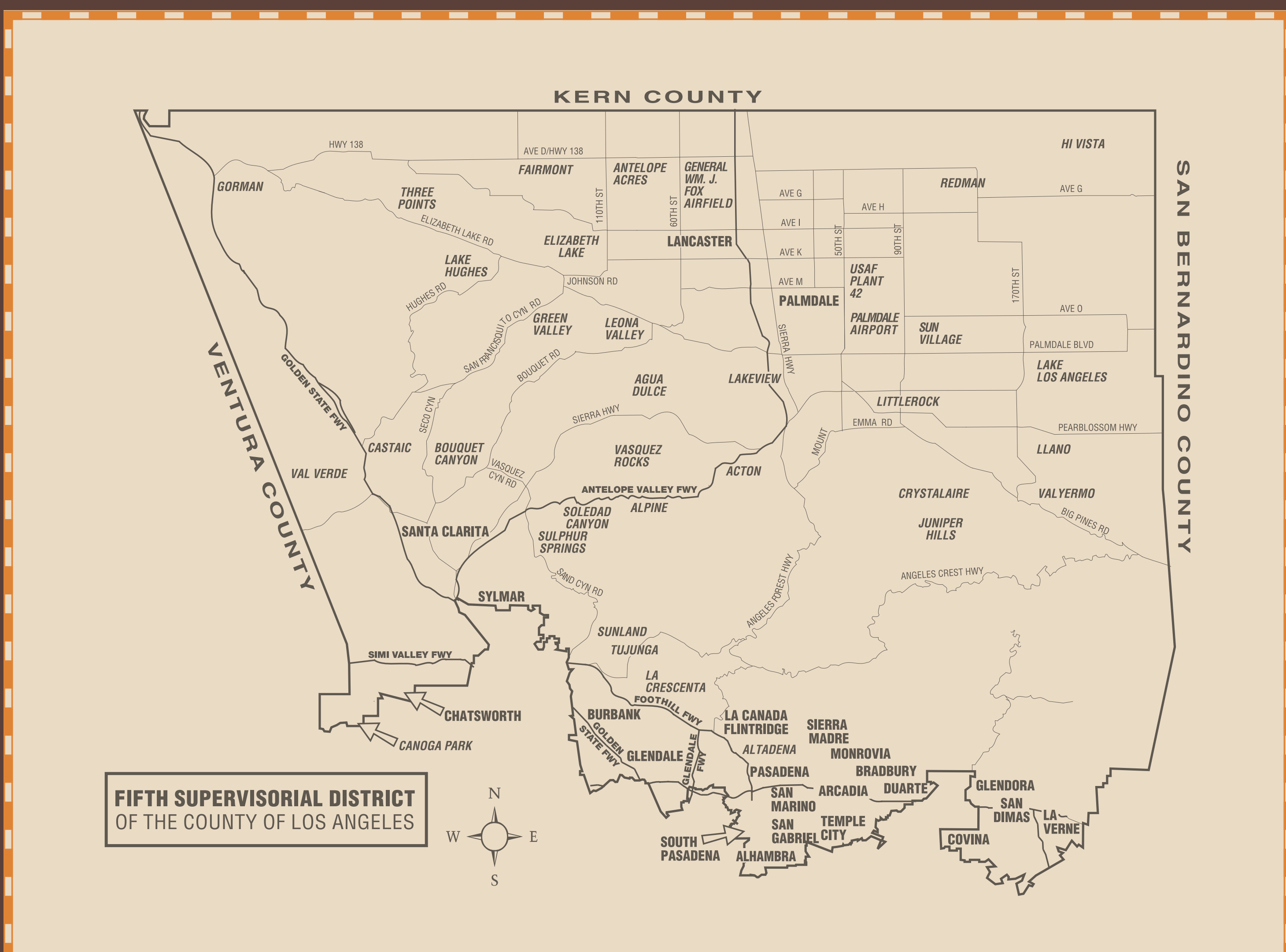
21943 Plummer Street
Chatsworth, CA 91311
Phone: (818) 993-5170
Fax: (818) 993-5764

PASADENA

215 N. Marengo Ave. Suite 120
Pasadena, CA 91101
Phone: (626) 356-5407
Fax: (626) 568-0159

SANTA CLARITA VALLEY

27441 Tourney Road Suite 180
Santa Clarita, CA 91355
Phone: (661) 287-3657
Fax: (661) 254-4453



लॉस एंजिल्स काउंटी में

आपदाओं को प्रत्युत्तर

लॉस एंजिल्स क्षेत्र विभिन्न विनाशकारी आपातों से घिरा है जिनमें भूकम्प, बाढ़, भूस्खलन, वन्य आग, सुनामी, हानिकारक सामग्री स्राव, आतंकवाद और नागरिक अशांति शामिल हैं। दक्षिणी कैलिफ़ोर्निया में बड़े भूकम्प आ चुके हैं जिससे 1933, 1971, 1987 और 1994 में काउंटी को क्षति पहुँची है। सम्मानित वैज्ञानिकों के एक कार्यकारी समूह द्वारा दी गयी एक नवीन रिपोर्ट अगले 30 वर्षों में दक्षिणी कैलिफ़ोर्निया में 7.0 या इससे अधिक तीव्रता के भूकम्प की 86% सम्भावना का अनुमान लगाती है।

आपात स्थितयाँ आपदाएँ बन जाती हैं जब वे यहाँ हमारे समुदाय की सुरक्षा हेतु सामग्रियों से बढ़कर होती हैं। किसी भी आपदा में, काउंटी विभाग निवासियों को हर संभव सहायता प्रदान करने की कोशिश करते हैं। हालाँकि, बड़ी आपदाएँ कई घटनाओं द्वारा हमारे प्रत्युत्तर-कर्ताओं को पूर्णतः विफल कर सकती हैं और सामाजिक सुरक्षा जरूरतों को चुनौती दे सकती हैं। प्रथम प्रत्युत्तर-कर्त्ता जिस क्षेत्र में अपना सर्वाधिक अच्छा सेवा दे सकते हैं वहाँ अपने प्रयासों को केन्द्रित करने की जरूरत रखेंगे – पहले गम्भीर रूप से घायल लोगों की सहायता और अत्यधिक क्षतिग्रस्त जगहों पर । यह संभव है, बल्कि सम्भावना है कि कुछ क्षेत्र आपदा के कई दिनों बाद तक भी पेशेवर सहायता प्राप्त ना कर सकें।

एक बड़ी आपदा सैंकड़ों, सम्भवतः हजारों लोगों को बेघर और सभी आपात प्रत्युत्तर व आसरा देने वाली संस्थाओं के लिए भोजन, जल और आश्रय की कमी कर सकती है।

यह गाइड आपको और आपके परिवार को किसी बड़ी आपदा के समय जीवन और पुनर्स्थापन में सहायता प्रदान करने के लिए है। सुझावों और इस गाइड में दी गयी सामग्रियों से परिचित हों और आपके परिवार को सुरक्षित रखने के लिए कदम उठायें।

अनुक्रमणिका

जीवन रक्षा गाइड 1
लॉस एंजिल्स काउंटी में आपदाओं को प्रत्युत्तर....................................7
अनुक्रमणिका..8
तैयारी के चार चरण 11

1. एक योजना तैयार करें 12

पारिवारिक आपातकालीन योजना 12
दस आवश्यक कार्य..12
घरेलू संचार योजना 13
घरेलू आपातकालीन संपर्क जानकारी 13
आपातकालीन जानकारी 14
राज्य से बाहर की आपातकालीन संपर्क जानकारी.........................14
आग से बचने की योजना 15
विशेष सहायता की जरूरत में लोग..18
निकास 19
जगह-पर-आश्रय 19
निकासी चेकलिस्ट 20
दस जरूरी चीजें...20
स्कूल सुरक्षा..21
स्कूल बंद..22
व्यापार तैयारी 23
अपने समूह को आपदा के लिए तैयार करना..................................24
पानी के लिए योजना..25
उपयोगिताएँ 26
गैस बंद करना 26
बिजली बंद करना..27
पानी बंद करना..27
पशु तैयारी 30
कुत्ते, बिल्ली और अन्य छोटे जानवर 30
घोड़े और बड़े जानवर..31
पशु निकासी योजना 31
बड़े जानवरों के लिए आश्रय जगह..33

2. आपूर्ति रखें..36
आपदा आपूर्ति किट 36
दस जरूरी आपात आपूर्ति 37
भोजन आपूर्ति..39

अनुक्रमणिका

आपूर्ति रखें (जारी)
मूलभूत प्राथमिक चिकित्सा किट 39
पीने के पानी के स्रोत 40
ब्लीच से पानी के शुद्धिकरण के लिए अनुपात 40
पालतू आपात आपूर्ति किट चेकलिस्ट 41
घोड़ों और बड़े जानवरों के लिए आपात आपूर्ति किट चेकलिस्ट... 42

3. जानकारी रखें 43

4. शामिल रहें 46
पड़ोस नेटवर्क्स 46
समुदाय आपात प्रतिक्रिया टीम - सीईआरटी 47

! जब आपदा आती है 49
पहुँच 50
आश्रय खोजें 51
सुरक्षित रहिए 52
सहायता लें 55
पुनर्स्थापन की शुरुआत 58

! खतरे 61
वनभूमि में आग 61
तूफ़ान, बाढ़ व कीचड़ धंसना 66
खतरनाक व रासायनिक सामग्री 70
भूकम्प 73
फ्लू की महामारी 77
आतंकवाद 80
चरम मौसम 82
सुनामी 83

! मूलभूत प्राथमिक चिकित्सा 86
चोकिंग 87
सिर, पीठ और/या गर्दन की चोटें 87
रक्त स्राव का सदमा व नियंत्रण 88
एक हाथ या कंधे के गोफन लगाना 89

शब्दकोष 90

WWW.ESPFOCUS.ORG
WWW.ESPFOCUS.ORG
WWW.ESPFOCUS.ORG
WWW.ESPFOCUS.ORG
WWW.ESPFOCUS.ORG

आप किसी आपात स्थिति का पता लगाने वाले पहले व्यक्ति हो सकते हैं और आप प्राधिकारियों को खबर देने की स्थिति में हो सकते हैं। यह सर्वोत्तम 911 प्रणाली के द्वारा किया जाता है, लैंडलाइन (जैसे कोई घर या ऑफिस का टेलीफ़ोन) के उपयोग को प्राथमिकता दें ताकि आपके स्थान का सही पता लगाया जा सके।

आप जब कोई आपात स्थिति देखें तो यह अनुमान ना लगायें कि किसी और ने 911 को कॉल कर दिया होगा। बल्कि, जितने अधिक लोग 911 को कॉल करते हैं उतना ही बेहतर होता है। प्राप्त की हुई हर कॉल पहले वाली की अपेक्षा अधिक जानकारी दे सकती है।

किसी आपात स्थिति में 911 को ज्यादातर कॉल सेलुलर टेलीफोन नंबर से किये जाते हैं जिससे 911 ऑपरेटर तक पहुँचने में बहुत देरी हो सकती है।

सेलुलर कॉल्स आपके स्थान का पता हमेशा नहीं लगा पाते। किसी सेलुलर फ़ोन पर आपात स्थिति की सूचना देते समय:

- **911 ऑपरेटर को तुरंत अपने सेलुलर टेलीफोन का नम्बर दें, कॉल कट जाये या रख दिया जाये** के पहले ।
- **जब आपके स्थान के लिए पूछा जाये तो घटना-स्थल**

आपात स्थित में

9-1-1 डायल करें।

तैयारी के चार चरण

क्या आप किसी बड़े भूकम्प, सुनामी, आग, बाढ़, आतंकी हमले या अन्य आपदा के लिए तैयार हैं? किसी आपात स्थिति में क्या किया जाये यह सोचने का समय उसके घटित होने से पहले होता है। कुछ आसान दिशा-निर्देशों का पालन करके आप अपने परिवार, पड़ोस, व्यवसाय जगह या स्कूल को बेहतर तैयार रहने और अगली आपदा के बाद आत्म-संतुष्ट रहने में मदद कर सकते हैं।

लॉस एंजिल्स काउंटी और काउंटी के अन्दर का हर शहर - काउंटी, स्टेट, फ़ेडरल और कार्यकारी संस्थाओं द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं में सहायक बनने के लिए पहले से आपदा योजनायें तैयार रखता है। काउंटी के अनिगमित क्षेत्र के निवासियों की मूल सेवाओं को सुरक्षित रखने के लिए सभी प्रयास किये जायेंगे लेकिन किसी आपदा के दौरान जीवन व्यक्ति और उसके परिवार की तैयारी पर निर्भर करता है।

1. एक योजना तैयार करें

पृष्ठ 12 से आरम्भ

2. आपूर्ति रखें

पृष्ठ 36 से आरम्भ

3. जानकारी रखें

पृष्ठ 43 से आरम्भ

4. शामिल रहें

पृष्ठ 46 से आरम्भ

CERT
COUNTY OF LOS ANGELES FIRE DEPARTMENT
COMMUNITY EMERGENCY RESPONSE TEAM

पारिवारिक आपातकालीन योजना

एक पारिवारिक आपातकालीन योजना का लेखन आपातकालीन तैयारियाँ शुरु करने का अच्छा स्थान है। आपकी योजना आपके परिवार के सभी सदस्यों को शामिल करती हुई होनी चाहिए - पालतुओं सहित!

10 आवश्यक कार्य

1. अपने क्षेत्र के खतरों को जानें
2. मिलने के स्थानों की पहचान
   - अपने घर के बाहर
   - अपने पड़ोस के बाहर
3. अपने राज्य से बाहर के सम्पर्क को चुनिए
4. अपने निकासी मार्गों को जानिए
   - निकास द्वार तथा घर छोड़ने के वैकल्पिक तरीके
5. उपयोगिताओं को बंद करने के स्थान जानिए
   - पानी
   - गैस
   - बिजली
6. स्कूल और वयस्क देखभाल केन्द्रों की आपात नीतियों के बारे में जानें
   - आपातकालीन आश्रय / आपूर्ति
   - परिवहन
7. छिपने के लिए प्रत्येक कमरे में सुरक्षित स्थानों की पहचान, यदि आवश्यक हो तो
   - मजबूत टेबल और डेस्क के नीचे
   - भीतरी दीवारों से हटकर
8. अतिरिक्त दवाएँ
9. इनके लिए विशेष प्रावधान करें
   - बच्चे
   - वरिष्ठ नागरिक
   - पालतू जानवर
   - विकलांग लोग
   - गैर अंग्रेजी भाषी
10. वार्षिक आपदा अभ्यास अनुसूची

घरेलू संचार योजना

अपने घर के सदस्यों व बाहरी राज्य के अपने संपर्कों की महत्वपूर्ण संपर्क जानकारी दर्ज करने के लिए समय निकालें।

घरेलू आपातकालीन संपर्क जानकारी

नाम	स्थान	फ़ोन	ईमेल

सुझाव

अपने परिवार के लिए एक आपात योजना बनाने हेतु एक वेब आधारित उपकरण के उपयोग के लिए Www.Ready.gov पर जाएँ और एक योजना बनायें

आपातकालीन जानकारी

सम्पर्क	नाम	फ़ोन नंबर
स्थानीय व्यक्तिगत आपात संपर्क		
इनके पास अस्पताल: कार्य		
स्कूल		
घर		
परिवार के चिकित्सक		
नियोक्ता का संपर्क व आपात जानकारी		
स्कूल का संपर्क व आपात जानकारी		
धार्मिक / आध्यात्मिक संगठन		

राज्य से बाहर की आपातकालीन संपर्क जानकारी

प्राथमिक सम्पर्क	अतिरिक्त सम्पर्क
नाम	नाम
पता	पता
व्यवसाय का फ़ोन	व्यवसाय का फ़ोन
घर का फ़ोन	घर का फ़ोन
मोबाइल फ़ोन	मोबाइल फ़ोन
ईमेल एड्रेस	ईमेल एड्रेस

आग से बचने की योजना

1. अपने परिवार के साथ बैठें और आग के दौरान अपने घर से कैसे निकला जाए, उसके लिए कदम दर कदम की योजना बनायें। अपने घर का एक चित्र अंकित करें।
2. सभी कक्षों से बाहर निकलने की 2 योजनाएँ बनायें, विशेष रूप से बेडरूम से।
3. सुनिश्चित करें कि सभी लोग सब तालों को खोल सकें तथा सभी खिड़कियाँ व दरवाजे जल्दी से खोल सकें।
4. सुनिश्चित करें कि सुरक्षा बार में उचित डिवाइस है, जिससे कि आपात स्थिति में उन्हें आसानी से खोल सकें।
5. यदि आप कोई दूसरी मंजिला खिड़की से बचना चाहते हैं तो सुनिश्चित रहें कि जमीन तक पहुँचने के लिए आपके पास एक सुरक्षित रास्ता है। छोटे बच्चे व विकलांग लोगों के लिए विशिष्ट प्रबंध करें।

आपातकालीन योजनाओं के निर्माण के बारे में अधिक जानकारी हेतु **www.fire.lacounty.gov/SafetyPreparedness** पर जाएँ

अपने घर के बचाव रास्तों का चित्र बनायें

एक योजना रखें

सहायता की जरूरत में लोग

यह सुनिश्चित करें कि आपकी परिवार आपात योजना में आपके घर के सभी सदस्यों की जरूरतें शामिल हैं। आपातकाल में सहायता के लिए कोई पड़ोस नेटवर्क बनाने का ध्यान रखें। विशेष सहायता की जरूरत वाले लोगों में निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं:

- बुजुर्ग
- अस्थायी या सामयिक कार्यकर्त्ता
- गर्भवती महिलाएँ या नवजात शिशुओं के माता-पिता
- स्वतन्त्र रूप से अपना घर छोड़ने में असमर्थ लोग
- शल्य-चिकित्सा के बाद के मरीज
- शारीरिक, दिमागी या भावनात्मक अक्षमता वाले लोग
- वाहनों तक नहीं पहुँच सकने वाले लोग
- विशेष खुराक की जरूरत वाले लोग

आपात स्थितियों के लिए तैयारी करते समय अपने पड़ोस के लोगों के विषय में और कैसे आप मिलकर काम कर सकते हैं, यह सोचें। किसी आपात में सर्वप्रथम मददगार व्यक्ति अक्सर आपका पड़ोसी, मित्र या सह-कर्मी होता है।

पड़ोसी,

नहीं कि पेशेवर प्रथम प्रत्युत्तर-कर्त्ता, आम तौर पर पड़ोसी बड़ी आपदाओं में सभी बचाव के 70% कार्यों को करता है।

विशेष सहायता की जरूरत वाले लोगों को एक निकासी चेतावनी को निकासी आदेश की तरह लेना चाहिए और प्रभावित क्षेत्र को तुरन्त खाली करने की तैयारी कर लेनी चाहिए।

अक्षम लोगों के लिए आपात योजना की अधिक जानकारी हेतु ईएसपी प्रकाशन "सुरक्षित रहें, नियंत्रित रहें" के लिए www.espfocus.org देखें।

निकासी

एक **निकासी चेतावनी**

या स्वैच्छिक निकासी का अर्थ है अब यह समय अपना घर और क्षेत्र खाली करने की तैयारी करने का है। अपने परिवार, पालतुओं, जरूरी चीजों और महत्त्वपूर्ण कागजातों को इकट्ठा करें और आपात प्रत्युत्तर-कर्त्ताओं के निर्देशों को सुनें। यदि आपको विशेष चिकित्सकीय जरूरत है या आप सीमित चल-फिर सकते हैं तो जब निकासी चेतावनी जारी हो जाये तब आपको क्षेत्र खाली कर देने के लिए तैयार हो जाना चाहिए। जिनके पास घोड़े या बड़े जानवर हैं उन्हें भी खाली करना आरम्भ कर देना चाहिए।

एक **निकासी आदेश**

या अनिवार्य निकासी डिपार्टमेंट ऑफ़ शेरिफ या फायर की तरफ से तुरंत अपने घर या व्यवसाय खाली कर देने का आदेश है। एक निकासी आदेश की अनुपालना में विफलता अन्य लोगों की ज़िन्दगी को खतरे में डालने, व्यक्तिगत चोट या मृत्यु में परिणत हो सकती है। एक बार जब आपने क्षेत्र खाली कर दिया तो जब तक वह आदेश उठा नहीं लिया जाता आप वापस नहीं जा सकेंगे।

एक **निकासी आश्रय**

यदि कोई क्षेत्र लम्बे समय के लिए खाली कराया जाता है, तो काउंटी के अनुरोध पर रेड क्रॉस द्वारा निकासी आश्रय स्थापित हो सकता है । एक बार जब सुरक्षा सहायता कार्य पूरा हो जाता है और आश्रय निकासी से प्रभावित लोगों को रखने के लिए तैयार हो जाता है तब निकासी आश्रय का स्थान स्थानीय कर्मचारियों द्वारा घोषित किया जायेगा।

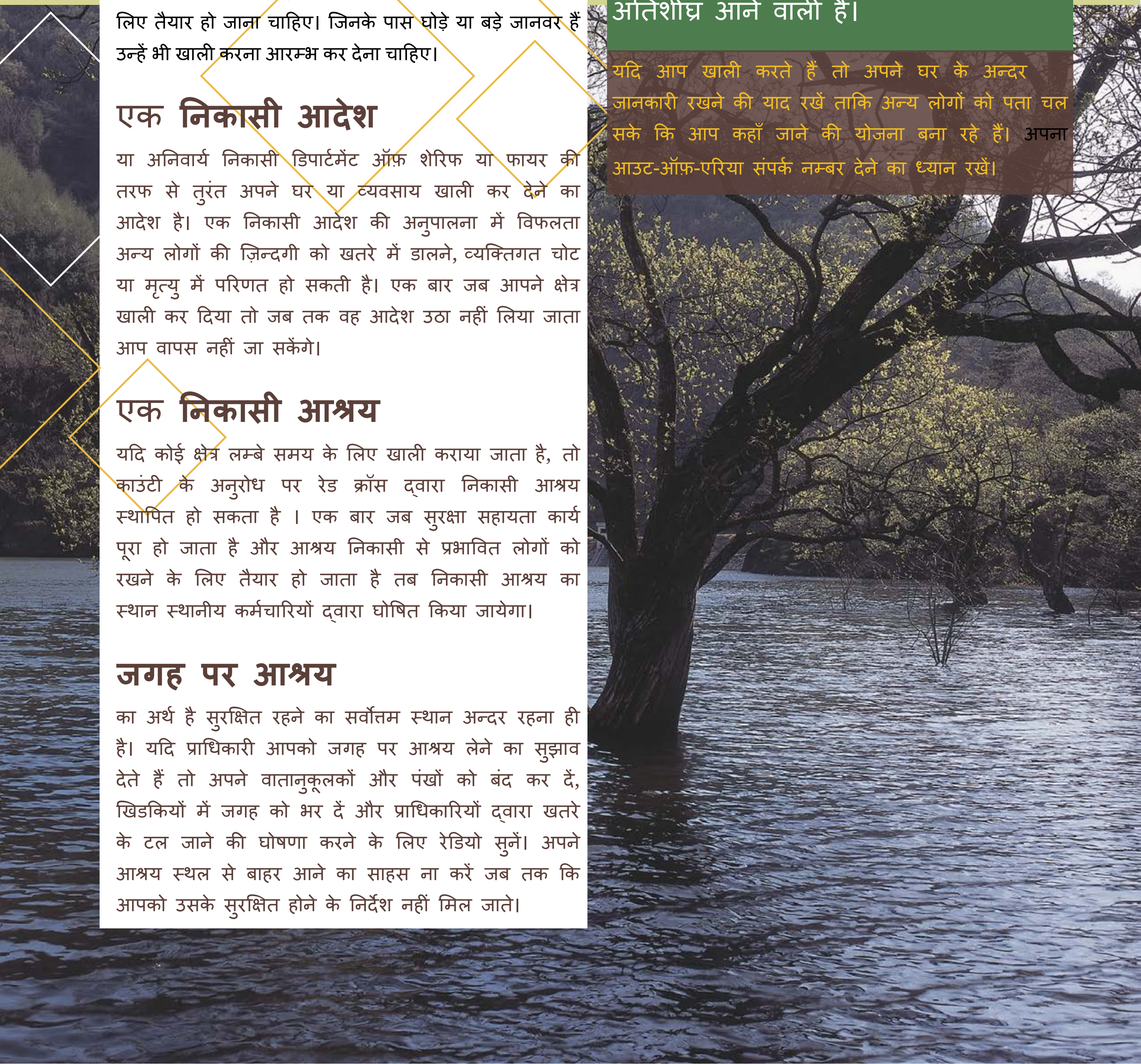
जगह पर आश्रय

का अर्थ है सुरक्षित रहने का सर्वोत्तम स्थान अन्दर रहना ही है। यदि प्राधिकारी आपको जगह पर आश्रय लेने का सुझाव देते हैं तो अपने वातानुकूलकों और पंखों को बंद कर दें, खिडकियों में जगह को भर दें और प्राधिकारियों द्वारा खतरे के टल जाने की घोषणा करने के लिए रेडियो सुनें। अपने आश्रय स्थल से बाहर आने का साहस ना करें जब तक कि आपको उसके सुरक्षित होने के निर्देश नहीं मिल जाते।

अचानक आई बाढ़

एक फ़्लैश फ्लड वाच का अर्थ है कि आपके क्षेत्र में अचानक बाढ़ आने की सम्भावना है। एक फ़्लैश फ्लड वार्निंग का अर्थ है अचानक बाढ़ आ गयी है या अतिशीघ्र आने वाली है।

यदि आप खाली करते हैं तो अपने घर के अन्दर जानकारी रखने की याद रखें ताकि अन्य लोगों को पता चल सके कि आप कहाँ जाने की योजना बना रहे हैं। अपना आउट-ऑफ़-एरिया संपर्क नम्बर देने का ध्यान रखें।



निकासी चेकलिस्ट

10 जरूरी चीजें

1 आपातकालीन आपूर्ति किट

2 बाहरी राज्य की सम्पर्क सूची

3 नकद व क्रेडिट कार्ड्स

4 महत्वपूर्ण दस्तावेज
- सोसियल सिक्यूरिटी कार्ड
- ड्राइविंग लाइसेंस
- पासपोर्ट
- मेडिकल कार्ड व रिकॉर्ड
- बीमा की जानकारी

5 कपड़े बदलना
- परिवार के प्रत्येक सदस्य के लिए

6 निजी स्वास्थ्य-रक्षा की चीजें
- टूथब्रश व टूथपेस्ट
- शैम्पू व साबुन
- लोशन
- डिओडोरेंट
- लिनेक्स व टॉयलेट टिश्यू

7 फॅमिली फोटो

8 बच्चों की चीजें
- डायपर
- फार्मूला
- भोजन
- कपड़ों का बदलना

9 विशेष जरूरी चीजें
- व्हीलचेयर, छड़ी व वॉकर
- दवाएँ
- सुनने के साधन (और अतिरिक्त बैटरी)

10 पालतूओं के देखभाल की चीजें
- पहचान व बचाव रिकॉर्ड
- कैरीयर या पिंजरा
- थूथन व पट्टा
- भोजन व पानी

स्कूल सुरक्षा

यदि लॉस एंजिल्स काउंटी में आपके बच्चे स्कूल में हैं तो आपके लिए स्कूल की आपदा योजना की एक कॉपी रखना महत्त्वपूर्ण है और इसे अपनी परिवार आपात योजना में शामिल करें। स्कूल की आपदा योजना को निम्न का उत्तर देना चाहिए:

मेरे बच्चे की स्थिति के बारे में जानने के लिए मुझे किसे कॉल करना चाहिए?

नाम ______________________________

फ़ोन______________________________

हाँ	ना	
☐	☐	क्या मेरे बच्चे को वनभूमि आग या अन्य आपात स्थिति में जगह-पर-आश्रय में रखा जायेगा?
☐	☐	यदि हाँ, तो क्या मैं यह जान सकता हूँ कि मेरे बच्चे की सुरक्षा के लिए मेरे स्कूल ने क्या सावधानी रखी है?
☐	☐	क्या स्कूल मेरे बच्चे के लिए माता-पिता द्वारा दी गयी आपूर्ति किट का अनुरक्षण करता है?
☐	☐	यदि हाँ, तो क्या मैंने हाल ही में उसकी चीजों में सुधार किया है?
☐	☐	क्या स्कूल के पास मेरे बच्चे का ध्यान रखने के लिए पर्याप्त आपात आपूर्ति मौजूद है?
☐	☐	क्या मैं अपने बच्चे को ले जा सकूँगा या किसी अन्य को ले जाने के लिए भेज सकूँगा?
☐	☐	क्या मेरे बच्चे से खाली कराया जायेगा?
☐	☐	यदि हाँ, तो क्या मैं जान सकता हूँ कि किस जगह मेरे बच्चे को भेजा जा सकता है?
☐	☐	यदि मेरे बच्चे को विशेष दवाओं की जरूरत है तो क्या स्कूल की नर्स के कार्यालय में आपातकाल के दौरान उपयोग हेतु इन दवाओं की एक छोटी-अवधि की आपूर्ति रखी जा सकती है?
☐	☐	क्या आपके बच्चे का आपात संपर्क स्कूल जानकारी नवीनतम है?

एक योजना रखें

पब्लिक स्कूल बंद

सड़क बंद

दिन के लिए स्कूल शुरु होने से पहले

यदि एक या अधिक स्कूल असुरक्षित सड़क स्थितियों या अन्य कारणों से खोले नहीं जा सकते तो डिस्ट्रिक्ट सुपरिन्टेन्डेन्ट स्कूल बंद की घोषणा करेगा और स्कूल स्थानीय रेडियो स्टेशन को योजनाबद्ध बंद की घोषणा के लिए सूचित करेगा। यदि परिस्थितियाँ अनुमति देती हैं तो कस्टडियन, मेंटेनेंस और ऑफिस स्टाफ का डिस्ट्रिक्ट कर्मचारी सामान्य रूप में कार्य करने की सूचना देगा।

जब स्कूल शुरु हो गया हो

एक बार जब दिन के लिए स्कूल शुरु हो गया है तो विद्यार्थी नियमित छुट्टी तक या उनके आपात कार्ड पर दिए गए किसी वयस्क द्वारा निकले जाने तक रहेंगे। ख़राब मौसम के दौरान, प्रधानाध्यापक या अन्य स्कूल प्रतिनिधि कैंपस में ही रहेंगे जब तक सभी विद्यार्थी स्कूल से नहीं ले जाये जाते। यदि क्षेत्र की सड़क विद्यार्थियों को सुरक्षित छोड़ने के लिए ठीक नहीं है तो स्कूल के लिए परिवहन समन्वयक प्रधानाध्यापक और अधीक्षक को सूचित करेंगे। यदि किसी भूकम्प या अन्य आपदा के कारण माता-पिता या अभिभावक विद्यार्थियों को लेने नहीं आ पाते हैं तो विद्यार्थियों को स्कूल में ही रखा जायेगा।

स्कूल खाली कराना

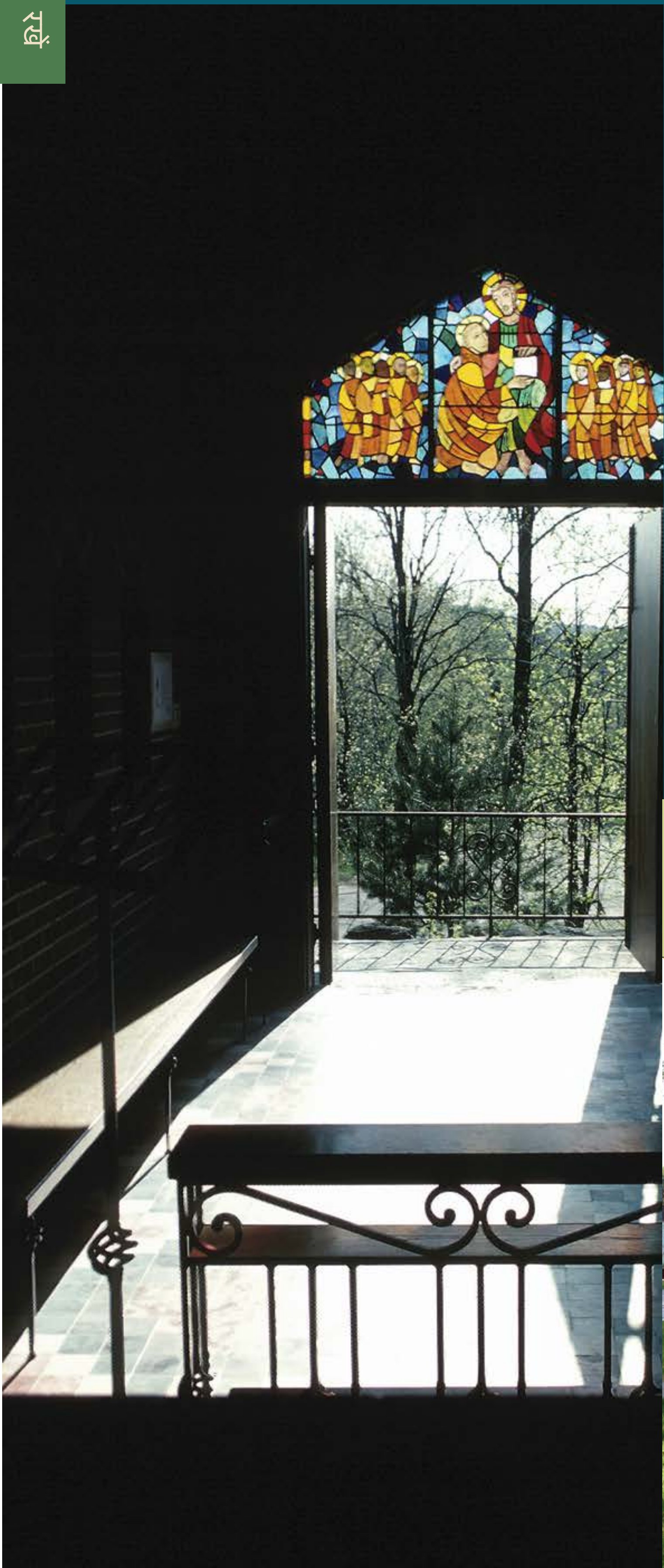
यदि किसी स्कूल को बाढ़, आग या सुविधाओं की क्षति के कारण खाली कराना पड़ता है तो विद्यार्थियों को स्कूल बस या किसी अन्य माध्यम से दूसरे डिस्ट्रिक्ट स्कूल की साईट पर भेजा जायेगा। माता-पिता व अभिभावकों को खाली कराने और स्थानांतरित साईट के बारे में स्थानीय रेडियो स्टेशन द्वारा घोषणाओं से सूचित किया जायेगा जहाँ से वे विद्यार्थियों को ले जा सकते हैं।

किसी आपात स्थिति में स्कूल में सीधे कॉल ना करें। स्कूल की लाइनें स्टाफ द्वारा आपात सहायता बुलाने और निकासी की व्यवस्था करने में काम आती हैं। पब्लिक स्कूल की जानकारी के लिए निकासी की वेबसाइट के लॉस एंजिल्स काउंटी ऑफिस को at www.lacoe.edu पर देखें और

काम पर तैयार रहें		करने योग्य चीजें
1	सम्भावित खतरों को व वे कैसे अपने व्यवसाय संचलन को प्रभावित कर सकते हैं, इसे पहचानें।	• भूकम्प • आग • बिजली जाना • बाढ़ • पानी का नुकसान • चोरी • सुरक्षा में जोखिम
2	एक आपदा व निरंतरता योजना को तैयार करना शुरु करें।	• आपातकालीन सम्पर्क सूची • प्रमुख सम्पर्क • महत्वपूर्ण सम्पर्क • संकटपूर्ण उपकरण • वैकल्पिक कार्य स्थानों की पहचान
3	संचित आपूर्ति, कर्मचारियों को कार्य पर आपातकालीन आपूर्ति रखने में प्रोत्साहित करती हैं।	• प्राथमिक चिकित्सा • भोजन • पानी • रोशनी • संचार व्यवस्था • उपकरण • स्वास्थ्य रक्षा व सफाई
4	सम्भावित इमारत के नुकसान को कम करने के लिए आपके द्वारा लिए जा सकने वाले चरण को पहचानें।	• मकान मालिक से बात करें • सुरक्षा निरीक्षणों के लिए अनुरोध करें • फायर मार्शल से परामर्श करें
5	छोड़ने, आवरित करने व पकड़ने का अभ्यास!	• डेस्क के नीचे • एक टेबल के नीचे • खिड़कियों से दूर • नीचे रहें • गर्दन व सिर को कवर करें
6	जब खतरा निकल गया हो तब पहले घायल लोगों को देखें, फिर अपनी इमारत की गम्भीर हानि को देखें।	• जीवन सुरक्षा मुद्दों का पता लगाना • इमारत के बाहर की सुरक्षा का पता लगाना • इमारत के अन्दर की सुरक्षा का पता लगाना • इमारत का अधिक विस्तृत मूल्यांकन प्रदर्शन • कोई मिलने का स्थान रखें
7	व्यापार संचालन को फिर से शुरु करने के लिए अपनी योजना का उपयोग करें।	• खतरों के लिए अपनी संवेदनशीलता का एक विस्तृत मूल्यांकन करें • अपनी योजना के बारे में कर्मचारियों व ग्राहकों के साथ बात करें • अपने समुदाय की पुनर्स्थापना हेतु जरूरी संसाधनों का पता लगाएँ • सर्वोत्तम अभ्यास के साथ अपनी आपदा योजना को परिष्कृत करें

इस पृष्ठ पर दी गयी सूचना "दी सेवन स्टेप्स ऑफ़ एन अर्थक्वेक रेसिलिएंट बिज़नेस" पुस्तिका पर आधारित है।
पूर्ण पुस्तिका के लिए www.earthquakecountry.org पर जाएँ।

अपने समूह को आपदा के लिए तैयार करना



सुनिश्चित करें कि आपके प्रार्थना के स्थल में कोई नवीनतम आपातकालीन योजना है। तय करें कि आपका प्रार्थना स्थल किसी बड़ी आपदा में कैसे प्रतिक्रिया करेगा तथा अपने प्रार्थना समुदाय को अपनी योजनाओं को क्रियान्वित करने के लिए प्रशिक्षण प्रदान करें।

- सम्भावित खतरों व आशंकाओं की पहचान
- प्रार्थना स्थल को किसी आपदा के लिए तैयार रखें
- मकान निकासी के लिए योजना
- आपदा तत्परता व प्रतिक्रिया के लिए स्टाफ को प्रशिक्षित करें
- अपने समूह को किसी आपदा के बाद के लिए तैयार करें
- अपने समुदाय के अन्य सदस्यों को मदद के लिए तैयार करें
- टेलीफोन कालिंग ट्रेस को सेट करें
- प्रार्थना स्थल को आवश्यकताओं से सूचित रखने के लिए सदस्यों के समूह में नेता की नियुक्ति करें

तत्परता व विश्वासु संगठनों के लिए टेम्पलेट आपदा योजना पर अधिक जानकारी हेतु, कृपया आपातकालीन नेटवर्क लॉस एंजलिस वेबसाइट देखें: www.enla.org।

पानी के लिए तैयारियाँ

सर्वाधिक सुरक्षित व सबसे विश्वसनीय पानी की आपूर्ति के लिए, व्यावसायिक बोतल का पानी खरीदना सुझावित है। बोतल के पानी को उसके मूल पात्र में रखें और जब तक आपको उसकी आवश्यकता ना महसूस हो, तब तक उसे बंद ही रखें। समाप्ति या "यूज़ बाय" दिनांक का ध्यान रखें।

- सामान्य रूप से क्रियाशील व्यक्ति को प्रतिदिन कम से कम दो चौथाई गैलन पानी पीने की जरूरत होती है। बच्चों, स्तन्यदा माताओं, तथा औरों को अधिक जरूरत होती है।
- अत्यधिक गरम तापमान जरूरी पानी की मात्रा को दुगुना कर सकता है।
- पीने व खाना पकाने के लिए, प्रति दिन प्रति व्यक्ति कम से कम एक गैलन संग्रह करें।
- पानी को अच्छी तरह से धोये हुए प्लास्टिक, काँच, या इनेमल-लाइन्ड धातु के पात्रों में संग्रह करें।

स्व-संगृहीत पानी को प्रति 6 माह में बदल दें।
व्यावसायिक बोतल के पानी को प्रति 12 माह में बदल दें।

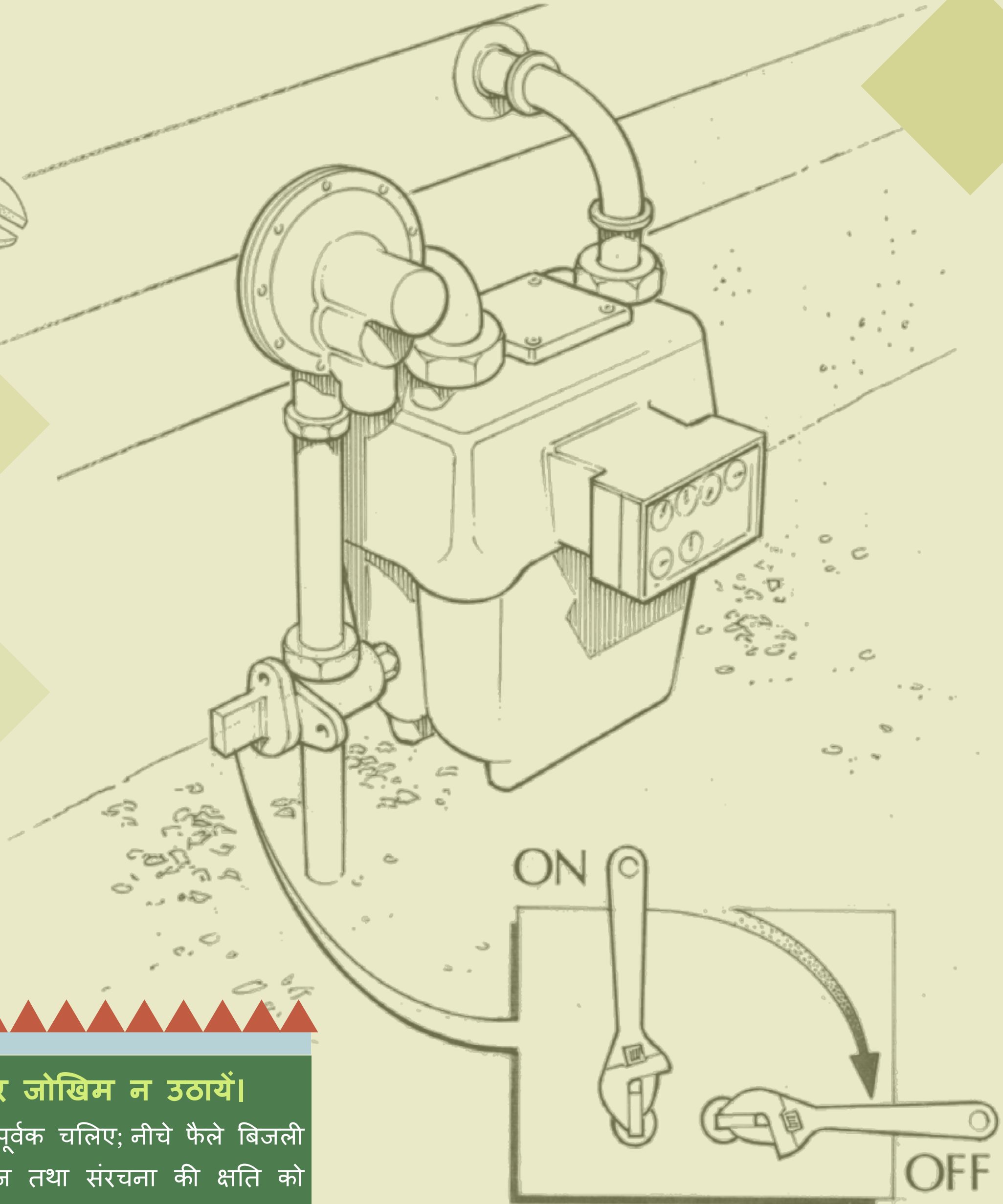
चेतावनी

वाटर हीटर में संगृहीत हुआ पानी **बहुत गरम** होता है। क्षति से बचने के लिए सावधानियाँ बर्तें!

पानी के संग्रह व भोजन पर अधिक जानकारी www.espfocus.org पर ईएसपी के प्रकाशन "फैमिली स्टेप्स टू सर्वाइवल" में या (323) 980-2260 पर कॉल के द्वारा निःशुल्क उपलब्ध है।

सुझाव

आपका गरम वाटर हीटर पानी का एक स्रोत बन सकता है। टैंक को गरम करने वाले पॉवर को बंद करें और उसे ठण्डा होने दें। जब आपको पानी चाहिए, पात्र को नीचे रखें तथा टैंक के निचले हिस्से में स्थित ड्रेन वाल्व को खोल दें।



सुरक्षा के बारे में सोचें और जोखिम न उठायें।

अपनी संपत्ति के आसपास ध्यानपूर्वक चलिए; नीचे फैले बिजली के तार, पानी व गैस का लीकेज तथा संरचना की क्षति को देखें। क्षतिग्रस्त इमारतों में तेजी से प्रवेश न करें, विशेष रूप से अकेले। सहायता के लिए प्रतीक्षा करें तथा सुरक्षा सामग्री का उपयोग करें।

गैस बंद करना

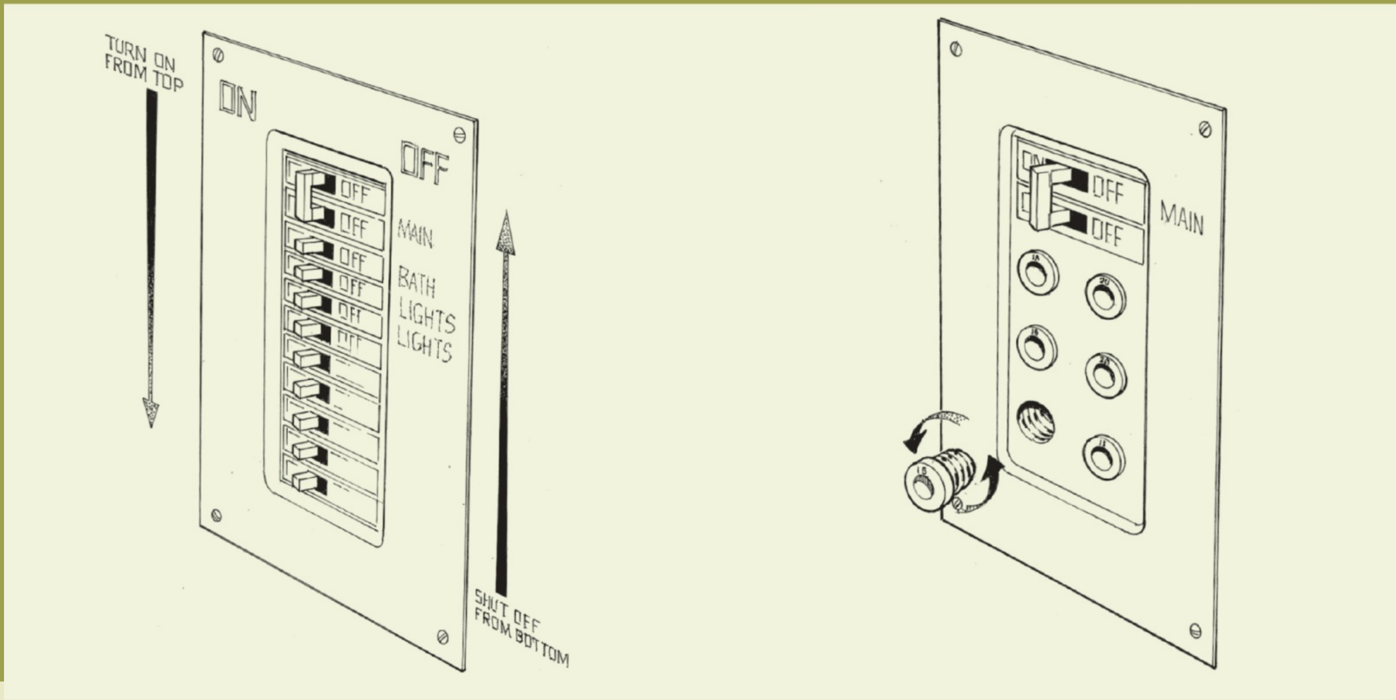
अपने गैस के मीटर का स्थान तथा आपूर्ति वाल्व को कैसे बंद किया जाए, यह सीखें। जब तक आपको गैस की गंध न आए तथा गैस लीकिंग सुनाई न दे, तब तक गैस आपूर्ति वाल्व को बंद न करें। यदि आपके पास "प्राकृतिक गैस" (मोहल्ले में गैस आपूर्ति लाइन) है, तो मुख्य बंद करने के वाल्व का स्थान आपके मीटर के पास इनलेट पाइप पर स्थित होगा। पेचकस का इस्तेमाल करें और उसे सावधानीपूर्वक किसी भी दिशा में चौथाई मोड़ दें, जिससे कि बार पाइप पर आडा चलेगा। लाइन अब बंद हो गयी है। पेंट किये गए बंद करने के वाल्व को सील तोड़ने के लिए धीरे से मोड़ना चाहिए; वाल्व पर जोर लगाने से वह टूट सकता है। यदि आपके पास प्रोपेन गैस (टैंक में) है तो मुख्य गैस आपूर्ति वाल्व को बंद करें, यदि ऐसा करना सुरक्षित हो तो ही। वाल्व को बंद करने के लिए दाईं ओर घुमाएँ (दक्षिणावर्त)।

उपयोगिताएँ

बिजली बंद करना

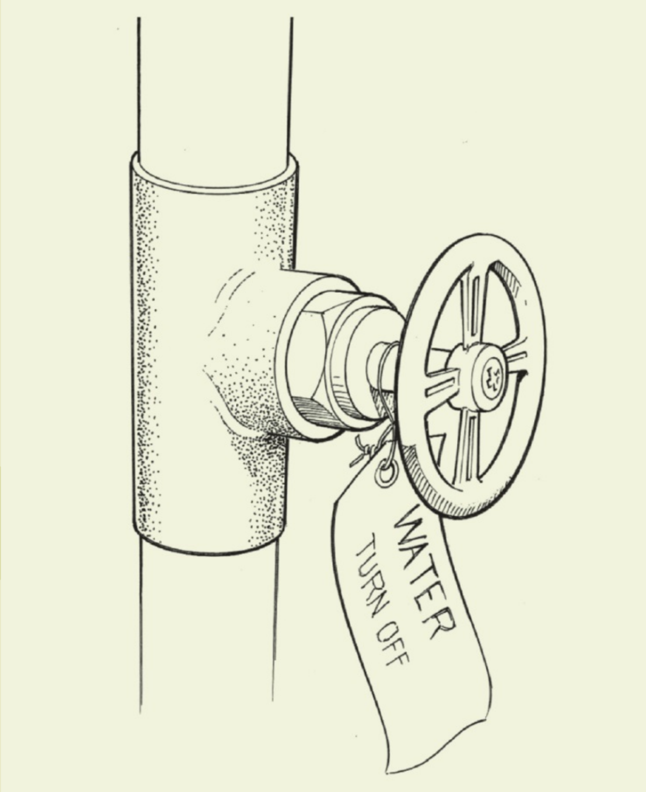
आपके घर के हर जिम्मेदार व्यक्ति को यह मालूम होना चाहिए कि आपका बिजली का स्विच बॉक्स कहाँ है और कौनसा स्विच आपके घर का नियंत्रण करता है। यह स्विच सर्किट ब्रेकर पैनल पर मिल सकता है या यह मीटर के पास अलग से भी हो सकता है।

याद रखें - यदि किसी गैस लीकेज का अंदेशा है तो किसी भी बिजली के स्विच का संचालन ना करें। आपके घर की बिजली बंद करने के लिए व्यक्तिगत ब्रेकर्स को पहले बंद करें, फिर मुख्य स्विच को। वापस चालू करने के लिए, पहले मुख्य स्विच को चालू करें, फिर व्यक्तिगत ब्रेकर्स को।



पानी बंद करना

पानी बंद करने का वाल्व, पानी आपूर्ति जहाँ से घर में प्रवेश करती है, वहाँ होता है। अपनी पानी की कंपनी के साथ जाँचें कि वाल्व को घुमाने के लिए किसी विशेष उपकरण की जरूरत होती है क्या। अन्दर पाइप फटने या लीक होने की स्थिति में सहायता हेतु आपके घर के पास एक बंद करने का वाल्व लगवाने का ध्यान रखें। पानी जीवन के लिए जरूरी है लेकिन किसी आपात स्थिति में यह सीमित या अनुपलब्ध भी हो सकता है। यथोचित संग्रह किया गया पानी आपकी आपात योजना का सर्वाधिक महत्वपूर्ण हिस्सा है।



अपने उपयोगिता वाल्वों को बंद करने के स्थान के चित्र बनायें; जिसमें शामिल हैं पानी, बिजली तथा गैस।

पशु तैयारी

कुत्ते, बिल्ली और अन्य छोटे जानवर

भले ही आप एक दिन या एक सप्ताह के लिए घर से बाहर हों, आपको आपके पालतुओं के लिए जरूरी आपूर्ति चाहिएगी। चीजों को पहुँच वाली जगह रखें और उन्हें मजबूत बर्तनों में रखें जिन्हें आसानी से लाया-ले जाया जा सके (थैला, बंद कचरे के डिब्बे, आदि)। गैर-समापन तिथि वाली दवाएँ और भोजन हर समय उपलब्ध रखें। यह सुनिश्चित करें कि आपके सभी पालतू स्पष्ट रूप से पहचाने जा सकते हैं।

- सभी कुत्तों और बिल्लियों ने कॉलर पहन रखी हैं जिसमें अच्छे से कसके वर्तमान पहचान है, इसका ध्यान रखें।
- आपके अस्थायी आश्रय का फ़ोन नंबर और पता कॉलर में जोड़ें।
- यदि आपके अस्थायी निवास का पता नहीं है तो प्रभावी क्षेत्र से पूर्णतः बाहर किसी मित्र या रिश्तेदार का नाम व नंबर शामिल करें।

पहचान माइक्रोचिप्स सभी पालतुओं के लिए उच्च सुझावित है – और लॉस एंजिल्स काउंटी के अनिगमित क्षेत्र में कुत्तों के लिए आवश्यक है। एनिमल केयर एंड कण्ट्रोल से (562) 728-4882 पर सम्पर्क करें या अधिक जानकारी के लिए पशु चिकित्सक से संपर्क करें।

सुझाव

आपके पालतू की माइक्रोचिप को पंजीकृत कराएँ और डाटा कैरियर का नम्बर अपने महत्वपूर्ण निकासी कागजों के साथ रखें।

घोड़े और बड़े जानवर

आपात तैयारी सभी जानवरों के लिए महत्त्वपूर्ण है, लेकिन घोड़ों और बड़े जानवरों के लिए उनके आकार और विशेष परिवहन की जरूरत के कारण तैयारी विशेष रूप से महत्त्वपूर्ण है।

जैसे ही निकासी चेतावनी जारी हो जाती है तभी घोड़ों को खाली करा देना चाहिए। निकासी आदेश का इंतज़ार नहीं करें। यदि आप तैयार नहीं हैं या आखिरी मिनट तक इन्तजार करते हैं तो आपको अपने जानवरों को पीछे छोड़ना पड़ सकता है। जब आप निकासी योजना बनायें तो इन सुझावों को ध्यान में रखें:

जानवर निकासी योजना

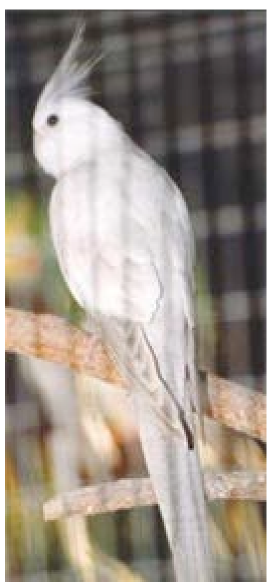
- आपात से पहले, अपने जानवरों के आश्रय के लिए एक दूसरे से काफी दूर दो जगहों की व्यवस्था करें।
- यदि आपके पास बड़े जानवर हैं तो जब आप निकासी चेतावनी सुनें तभी खाली कर दें।
- घोड़ों को नेतृत्व व घसीटने के लिए प्रशिक्षित करें ताकि वे प्रक्रिया के साथ सुविधाजनक हो जाएँ।
- अपने ट्रक और ट्रेलर को सुरक्षित, कार्य करने की स्थिति में (गैस टैंक भरा) रखें। यदि आपके पास कोई ट्रक और ट्रेलर नहीं है तो पहले से ही किसी और के द्वारा अपने जानवरों की निकासी के लिए व्यवस्था करके रखें।
- जानें कि कौन आपके जानवरों की निकासी कर रहा है। जो व्यक्ति आपके घोड़ों की निकासी कर रहा हो उसके फ़ोन नंबर, कैलिफ़ोर्निया ड्राइवर्स लाइसेंस नम्बर और अन्य सम्बन्धित जानकारी लेने-देने का ध्यान रखें। जानें कि कहाँ आपके जानवर मिल सकेंगे।
- किसी आपात स्थिति से पहले अपने पड़ोसियों के साथ सम्पर्क करें। आपकी गली में जिन घोड़े/पालतुओं के मालिकों के पास हॉर्स ट्रेलर नहीं है या जो आपात के समय घर पर नहीं हैं उनकी सहायता के लिए साथ मिलकर काम करें।

जानवर देखरेख और नियंत्रण की लॉस एंजिल्स काउंटी, पशु देख-भाल और नियंत्रण डिपार्टमेंट के पास एक आपात प्रत्युत्तर कार्यक्रम होता है जिसमें कर्मचारी और कार्यकर्ता शामिल होते हैं जो आपात के समय छोटे व बड़े जानवरों को सम्भालने के लिए प्रशिक्षित होते हैं। आपात प्रत्युत्तर कार्यक्रम में विशेष रूप से प्रशिक्षित और उपकरणों सहित टीम होती हैं जिसमें एनिमल रेस्क्यू फील्ड सपोर्ट, इक्विन रेस्पोंस टीम (ERT) और डिपार्टमेंट एनिमल रेस्क्यू टीम (DART) शामिल हैं।

अधिक जानकारी के लिए उनकी वेबसाइट देखें: www.animalcare.lacounty.gov

सुझाव

खलिहान में आग के समय आसानी से पहुँच सकने के लिए खलिहानों के दरवाजों के पास और अस्तबलों के इर्द-गिर्द अग्निशमन यंत्र लगायें। अगर सम्भव हो तब सूखी घास को खलिहान के बाहर सूखे बंद स्थान पर रखें।



आपदा के बाद जानवरों के लिए खतरे

आग के बाद जानवरों को होने वाले खतरों में शामिल हैं, जले या कटे हुए पंजे, जहरीले पदार्थों या अवशेषों को खाना या निगलना, गिरे हुए बाड़ या अन्य क्षति के कारण भाग जाना, आश्रय और छाया का नुकसान व जल, ऊर्जा और अन्य सुविधाओं की आपूर्ति में कमी। समान प्रकार के खतरे किसी भूकम्प या अन्य आपदा के बाद भी उपस्थित हो सकतें हैं।

जब विपत्ति निकल जाती है, तो अपने घर वापस पहुँचने में कुछ समय लग सकता है। अगर आपका घर यथावत् है और आपको वापस जाने की अनुमति मिल जाती है, तो भी सम्भव है वह क्षेत्र आपके पालतुओं के लिए सुरक्षित ना हो। इंस्पेक्टर और कार्यकर्त्ताओं द्वारा परीक्षण कराएँ व अपने पालतुओं को एक निरापद स्थान प्रदान करने की व्यवस्था करें जहाँ वे सुरक्षित और नुकसानों से बचे रह सकें।

यह ध्यान में रखिये कि जब जानवर बदले हुए परिदृश्य में जाते हैं तो परेशान, गुमराह व आसानी से तनावग्रस्त हो जायेंगे। शांत रहने की कोशिश करें और जब भी संभव हो सामान्य दिनचर्या की पालन करें।

PET PREPAREDNESS पर विशेष विज्ञप्ति फ्री में ऑनलाइन है

www.espfocus.org

बड़े जानवरों के लिए जगह-पर-आश्रय

जगह-पर-आश्रय का अर्थ है यदि आप खाली नहीं कर सकते तो अपनी संपत्ति पर अपने घोड़ों/पशुधन हेतु सर्वोत्तम स्थान प्रदान करना। हम बड़े जानवरों के लिए जगह-पर-आश्रय की तकनीक का समर्थन नहीं करते।

यदि आपको जगह-पर-आश्रय करना पड़े तो:

- घोड़ों को खुला ना छोड़ें - वे जलते हुए खलिहान वाले घर वापस जा सकते हैं। खुले घोड़े प्रथम मुलाकातियों के लिए गम्भीर समस्या खड़ी कर सकते हैं।
- पर्याप्त सफाई बनाये रखें - अब काउंटी फायर डिपार्टमेंट आपकी संपत्ति के इर्द-गिर्द 200 फुट तक सफाई का सुझाव देता है।
- घोड़ों को झाड़ियों व पेड़ों के पर्याप्त सफाई वाले अखाड़े में रखें - आपकी घुडशाला धातु पाइप की बनी होनी चाहिए, ना कि PVC या लकड़ी की।

घुडशाला के आस-पास निम्न चीजें रखने का ध्यान रखें:

- आग बुझाने का नल
- जनरेटर
- आपकी सम्पत्ति के आस-पास रणनीतिक रूप से रखी गयी कई खुदाई सामग्री, कुल्हाड़ी, कुदाल, रेक, झाड़ू, आदि
- कई सीढियाँ जो घर के दोनों तरफ विस्तृत व रखी गयी हों और जो खलिहान के पास उपयोग हेतु तैयार हो
- अतिरिक्त बैटरी सहित सुवाहय AM/FM रेडियो
- अतिरिक्त बैटरी सहित हाथ में रखे जा सकने वाले FRS रेडियो (वॉकी-टॉकी) और हाथ में रखे जा सकने वाले स्कैनर
- मुखौटे, चश्मे, भारी उपयोग वाले दस्ताने और बंदाना
- नायलॉन की जगह चमड़े की लगाम का उपयोग

सुझाव अपने घर व खलिहान के टेलीफोन से महत्त्वपूर्ण टेलीफोन नम्बर्स व पते लिखिए।

खतरों से बचे हुए और आपके आस-पास से बाहर के मार्गों की योजना बनाने के लिए इन पृष्ठों का उपयोग करें।

आपदा आपूर्ति किट

एकआपूर्ति किट पूर्व-एकत्रित वस्तुओं का एक समूह होता है जो आपदा के समय आपके परिवार के स्वास्थ्य व सुरक्षा में सहायता करताकरेगा। किट खरीदे भी जा सकते हैं और विविध शैलियों व आकारों में घर में भी बनाये जा सकते हैं। वे आपके कैबिनेट के लिए एक शेविंग किट जितने छोटे भी हो सकते हैं और आपके व्यवसाय के लिए 50 गैलन ड्रम जितने बड़े भी। सामान्यतः, किट आसानी से लाये-ले जाये सकने वाले और जितने सम्भव हों उतने हल्के होने चाहिए। आप कई किट रख सकते हैं, जिनमें प्रत्येक विभिन्न कार्यों के लिए हो।

सभी खतरों के लिए एक NOAA मौसम रेडियो खरीदें, इसे चालू रखें और इसका उपयोग करना सीखें। पहले से ही पता करें कि आप नवीनतम बाढ़ व बाढ़ के बाद के हालातों, चेतावनियों और मौसम सुझावों की सूचना कैसे प्राप्त करते रह सकेंगे।

कार

स्कूल

घर

कार्य

प्रार्थना स्थल

जरूरी आपात आपूर्ति

आपकी आपात आपूर्ति में कम से कम ये 10 जरूरी चीजें अवश्य होनी चाहिए।

1. 3-10 दिन का भोजन (पालतुओं के भोजन सहित)
2. 3-10 दिन का पानी (प्रति व्यक्ति प्रति दिन 1 गैलन)
3. प्राथमिक चिकित्सा किट और निर्देश
4. टोर्च (और अतिरिक्त बैटरी)
5. रेडियो (और अतिरिक्त बैटरी)
6. चिकित्सा-सामग्री (निर्धारित व बिना निर्धारित)
7. नकद और महत्वपूर्ण कागज (छोटे बिल और सिक्के, जन्म-प्रमाणपत्र, आयकर रिटर्न, दस्तावेज, टाइटल, बीमा कागजात, चिकित्सा कार्ड)
8. कपड़े और मजबूत जूते
9. उपकरण (रिंच, डक्ट टेप, आग बुझाने का यंत्र, मजबूत दस्ताने, हिस्टल)
10. स्वच्छता और सफाई आपूर्ति

सुझाव

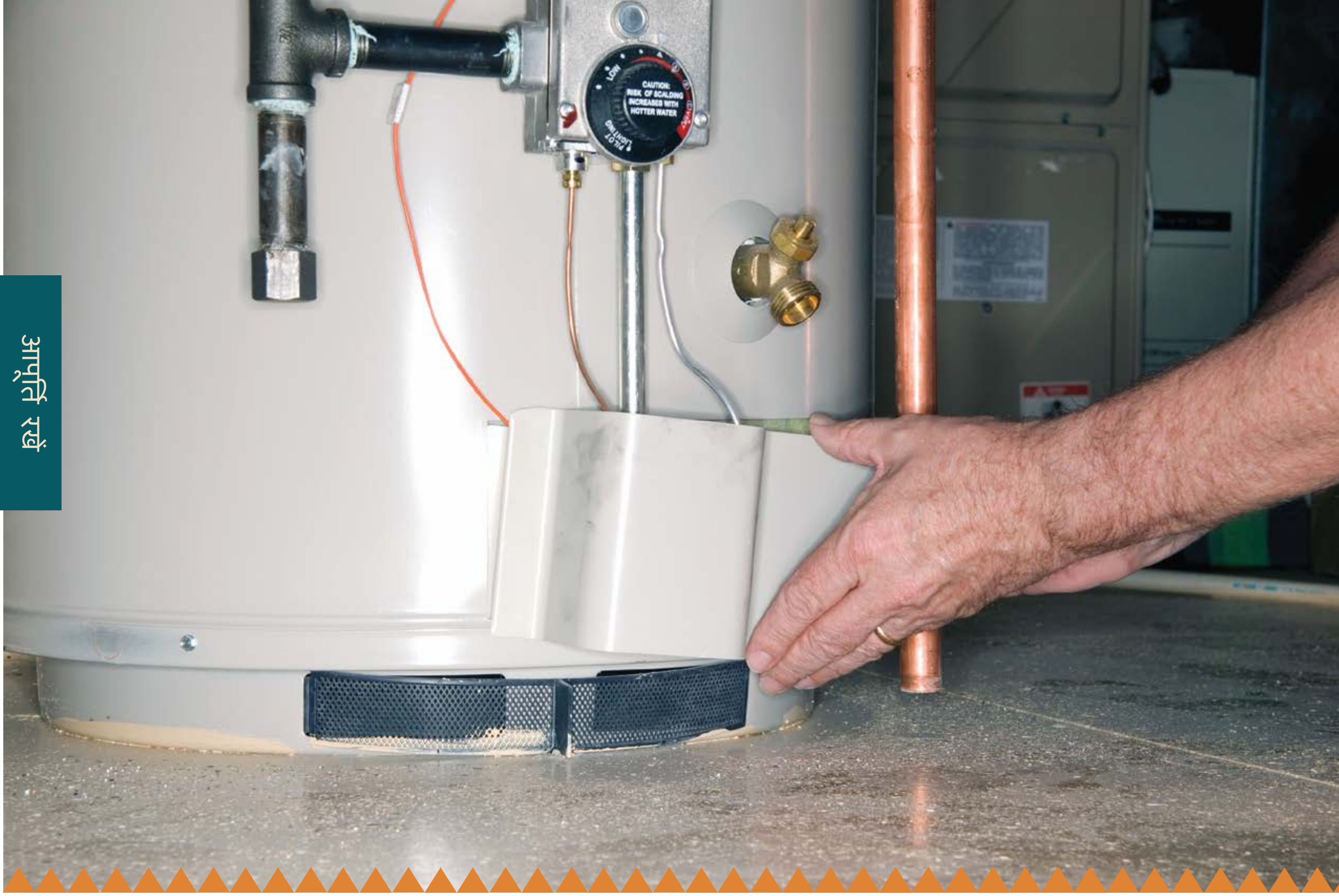
एक अग्नि शमन यंत्र खरीदते समय सर्वोतम प्रकार ABC है, जो ज्वलनशील, तरल और बिजली आग को शामिल करता है। अपने यंत्र पर समाप्ति तिथि देखने का ध्यान रखें।

इसे अमल में लायें!

अपनी आपदा किट में उन चीजों को शामिल करें जो आपके परिवार को आपदा के बाद सुखप्रद और आत्म-निर्भर रहने में सहायता कर सकें, इन्हें शामिल करने का ध्यान रखें:

- कैम्पिंग स्टोव, ईंधन, बर्तन, एल्यूमीनियम पन्नी, कागज के कप, प्लेट और प्लास्टिक के बर्तन
- आपातकालीन कंबल या सोने वाले बैग
- पालतू वाहक और आपूर्ति
- कार, घर, और सुरक्षित जमा बॉक्स चाबियों का अतिरिक्त सेट
- आपातकालीन फोन नंबरों की सूची
- मानव अपशिष्ट के लिए पोर्टेबल शौचालय, टॉयलेट पेपर और प्लास्टिक की थैलियाँ
- कम्पास
- पेन, पेंसिल, पेपर टेबलेट
- बच्चों को व्यस्त रखने के लिए खिलौने, चित्रंकनी और किताबें

खाद्य आपूर्ति	मूलभूत प्राथमिक चिकित्सा किट
ऐसा भोजन चुनें जिसे फ्रीज की आवश्यकता ना हो और जो बिना पानी या बहुत कम पानी से बनाया जा सके। ऐसी खाद्य सामग्री चुनें जो कम जगह लेती हो और हल्की हो जिनमें निम्न को शामिल करें: • खाने के लिए तैयार डिब्बा-बंद माँस, फल और सब्जियाँ • डिब्बा-बंद रस, दूध, सूप (अगर चूरा है तो अतिरिक्त पानी रखें) • स्टेपल-चीनी, नमक, मिर्च • ऐसे उच्च ऊर्जा खाद्य पदार्थ जैसे, मूंगफली का मक्खन, जेली, क्रैकर, ग्रेनोला बार, ट्रेल मिश्रण • शिशुओं, बुजुर्ग व्यक्तियों, या विशेष आहार वाले व्यक्तियों के लिए भोजन • थोड़ी मात्रा में आराम/तनाव खाद्य पदार्थ, जैसे कुकीज़, हार्ड कैंडी, मीठा अनाज, लॉलीपॉप, इंस्टेंट कॉफी, चाय बैग • मैन्युअल कैन ओपनर • सभी काम करने वाला चाकू • पीने के पानी के उपचार के लिए घरेलू तरल ब्लीच • प्लास्टिक की चादर • पुन: सील हो सकने वाली प्लास्टिक की थैलियाँ	जिनपर आप प्रतिदिन आश्रित हैं ऐसे व्यक्तिगत सामानों को शामिल करने का ध्यान रखें। एक मूलभूत प्राथमिक चिकित्सा किट में शामिल होने चाहिए: • डिस्पोजेबल / स्टेराइल जला कंबल • चिपकने वाली टेप • हाइड्रोजन पर-ओक्साइड, बेटाडाइन • 4Ξ4 गेज पैड (स्टेराइल और गैर-स्टेराइल), रोलर गेज • बैंड-एड्स (वर्गीकरण) • आइस पैक • त्रिकोणीय पट्टियाँ, ऐस पट्टियाँ • आई पैड • कैंची • कॉटन बॉल्स / Θ–सुझाव / कॉटन एप्लीकेटर (12 गिनती) • चिमटी • पेनलाइट • थर्मामीटर • सेफ्टीपिन और सिलाई सुई / धागा • वैकल्पिक: ओवर-द-काउंटर दर्द की दवा और पाचन सहायता • एंटी बैक्टीरियल टोव्लेट • ब्लड-स्टॉपर कोम्प्रेस्सेस • जले हुए के लिए मरहम • XΠP शील्ड • ट्राइ-बायोटिक मरहम • एअरप्लग • ओवर-द-काउंटर दवा



पीने के पानी के स्रोत

आपात स्थिति में आप अपने पानी गरम करने के टैंक में रखे पानी का, प्लंबिंग और बर्फ के पानी का उपयोग कर सकते हैं। आपके टॉयलेट में भरे पानी का उपयोग ना करें।

- पानी गर्म करने के टैंक के नीचे दिए गए ढक्कन को खोलकर, बगीचे की नली लगाकर पानी लें और कॉफ़ी फ़िल्टर या साफ़ कपड़े से पानी छान लें।
- अपने प्लंबिंग का पानी लेने से पहले घर, भवन या अपार्टमेन्ट के लिए पानी के इनलेट/शटऑफ वाल्व का पता लगायें और जल-आपूर्ति को बंद करें।
- कुंड, स्पास, पानी के गद्दे और सामान प्रकार के जल स्रोतों का उपयोग केवल सेनेटरी कार्यों के लिए किया जा सकता है। इन स्रोतों के पानी को पीयें नहीं।

ब्लीच से पानी के शुद्धिकरण के लिए अनुपात

जल की मात्रा	मिलाया गया ब्लीच
1 क्वार्ट	4 बूँदें
1 गैलन	16 बूँदें
5 गैलन	1 चाय-चम्मच

ब्लीच मिलाने के बाद पानी के बर्तन को हिलाएँ या मिलाएँ। पीने से पहले 30 मिनट रुकें।

अधिकांश सुविधाएँ उनके मीटर के सुधार तक ही सीमित होती हैं। वे आपके पाइप या बिजली के तारों की क्षति के सुधार में समर्थ नहीं होंगी। फिर भी, सुविधाओं को पुनः जोड़े जा सकने से पहले सुधार जरूरी हो सकता है। धैर्य रखें और सुविधा कम्पनियों और स्वास्थ्य अधिकारीयों द्वारा यथोचित समाशोधन की प्रतीक्षा करें।

पालतू आपात आपूर्ति किट चेकलिस्ट

- ☐ कॉलर्स और पट्टा के लिए टैग और फ़ोन नम्बर
- ☐ पट्टा, साज़, दस्ताने और वाहक जो पालतुओं को सुरक्षित व सावधानीपूर्वक ले जा सकें
- ☐ 3-10 दिन का भोजन और पानी
- ☐ आपूर्ति जैसे बर्तन, कैट लिटर व पैन, मैन्युअल कैन ओपनर, फॉयल या कैन के लिए प्लास्टिक के ढक्कन
- ☐ 3-10 दिन की दवा। किसी जलरोधक पात्र में रखे गए चिकित्सकीय रिकॉर्ड
- ☐ आपके पालतुओं की वर्तमान फोटो, यदि वे खो जाते हैं तो
- ☐ भोजन कार्यक्रम, चिकित्सकीय स्थिति, स्वभावगत समस्याओं की जानकारी, और यदि आपको अपने पालतुओं को भेजना पड़ जाये तो आपके पशुचिकित्सक का नाम व नम्बर। पालतू-पशु बेड और खिलौने लेना ना भूलें!
- ☐ प्राथमिक चिकित्सा किट (जिसमें इलास्टिक टेप सहित बड़ी/छोटी पट्टियाँ, कैंची, चिमटी, Q-सुझाव, एंटीबायोटिक मरहम, सेलाइन आईवाश और हाइड्रोजन परऑक्साइड हों)

वाहक, साज़ और पट्टा पर पहचान टैग को शामिल करना ना भूलें

सुझाव

जब आपको खाली करने की चेतावनी मिले तब छोटे जानवरों को इकट्ठा करके कैद करें ताकि उन्हें शीघ्रता से खींचा जा सके। बिल्लियों को किसी प्लास्टिक या तार के वाहक में ही ले जाएँ; अपनी बाँहों में नहीं। वाहक को एक हलके कपड़े से ढक दें जो बिल्लियों को शांत रखने में मदद करेगा। याद रखें जानवर आपात स्थिति में परेशान हो सकतासकतें है

घोड़ों और बड़े जानवरों के लिए आपात आपूर्ति किट चेकलिस्ट

- ☐ हर घोड़े के लिए पहचान टैग और प्रमुख रस्सी सहित लगाम।
- ☐ वर्तमान फोटो सहित टीके और पहचान फॉर्म।
- ☐ 7-10 दिन का भोजन, फीड बाल्टी और कोई दवा।
- ☐ भोजन कार्यक्रम, चिकित्सकीय स्थिति, स्वभावगत समस्याओं की जानकारी, और यदि अपको अपने घोड़े (घोड़ों) को भेजना पड़ जाये तो आपके पशुचिकित्सक का नाम व नम्बर।
- ☐ चादर सहित प्राथमिक चिकित्सा किट।
- ☐ घोड़े की लगाम पर पहचान लिखने हेतु डक्ट टेप।
- ☐ हेडलैंप रौशनी (बड़े जानवरों के साथ काम करते समय फ़्लैशलाइट से कहीं अच्छी)।

सुझाव

अपने घोड़ों को माइक्रो-चिप्पड रखें।

यह जानना महत्त्वपूर्ण है कि लॉस एंजिल्स राष्ट्र किसी आपात से पहले, उसके दौरान व उसके बाद लोगों को किस प्रकार सूचना देगा। यहाँ कुछ तरीके हैं जिनसे आप महत्त्वपूर्ण आपात जानकारी प्राप्त करने की आशा कर सकते हैं:

1. आपात चेतावनी प्रणाली

आपात सूचना लॉस एंजिल्स काउंटी शेरिफ्स डिपार्टमेंट द्वारा सीधे जारी की जाती है। व्यापक चिंता की आपात घटनाओं और स्थितियों के लिए जनता को रेडियो और टेलीविज़न केन्द्रों के माध्यम से एक सन्देश प्रसारित किया जायेगा। हो सकता है आपने ये सन्देश पहले से ही देख लिए हों जो टेलीविज़न स्क्रीन पर घूमने वाले टेक्स्ट सहित वोइस मेसेज हैं।

2. अलर्ट LA काउंटी

अलर्ट LA काउंटी एक समुदाय सार्वजनिक सूचना प्रणाली है जो आपात स्थितियों में फ़ोन संदेशों, टेक्स्ट संदेशों, IP फ़ोन नम्बर पर वोइस और ई-मेल द्वारा काउंटी निवासियों व व्यवसायों से संपर्क करने के लिए काम में ली जाएगी। www.lacounty.gov लिंक पर जाएँ और "अलर्ट ला काउंटी" पर क्लिक करें।

Alert.lacounty.gov

3. व्यावसायिक मीडिया

लॉस एंजिल्स राष्ट्र व आस-पास के क्षेत्रों के लिए क्षेत्रीय आपात जानकारी हेतु प्रसारण केन्द्रों को सुनें। अपने घर में कम-से-कम एक बैटरी से चलने वाला रेडियो रखें क्योंकि किसी आपात स्थिति में बिजली बंद होने की संभावना रहती है।

4. गैर-पेशेवर रेडियो

लॉस एंजेल्स काउंटी डिजास्टर कम्युनिकेशन सर्विसेज (DCS) विश्वसनीय आपात संचार हेतु पूरे देश में हैम रेडियो ऑपरेटर्स के साथ काम करता है। DCS के विषय में अधिक जानकारी के लिए अपने स्थानीय शेरिफ केन्द्र से संपर्क करें।

5. वेबसाइट

दी नेशनल वैदर सर्विसेज, www.nws.noaa.gov, जैसी वेबसाइट्स आपको वेब फीड्स के लिए साइन अप करने देती हैं जो सीधे आपके कंप्यूटर पर भेज दी जाती हैं। किसी आपात के बाद काउंटी अपडेट के लिए www.lacounty.info पर जाएँ। एल.ए. काउंटी वेबसाइट आश्रय स्थलों की सूचि और अन्य आवश्यक जीवन जानकारी प्रदान करेगी।

सुझाव याद रखिये कि आपके कार का रेडियो आपात प्रसारण सुनने का सरलतम साधन हो सकता है।

KFI	640 AM	लॉस एंजिल्स
KNX	1070 AM	लॉस एंजिल्स
KFWB	980 AM	लॉस एंजिल्स
KROQ	106.7 FM	लॉस एंजिल्स
KHTS	1220 AM	सांता क्लारिटा
KRLA	870 AM	लॉस एंजिल्स
KCBS	93.1 FM	लॉस एंजिल्स
KABC	790 AM	लॉस एंजिल्स
KAVL	610 AM	एंटीलोप वैली

प्रसारण-कर्त्ता आपात चेतावनी सन्देश जारी करेंगे, जिनमें टेलीविज़न, रेडियो, केबल ऑपरेटर्स, सॅटॅलाइट टेलीविज़न और सॅटॅलाइट ब्रॉडकास्ट रेडियो शामिल हैं।

क्षेत्र रेडियो केन्द्र विभिन्न स्रोतों, जिनमें L.A. काउंटी इमरजेंसी अलर्ट सिस्टम, NOAA वैदर रेडियो, कैलिफ़ोर्निया लॉ एन्फोर्समेंट रेडियो और फ़ेडरल इमरजेंसी मैनेजमेंट एजेंसी (FEMA) रेडियो शामिल हैं, द्वारा प्राप्त होने वाले आपात प्रसारण बताते हैं।

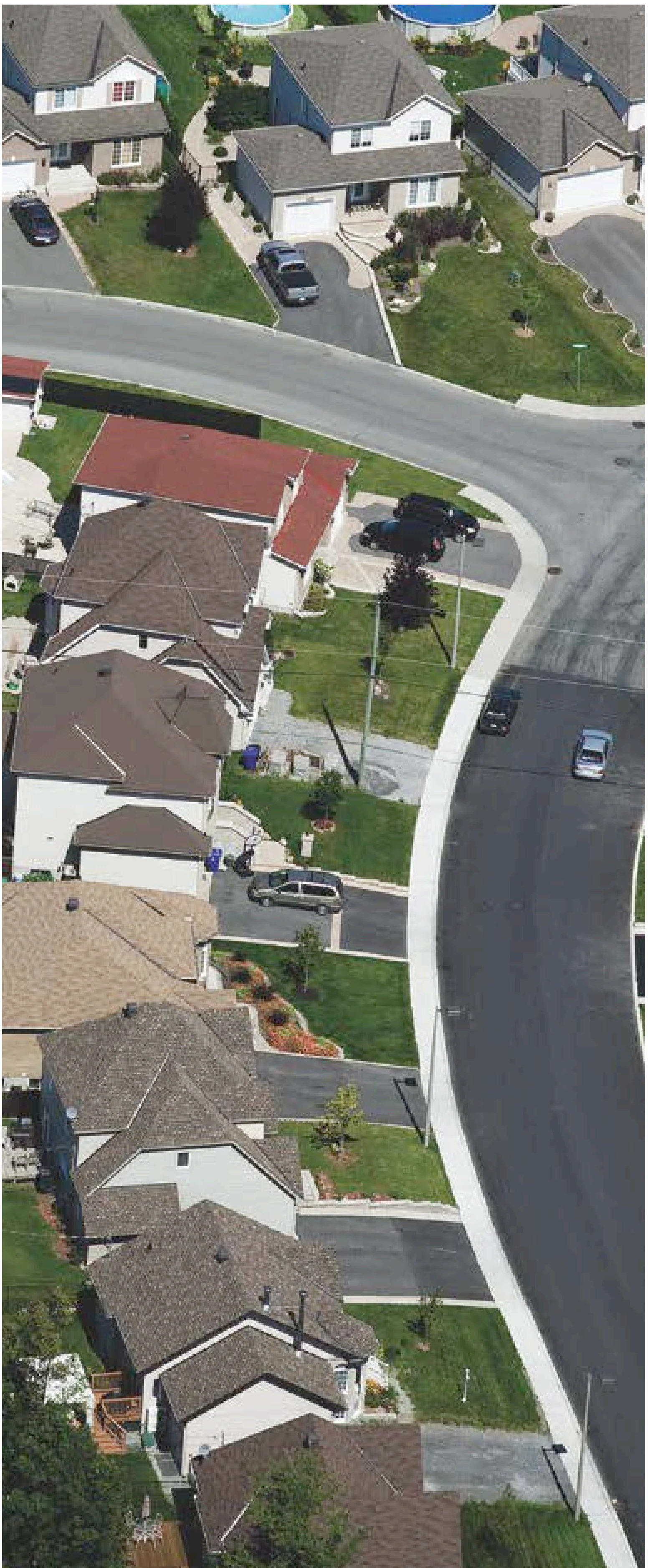
समुदाय सभाओं में जाएँ। अपने पड़ोसियों से उनकी योजनाओं के विषय में बात करें और उन्हें अपने साथ योजना बनाने के लिए प्रेरित करें।

जब प्रधिकारी आपके क्षेत्र को खाली करने की योजनाओं की घोषणा करते हैं तब एक-दूसरे की सहायता करने के लिए सहमत हों।

आपके आस-पास सामुदायिक जानकारी के स्थलों का रिकॉर्ड रखने के लिए इस पृष्ठ का उपयोग करें। निकटतम सामाजिक लाइब्रेरी के स्थल को शामिल करने का ध्यान रखें।

सुझाव

क्या आपके पड़ोसी के पास कोई आपात योजना है? पड़ोस आपात योजना के लिए 5-चरण के कार्यक्रम की जानकारी हेतु www.espfocus.org वेबसाइट को देखें



पड़ोस नेटवर्क्स

आपदा से पहले पड़ोस नेटवर्क्स बनाना, जैसे पड़ोस पर निगरानी, किसी आपदा के बाद की अच्छी और विश्वसनीय जानकारी देने में सहायता कर सकता है। अपने पड़ोस को निम्न के लिए व्यवस्थित व तैयार करें:

- बच्चों व बड़ों का ध्यान रखें।
- चलने में समस्याग्रस्त या अपंग लोगों का ध्यान रखें।
- घरेलू पालतुओं का बचाव करें।
- फ़ोन ट्री को चालू करें।
- जब कोई पड़ोसी उपस्थित ना हो तब सुविधाओं को बंद करें।
- कम्युनिटी इमरजेंसी रेस्पोंस टीम (CERT) प्रशिक्षण लें।
- प्राथमिक चिकित्सा व CPR की जानकारी लें।
- HAM रेडियो ऑपरेटर बनें।
- आपके पड़ोस में मौज़ूद संसाधनों की जानकारी रखें।

पड़ोस आपात योजना की अधिक जानकारी हेतु **www.espfocus.org** वेबसाइट से 5-चरण पड़ोस एक्शन किट डाउनलोड करें।

सुझाव

रोस्टर्स को अपडेट करने, नए निवासियों को शामिल करने और चलने में समस्याग्रस्त लोगों के साथ काम करने की योजनाओं को अपडेट करने हेतु पड़ोस नेटवर्क्स साल में कम से कम एक बार पूरे होने चाहिए।

समुदाय आपात प्रतिक्रिया टीम - CERT

समुदाय आपात प्रतिक्रिया टीम (CERT) कार्यक्रम निवासियों को आपात तैयारी और जो खतरे उनके क्षेत्र में हो सकते हैं इसपर प्रशिक्षित करता है। आप मूलभूत प्रतिक्रिया कौशल सीखेंगे, जैसे आग सुरक्षा, प्रकाश खोज व बचाव, समूह आयोजन और आपात चिकित्सा प्रबंध। कक्षा प्रशिक्षण और व्यावहारिक अभ्यास द्वारा CERT सदस्य किसी आपदा के बाद जब पेशेवर प्रत्युत्तर देने वाले मदद के लिए तुरंत उपस्थित ना हों तब उनके पड़ोसियों व सह-कार्यकर्मियों की सहायता करना सीखते हैं। CERT सदस्यों को उनके समुदाय में आपात तैयारी में नेता बनाकर प्राथमिक प्रत्युत्तर देने वालों की सहायता करने के लिए प्रेरित किया जाता है।

दी फायर एंड शेरिफ्स डिपार्टमेंट CERT प्रशिक्षण देता है, किन्तु यह जानना जरूरी है कि CERT कार्यकर्त्ता लॉस एंजिल्स काउंटी के लिए कार्य नहीं करते। आधिकारिक कार्यकर्त्ता काउंटी विभागों, शहरों, स्थानीय कानून प्रवर्तन, समुदाय आधारित संगठनों या अन्य सरकारी संस्थाओं द्वारा पंजीकृत होते हैं। किसी आपात स्थिति में, CERT कार्यकर्त्ताओं के पास स्वयं का, उनके परिवार, उनके पड़ोस और सह-कार्यकर्मियों का ध्यान रखने तथा प्राथमिक प्रत्युत्तर-कर्त्ताओं पर निर्भरता को कम करने के कौशल व साधन होते हैं।

CERT
COUNTY OF LOS ANGELES FIRE DEPARTMENT
COMMUNITY EMERGENCY RESPONSE TEAM

CERT प्रशिक्षण मुफ्त में दिया जाता है और प्रतिभागियों पर किसी आपात में घटी घटना के लिए प्रत्युत्तर देने या कार्य करने का दायित्व या प्रतिबद्धता नहीं होती। लॉस एंजिल्स काउंटी अग्नि विभाग के सेवा क्षेत्र में CERT प्रशिक्षण सहभागिता ने लॉस एंजिल्स काउंटी के निम्न भागों में प्रशिक्षण दिया है।

अनिगमित क्षेत्र:

एक्टन, बाल्डविन हिल्स, कैस्टैक, सिटी टैरेस, ई लॉस एंजिल्स, फ्लोरेंस-फायरस्टोन, हसिएंडा हाइट्स, हार्बर सिटी, कैगिल कैनियन, लडेरा हाइट्स, ला क्रेसेंटा / मोंट्रोस, लियोना वैली, रोलैंड हाइट्स, टोपंगा, विटियर

निगमित शहर:

आर्टिशिआ, एगोरा हिल्स, बेल गार्डन, ब्रैडबरी, कैलाबसास, कार्सन, सेरिटोस, क्लेरमोंट, कॉमर्स, डायमंड बार, एल मोंटे, गार्डेना, हावर्थोन, हिडन हिल्स, इंगलवुड, ला कनाडा / फ्लिनट्रीज, ला हाबरा, लेकवुड, ला मिराडा, लंकास्टर, ला प्वेंटे, लॉनडेल, लोमिटा, लीनवुड, मालिबू, मेवुड, नॉरवौक, पामडेल, पालस वर्डिस एस्टेट्स, पैरामाउंट, पिको रिवेरा, पोमोना, रेंचो पालस वर्डिस, रोलिंग हिल्स, रोलिंग हिल्स एस्टेट्स, सांता क्लेरिटा, सिग्नल हिल, साउथ एल मोंटे, साउथ गेट, टेम्पल सिटी, वेस्ट हॉलीवुड, वेस्टलेक विलेज।

CERT प्रशिक्षण और कक्षाओं के कार्यक्रम की अधिक जानकारी हेतु www.fire.lacounty.gov देखें या (888) CERT-939।

शामिल हों

स्थान	सम्पर्क हेतु नाम	फ़ोन/ईमेल एड्रेस

जब आपदा आती है

जब आपदा आती है तो आप व आपका परिवार कई प्रकार से प्रभावित हो सकते हैं। यह शारीरिक या भावनात्मक चोटों से लेकर क्षति या सम्पत्ति के नुकसान तक कुछ भी हो सकता है। याद रखें घबराना नहीं है और उनकी मदद करें जिन्हें अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता है ।

पहुँच

परिवारजनों को खोजें और अपनी परिस्थितियों के बारे में सूचित करें।

आश्रय खोजें

परिवार के साथ अपने घर में या किसी आश्रय-स्थल पर एक सुरक्षित स्वर्ग खोजें ।

सुरक्षित रहें

सावधानीपूर्वक आगे बढ़ें और स्थानीय सुरक्षा निर्देशों का पालन करें।

सहायता लें

स्थानीय सेवा उपलब्धता सूचना लें या 2-1-1 पर सेवाओं के लिए कॉल करें।

क्षतिपूर्ति शुरु करें

बीमा प्रदाताओं से संपर्क करें, FEMA और दस्तावेजों को सुरक्षित रखें।

सुझाव

अपने स्थानीय शेरिफ स्टेशन और फायर स्टेशन नम्बर को अपने सेलुलर फ़ोन में रखें ताकि जब भी आवश्यक हो आप सीधे उन्हें कॉल कर सकें।

आकलन

आपदा के तुरंत बाद, स्थानीय अधिकारी द्वारा सलाह और निर्देशों के लिए स्थानीय मीडिया को सुनें। आपदा के अनुसार निर्देश विभिन्न होंगे।

किसी भूकम्प के बाद चोटों की जाँच करें और फिर अपने मकान के स्पष्ट खतरे और खतरनाक स्थिति का आकलन करें । एक बार जब आप व आपका परिवार सुरक्षित है तो अपने परिवारजनों को खोजने व आपकी परिस्थिति की सूचना देने हेतु अपने टेलीफोन कॉलिंग ट्री को चालू करें। टेलीफोन सिस्टम पर दबाव को कम करने के लिये अपने फ़ोन कॉल्स को आपात व जरूरी सूचनाओं तक ही सीमित करें।

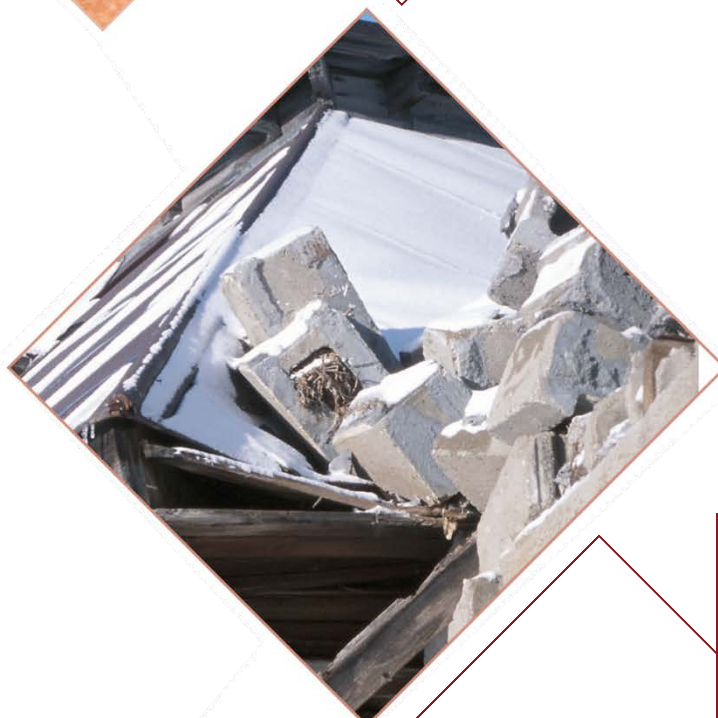
प्रथम प्रतिक्रिया एजेंसी देश भर में क्षति तक पहुँचने व सर्वाधिक क्षतिग्रस्त इलाकों को खोजने में लगी होगी। वे आपदा मार्गों को साफ़ करना शुरु करेंगे ताकि आपात वाहन जहाँ सर्वाधिक जरूरत हो वहाँ मदद के लिए पहुँच सकें। सुविधाएँ व आवागमन मार्ग बहाल किये जायेंगे क्योंकि वे पहुँच बनाते हैं और निवासियों व आपात प्रतिक्रिया-कर्ताओं की जरूरतों को पूरा करने की तैयारी करते हैं।

आश्रय खोजें

परिवार के साथ अपने घर में या किसी आश्रय-स्थल पर एक सुरक्षित स्वर्ग खोजें ।

जब आपके क्षेत्र के लिए खाली करने का एक आदेश जारी हो गया है

- अपने परिवार, पालतुओं और आपदा आपूर्ति किट को अपनी कार में इकट्ठा करें और अपने घर या व्यवसाय को तुरंत छोड़ने की तैयारी करें।
- शेरिफ व फायर पर्सोनल के दिशा-निर्देशों की अनुपालना करें।
- अपनी हेडलाइट चालू रखकर सामान्य गति पर व सावधानीपूर्वक कार चलायें।
- अपनी कार की खिड़कियों को बंद रखे और एयर-वेंट चालू करें ताकि हवा का पुनर्प्रसारण हो सके।

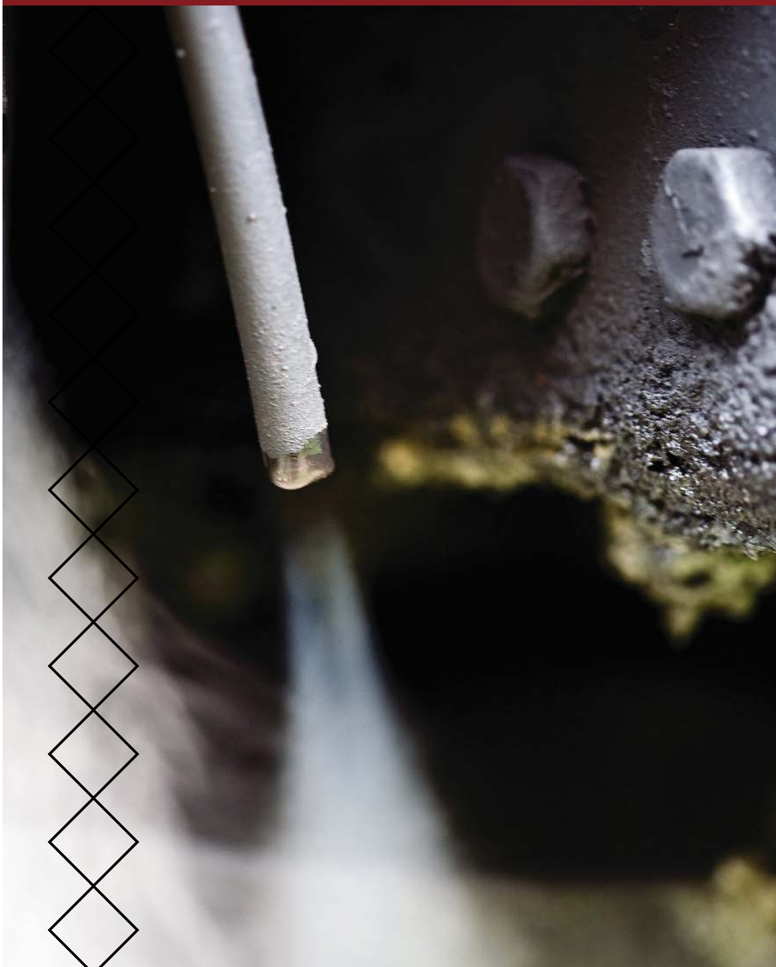


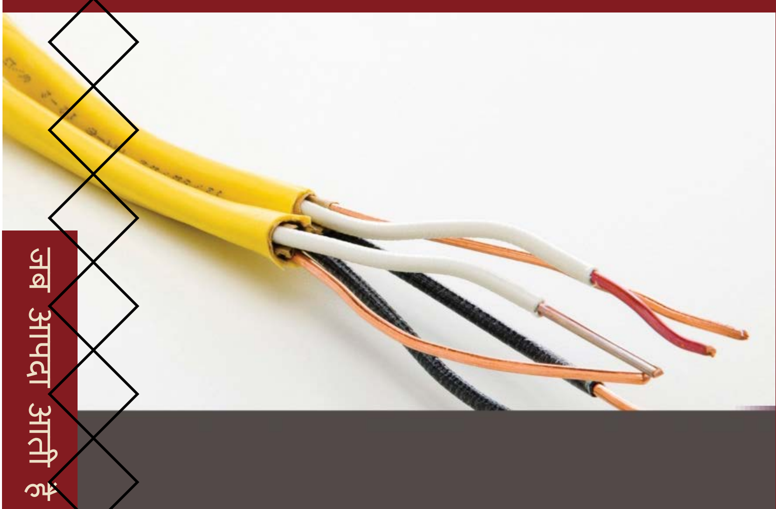
अपने पालतुओं को निकालना

- समय रहते निकासी की जगह चुनें; आपके पास कम से कम दो विकल्प होने चाहिए।
- किसी आपात स्थिति में आपके पालतुओं को आश्रय दे सकने वाले पशुचिकित्सकों व बोर्डिंग सुविधाओं की सूचि बनायें (24–घंटे चालू रहने वाले नम्बर लें)।
- पालतुओं को स्वीकार करने के बीमा की जाँच करने व संख्या, आकार तथा जाती पर रोक के लिए आपके आपात क्षेत्र से बाहर के होटल व मोटेल से संपर्क करें।
- प्रभावी क्षेत्र से बाहर किसी मित्र, रिश्तेदार और अन्य से पूछें कि वे आपके पालतुओं को आश्रय दे सकते हैं क्या। रेड क्रॉस आश्रय-स्थल के अन्दर पालतुओं को स्थान नहीं देती।
- यदि आपके पास एक से अधिक पालतू है तो उन्हें एक साथ रखना अधिक सुविधाजनक हो सकता है, किन्तु उन्हें अलग-अलग रखने के लिए तैयार रहें।

सुझाव

हर कोई जिसे अद्‌वितीय सहायता की जरूरत है उसे खाली करने की चेतावनी को खाली करने के आदेश की तरह लेना चाहिए और उनके निवास या व्यवसाय-स्थल को तुरन्त खाली करने की व्यवस्था करनी चाहिए।





सुरक्षित रहिए

एक आपदा के बाद अपने घर का निरीक्षण करना

प्राकृतिक गैस

यदि आपको गैस की बदबू आती है या सरसराहट या कुछ बजने जैसी आवाज आ रही है, तो खिड़की को खोल दें तथा तुरंत बाहर निकल जाएँ। यदि आप कर सकते हैं तो, बाहर से मुख्य गैस के वाल्व को बंद करें। किसी पड़ोसी के घर से गैस कम्पनी वालों को फ़ोन करें। यदि मुख्य वाल्व से आप गैस की आपूर्ति को बंद करते हैं तो, आपको उसे फिर से शुरु करने के लिए एक पेशेवर की आवश्यकता रहेगी। धूम्रपान ना करें या तेल, गैस लालटेन, मोमबत्तियों, अथवा मशालों का इस्तेमाल एक क्षतिग्रस्त घर के अन्दर तब तक ना करें कि जब तक आप इस बात से सुनिश्चित नहीं हो जाते कि गैस लीक नहीं हो रही या अन्य ज्वलनशील पदार्थ मौजूद नहीं हैं।

चिन्गारी, टूटे हुए अथवा अस्त-व्यस्त तार

विद्युत व्यवस्था की जाँच करें, तब जाँच न करें जब आप गीले हों, पानी में खड़े हों, या आपकी सुरक्षा को लेकर अनिश्चित हों। यदि सम्भव हो तो बिजली को मुख्य फ्यूज बॉक्स या परिपथ वियोजक से बंद करें। यदि स्थिति असुरक्षित है तो इमारत को छोड़ दें एवं मदद के लिए बुलाएँ। लाइट्स को तब तक चालू ना करें जब तक आपको यकीन ना हो जाए कि वे उपयोग के लिए सुरक्षित हैं। आप यह चाह सकते हैं कि कोई इलेक्ट्रीशियन तारों की जाँच करे।

छत, बुनियाद, और चिमनी में दरार

यदि लगता है कि ईमारत ढह सकती है तो तुरन्त खाली करें।

सुझाव किसी भूकंप के पश्चात बाद वालें झटकों के लिए तैयार रहें।

घर की सुरक्षा की जाँच

आपका तहखाना

यदि आपके तहखाने में बाढ़ आ गयी है तो नुकसान से बचने के लिए उसे धीरे-धीरे (प्रति दिन पानी का एक तिहाई हिस्सा) पंप से बाहर निकालिए। आसपास की जमीन में पानी के भराव के दौरान यदि तहखाने को खाली कराया जाए तो दीवारें ढह सकती हैं और फर्श खिसक सकती है।

उपकरण

यदि उपकरण गीले हैं तो बिजली को मुख्य फ्यूज बॉक्स या परिपथ वियोजक से बंद करें। फिर उपकरणों का प्लग निकाल दें और उसे बाहर सूखने दें। उपकरणों को पुनः काम में लेने से पहले एक पेशेवर द्वारा उनकी जाँच करवाएँ। साथ ही पॉवर को फिर से शुरु करने से पहले विद्युत व्यवस्था की किसी इलेक्ट्रीशियन द्वारा जाँच करवाएँ।

पानी व सीवेज व्यवस्थायें

यदि पाइप क्षतिग्रस्त हैं तो पानी के मुख्य वाल्व को बंद करें। पानी के किसी भी प्रकार से उपयोग से पहले स्थानीय प्राधिकारियों से जाँच करवाएँ, पानी दूषित हो सकता है। कुओं में से पानी को बाहर निकालें तथा पीने से पहले पानी की प्राधिकारियों द्वारा जाँच करवाएँ। शौचालयों में तब तक फ्लश न करें जब तक आपको पता ना चल जाए कि सीवेज लाइनें बरकरार हैं।

भोजन व अन्य आपूर्तियाँ

ऐसे सभी भोजन व अन्य आपूर्तियों को बाहर फेंक दें जिसके बारे में आपको लगता है कि वे दूषित हो चुके हैं या बाढ़ के पानी के संपर्क में आ चुके हैं।

खुली अलमारियाँ

उन चीजों को लेकर सचेत रहें जो गिर सकती हैं।

घरेलू रासायनिक श्राव को साफ़ करें

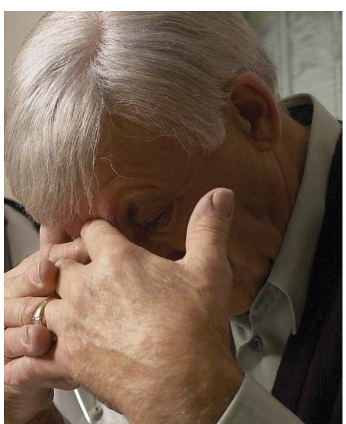
कीटाणुरहित चीजें जो संभव है कि कच्चे नालों, बैक्टीरिया, या रसायन से दूषित हो चुकी हो। क्षति से बची हुई चीजों को भी साफ़ करें।

अपने बीमा एजेंट को बुलाएँ

नुकसान की तस्वीरें लें। मरम्मत व सफाई की लागत का अच्छा हिसाब रखें

आपदा संबंधित तनाव का मुकाबला

आपदाओं के प्रति आम प्रतिक्रियाएँ	
चिड़चिड़ापन और क्रोध	थकान
भूख में कमी	सोने में असमर्थता
बुरे सपने	उदासी
सिरदर्द	मतली
सक्रियता	एकाग्रता का अभाव
अति-सतर्कता	शराब या नशीले पदार्थों की खपत में वृद्धि



- अपनी भावनाओं- गुस्सा, दु:ख, और अन्य भावनाओं- के बारे में किसी से बात करें, भले ही वह मुश्किल हो।
- पेशेवर सलाहकार जो आपदा के बाद की परेशानी से सुलझता हो, उससे सहायता लें।
- दु:खद घटनाओं या हताश होने के लिए अपने आपको जिम्मेदार ना ठहराएँ, यदि आपको एहसास है कि आप बचाव कार्य में प्रत्यक्ष मदद नहीं कर सकते।
- स्वस्थ आहार, आराम, व्यायाम, शिथिलीकरण, तथा ध्यान द्वारा अपनी खुद की शारीरिक व भावनात्मक चिकित्सा को बढ़ावा देने के लिए कदम उठायें।
- जरूरी जिम्मेदारियों को अपने आप तथा अपने परिवार तक सीमित बनाते हुए एक सामान्य परिवार व दैनिक कार्य को बनाये रखें।
- परिवार तथा दोस्तों के साथ समय बिताएँ।
- परिवार, दोस्तों, एवं धार्मिक संस्थाओं के मौजूदा सहायता समूहों का उपयोग करें।
- अपने आपदा आपूर्ति साज-सामान को पुनः एकत्रित करके और अपने परिवार की आपदा योजना के नवीनीकरण द्वारा सुनिश्चित करें कि आप भविष्य की घटनाओं के लिए तैयार हैं। इन सकारात्मक क्रियाओं का करना आरामदायक हो सकता है।

	मुद्दे	सरकारी एजेंसियों की जिम्मेदारियाँ	निवासी और व्यवसाय
तत्काल जीवन व सुरक्षा	भोजन और आश्रय लोग और पालतू जानवर पुनःएकत्रीकरण भौतिक सुरक्षा	परिवहन मार्ग सुचारू कार्य कर रहे हैं यह सुनिश्चित करना सार्वजनिक सुरक्षा के उपायों को लागू करना	आपात स्थिति के लिए 911 डायल करें CERT कौशल का प्रयोग करें
लघु अवधि की देखभाल और शरण	उपयोगिताओं की बहाली संकट परामर्श अस्थाई आवास बुनियादी ढांचों का पुनर्निर्माण खुले या जंगली जानवर	उपलब्ध संसाधनों और सेवा स्थानों पर जानकारी जारी करना स्वास्थ्य संकेत और चेतावनी जारी करना माध्यमिक नुकसान और प्रभाव को कम करना बुनियादी सेवाओं के प्रावधान का समायोजन करना	सुरक्षित आश्रय ढूँढना व्यवसायों को फिर से शुरु करना सीमित संचार के साथ मुकाबला वैकल्पिक परिवहन मार्गों को ढूँढना रेड, क्रॉस, साल्वेशन आर्मी, आदि जैसे संगठनों से कौनसी सेवायें उपलब्ध हो सकती हैं, यह सीखना
दीर्घकालिक पुन:स्थापना और पुन:निर्माण	नौकरी खोना और बेरोजगारी विस्थापित परिवार आवासीय सामान की हानि परिवहन के मुद्दे लंबे समय तक आर्थिक प्रभाव सामुदायिक पहचान शारीरिक और भावनात्मक नुकसान के साथ मुकाबला	पुनर्निर्माण करने के लिए परमिट जारी करना उपलब्ध भावनात्मक, वित्तीय, और भौतिक सहायता के बारे में जानकारी प्रदान करना उच्च मात्रा अनुरोध को समायोजित करने के लिए स्ट्रीमलाइन परमिट और लाइसेंस प्रक्रियायें जरूरत के विशिष्ट क्षेत्रों को लक्षित करते हुए सार्वजनिक मंचों और कार्यदलों का आयोजन	आपूर्तिकर्ताओं और ग्राहकों के साथ फिर से स्थापित होना पूर्व आपदा रोजगार की संख्या की बहाली घरों और व्यवसायों का पुनर्निर्माण लघु व्यवसाय प्रशासन और फ़ेडरल इमरजेंसी मैनेजमेंट एजेंसी (FEMA) को शामिल करते हुए सरकारी एजेंसियों से संभावित सहायता

सहायता लें

लॉस एंजिल्स काउंटी में कुछ ऐसी एजेंसियां हैं जो आपकी आपात योजनाओं और तैयारियों को भिन्न बना सकती हैं। कृपया संस्थाओं हेतु जानकारी जुटाने के लिए समय लें, जो आपके पड़ोस और समुदाय में सहायता दे।

मैं इसकी कहाँ जानकारी पा सकता हूँ...	एजेंसी	संपर्क जानकारी
लॉस एंजिल्स काउंटी के लिए आपातकालीन योजना और तैयारियों की जानकारी?	LA काउंटी चीफ़ एग्जीक्यूटिव ऑफिस, ऑफिस ऑफ़ इमरजेंसी मैनेजमेंट – इमरजेंसी सर्वाइवल प्रोग्राम (ईएसपी)	213-974-1166 www.espfocus.org
कम्युनिटी इमरजेंसी रेस्पोंस टीम (सीईआरटी) प्रशिक्षण?	LA काउंटी फायर डिपार्टमेंट कम्युनिटी इमरजेंसी रेस्पोंसे टीम्स (सीईआरटी)	323-890-4132 www.fire.lacounty.gov
क्षतिग्रस्त संरचनाओं के लिए फायर विभाग की आवश्यकतायें?	LA काउंटी फायर डिपार्टमेंट	323-881-2481 www.fire.lacounty.gov
समुदाय व निजी सुरक्षा मुद्दे?	LA काउंटी शेरिफ डिपार्टमेंट	Emergency 911 General Information 323-526-5541 www.lasd.org
लॉस एंजिल्स काउंटी में सड़क का बंद होना और स्थिति?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स	800-675 HELP (4357) www.ladpw.org
काउंटी द्वारा देखभाल की जाने वाली सड़कों और पुलों की मरम्मत और सफाई?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स रोड मेंटेनेंस	800-675 HELP (4357) www.ladpw.org
निर्माण निरीक्षण और परमिट?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स & सेफ्टी डिवीज़न	800-675 HELP (4357) www.ladpw.org
बाढ़ नियंत्रण और जल निकासी के मुद्दे?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स फ्लड कण्ट्रोल	800-675 HELP (4357) www.ladpw.org
राज्य राजमार्ग के लिए सड़क का बंद होना और स्थिति?	केल्ट्रंस	213-897-0383 www.dot.ca.gov
काउंटी द्वारा प्रदान की गई आपात सामाजिक सेवाएँ जिसमें शामिल हैं- केलवर्क्स, केलफ्रेश, मेडी-कल, और सामान्य राहत कार्यक्रम?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक सोसिअल सर्विसेज	866-613-3777 www.ladpss.org
आपदा पीड़ितों के लिए मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ?	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ मेंटल हेल्थ	800-854-7771 www.dmh.lacounty.gov
संक्रामक रोग नियंत्रण, निवारक स्वास्थ्य उपाय, प्रदूषण नियंत्रण और स्वास्थ्य निरीक्षण।	LA काउंटी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक हेल्थ	800-427-8700

मैं इसकी जानकारी कहाँ पा सकता हूँ...	एजेंसी	संपर्क जानकारी
घायल जानवरों के लिए सहायता और एक आपदा से विस्थापित जानवरों के बारे में जानकारी?	एलऐ काउंटी एनिमल केयर एंड कण्ट्रोल	562-940-6898 www.animalcare.lacounty.gov
काउंटी में पाठशालायें और स्कूल डिस्ट्रिक्ट?	LA काउंटी ऑफिस ऑफ़ एजुकेशन	www.lacoe.edu
लॉस एंजिल्स की एकीकृत स्कूल डिस्ट्रिक्स स्कूल की स्थिति?	लॉस एंजिल्स यूनिफाइड स्कूल डिस्ट्रिक्ट	213 241-4500 www.lausd.k12.ca.us
एक आपदा की स्थिति में संगठन जो प्रतिक्रिया और स्वास्थ्य प्राप्ति की सहायता प्रदान करते हैं?	211 LA काउंटी	211 www.211lacounty.org
अनुपलब्धताओं के बारे में प्रश्न या रिपोर्ट?	साउथर्न कैलिफ़ोर्निया एडिसन	800-684-8123 www.sce.com
	साउथर्न कैलिफ़ोर्निया गैस कम्पनी	800-655-4555 www.socalgas.com
जहरीले पदार्थ के लिए जोखिम की सूचना?	पोइजन कन्ट्रोल सेन्टर	800-222-1222 www.aapcc.org/DNN
आपातकालीन वित्तीय प्राथमिक चिकित्सा किट?	ऑपरेशन होप	www.operationhope.org
आपदा ऋण और अनुदान की जानकारी?	यु.एस. स्माल बिज़नेस एडमिनिस्ट्रेशन	800-659-2955 www.sba.gov
आपदाओं के लिए तैयारी और योजना बनाना?	यु.एस. डिपार्टमेंट ऑफ़ होमलैंड सिक्यूरिटी	www.ready.gov
उन व्यक्तियों, परिवारों और व्यवसायों के लिए सूचना व सेवाएँ जिन्हें आपदा पुनर्स्थापन सहायता की आवश्यकता होगी?	यु.एस. डिपार्टमेंट ऑफ़ होमलैंड सिक्यूरिटी	www.disasterhelp.gov
नवीनतम भूकम्प की जानकारी	यु.एस. जियोलोजिकल सर्वे	www.quake.usgs.gov/recent
नवीनतम मौसम जानकारी?	नेशनल ओसेनिक एटमोस्फेरिक एडमिनिस्ट्रेशन	www.noaa.gov
पर्यावरण आपदाओं के बारे में जानकारी?	यु.एस. एनवायर्नमेंटल प्रोटेक्शन एजेंसी	www.epa.gov/ebtpages/emergencies.html

पुनर्स्थापन की शुरुआत

एक व्यवसाय, घर, स्कूल, नौकरी, निजी सम्पत्ति या प्रियजनों की हानि द्वारा किसी आपदा का भावनात्मक पथकर चुकाना भयानक हो सकता है। आपको कई सारी मानव सेवा समितियों जैसे कि, दी डिपार्टमेंट ऑफ़ पब्लिक सोसियल सर्विसेज और दी डिपार्टमेंट ऑफ़ मेंटल हेल्थ, इनमें से किसी एक की सहायता की आवश्यकता हो सकती है।

लॉस एंजिल्स रीजन हेडक्वार्टरस्
11355 ओहायो एवेन्यू
लॉस एंजिल्स, कैलिफ़ोर्निया 90025 (310) 445-9900

नोर्थेर्न वैलीस्
1501 एस ब्रांड बुलेवार्ड
ग्लेनडेल, कैलिफ़ोर्निया 91204
(818) 243-3121

एंटेलोप वैली
2715 ई एवेन्यू पी।
पाल्मडेल, कैलिफ़ोर्निया 93550
(661) 267-0650

ग्रेटर लॉन्ग बीच
3150 ई 29th स्ट्रीट
लॉन्ग बीच, कैलिफ़ोर्निया 90806
(562) 595-6341

सेन गेब्रियल पमोना वैली
430 मेडलाइन ड्राइव
पेसिडिना, कैलिफ़ोर्निया 91105
(626) 799-0841

सांता मोनिका
1450 11th स्ट्रीट
सांता मोनिका, कैलिफ़ोर्निया 90401
(310) 394-3773

स्पेनिश बोलनेवालों के लिए
कपया कॉल करें (866) 767-8432

एलऐ काउंटी में आप जानकारी के लिए 2-1-1 डायल कर सकते हैं या www.211LACounty.org वेबसाइट को देख सकते हैं और 28,000 से अधिक एजेंसियाँ एवं संस्थाओं से परामर्श कर सकते हैं, जो आपदाओं के बाद भोजन, पानी व आश्रय के विषय में सहायता प्रदान करेगीं। यह सेवा 24 घंटे प्रति दिन, 7

American Red Cross

RedCrossLA.org
PrepareSoCal.org
(800) Red-Cross

Twitter:
@redcrossla

Facebook:
www.facebook.com/redcrossla

रेड क्रॉस के मोबाइल एप्प्स

आपदा सहायता के बारे में जानकारी

FEMA आपदा सहायता क्या है?

आपदा के लिए सहायता है, पैसे या उन इलाकों में व्यक्तियों, परिवारों तथा व्यवसायों को प्रत्यक्ष मदद करना, जहाँ पर सम्पत्ति का नुकसान अथवा नाश हो चुका है एवं नुकसान की भरपाई बीमा द्वारा नहीं हो पा रही है। यह ऐसे महत्वपूर्ण खर्चों के लिए मदद करने हेतु बनी है जो कि अन्य किसी तरीकों से भरपाई नहीं हो पाते हैं। सहायता का प्रयोजन आपकी नुकसानदायक संपत्ति की अवस्था वापस पहले जैसी करना नहीं है, जैसे कि आपदा से पूर्व थी। जब कि कुछ मकानों की सहायता की रकम FEMA के व्यक्तिगत व घरेलू कार्यक्रम के माध्यम से उपलब्ध हो सकती है, संघीय सरकार से प्राप्त होने वाली अधिकांश आपदा सहायता लोन के रूप में होती है, जो कि अमेरिका के स्माल बिज़नस एडमिनिस्ट्रेशन (SBA) द्वारा प्रशासित होती है। FEMA से मिलने वाली आपदा सहायता तब ही उपलब्ध हो सकती है जब राष्ट्रपति आपदा के एक घोषणापत्र पर हस्ताक्षर करते हैं।

आपदा सहायता के लिए मैं कैसे आवेदन कर सकता हूँ?

जब राष्ट्रपति आपदा के एक घोषणापत्र पर हस्ताक्षर करते हैं, तब विभिन्न सेवाएँ एवं कार्यक्रम उपलब्ध हो सकते हैं। आपदा के अनुरूप सहायता हेतु आवेदन के लिए फ़ोन नंबर व्यापक रूप से विज्ञापित किया जाएगा; काउंटी की वेबसाइट पर काउंटी के पुस्तकालयों में सूचनाएँ रखी जाएँगी तथा न्यूज़ मीडिया वालों को सूचित किया जाएगा। जिन भी निवासियों को सहायता की आवश्यकता है, उनके लिए विशिष्ट केन्द्र भी खोले जा सकते हैं।

कैसे मैं अपने परिवार के संपर्क में रह सकता हूँ?

आपदा क्षेत्र के लोगों के लिए अमेरिका की रेड क्रॉस सेफ एंड वेल वेबसाइट लॉस एंजलिस तथा अमेरिका में अपनी वर्तमान स्थिति का पंजीकरण, और उनके प्रियजनों के लिए उस जानकारी का उपयोग करने हेतु एक केंद्र स्थान है। वह विस्थापित परिवारों को एक तनावपूर्ण समय के दौरान राहत व सांत्वना प्रदान करने में सहायता करती है। सेफ एंड वेल वेबसाइट इस्तेमाल हेतु सरल है: यदि आप वर्तमान में अमेरिका में कहीं भी किसी आपदा से प्रभावित हैं तो मैं सुरक्षित व ठीक हूँ, उस पर क्लिक करें, अपना पूर्व-आपदा का पता व फ़ोन नंबर दर्ज करें, तथा किसी भी सामान्य सन्देश विकल्प को पसंद करें। सेफ एंड वेल प्रति दिन 24 घंटे, प्रति वर्ष 365 दिन उपलब्ध है और अंग्रेजी तथा स्पेनिश दोनों में सुलभ है।

आपदा सहायता जानकारी

यदि मेरा घर नष्ट हो गया तो क्या किया जाये?

तुरन्त घर की जरूरत हेतु, अमेरिकन रेड क्रॉस व अन्य कार्यकारी संस्थाएँ उन लोगों के लिए आश्रय बनातें हैं जो अपने घर नहीं लौट सकते। निकटतम कार्यकारी संस्था सुविधा के स्थान के लिए अपना रेडियो सुनें या स्थानीय मीडिया देखें।

स्वास्थ्य व स्थान के कारणों से सार्वजनिक आपात आश्रयों में पालतुओं को अनुमति नहीं दी जाती। किसी आपदा के दौरान और उसके बाद पालतुओं के आश्रय के लिए अधिक जानकारी हेतु अपने लोकल इमरजेंसी मैनेजमेंट ऑफिस, एनिमल शेल्टर या ह्यूमेन सोसाइटी से संपर्क करें।

जिन्हें लम्बे समय के लिए निवास की जरूरत है, FEMA कई प्रकार की सहायता प्रदान कर सकती है जिसमें लोगों को अपने घर को ठीक करने व पुनर्निर्माण के लिए सेवाएँ व सहायता देना शामिल है।

राष्ट्रपति द्वारा घोषित आपदा के बाद दीर्घावधि सहायता के लिए FEMA रजिस्ट्रेशन नंबर पर कॉल करें और FEMA व स्माल बिज़नस एडमिनिस्ट्रेशन (SBA) सहायता कार्यक्रम के लिए आवेदन करें। FEMA सहायता आपको पूरा तो करके नहीं देती किन्तु वापस सही करने में मददगार हो सकती है।

किसी आपदा के बाद मुझे भोजन व पानी कहाँ से मिल सकता है?

किसी आपदा के बाद, अमेरिकन रेड क्रॉस व अन्य कार्यकारी संस्थाएँ उनके सामर्थ्यानुसार सर्वोत्तम भोजन, पानी व वस्त्र प्रदान करेंगी। वितरण स्थलों के लिए अपना रेडियो सुनें और स्थानीय मीडिया देखें।

यदि किसी आपदा के कारण मेरी नौकरी चली गयी है या मैं काम नहीं कर सकता तो क्या किया जाये?

किसी आपदा के कारण जिन लोगों की नौकरी चली गयी है वे डिजास्टर अनएम्प्लॉयमेंट असिस्टेंस (DUA) के लिए आवेदन कर सकते हैं। DUA उन लोगों को साप्ताहिक लाभ देता है जो बेरोजगार हैं और नियमित बेरोजगार बीमा छूट के लिए योग्य नहीं हैं। FEMA के साथ पंजीकरण करके या अपने स्थानीय बेरोजगार कार्यालय में संपर्क करके आवेदन करें।

यदि मुझे लगता है कि मुझे कानूनी जरूरत है तो क्या किया जाये?

स्थानीय लाभ-रहित संगठन उन लोगों को अक्सर कानूनी मदद प्रदान करते हैं जो आपदा से प्रभावित हुए हैं। साथ ही, अमेरिकन बार एसोसिएशन के स्थानीय सदस्य कम-आय के लोगों को मुफ्त कानूनी परामर्श देते हैं। आप स्थानीय सहायता केंद्र या आपदा पूर्ति केंद्र से अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं जो राष्ट्रपति द्वारा बड़ी आपदा घोषित होने के बाद स्थापित किये जाते हैं।

वनभूमि में आग

आग से पहले

लाल झंडा मौसम की स्थिति का अर्थ है आर्द्रता बहुत कम है (अधिकतर 15% से कम) और हवा 25 mph से ज्यादा है। जब कोई लाल झंडा संकेत या चेतावनी जारी हो जाती है तो झाड़ियों में लगी आग तेजी से फैलने की सम्भावना काफी बढ़ जाती है। यदि आप किसी शहर से जुड़े क्षेत्र में रहते हैं जहाँ लाल झंडा चेतावनी मिलती है तो यहाँ कुछ सुझाव हैं:

- अपनी कार को बाहर की और मुख करते हुए खड़ी करें और चाबियों को हाथ में आने वाली जगह रखें
- बिजली जाने की स्थिति में स्वचालित गेराज के दरवाजे खोलने वालों को अलग कर दें
- अपने जरूरी रिकॉर्ड और कागजात अपनी कार में रखें
- पालतू वाहकों को तैयार रखें
- जब आप अपना घर छोड़ रहे हों:
  - ✓ पर्दे और खिडकियों पर लगे कवर खुले रखें।
  - ✓ अपने घर के अन्दर के सभी दरवाजे बंद कर दें।
  - ✓ सभी खिड़कियाँ बंद करें।
  - ✓ अन्दर की लाइट चालू रखें।
  - ✓ ज्वलनशील फर्नीचर को खिडकियों से दूर और कमरे के मध्य में करें।

लॉस एंजिल्स काउंटी विश्व के महानतम शहरी केन्द्रों में से एक के रूप में प्रसिद्ध है, लेकिन यह काउंटी 650,000 एकर एंजिलिस राष्ट्रीय वन का घर और सांता मोनिका माउंटेन्स नेशनल रिक्रिएशनल एरिया का बड़ा हिस्सा भी है। स्थानीय अग्नि संस्थाओं के लिए अद्‌वितीय चुनौती खड़ी करते हुए, हजारों घर इन प्राकृतिक क्षेत्रों के पास तलहटी समुदायों में बने हुए हैं।

आपात योजना बनाने की अधिक जानकारी के लिए www.fire.lacounty.gov देखें।

आग के खतरे कम करने की चेकलिस्ट

- किसी भी संरचना की छत से सुंई, पत्तियाँ या अन्य वानस्पतिक सामग्री हटा दें।
- चिमनी या स्टोवपाइप से सभी वनस्पति कम से कम 10 फीट तक हटा दें या काट-छाँट दें।
- परिदृश्य को स्वच्छ रखें, पेड़ों व झाड़ों के नीचे से कूड़ा हटा दें, सारी बेकार लकड़ी को काट दें।
- जमीन के कवर व सरस के मृत और सूखे भाग को हटा दें।
- झाड़ियों व पेड़ों के बीच जगह रखें ताकि आग के फैलाव को रोका जा सके। लगातार पेड़ या झड़ी के मंडप बनाने से बचें।
- साथ के पौधे हटाकर देशी झाड़ियों को अलग करें।
- किसी संरचना के 30 फीट के अन्दर ही प्रतिरूप वृक्षों या झाड़ियों की संख्या को सीमित करें।
- पेड़ों के शीर्ष छत पर नहीं लटकने चाहिए और उन्हें काफी ऊँचाई तक काट देना चाहिए ताकि जमीनी आग से होने वाले प्रज्वलन से बचा जा सके।
- संरचनाओं के 200 फीट के अन्दर सामान्य बगीचे पौधे हटाने का ध्यान रखें, जो काफी सूखा कचरा व वनस्पति तेल उत्पन्न करने के कारण विशेष रूप से ज्वलनशील माने गए हैं, जैसे, सिप्रेस, फाउंटेन घास, बड़े जुनिपर, युकलिप्टस, पाइंस और अन्य कोनिफर। प्रति वर्ष कई वृक्ष जनता को लॉस एंजिल्स फायर डिपार्टमेंट की काउंटी की तरफ से वितरित किये जाते हैं। ये वृक्ष मात्र घर्षण नियंत्रण व हवा रोकने के लिए हैं, और परिदृश्य के उद्देश्य से नहीं। यह सुझाव दिया जाता है कि इन वृक्षों को संरचना के कम-से-कम 200 फीट की दूरी और किसी संरचना के नीचे के ढलान के निचले दो-तिहाई पर लगाया जाये।
- समस्या खड़ी करने वाले वृक्षों पर विशेष ध्यान दें, जैसे, युकलिप्टस, पाम और पाइंस। बेकार अंगों, कूड़े, बेकार पत्तों और खुली छाल को जमीन और साथ ही इन पेड़ों के तने से भी हटा दें।

वनभूमि में आग

निजी खरीदी हुई जमीन पर सूखे कचरे की सफाई

कचरे का निरीक्षण अधिकांशतः लॉस एंजिल्स फायर डिपार्टमेंट द्वारा 1 मई को शुरु किया जाता है।

कचरा सफाई की न्यूनतम आवश्यकता किसी संरचना से 200 फीट तक है।

- यदि साफ़ नहीं किया गया है, तो स्थानीय फायर स्टेशन एक अवमानना नोटिस जारी करेगा और संपत्ति के मालिक को संपत्ति को अनुपालन में लाने के लिए 30 दिन का समय दिया जायेगा।

यदि फिर भी अवमानना हुई तो स्थानीय फायर स्टेशन लागू करने के लिए इसे डिपार्टमेंट्स ब्रश क्लीयरेंस यूनिट को अग्रसर कर देगा। (स्थानीय फायर स्टेशन अपने विशेषाधिकार से संपत्ति के मालिक को संपत्ति को अनुपालन में लाने के लिए अतिरिक्त 14 दिन का समय दे सकता है।)

यदि संपत्ति ब्रश क्लीयरेंस यूनिट के पास लागू करने के लिए आती है तो काउंटी एग्रीकल्चर वीड एबेटमेंट सर्विसेज संपत्ति की सफाई कर देगा और इसका खर्च संपत्ति मालिक के टैक्स बिल में जोड़

सरकारी जमीन पर सूखे कचरे की सफाई

सूखे कचरे की सफाई की आवश्यकता सरकारी जमीन के लिए अलग होती है, और ऑस एंजिल्स काउंटी फायर डिपार्टमेंट द्वारा लागू नहीं करवाई जाती। आग सुरक्षा की अधिक जानकारी के लिए आग विभाग के कम्युनिटी रिलेशंस ऑफिस में (323) 881-2411 पर या अपने स्थानीय फायर स्टेशन पर कॉल करें।

दक्षिणी कैलिफ़ोर्निया वनभूमि में आग से सम्बन्धित त्वरित तथ्य

- 20 अक्टू. से 9 नवम्. 2007 तक कुल 23 आग लग चुकी हैं
- 10 सुनिश्चित आग-सम्बन्धित मौत
- 139 घायल
- 517,267 एकर जले
- 3,204 संरचनाएँ ध्वस्त (2,233 घर, 5 व्यवसाय, 966 बाहरी भवन)
- कैलिफ़ोर्निया के इतिहास में आग सबसे बड़ी निकासी में परिणत हुई।
- 321,500 से भी अधिक अनिवार्य रूप से निष्कासित

घर में आग लगने की स्थिति में किसी चीज के लिए ना रुकें – बस बाहर आ जाएँ। आपके घर से बाहर निकल आने के बाद पडोसी के टेलीफोन से फायर डिपार्टमेंट को कॉल करें।

आग के दौरान

- अपने निकासी योजना निर्देशों और शेरिफ व फायर डिपार्टमेंट पर्सोनल की दिशा निर्देश की अनुपालना करें।
- अपने परिवार, पालतुओं और आपदा आपूर्ति किट को इकठ्ठा करें और अपने घर या व्यवसाय को तुरंत छोड़ दें।
- अपनी हेडलाइट चालू रखकर सामान्य गति से चलायें।
- अपने वाहन को कभी भी ट्रैफिक लेन या सुरक्षित क्षेत्र में पार्क ना करें।
- पालतुओं को वाहकों में या पट्टा डालकर रखें।

खतरे

सुझाव

आपके घर और आस-पास के क्षेत्र को पहले से गीला करना सुरक्षा को नहीं बढ़ाएगा और ये कीमती समय व पानी की बर्बादी है।

वनभूमि में आग

आग के पश्चात

- ☐ जबतक स्थानीय अधिकारियों द्वारा क्षेत्र के सुरक्षित होने की घोषणा नहीं की जाती है, तबतक अपने घर वापिस न जाएं। घर लौटना शारीरिक और मानसिक दोनों रूपों से चुनौतीपूर्ण हो सकता है।

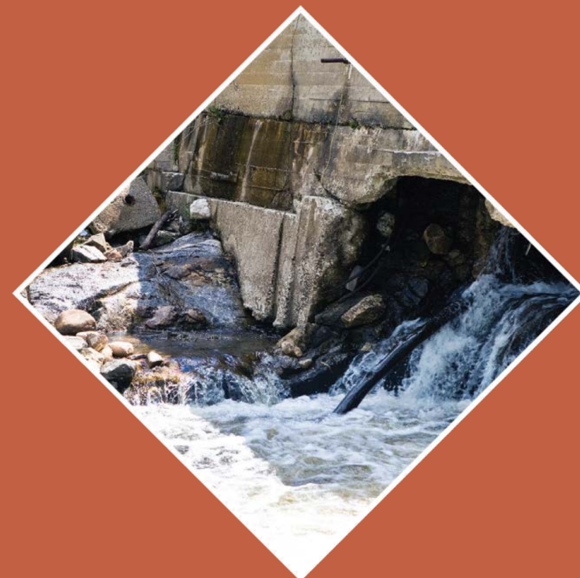
- ☐ नुकसान का आकलन करें; जाँचें कि आपका घर रहने के लिए सुरक्षित है।

- ☐ घर लौटने से पहले, सुनिश्चित करें कि सभी जनोपयोगी सेवाएं चालू हो चुकी हैं।

- ☐ 1-800-675 HELP (4357) या www.ladpw.org पर डिपार्टमेन्ट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स से पता करें कि कौन-से रास्तों को हानि पहुँची है।

- ☐ याद रखें, जलने के बाद पहाड़ियों के लिए पानी अवशोषित करना मुश्किल हो सकता है। जले हुए क्षेत्रों पर नजर रखें और

अग्नि सुरक्षा पर अधिक जानकारी के लिए लॉस एंजिलिस काउंटी फायर डिपार्टमेन्ट के वेबसाइट पर जाएं www.fire.lacounty.gov.



यदि आप एक ऐसे क्षेत्र में रहते हैं जो हाल ही में जला है...

अचानक आई बाढ़ और बहता मलबा अब एक खतरा हो सकते हैं। जब जंगल की आग से धुआं साफ़ हो जाता है, तो खतरा खत्म नहीं हो जाता है! अचानक आई बाढ़ और बहते मलबे जैसे अन्य खतरों पर अब ध्यान केंद्रित करना पड़ता है। वर्षा और तुफ़ान के समय जंगल की आग से जले तीव्र ढलान वाले पहाड़ और खड़ी पहाड़ियों में विशेष रूप से अचानक आई बाढ़ और बहते मलबे का खतरा रहता है। जले हुए स्थान पर मध्यम बारिश से भी अचानक बाढ़ आ सकती है या मलबा बहने लगता है। जिस बारिश को आमतौर पर पेड़-पौधे सोख लेते हैं, वही बारिश फौरन बहने लग सकती है। इससे छोटी नदियाँ और नालियों में सामान्य से अधिक पानी के साथ तुफ़ान के दौरान जल्दी बाढ़ आने का खतरा हो जाता है।

इसके अतिरिक्त, जली हुई मिट्टी में अत्यधिक अपक्षरण हो सकता है और यही कारण है कि बाढ़ के पानी में अधिक मात्रा में मिट्टी, पत्थर और पेड़-पौधे उपस्थित हो सकते हैं। जले हुए स्थान और नीचे बहते पानी, दोनों ही में, तेज़ी-से बहते पानी, मिट्टी, और पत्थर पुलिया, पुल, सड़कों और संरचनाओं को नष्ट कर सकते हैं, और यदि ध्यान न दिया जाए, तो चोट पहुँचा सकते हैं या मृत्यु का कारण बन सकते हैं।

तुफ़ान, बाढ़ और कीचड़ धंसना

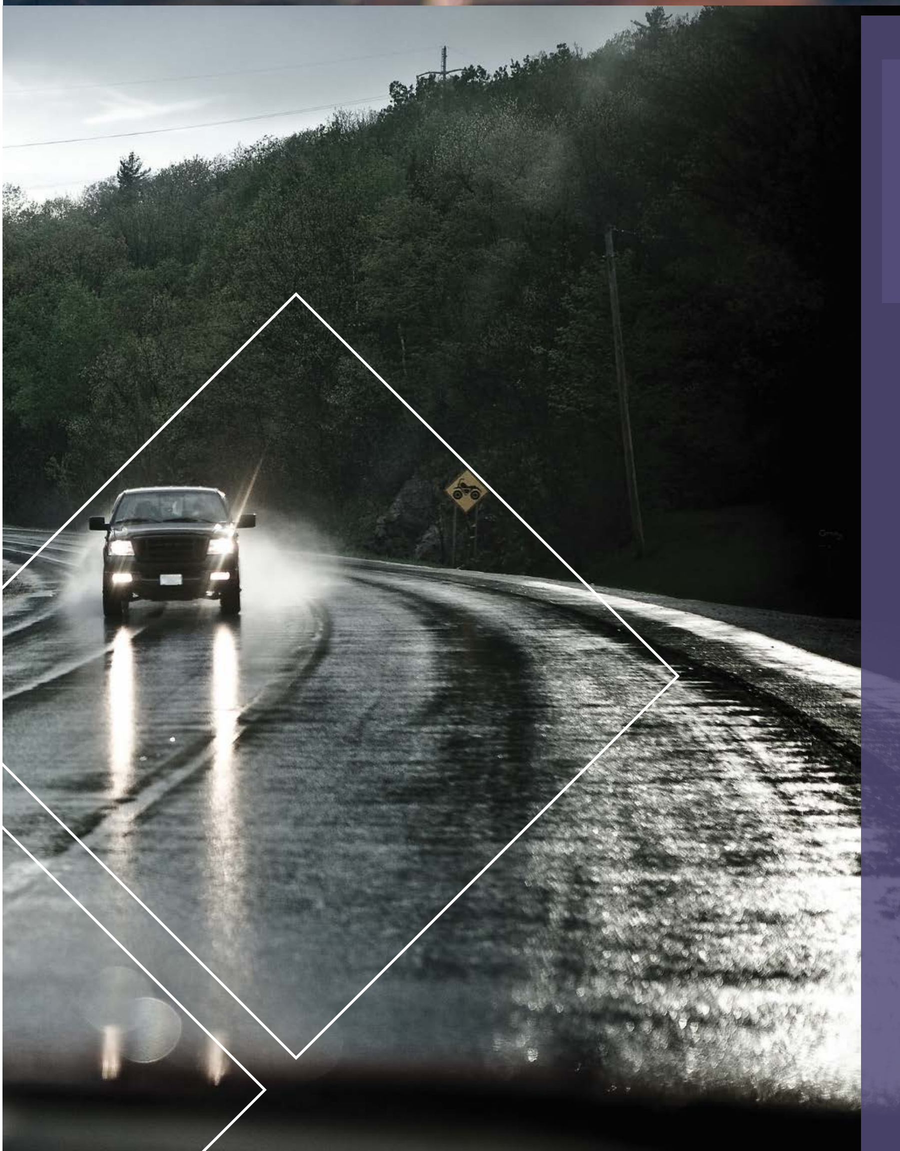
लॉस एंजिलिस काउंटी में दुनियाभर के सबसे तीव्र ढलानों वाले और सबसे अधिक कटाव वाले पहाड़ मौजूद हैं, जिसे सैन गैबरियल्स के नाम से जाना जाता है और जो समुन्दर से 10,000 फीट की ऊँचाई पर स्थित है। तीव्र ढलानों वाली घिरी हुई घाटियों के बीचोंबीच बड़े तटीय मैदान मौजूद हैं जहाँ काफ़ी आबादी रहती है। भारी वर्षा होने पर बाढ़ और कीचड़ धंसने की काफ़ी संभावना होती है।

बाढ़ से पहले

1. बाढ़ या कीचड़ धंसने की घटना होने पर आपका घर और आपकी चीज़ें कितनी सुरक्षित हैं, इस बात का आकलन करें।
   - ☐ क्या आप किसी खाड़ी के पास रहते हैं?
   - ☐ क्या आप तीव्र ढलान वाली किसी पहाड़ी के ऊपर या नीचे रहते हैं?
   - ☐ क्या आपको मुख्य मार्ग तक पहुंचने के लिए किसी खाड़ी या पुल के ऊपर से गुज़रना पड़ता है?
2. पतझड़ में सर्दियों की बारिश आने से पहले घर के चारों ओर की नालियों और गटरों को साफ़ करें। आसपास की सड़कों पर नालियों की जाँच करें। अगर फंसी हुई हों, तो डिपार्टमेन्ट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स को 1-800-675 HELP (4357) पर सूचित करें।
3. अगर पानी या कीचड़ का रास्ता बदलने की आवश्यकता हो, तो बारिश शुरु होने से पहले बालू की बोरियों को भर लें; बालू की बोरियाँ स्थानीय फायर स्टेशनों पर उपलब्ध हैं। पता करें कि आपके क्षेत्र के लिए कौन-सा फायर स्टेशन है और बालू की बोरियों को सही तरह से रखने का ढंग सीखें।
4. यदि आप एक पहाड़ी क्षेत्र में रहते हैं, तो एक सुरक्षित तरीके से सभी ढलानों को बनाए रखें। उचित रोपण, ढलान कवरेज, और जल निकासी चैनलों का प्रयोग करें। सूखे और आग प्रतिरोधी पौधों के बारे में जानकारी के लिए, फायर विभाग www.fire.lacounty.gov/Forestry पर अपनी वेबसाइट पर देशी पौधों के लिए एक गाइड है या (213) 456-7891 पर फायर विभाग से संपर्क करें।

सन् 1914 में, जब लॉस एंजिलिस बेसिन की आबादी 700,000 के करीब थी, चार दिन के एक तुफ़ान ने सैन गैबरियल माउंटेन में 19 इंच की वर्षा हुई थी, जिसके कारण होने वाली बाढ़ ने $10 मिलियन का नुकसान पहुँचाया था।

सन् 1938 में दक्षिणी कैलिफ़ोर्निया में बाढ़ ने $70 मिलियन का नुकसान पहुँचाया और सन् 1969 में, बाढ़ से $400 मिलियन का नुकसान और 60 लोगों की मृत्यु हुई।



सुझाव

खाली करने का आदेश आने से पहले योजना तैयार रखें।

अगर किसी भी वर्षा तुफ़ान के दौरान आपके क्षेत्र में फ्लैश फ्लड वॉच या चेतावानी की घोषणा की जाती है, तो सबसे सुरक्षित योजना यही होगी कि आप अपने दोस्तों या परीजनों के साथ रहें।

अपने बच्चों को नदियों, खाड़ियों, अरोयो, जल निकासी नियंत्रण चैनलों और वॉशों से दूर रहने की सीख दें।

वॉच और वॉर्निंग प्रणाली के बारे में परिवार के सभी सदस्यों को सीखायें।

पहले से निर्णय लें कि आप स्वयं को बाढ़ और अचानक आने वाली बाढ़ों के वॉच, वार्निंग और मौसम परामर्शों के बारे में कैसे सूचित रखेंगे। तुफ़ान के विषय में नवीनतम जानकारी प्राप्त करने के लिए आपातकालीन चेतावनी प्रणाली (एमरजेन्सी एलर्ट सिस्टम) और अन्य तरीकों के बारे में जानकारी प्राप्त करें।

समुदाय बैठकों में भाग लें।

अपने पड़ोसियों से उनकी योजनाओं के बारे में बात करें, और उन्हें प्रोत्साहित करें कि वे जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी निकलने की योजना बनाएं।

बाढ़ के दौरान

- □ तेज़ी से बहती पानी की धाराओं को पार करने की कोशिश न करें। जबतक पानी कम नहीं हो जाता, एक ही तरफ़ रहें। ज़्यादातर पानी की धाराएं बारिश रुकने के दो घंटों के बाद धीमी हो जाती हैं।
- □ तुफ़ान के दौरान, सुरक्षा बनाये रखने और नुकसान कम करने के लिए घर पर और सड़कों पर जल निकासी की प्रणालियों की जाँच करें।
- □ कीचड़ धंसने की स्थिति पर नज़र रखें और इसे कम रखने के लिए जल निकासी की प्रणालियों को अनुकूलित करें।
- □ अगर अपने घर के ऊपर या नीचे आपको भारी मात्रा में कीचड़ के फिसलने की स्थिति नज़र आती है, तो अपने परिवार को सुरक्षित स्थान पर ले जाएं, अपने पड़ोसियों को सूचित करें और 1-800-675-HELP (4357) पर डिपार्टमेन्ट ऑफ़ पब्लिक वर्क्स को कॉल करें।

जब बारिश हो रही हो...

बारिश शुरु होने से पहले किसी सुरक्षित क्षेत्र में पहुँचने की योजना बनायें और वहाँ तब तक रहें जबतक कि तुफ़ान थम नहीं जाता है। जली हुई लकड़ियाँ, चट्टान, कीचड़ और अन्य मलबा अस्थायी बाँध बना सकते हैं जो बारिश रुकने के कई दिनों बाद फट सकते हैं। यह बारिश रुकने के कई घंटों बाद या कभी-कभी कई दिनों बाद भी हो सकता है। गाड़ी चलाते समय विशेष रूप से होशियार रहें। सड़क पर टूटे हुए फ़ुटपाथ, कीचड़, गिरे हुए चट्टानों और अन्य खतरों पर नज़र रखें। हो सकता है कि पुल बह गये हों और छोटी पुलिया टूट गई हों। जब आपको सड़क पर पानी नज़र आता है, तो यह कहना बहुत मुश्किल होता है कि क्या पानी के नीचे की सड़क बह चुकी है या नहीं। हो सकता है कि पानी आपके अंदाज़े से ज़्यादा गहरा और ताकतवर हो।

तुफ़ान, बाढ़ और कीचड़ धंसना

बाढ़ के बाद

□ बाढ़ से क्षतिग्रस्त घर पर तबतक वापिस न जाएं जबतक कि कानून प्रवर्तन और स्वास्थ्य अधिकारी क्षेत्र को सुरक्षित न घोषित कर दें।

□□हानि का आकलन करें, और ढलान के हिलने, बैठने या पानी से क्षति के लिए पहाड़ी के बगल के स्थान, घर, आदि जाँचें।

□□तुफ़ान के बाद, धीरे और सावधानीपूर्वक गाड़ी चलाएं क्योंकि सड़कों पर कीचड़, मलबा, गड्ढा और बहे हुए क्षेत्र हो सकते हैं।

□□याद रखें कि कई बार कीचड़ धंसने की स्थिति तब होती है जब काफ़ी अवधि तक गीला रहने के बाद मिट्टी सूख जाती है। यही कारण है कि कई बार बारिश रुकने के कई दिनों पश्चात कीचड़ धंसने की स्थिति उत्पन्न हो सकती है।

□□ढलानों मे पौधे लगाने के लिए सर्दियाँ का मौसम अक्सर अच्छा समय होता हैं। बारिश का मौसम आने से पहले परेशानी वाले क्षेत्रों को सही करने की योजना बनायें।

बालू की बोरियाँ और अन्य रुकावटें बहते हुए कीचड़ की थोड़ी मात्रा का रास्ता बदलने के काम आ सकते हैं। लेकिन याद रखें कि ये तरीके तब काम नहीं आएंगे जब भारी मलबा बह रहा हो। पहाड़ी के बगल के स्थान अगले तीन से सात वर्षों में धीरे-धीरे स्थिर हो जाएंगे।

खतरनाक और रासायनिक पदार्थ

रसायन हर जगह पाए जाते हैं। वे पीने के पानी को शुद्ध करते हैं, फसल उत्पादन में वृद्धि करते हैं, और घर के काम को आसान बनाते हैं। लेकिन अगर उन्हें अनुचित ढंग से इस्तेमाल या जारी किया जाए तो रसायन मनुष्यों या पर्यावरण के लिए खतरनाक भी हो सकते हैं। खतरे उत्पादन, भंडारण, परिवहन, उपयोग, या निपटान के दौरान हो सकते हैं। अगर कोई रसायन उस जगह पर असुरक्षित रूप से इस्तेमाल किया जाये या पर्यावरण में छोड़ा जाए जहाँ आप रहते हैं, काम करते हैं, या खेलते हैं, तो आप और आपका समुदाय खतरे में पड़ सकता है।

खतरनाक सामग्री विस्फोटक, ज्वलनशील और दहनशील पदार्थ, विष, और रेडियोएक्टिव सामग्री के रूप में उपलब्ध होते हैं। ये पदार्थ ज़्यादातर तब पर्यावरण में जारी होते हैं जब कोई परिवहन दुर्घटना होती है या किसी कारखाने में रासायनिक दुर्घटना होती है।

अगर आप इस स्थिति में हैं:	आपको क्या करना चाहिए:
खाली करने को कहा जाए	☐ फौरन करें। ☐ बाहर निकलने के रास्तों के लिए, अस्थायी शेल्टरों के लिए और प्रक्रियाओं के लिए रेडियो और टीवी पर नज़र रखें। ☐ प्रशासन द्वारा सूचित रास्तों पर चलें – हो सकता है कि शॉर्टकट सुरक्षित न हों। फौरन निकल जाएं। ☐ अगर आपके पास समय है, तो घर में संदूषण रोकने के लिए सभी खिड़कियों, सुराख़ों और एटिक के पंखों को बंद करें। ☐ पहले से इकट्ठा आपदा सामग्री को साथ ले जाएं। ☐ उन पड़ोसियों की ज़रूर मदद करें जिन्हें विशेष सहायता की आवश्यकता हो, जैसे छोटे बच्चे, बुज़ुर्ग और विकलाँग।
आप बाहर फंस गए हों	☐ धारा के प्रतिकूल, पहाड़ी के ऊपर और हवा की दिशा के विपरीत रहें। कोशिश करें कि आप खतरे के स्थान से कम-से-कम एक मील (लगभग 8-10 शहरी बलॉक) की दूरी तक पहुँच जाएं। ☐ दुर्घटना स्थान से दूर चले जाएं और दूसरों की उस जगह से दूर रहने में मदद करें। ☐ गिरे हुए तरल पदार्थों, हवा में तैरते धुंध, या गाढ़े ठोस रासायनिक जमाव पर चलने या उसे छूने से बचें। ☐ दुर्घटना के शिकार लोगों से तबतक दूर रहें जबतक खतरनाक सामग्री को पहचान न लिया जाए।

अगर आप इस स्थिति में हैं:	आपको क्या करना चाहिए:
जब आप किसी वाहन में हों	☐ रुक जाएं और किसी स्थायी इमारत में शरण लें। अगर कार में रहना ज़रूरी है, तो कार की खिड़कियों और सुराखों को बंद रखें और एयर-कंडिशनर और हीटर बंद कर दें।
अंदर रहने के लिए अनुरोध किये जाने पर	☐ पालतू जानवरों को भीतर ले आएं। ☐ सभी बाहरी दरवाज़ों और खिड़कियों को बंद करके लॉक कर दें। सुराखों, फायरप्लेस डैम्पर, और जितना हो सके भीतरी दरवाज़ों को बंद कर दें। ☐ एयर-कंडिशनरों और वेन्टिलेशन प्रणालियों को बंद कर दें। बड़ी इमारतों में, वेन्टिलेशन प्रणालियों को 100 प्रतिशत के पुनःपरिसंचरण पर सेट कर दें ताकि बाहरी हवा इमारत के भीतर न आ पाए। अगर यह संभव नहीं हो, तो वेन्टिलेशन प्रणालियों को बंद कर देना चाहिए। ☐ आश्रय के लिए पहले से निर्धारित कमरे में जाएं। कमरा ज़मीन से ऊपर होना चाहिए और इसमें कम-से-कम खुल दरवाज़े या खिड़कियाँ होनी चाहिए। ☐ दरवाज़ों और खिड़कियों के नीचे की दरारों को गीले तौलिये या प्लास्टिक शीट और टेप से सील कर दें। ☐ खिड़की और एयर-कंडिशनिंग इकाईयों, बाथरूम और रसोई के एक्ज़ॉस्ट पंखों, और स्टोव और ड्रायर के सुराखों को टेप और प्लास्टिक शीट, वैक्स पेपर या एल्यूमीनियम के कागज़ से सील कर दें। ☐ पाइप के चारों ओर औक कमरे में अन्य दरारों और छेदों को किसी चीज़ से भर दें। ☐ अगर गैस या भाप इमारत के भीतर दाखिल हो चुकी हो, तो मुँह और नाक पर कपड़ा या तौलिया

खतरनाक सामग्री

अगर आपको खतरनाक सामग्री से किसी समस्या की आशंका हो, तो इन महत्वपूर्ण चरणों का पालन करें और आर. ए. आई. एन (रेन) को याद रखें :

आर – खतरे को पहचानें (रिकनाइज़)

ए - क्षेत्र में जाने से बचें (अवॉएड)

आई - क्षेत्र को खाली करें और दूसरों को दूर रखें (आईसोलेट)

एन - प्रशासन को सूचित करें...911 पर कॉल करें

संदिग्ध खतरनाक पदार्थों से धारा के प्रतिकूल, पहाड़ी के ऊपर और हवा की दिशा के विपरीत रहना याद रखें।

सुरक्षित दूरी कितनी होती है?

इस सवाल का कोई जवाब नहीं है। "रूल ऑफ़ थंब" का पालन करें: घटना की तरफ़ देखें, अपना अंगूठा एक बाज़ू की दूरी पर अपने सामने रखें और एक आँख बंद कर लें। अगर आप अभी भी अपने अंगूठे के दोनों तरफ़ से घटना (जैसे एक उल्टा हुई टैंकर ट्रक) देख सकते हैं, तो आप बहुत करीब हैं। उल्टा चलना शुरु करें तबतक जबतक आपका अंगूठा पूरे दृश्य को ढक नहीं लेता है।

आग से निकलने वाले धुंए में छोटे कण और गैस शामिल होते हैं, जिनका स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है, विशेष रूप से संवेदनशील व्यक्तियों के लिए। धुंए से प्रभावित क्षेत्रों में सावधानी बरतें और अनावश्यक बाहरी गतिविधियों से, और लंबे समय तक के परिश्रम से बचें।

बुज़ुर्ग धुंए और धूल के प्रभावों के प्रति ज़्यादा संवेदनशील होते हैं। दमा के रोगियों को हर समय अपने साथ समय पड़ने पर इस्तेमाल करने वाले इन्हेलर रखने चाहिए।

अंदर रहने से धुंए और धूल का प्रभाव कम होता है, दरवाज़े और खिड़कियाँ बंद रखें और एयर-कंडिशनर को चला लें। इनडोर एच.ई.पी.ए (HEPA) फिल्टर वाले एयर फिल्ट्रेशन यंत्र भीतर फैले हुए कणों के स्तर को कम कर सकते हैं।

हवा की गुणवत्ता के बारे में अधिक विस्तार में जानकारी प्राप्त करने के लिए, www.aqmd.gov पर जाएं या 1-800-CUT-SMOG (288-7664) पर कॉल करें।

भूकंप के लिए तैयारी करने का समय अभी है...अगल हफ़्ते नहीं और न ही झटका लगने के बाद। जितनी जल्दी हो सके **भूकंप से पहले की चेकलिस्ट** में दिये गये कदमों को उठाएं और अपने परिवार की सुरक्षा करें। **भूकंप के दौरान की चेकलिस्ट** की प्रतियाँ बनाकर अपने घर और गराज के निकास द्वारों पर और अपने परिवार की सभी कारों पर चिपकाना एक अच्छा विचार है।

भूकंप से पहले

- ☐ अपने घर के सभी कमरों में सुरक्षित स्थानों को पहचानें। मज़बूत मेज़ों, डेस्कों, और भीतरी दीवारों को पहचानें। खतरे वाले स्थानों को पहचानें: दरवाज़े, आईने, लटकने वाली वस्तुएं, फायरप्लेस, और लंबे और असुरक्षित फर्नीचर।
- ☐ अपनी परिवार के साथ अभ्यास ड्रिल करें और अपने घर के सुरक्षित स्थानों के बारे में जानें।
- ☐ चर्चा करें कि अगर भूकंप के दौरान आप बिछड़ जाएं, तो आप और आपका परिवार कैसे और कहाँ वापिस मिलेगा।
- ☐ संपर्क करने के लिए बाहरी राज्य में स्थित किसी दोस्त या सगे-संबंधी का चयन करें ताकि आपके परिवार और दोस्तों को आपकी स्थिति पता हो।
- ☐ फर्स्ट एड और सीपीआर सीखें और एक फर्स्ट एड किट तैयार करें।
- ☐ गैस, पानी, और बिजली बंद करना सीखें; हो सकता है कि भूकंप के दौरान इसकी ज़रूरत पड़े।
- ☐ चिमनी, छत, दीवारें और स्थिरता की नींवों की जाँच करें – सुनिश्चित करें कि आपका घर नींव से जुड़ा हुआ है।
- ☐ पानी के हीटर और सभी मुख्य यंत्रों को और साथ ही लंबे, भारी फर्निचरों, लटकने वाले पौधों, आईनों, और पिक्चर फ्रेमों को सुरक्षित करें। अपने घर को सुरक्षित करने के लिए www.daretoprepare.org पर जाएं।
- ☐ टूटने वाली चीज़ों, भारी वस्तुओं, और ज्वलनशील या खतरनाक तरल पदार्थों (जैसे पेंट, पेस्ट स्प्रे और सफ़ाई के उत्पाद) को बंद अल्मारियों या नीचे के शेल्फ़ों में रखें।
- ☐ भूकंप के बाद आत्मनिर्भर होने के लिए अपनी कॉलोनी को तैयार करने के लिए भाग लें।

भूकंप के दौरान

• अगर आप भीतर हैं, तो वही रहें। किसी डेस्क या मेज़ के नीचे बैठ जाएं या कोने में खड़े हो जाएं। खिड़कियों, बुककेस, फाइल कैबिनेट, भारी आइनों, लटकने वाले पौधों, और अन्य भारी वस्तुएं, जो गिर सकती हों, उनसे दूर रहें। गिरते हुए प्लास्टर और छत के टाइलों पर ध्यान दें। जबतक भूकंप का झटका थम नहीं जाता है, तबतक सुरक्षित स्थान पर रहें। कवर के लिए इस्तेमाल की जाने वाली वस्तु को पकड़े रहें – अगर वह हिलता है, तो उसके साथ हिलें।

• अगर आप बाहर हैं, तो खुली जगह पर जाएं और पेड़ों, इमारतों, दीवारों और विद्युत तारों से दूर रहें।

• अगर आप ड्राइव कर रहे हैं, तो साइड में रुक जाएं। विद्युत तारों से दूर रहें। अपनी कार में तबतक रहें जबतक झटके आने बंद नहीं हो जाते हैं।

• भीड़ वाले सार्वजनिक क्षेत्र में, दरवाज़ों की तरफ़ न भागें। झुक जाएं और अपने सिर और गरदन को अपने हाथों और बाजूओं से कवर कर लें।

मार्च 10, 1935 को शाम 5:54 बजे, न्यूपोर्ट-इंगलवूड फॉल्ट पर 6.4 तीव्रता का भूकंप आया, जिससे लॉग बीच और अन्य सुमदायों में गंभीर हानि पहुँची। भूकंप से 120 लोगों की मृत्यु हुई और $50 मिलियन संपत्ति को क्षति पहुँची।

नॉर्थरिज भूकंप

जनवरी 17, 1994 को सुबह 4:30 बजे, ग्रेटर लॉस एंजिलिस क्षेत्र के निवासियों की आँख नॉर्थरिज भूकंप के झटकों के साथ खुली। सन् 1933 के लॉग बीच भूकंप के बाद यूएसए के शहरी क्षेत्र के बिल्कुल नीचे आने वाला यह पहला भूकंप था।

नार्थरिज भूकंप की तीव्रता 6.7 थी और इसने 72 लोगों की जान ली, सात फ्रीवे को उपयोग के लायक नहीं रखा, और $20 बीलियन की क्षति हुई । न्यू ऑरलियन्स की तबाही तक, ज़्यादातर अमरिकियों के जीवनकाल में किसी यूएसए के शहर में होने वाली यह सबसे ख़राब तबाही थी।

यह भूकंप पोर्टर रैंच की उत्तरी दिशा के पहाड़ों के नीचे एक ऐसे ब्लाइंड थ्रस्ट फॉल्ट पर आया था जिसके बारे में पहले से नहीं पता था और यह उत्तरी अमेरिका के शहरी इलाकों में दर्ज किया जाने वाला सबसे शक्तिशाली भूकंप का झटका था। वैज्ञानिकों ने बाद में यह मापा कि इसने शहर के उत्तर में स्थित ओट माउंटेन की ऊँचाई को लगभग 20 इंच से ऊँचा कर दिया।

नुकसान हर जगह हुआ, मुख्य फ्रीवे के अंश टूट गए, पार्किंग के ढाँचें और कार्यालयों की इमारतें ढह गईं और अनगिनत अपार्टमेंट इमारतों को अपूरणीय हानि पहुँची। सैन फर्नान्डो वैली और सैन्टा मॉनिका क्षेत्रों के लकड़ी के फ्रेम के बने अपार्टमेन्ट घरों को काफ़ी नुकसान पहुँचा, विशेष रूप से उन ढाँचों को जिनकी पहली मंज़िल या निम्नस्तर के पार्किंग गराज हल्के थे। अनुलंब और क्षैतिज उच्च गति ने इमारतों को अपनी नींव से अलग कर दिया और/या दीवारों को तिरछा कर दिया।

सैन्टा क्लैरिटा क्षेत्र लॉस एंजिलिस से कट गया क्योंकि न्यूहॉल पास के पुल 23 वर्षों में आने वाले दूसरे भूकंप से ढह गए। सैन फर्नान्डो वैली में, टूटे हुए पाइपों से उत्पन्न होने वाले पानी के झरनों ने टूटे हुए गैस मेन से उत्पन्न होने वाली लौ के झरने को घेर लिया। वैली के पार्कों में तंबू शहर बनाये गये, और एक हफ़्ते से भी ज़्यादा तक बने रहे। सर्दियों की शुरुआत हो रही थी और रात का तापमान 30 से भी अधिक था।

भूकंप के बाद

- ☐ जबतक कि आपके जीवन को कोई तुरंत खतरा न हो, फोन का उपयोग न करें।
- ☐ अगर सुरक्षित हो, तो गैस और पानी के लीक और बिजली के टूटे तारों या टूटी सीवेज लाइनों के लिए जाँच करें। अगर हानि हुई है, तो यूटिलिटी को उसके स्रोत से बंद कर दें और अपनी जनउपयोगिता कंपनी को गैस और पानी के रिसाव के बारे में सूचित करें।
- ☐ गिरे हुए बिजली के तारों से दूर रहें और दूसरों को उसके बारे में चेतावनी दें।
- ☐ जबतक कि आपकी गैस की लाइन चेक न कर ली गई हो, तबतक गैस पाइलट को दोबारा न जलाएं। मदद के लिए गैस कंपनी को कॉल करें।
- ☐ अगर आप सुरक्षित रूप से यह कर सकें, तो इमारत को दरारों और क्षति के लिए जाँचें, इसमें छत, चिमनी और नींव भी शामिल हैं।
- ☐ पोर्टेबल रेडियो को निर्देशों और समाचारों के लिए ऑन कर लें।
- ☐ जन सुरक्षा अधिकारियों के साथ सहयोग करें और निर्देशों का पालन करें; उन्हें सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए प्रशिक्षित किया गया है।
- ☐ जब तक कि कोई आपात स्थिति न हो, अपने वाहन का उपयोग न करें।
- ☐ आफ़्टरशॉक के लिए तैयार रहें – शांत रहें और दूसरों की मदद करें।
- ☐ अगर आप घर खाली कर रहे हों, तो अपने घर पर अपने परिजनों और अन्य लोगों के लिए एक संदेश छोड़ें कि आप कहाँ पर मिलेंगे।

फोर्ट टेजॉन भूकंप

आधुनिक इतिहास में दक्षिण कैलिफोर्निया का सबसे बड़ा भूकंप था फोर्ट टेजॉन भूकंप जो कि जनवरी 9, 1857 को आया थआ और रिक्टर पैमाने पर 8.0 मापा गया था। उतनी हानि नहीं हुई थी जितना आज के समय में हो सकती थी क्योंकि दक्षिण कैलिफोर्निया की आबादी बहुत कम थी। भूकंप के प्रभाव काफ़ी अधिक थे, बल्कि भयानक थे।

अगर फोर्ट टेजॉन का भूकंप आज के समय में आया होता, तो क्षति कई बिलियन डॉलरों की होती, और जीवन को हानि काफ़ी ज़्यादा होती।

आज के राइटवूड और पाल्मडेल के समुदाय 1857 के झटके के केन्द्र के पास स्थित हैं।

रोग का प्रकोप

रोग का प्रकोप तब हो सकता है जब कोई बीमारी किसी समुदाय के लिए नई हो, लंबे समय से ग़ायब रही हो, या कोई ऐसी आबादी हो जो संक्रमण के प्रति संवेदनशील हो। सबसे गंभीर प्रकोप तब होते हैं जब लोगों की प्रतिरक्षा शक्ति बिल्कुल न हो या बहुत कम हो, और उस बीमारी से बचने के लिए कोई टीका न हो या उसका उपचार करने के लिए कोई दवाई न हो। जब किसी रोग का प्रकोप पूरे देश या पूरे विश्व में फैलता है, तो उसे “पैन्डेमिक” (महामारी) कहते हैं। रोग फैल सकता है, गंभीर बीमारी उत्पन्न कर सकता है और दैनिक सामुदायिक जीवन को संभावित रूप से प्रभावित कर सकता है। जब भी और जहाँ भी रोग का प्रकोप होता है, तो पड़ोसी योजनाओं, तैयारी और समुदाय के स्वास्थ्य के लिए चिन्ता के माध्यम से पड़ोसियों की मदद कर सकते हैं।

याद रखने की बातें:

- ☐ रोग का प्रकोप आ-जा सकता है, या बार-बार कई हफ़्तों तक उत्पन्न हो सकता है।
- ☐ एक विशेष रूप से गंभीर रोग का प्रकोप अधिक मात्रा में बीमारी, अस्पताल में भर्ती, मृत्यु, सामाजिक विघटन और आर्थिक नुकसान पहुँचा सकता है।
- ☐ अनेक स्थानों पर कई लोगों के एक साथ बीमार होने से रोज़मर्रा का जीवन बाधित हो सकता है।
- ☐ इसके कारण स्कूल और व्यापार बंद होने से लेकर सार्वजनिक परिवहन और खाद्य वितरण जैसी मूल सुविधाओं में बाधा जैसे प्रभावों तक हो सकते हैं।.
- ☐ रोग को उनके घरों, स्कूलों, कार्यस्थलों और कॉलोनियों में फैलने से रोकने के लिए परिवारों, पड़ोसियों और समुदायों को एक साथ अपने व्यवहार में और सामाजिक तरीकों में बदलाव लाना पड़ सकता है।
- ☐ पड़ोसियों को वेलनेस जाँचों की आवश्यकता पड़ सकती है ताकि ज़रूरतमंदों को मदद दी जा सके या उनके लिए मदद की अनुरोध की जा सके।

अधिक जानकारी के लिए लॉस एंजिलिस काउंटी पब्लिक हेल्थ की साइट देखें: **http://publichealth.lacounty.gov/**

फ्लू की महामारी

1. फ्लू की महामारी के लिए आप अभी से तैयारी कर सकते हैं

   □ दो हफ़्तों के लिए खाने और पानी का सप्लाई एकत्रित करें। महामारी के दौरान, अगर आप दुकान नहीं जा सकते या दुकानों में सप्लाई उपलब्ध नहीं है, तो यह ज़रूरी होगा कि आपके पास अतिरिक्त सप्लाई उपलब्ध हो। यह बिजली की कटौती जैसी आपातकालीन स्थितियों में भी आपके काम आ सकता है।

   □□अपने घर में एक सतत आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए समय-समय पर अपनी नियमित दवाओं की जाँच करें।

   □□ग़ैर-प्रिस्क्रिपशन दवाईयों और अन्य स्वास्थ्य उत्पादों को अपने पास रखें, जैसे दर्द-निवारक गोलियाँ, पेट की दवाईयाँ, खांसी और ज़ुकाम की दवाएं, इलेक्ट्रोलाइट्स और विटामिन के साथ तरल पदार्थ।

   □□अपने परिजनों और प्रियजनों से इस बारे में बात करें कि अगर वे बीमार हो जाएं, तो उनका ख्याल कैसे रखा जाना चाहिए, या घर पर उनका ख्याल रखने के लिए क्या करना होगा।

   □□आपातकालीन स्थिति में सही प्रकार से तैयारी करने और मदद करने के लिए स्थानीय समूहों के साथ स्वैच्छिक कार्य करें।

   □□अगर आपका समुदाय फ्लू की महामारी से निपटने के लिए तैयारी कर रहा है, तो उसके साथ काम करें।

2. रोगाणूओं को फैलने से सीमित करने और संक्रमण को रोकने के लिए

   □ अपने बच्चों को साबुन और पानी से बार-बार हाथ धोने की सीख दें।

   □ अपने बच्चों को टिशू की मदद से खाँसते या छींकते समय अपना मुँह छिपाने की सीख दें।

   □ अगर वे बीमार हैं, तो अपने बच्चों को दूसरे लोगों से जितना हो सके दूर रहने की सीख दें।

   □ अगर आप बीमार हैं, तो कार्यस्थल और स्कूल न जाकर घर पर रहें।

फ्लू की महामारी

खाद्य पदार्थों और ख़राब न होने वाले खाद्य पदार्थों के उदाहरण	चिकित्सा, स्वास्थ्य और आपातकालीन सामग्री के उदाहरण
खाने के लिए तैयार डिब्बे में बंद मांस, मछली, फल, सब्ज़ियाँ, बीन्स और सूप	डॉक्टर द्वारा दी गई चिकित्सीय सप्लाई जैसे, ग्लूकोज़ और रक्त दबाव की निगरानी के लिए उपकरण
प्रोटीन या फ्रूट बार	साबुन और पानी, या अल्कोहल-आधारित (60-95%) हैंड वॉश
सूखा अनाज या ग्रेनोला	बुखार के लिए दवाएं जैसे, एसिटामिनोफ़ेन या इबूप्रोफ़ेन
मूंगफली का मक्खन या मेवा	थर्मामीटर
सूखे फल	दस्त की दवा
क्रैकर्स	विटामिन
डिब्बाबंद रस	इलेक्ट्रोलाइट्स के साथ तरल पदार्थ
बोतलबंद पानी	सफाई पाउडर/साबुन
डिब्बाबंद या जार-बांद बच्चे का खाना और फॉर्मूला	टॉर्च
पालतू जानवरों का भोजन	बैटरियां
अन्य ख़राब न होने वाले खाद्य पदार्थ	पोर्टेबल रेडियो
	मैनुअल कैन ओपनर
	कचरे की थैलियाँ
	टिशू, टॉयलेट पेपर, डिस्पोज़ेबल डायपर

आतंकवाद

आतंकवाद की विनाशकारी घटनाओं ने कई लोगों को इस बात से चिन्तित कर दिया है कि संयुक्त राज्य अमेरिका में भविष्य में भी ऐसी घटनाएं फिर से हो सकती हैं और उनके संभावित प्रभाव क्या हो सकते हैं। इससे इस बात की अनिश्चितता बढ़ गई है कि आगे क्या होगा, जिसके कारण तनाव का स्तर भी बढ़ गया है। अप्रत्याशित घटनाओं के लिए तैयार रहने के लिए आप कुछ कदम उठा सकते हैं और अगर कोई आपात स्थिति उत्पन्न होती है, तो अपने तनाव का स्तर भी कम कर सकते हैं। तैयारी के कदम उठाकर आप खुद को और अपने बच्चों को आश्वस्त कर सकते हैं कि इस प्रकार की घटनाओं का सामना करते समय भी आप कुछ मात्रा में स्थिति पर नियंत्रण रख सकते हैं।

आप क्या कर सकते हैं

इन घटनाओं के लिए तैयारी के लिए आप कई ऐसे कदम उठाएंगे जो आप भूकंप, बाढ़, आग या अन्य आपदाओं के लिए लेंगे।

बनायें

एक आपातकालीन संपर्क योजना।

स्थापित करें

मिलने का स्थान।

एकत्रित करें

एक आपदा सामग्री किट।

क्या हो सकता है

काफ़ी भारी संख्या में लोग हताहत हो सकते हैं और/या इमारतों और ढांचों को क्षति पहुंच सकती है।

आतंकवादी हमले के बाद घटना की आपराधिक प्रकृति के कारण स्थानीय, राज्य और केन्द्रीय स्तरों पर भारी कानूनी प्रवर्तन भागीदारी होती है।

प्रभावित समुदायों में स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य संसाधन पर भारी दबाव हो सकता है, और हो सकता है कि उनके लिए मदद प्रदान करना भी कठिन हो जाए।

एक लम्बी अवधि के लिए व्यापक मीडिया कवरेज, अत्यंत सार्वजनिक भय और अंतरराष्ट्रीय निहितार्थ और परिणाम जारी रह सकते हैं।

कार्यस्थल और स्कूल बंद किये जा सकते हैं, तथा घरेलू और अंतरराष्ट्रीय यात्राओं पर बाधाएं लगाई जा सकती हैं।

आपको और आपके परिवार को किसी क्षेत्र को खाली करना पड़ सकता है और सुरक्षा के लिए उन सड़कों से दूर रहना पड़ सकता है जिन्हें बंद कर दिया गया है।

अतिरिक्त सकारात्मक कदम जो आप उठा सकते हैं

याद रखें कि छोटे बच्चे जब टीवी पर रिपोर्ट देखते हैं तो उन्हें यह समझ नहीं आता कि वह दोहराया गया वीडियो फुटेज देख रहे हैं और उन्हें लगने लगता है कि घटना बार-बार हो रही है। वयस्कों के लिए भी इन परेशान करने वाले फुटेज से कुछ समय दूर रहना अच्छा होगा। आप चाहें तो आप और आपके परिवार के बाकी वयस्क सदस्य बारी-बारी समाचार सुन सकते हैं।

अगर आप किसी जैविक या रासायनिक पदार्थ के संपर्क में आये हैं, तो आपको परिशोधन प्रक्रिया से गुज़रना पड़ सकता है और चिकित्सीय सहायता प्राप्त करने की आवश्यकता हो सकती है। यह जानने के लिए आप खुद की और अपने परिवार की सुरक्षा कैसे कर सकते हैं, रोडियो या टीवी पर स्थानीय अधिकारियों की सलाह को ज़रूर सुनें। क्योंकि आपात सेवाओं पर भारी दबाव रहेगा, 9-1-1 पर केवल तब ही कॉल करें जब आपके जीवन को खतरे में डालने वाली कोई आपात स्थिति हो।

स्थानीय प्रशासन के निर्देशों

अगर स्थानीय प्रशासन आपको अपना घर खाली करने को कहती है, तो उनके इस अनुरोध के पीछे कोई ठोस वजह होगी, और आपको उनकी सलाह तुरंत मान लेनी चाहिए। अपने रेडियो या टीवी पर स्थानीय आपात अधिकारियों के निर्देशों का पालन करें और इन आसान सुझावों को ध्यान में रखें।

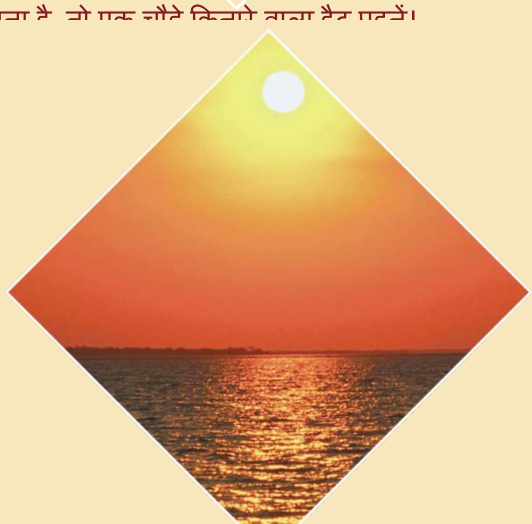
- ☐ आपका स्थानीय प्रशासन आपको आपके क्षेत्र में घटित किसी विशिष्ट घटना के बारे में सबसे सटीक जानकारी प्रदान कर सकता है। आपके लिए सबसे सुरक्षित विकल्प होगा कि आप स्थानीय रेडियो या टीवी को सुनते रहें और उनके निर्देशों का पालन करते रहें।
- ☐ अगर आपके स्थानीय अधिकारियों द्वारा आपसे आप जहाँ पर हैं वहीं रहने के लिए कहा जाए, तो यह कदम उठाएं
- ☐ अपने घर या कार्यालय के भीतर रहें और खुद की सुरक्षा करें।
- ☐ सभी खिड़कियों और बाहरी दरवाज़ों को बंद करके लॉक कर दें।
- ☐ सभी पंखों, हीटिंग और एयर-कंडिशनिंग प्रणालियों को बंद कर दें।
- ☐ फायरप्लेस डैम्पर बंद कर दें। अपनी आपदा सप्लाई किट ले लें और सुनिश्चित करें कि रेडियो काम कर रहा है।
- ☐ किसी भीतरी कमरे में जाएं जहाँ की खिड़कियाँ जमीनी स्तर से ऊपर हों।
- ☐ अगर कोई रासायनिक खतरा हो, तो एक ऐसा स्थान बेहतर होगा जो जमीनी स्तर से ऊपर हो क्योंकि रसायन हवा से भारी होते हैं और खिड़कियाँ बंद होने के बावजूद तहखानों में प्रवेश कर सकते हैं।
- ☐ टेप का उपयोग करके दरवाज़ों के चारों ओर की दरारों और कमरे के सभी सुराख़ों को बंद करें।
- ☐ अपने रेडियो या टीवी को तबतक सुनते रहें जबतक कि आपसे यह न कहा जाए कि अब सब सुरक्षित है या आपको खाली करना है।
- ☐ स्थानीय अधिकारी आपके समुदाय में सबसे अधिक जोखिम पर विशेष क्षेत्रों को

मौसम की अत्यंतता

गर्मी

जब तापमान अत्यधिक होता है, तो लंबे समय तक सूरज में रहने के कारण निर्जलीकरण, गर्मी की वजह से ऐंठन, गर्मी की वजह से थकावट, और हीट स्ट्रोक हो सकता है। कभी भी बच्चों, बुज़ुर्गों, या पालतू जानवरों को बंद वाहनों में अकेला न छोड़ें चाह भले ही खिड़कियाँ क्यों न खुली हों।

- ☐ हल्के, ढीले-ढाले कपड़े पहनें।
- ☐ पानी और स्पोर्ट्स ड्रिंक्स पियें और शराब से बचें।
- ☐ अपने पड़ोस में एयर-कंडिशनिंग या परिवहन की कम उपलब्धता वाले लोगों, जैसे बुज़ुर्गों या रोगियों को मदद प्रदान करें।
- ☐ अधिक गर्मी के घंटों के दौरान एयर-कंडिशन्ड क्षेत्रों में रहें। गर्मी से बचने के लिए शॉपिंग मॉल, पार्कों और पुस्तकालयों में जाएं।
- ☐ अधिक गर्मी के घंटों के दौरान अनावश्यक परिश्रम, जैसे तेज़ व्यायाम से बचें।
- ☐कोशिश करें कि धूप से दूर रहें। अगर आपको धूप में निकलना है, तो एक चौड़े किनारे वाला हैट पहनें।



ठंड

लॉस एंजिलिस काउंटी में हर साल बार्बेक्यू, स्टोव या ओवन को गर्माहट के लिए इस्तेमाल करते समय कार्बन मोनोऑक्साइड विषाक्तता की घटनाएं होती हैं। सेन्ट्रल हीटिंग, विद्युत हीटर और अच्छी तरह वेन्टिलेटिड गैस हीटर या वेन्टिलेटिड फायरप्लेस गर्माहट के लिए अधिक सुरक्षित तरीके हैं।

जब आप घर पर हीटिंग कर रहे हैं, तो:

- ☐ कभी भी अपना घर गरम करने के लिए बार्बेक्यू, स्टोव या ओवन का उपयोग न करें।
- ☐ उपयोग करने से पहले, जाँचें कि आपके हीटिंग यंत्र अच्छी स्थिति में हैं।
- ☐ उचित वायु-संचालन के लिए फरनेस और फायरप्लेस की जाँच करें यह सुनिश्चित करने के लिए चिमनी या फ्ल्यू ब्लॉक नहीं हैं।
- ☐ विषाक्तता का खतरा कम करने के लिए अपने घर में कार्बन मोनोआक्साइड डिटेक्टर स्थापित करें।
- ☐ अगर आप बाहरी जेनरेटर का उपयोग करते हैं, तो उसे घर से जितनी दूर हो सके उतनी दूर रखें।

बुज़ुर्गों के लिए और उन लोगों के लिए जो ठंडे मौसम से बचने के लिए एक जगह की तलाश कर रहे हैं, एक विन्टर शेल्टर प्रोग्राम उपलब्ध है। जानकारी के लिए http://www.lahsa.org/year_round_shelter.asp पर जाएं या 2-1-1 पर लॉस एंजिलिस काउंटी जानकारी लाइन से किसी भी लैंडलाइन या मोबाईल फ़ोन से कॉल करें।

सुनामी

सुनामी (भूकंप-संबंधित समुद्री लहरें) भूकंपों, ज्वालामुखी विस्फोटों, या समुद्र के नीचे बड़े भूस्खलन के कारण पानी की एक बड़ी मात्रा के विस्थापन से उत्पन्न होने वाली समुन्दर की अत्यंत लंबी लहरों की श्रृंखला होती है। अशांति के क्षेत्र से, लहरें सभी दिशाओं में बाहर की ओर जाती हैं, बिल्कुल वैसे ही जैसे तालाब में पत्थर फेंकने पर तरंगें बाहर की तरफ़ जाती हैं।

जैसे-जैसे लहरें छिछले तटीय पानी की तरफ़ बढ़ती है, वे सामान्य प्रतीत होती हैं और उनकी गति कम हो जाती है। जैसे ही सुनामी समुद्र तट तक पहुँचती है, उसकी लंबाई बढ़ सकती है और वह किनारे पर टकराकर काफ़ी क्षति पहुँचा सकती है और कई जानें ले सकती है।

इन ऊँची लहरों में 5 से 90 मिनटों का फर्क हो सकता है और खुले समुद्र में इन लहरों की गति 450 मील प्रति घंटा तक हो सकती है। यह देखा जा चुका है कि सुनामी 100 फीट की ऊँचाई से भी अधिक जा सकती है।

जो लोग समुद्र के किनारे निवास करते हैं, उन्हें एक तेज़ भूकंप के दौरान सुनामी चेतावनी के लिए रेडियो को सुनते रहना चाहिए और ज़मीन के किसी ऊपरी हिस्से में जाने के लिए खाली करने को तैयार रहना चाहिए। सुनामी में ऊँची लहरों (क्रेस्ट) और नीची लहरों (ट्रो) की निरंतर श्रृंखला देखी जाती है।

पानी के स्तर में तेज़ बदलाव करीब आते हुए सुनामी का संकेत दे सकता है।

स्थानीय और दूरस्थ भूकंप दक्षिण कैलिफोर्निया के तटीय इलाकों को खतरे में डालते हैं। हालांकि हमारे समुद्री इलाकों पर बनती हुई सुनामी के लिए नज़र रखी जाती है, जब कोई बड़ा भूकंप पास के क्षेत्र में आता है, तो पहली सुनामी लहर को तटीय इलाकों तक पहुँचने में केवल कुछ ही मिनट लगते हैं।

तटीय या निम्न-ज़मीनी क्षेत्रों से दूर रहें। लहरें कई घंटों तक जारी रह सकती हैं और आपके चलने, भागने और ड्राइव करने के कहीं तेज़ गति से आप तक पहुंच सकती हैं।

सुनामी

खतरे में स्थानीय आबादियों को निकट आने वाली सुनामी के खतरों के लक्षणों को पहचानने में सक्षम होना चाहिए और तुरंत उच्च-स्थल की भूमि की तलाश करनी चाहिए। जब सुनामी का स्रोत दूर होता है, तो निवासियों को खतरे में पड़ने वाले तटीय इलाकों को खाली करने का अधिक समय मिल जाता है। लेकिन, इससे सुनामी के खतरे का सही समय पर सटीक आकलन करने की आवश्यकता बढ़ जाती है ताकि महंगी गलत चेतावनियों को रोका जा सके।

सुमदायों में इस बात की जागरूकता होनी चाहिए कि कौन-से क्षेत्रों में बाढ़ आने का डर है। निवासियों को बहुत बड़े स्थानीय और दूरस्थ भूकंपों के अनेक खतरनाक प्रभावों के साथ इसके कारण समुदाय में उत्पन्न होने वाली बाधाओं को समझना चाहिए।

- ☐ अगर आप समुद्र तट के पास हैं, तो निकट आती हुई सुनामी की आपके लिए भूकंप ही एकमात्र चेतावनी होगी। इसलिये आपको जल्द हो कोई कदम उठाना होगा।
- ☐ अगर आप बालू-तट पर हैं और आप देखें कि पानी वापिस खींच रहा है या बह रहा है और बालू-तट का एक बड़ा-सा क्षेत्र बना रहा है, तो यह एक चेतावनी है कि सुनामी निकट है।
- ☐ कभी भी सुनामी लहर को देखने या उसपर सरसरी तौर पर नज़र डालने के लिए बालू-तट पर न जाएं!

सुनामी के लिए तैयार रहने के बारे में और अधिक जानकारी www.espfocus.org या www.tsunami.noaa.gov/prepare.html पर

सुनामी वॉच

इसका अर्थ है कि दूर बड़ा भूकंप आ चुका है। सुनामी निकट आ सकती है। स्थानीय रेडियो और टीवी स्टेशनों पर जानकारी प्राप्त करते रहें। संभावित सुनामी चेतावनी के लिए तैयार रहें।

सुनामी चेतावनी

इसका अर्थ है सुनामी की पुष्टि हो चुकी है। स्थानीय रेडियो और टीवी स्टेशनों पर जानकारी प्राप्त करते रहें और स्थानीय प्रशासन के सलाह देने पर जगह खाली करने के लिए तैयार

सुनामी इवैक्यूएशन

अगर आप किसी ऐसे क्षेत्र में हैं जहाँ इवैक्यूएशन सलाह जारी कर दी गई हैं, तो आपको तुरंत किसी ऊँचे स्थल पर चले जाना चाहिए। सुनामी से सुरक्षित क्षेत्रों का समुद्र से 90 फीट या उससे ज़्यादा की ऊँचाई की सड़कों पर साइनों के माध्यम से संकेत किया जाता है। स्थानीय इवैक्यूएशन केन्द्रों के लिए स्थानीय रेडियो और टीवी स्टेशन से जानकारी प्राप्त करते रहें।

मूल फर्स्ट एड

किसी आपदा के बाद आपकी सबसे पहली चिन्ता आपके परिवार के स्वास्थ्य और सुरक्षा के विषय में होती है। आपको संभावित सुरक्षा मुद्दों के बारे में विचार करना चाहिए और अपने परिवार के स्वास्थ्य और तंदरुस्ती पर नज़र रखनी चाहिए। निम्नलिखित जानकारी को एक अनुस्मारक के रूप मे उपयोग करना चाहिए – अपने स्थानीय रेड क्रॉस शाखा के साथ फर्स्ट एड और सीपीआर प्रशिक्षण के लिए साइन-अप करें। आप अपने स्थानीय शाखा को www.redcross.org पर तलाश कर सकते हैं।

घायलों की मदद करना

चोटों के लिए जाँच करें। अगर कोई व्यक्ति गंभीर रूप से घायल है, तो उसे हिलाने की कोशिश केवल तब ही करें जब उसकी मृत्यु या उसके और अधिक घायल होने का खतरा हो। अगर आपको किसी बेहोश व्यक्ति को हिलाना हो, तो पहले उसकी गर्दन और पीठ को स्थिर करें, और फिर मदद के लिए तुरंत बुलाएँ ।

- ☐ अगर घायल व्यक्ति साँस न ले रहा हो, तो कृत्रिम श्वसन के लिए व्यक्ति को सावधानीपूर्वक स्थित करें, साँस की नली को साफ़ करें, और मुँह में फूँक मार कर होश में लाने का प्रयास करें (माउथ-टू-माउथ रिससिटेशन)।
- ☐ शरीर का तापमान कम्बल की मदद से बनाये रखें। सुनिश्चित करें कि व्यक्ति का शरीर ज़्यादा गरम न हो जाए।
- ☐ कभी भी बेहोश व्यक्ति को तरल पदार्थ पिलाने की कोशिश न करें।

स्वास्थ्य

- ☐ अत्यंत थकान से सावधान रहें। एक साथ बहुत कुछ करने की कोशिश न करें। प्राथमिकताओं का निर्धारण करें और खुद की गति निर्धारित करें। पर्याप्त आराम करें।
- ☐ जितना हो सके साफ़ पानी पीएं और ठीक से खाएं। वर्क बूट्स और दस्ताने पहनें।
- ☐ मलबे में काम करने के दौरान अपने हाथों को साबुन और साफ़ पानी से अच्छी तरह बार-बार धोयें।

सुरक्षा मुद्दे

- ☐ आपदा के कारण उत्पन्न नये सुरक्षा मुद्दों के प्रति जागरूक रहें। बही हुई सड़कों, संदूषित इमारतों, दूषित पानी, गैस लीक, क्षतिग्रस्त विद्युत तारें, और फिसलते हुए फ़र्शों के लिए अपनी आँखें खुली रखें।
- ☐ रासायनिक लीक, बिजली की गिरी हुई लाइनों, बही हुई सड़कों, सुलगनेवाला इन्सुलेशन, और मृत जानवरों जैसे स्वास्थ्य और सुरक्षा मुद्दों के बारे में स्थानीय प्रशासन को सूचित करें।

दम घुटना

अगर व्यक्ति बोल न पाए, खाँस रहा हो, या साँस न ले पाए, तो 911 पर कॉल करें। अगर समस्या सुलझ जाती है, तो आप वापिस कॉल करके मदद आने से पहले रोक सकते हैं।

1. अपनी पहचान बताएं और पूछें कि क्या आप व्यक्ति की मदद कर सकते हैं। वे “हाँ” कहने के लिए सिर ऊपर-नीचे हिला सकते हैं या “न” कहने के लिए सिर दायें से बायें हिला सकते हैं।

2. व्यक्ति के पीछे खड़े हों।

3. अपनी मुट्ठी का अंगूठे वाला हिस्सा उसकी नाभि के बिल्कुल ऊपर पेट के बीचोंबीच रखें।

4. अपनी मुट्ठी को अपने दूसरे हाथ से पकड़ें।

5. जल्दी-जल्दी ऊपर की तरफ़ धक्के दें।

6. तबतक दोहराएं जबतक वस्तु मुँह से बाहर न आ जाए।

सिर, पीठ और/या गर्दन की चोटें

सिर, गर्दन या पीठ में तीव्र दर्द या दबाव के लिए।

1. अपनी सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए आसपास देखें, और व्यक्ति की जाँच करें।

   ☐ अपनी पहचान बताएं और पूछें कि क्या आप उनकी मदद कर सकते हैं।

   ☐ रोग के संक्रमण से बचने के लिए मूल सावधानियाँ बरतें।

2. अगर आपको लगे कि व्यक्ति के सिर, गर्दन या पीठ में चोट लगी है, तो 911 पर खुद कॉल करें या किसी और को कॉल करने के लिए कहें।

3. सिर, गर्दन या पीठ को कम-से-कम हिलाएं।

   ☐ अपने हाथों को व्यक्ति के सिर के दोनों तरफ़ रखें और उसके सिर को उसी स्थिति में रखें जिस स्थिति में आपने उन्हें पाया था।

   ☐ अगर सिर एक तरफ़ कुछ ज़्यादा ही मुड़ा हुआ है, तो उसे सीधा करने का प्रयास न करें।

   ☐ याद रखें – व्यक्ति के सिर को उसी स्थिति में सहारा दें जिस स्थिति में आपने उसे पाया था।

शॉक

1. अपनी सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए आसपास देखें, और व्यक्ति की जाँच करें।
2. व्यक्ति को ढाक दें और उसे लेटे रहने दें। उसे केवल उतना ही ढाकें जितना उसके शरीर की गर्माहट को बचाये रखने के लिए ज़रूरी हो।
3. खाना या पानी न दें।
4. पैरों को ऊपर कर दें।
5. जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी चिकत्सीय मदद प्राप्त करें।

रक्त बहना कैसे रोकें

खुले हुए घाव के लिए

1. आसपास देखें और फिर व्यक्ति की जाँच करें।
   - ☐ अपना पहचान बताएं और व्यक्ति से पूछें कि क्या उसे मदद की ज़रूरत है। रोग संक्रमण से बचने के लिए मूल सावधानियाँ बरतें।
2. घाव को ड्रेसिंग से कवर करें।
   - ☐ घाव पर अच्छे-से दबाव डालें (सीधा दबाव)।
3. ड्रेसिंग को एक रोलर पट्टी से ढाक दें।
   - ☐ गाँठ को घाव के ऊपर बाँधें।
4. घायल स्थान को ऊपर उठा दें।
   - ☐ घाव को दिल की स्तर से ऊपर रखें (केवल तब ही जब आपको लगे कि हड्डी **नहीं** टूट गई है)।
5. अगर रक्त बहना नहीं रुकता है:
   - ☐ अतिरिक्त ड्रेसिंग और पट्टियाँ लगाएं।
   - ☐ रक्त-धमनी को हड्डी के करीब दबाने के लिए दबाव पोइंट का उपयोग करें।

बाज़ू या कंधे पर गलपट्टी लगाना

1. आसपास देखें और व्यक्ति की जाँच करें।
   - ☐ व्यक्ति से पूछें कि क्या उन्हें मदद की ज़रूरत है।
   - ☐ रोग संक्रमण से बचने के लिए मूल सावधानियों का उपयोग करें।
2. अगर व्यक्ति घायल बाज़ू को हिला न पाये या उसका उपयोग न कर पाये, तो 911 पर कॉल करें या किसी को कॉल करने के लिए कहें।
3. घायल हाथ को चोट के स्थान के ऊपर और नीचे सहारा दें।
4. घायल हिस्से के नीचे संवेदना, गर्माहट और रंग के लिए जाँच करें।
5. गलपट्टी लगायें।
   - ☐ बाज़ू को उसी स्थिति में रखें जिस स्थिति में आपने उसे पाया था।
   - ☐ एक तिकोनी पट्टी घायल बाज़ू के नीचे और घायल कंधे के ऊपर गलपट्टी बनाने के लिए लगायें।
6. गलपट्टी के कोनों को गर्दन के साइड पर बाँध दें।
   - ☐ सुझाव: व्यक्ति के लिए अधिक आरामदेह करने के लिए गॉज़ की पट्टियों को गाँठों के नीचे लगायें।
7. घायल स्थान को सुरक्षित करें।
   - ☐ बाज़ू को फोल्ड की गई तिकोनी पट्टी की मदद से सीने के पास सेट कर दें।
8. संवेदना, गर्माहट और रंग के लिए घायल हिस्से के नीचे जाँच करें।

शब्दकोष

एमेच्योर रेडियो (हैम) ऑपरेटर

एमेच्योर रेडियो ऑपरेटर या हैम शेरिफ़ के आपदा संवाद सेवा के साथ सहयोग करते हैं और लॉस एंजिलिस काउंटी के आपातकालीन संवाद नेटवर्क का भाग हैं।

अवेयर

एलर्ट, वेल-प्रेपयर्ड एंड रेडी फॉर एमरजेन्सिस (सतर्क, अच्छे-से तैयार और आपात स्थितियों के लिए सजग) एक ऐसा गाइड है जिससे आप समुदाय और कॉलोनी के लिए आपात योजनायें बना सकते हैं। यह www.espfocus.org पर मुफ़्त उपलब्ध है।

बोर्ड ऑफ़ सुपरवाइज़र्स

पाँच सदस्यों की बोर्ड ऑफ़ सुपरवाइज़र्स लॉस एंजिलिस काउंटी का शासक मंडल है। इसे राज्य की विधान-सभा ने 1852 में बनाया था और बोर्ड की कार्यपालिका, विधायिका और अर्ध-न्यायिक भूमिकाएं होती हैं। सदस्यों को अपने-अपने ज़िलों में मतदाताओं द्वारा निर्वाचित किया जाता है और इस पद पर कोई भी व्यक्ति तीन चार-वर्षिय अवधियों से अधिक नही रह सकता है।

ब्रश क्लियरेन्स

आग से संपत्ति, जीवन, और पर्यावरण के लिए प्रभावशाली सुरक्षा के लिए "रक्षणीय स्थान" बनाने का सर्वोत्तम अभ्यास। लॉस एंजिलिस काउंटी फायर कोड काउंटी में न्यूनतम मानकों की रूपरेखा निर्धारित करती है; www.fire.lacounty.gov पर अधिक जानकारी उपलब्ध है।

समुदाय आधारित संगठन (कम्यूनिटी बेस्ड ऑरेगेनाइज़ेशन – सीबीओ)

सामुदायिक संगठन जो आपात स्थिति या आपदा से पहले, उसके दौरान, या उसके पश्चात व्यक्तियों, परिवारों, और विशेष ज़रूरतों वाली आबादियों को मदद प्रदान करते हैं।

समुदाय आपातकालीन प्रतिक्रिया दल (कम्यूनिटी एमरजेन्सी रिस्पॉन्स टीम – सीईआरटी)

एक पूर्ण-जोखिम, पूर्ण-संकट प्रशिक्षण जो सभी निवासियों के लिए उपलब्ध होता है। यह आपको किसी आपातकालीन परिस्थिति में अपनी, अपने परिवार की, अपने पड़ोसियों की और अपनी कॉलोनी की सुरक्षा करने का प्रशिक्षण देता है।

कार्डियो-पल्मनरी रिससिटेशन (सीपीआर)

कार्डियो-पल्मनरी रिससिटेशन (सीपीआर) एक ऐसी प्रक्रिया है जिसका उपयोग तब किया जाता है जब रोगी का दिल धड़कना बंद कर देता है और उसकी साँस रुक जाती है। इसमें सीने पर दबाव डालना या बचाव श्वसन के साथ विद्युत झटके शामिल हो सकते हैं। प्रशिक्षण अवसरों पर अधिक जानकारी के लिए, अपनी स्थानीय रेड क्रॉस शाखा पर जाएं: www.redcross.org

भयावह आपदा (कैटेस्ट्रॉफ़िक डिज़ेस्टर)

एक ऐसी आपदा जिसमें हताहतों की संख्या, क्षति या बाधा का स्तर अत्यधिक होता है, जो आबादी, संरचना, पर्यावरण, अर्थव्यवस्था या सरकारी क्रियाओं पर असर डालता है, और जिससे उभरने के लिए संसाधनों और कौशल की अत्यधिक और निरंतर स्तरों की आवश्यकता पड़ती है।

संपर्क योजना

एक ऐसी योजना जो यह वर्णन करती है कि आपदा के पश्चात आप दूसरे लोगों से कैसे संपर्क करेंगे। आपके घर के सदस्यों और बाहरी राज्य के संपर्कों के लिए संपर्क जानकारी।

संपर्क सूची

संकट की स्थिति के लिए परिवार के सदस्यों, स्टाफ़ और बाहरी राज्यों में स्थित मुख्य सहयोगियों की सूची। सूची में घर का फोन नंबर, पेजर नंबर, मोबाईल नंबर, आदि शामिल होने चाहिए।

ज़रूरी रिकॉर्ड

ऐसे रिकॉर्ड या दस्तावेज़ जिनके नुकसान से, क्षतिग्रस्त होने पर या खो जाने पर आपको अत्यधिक असुविधा का सामना कर पड़ सकता है और/या संगठन के लिए उसे प्रतिस्थापित करना या पुनःसृजन करना काफ़ी महंगा पड़ सकता है।

आपदा किट (डिज़ेस्टर किट)

आपदा सप्लाई किट पहले से एकत्रित चीज़ों का किट होता है जो किसी आपदा के दौरान आपके परिवार के स्वास्थ्य और सुरक्षा को सुधारने में मदद करता है।

आपदा संवाद सेवा (डिज़ेसटर कम्यूनिकेशन्स सर्विस - डीसीएस)

लॉस एंजिलिस काउंटी का हैम ऑपरेटर समूह जो पूरी काउंटी में विश्वस्नीय आपातकालीन संवाद सवाएं प्रदान करता है।**डीसीएस**के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपने स्थानीय शेरिफ़ स्टेशन से संपर्क करें।

क्षति आकलन

इस प्रक्रिया के माध्यम से यह आकलन या निर्धारण किया जाता है कि घायलों और मृत व्यक्तियों की क्या संख्या है, सार्वजनिक और निजी संपत्ति को कितनी हानि पहुँची है, और प्राकृतिक या मनुष्य के कारण आपदा या आपातकालीन के पश्चात मुख्य सुविधाओं और सेवाओं की क्या स्थिति है।

आपदा

एक अप्रत्याशित घटना जिसमें प्राकृतिक आपदाएं, तकनीकी दुर्घटनाएं, या मनुष्य के कारण होने वाली घटनाएं शामिल होती हैं, और जिसके कारण किसी संगठन में बड़े पैमाने पर विनाश, हानि, या संकट उत्पन्न होता है और जिसके कारण काफ़ी संपत्ति का नुकसान होता है, अनेक लोग घायल होते हैं, या कई लोगों की मृत्यु होती है।

आपदा से बहाली

आपात स्थिति या आपदा के दौरान और बाद में सामान्य स्थिति वापिस लाने के लिए उठाए गए कदम। बहाली का काम आपातकालीन स्थिति के स्थायीकरण के तुरंत बाद शुरु हो जाता है। किसी बड़ी आपदा के बाद पूर्ण बहाली में आमतौर पर कई वर्ष लग जाते हैं।

आपदा प्रतिक्रिया

किसी आपदा के तुरंत बाद प्राथमिकताएं जीवन और संपत्ति को सुरक्षित करना और पानी, खाना, आश्रय, और चिकित्सीय सहायता जैसी मानवीय ज़रूरतों को पूरा करना होता है।

ड्रॉप, कवर और होल्ड ऑन

यह एक ऐसा प्रोटोकॉल है जिसे अगर भूकंप की स्थिति में आप अपने परिवेश के प्रति जागरूकता के साथ उपयोग करेंगे तो यह आपके लिए सबसे प्रभावशाली सलाह प्रमाणित हो सकती है। ड्रॉप, कवर और होल्ड ऑन के बारे में अधिक

EarthquakeCountry.info

इस वेबसाइट पर निवासियों के लिए जानकारी, वीडियो और एनिमेशन उपलब्ध है जिसकी मदद से वे भूकंप के लिए तैयार रह सकते हैं। *पुटिंग डाउन रूट्स इन अर्थक्वेक कंटरी* नामक हैंडबुक www.earthquakecountry.info पर उपलब्ध है; इसका स्पैनिश संस्करण www.terremotos.org पर उपलब्ध है।

आपातकालीन स्थिति

अचानक से घटित एक अप्रत्याशित घटना जिसमें लोगों के जीवन, संपत्ति, या लाभकारिता के लिए संभावित नुकसान को कम-से-कम रखने के लिए तुरंत कार्यवाही और हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है।

आपातकालीन चेतावनी प्रणालियाँ

गंभीर खतरे या राष्ट्रीय आपात स्थिति में आपातकालीन चेतावनी प्रणालियाँ (एमरजेन्सी एलर्ट सिस्टम - ईएएस) पूरे राष्ट्र तक संदेश पहुँचा सकती हैं।

आपातकालीन तैयारी

आपातकालीन तैयारी जानकारी www.espfocus.org पर या (213) 974-1166 पर कॉल करके मुफ़्त प्राप्त की जा सकती है।

आपातकालीन उत्तरजीविता कार्यक्रम (एमरजेन्सी सरवाइवल प्रोग्राम – (ईएसपी)

सरकार, संगठन और व्यक्ति जीवन बचाने के लिए, आपदा द्वारा क्षति को कम करने के लिए और आपदा प्रतिक्रिया को बेहतर करने के लिए योजनाएं बनाती हैं।

इक्वाइन रिस्पांस टीम (ईआरटी)

इक्वाइन रिस्पांस टीम एक स्वयंसेवी संस्था है जो लॉस एंजिलिस काउंटी डिपार्टमेन्ट ऑफ़ एनिमल केयर एंड कंट्रोल को संसाधनों में वृद्धि करती है। बड़ी और छोटी आपदाओं के दौरान जानवरों को सुरक्षित रूप से बाहर निकालना इनका उद्देश्य है। यह समूह घोड़ों के मालिकों को आपदा तैयारी के बारे में प्रशिक्षित भी करता है। अधिक जानकारी के लिए लॉस एंजिलिस काउंटी डिपार्टमेन्ट ऑफ़ एनिमल केयर एंड कंट्रोल से संपर्क करें।

इवैक्यएशन

इवैक्यूएशन के रास्ते

कानून प्रवर्तन एजंसियों द्वारा लोगों को क्षति से बचाने के लिए सुरक्षित क्षेत्र या आश्रय तक ले जाने के लिए पहचानी गई सड़कें और हाइवे। खाली करने का रास्ते इवैक्यूएशन आदेश के दौरान मौखिक रूप से बताये जा सकते हैं या लिखित रूप से पहले से सूचित किये जा सकते हैं।

इवैक्यूएशन आदेश

शेरिफ़ या फायर विभाग से निर्देश जिसके अनुसार लोगों को तुरंत अपने घरों या कार्यालयों को छोड़ने के लिए कहा जाता है। इवैक्यूएशन आदेश का पालन न करने से दूसरों के जीवन खतरे में पड़ सकते हैं, निजी चोटें लग सकती हैं, या मृत्यु हो सकती है। एक बार जब आप क्षेत्र से निकल जाते हैं, तो आप वापिस तब ही आ सकते हैं जब यह आदेश हटा दिया जाता है।

इवैक्यूएशन चेतावनी

स्वैच्छिक रूप से खाली करने का अर्थ है कि समय आ गया है कि आप अपने घर और क्षेत्र से बाहर निकल जाएं। अपने परिवार, पालतू जानवरों, मूल आवश्यकताओं, और महत्वपूर्ण दस्तावेज़ों को इकट्ठा करें और आपातकालीन प्रतिक्रियादाताओं के निर्देशों का पालन करें। अगर आपकी विशेष चिकित्सीय आवश्यकताएं हैं या सीमित गतिशीलता है, तो इवैक्यूएशन चेतावनी जारी होने के बाद आपको क्षेत्र छोड़ने की तैयारी कर लेनी चाहिए।

इवैक्यूएशन आश्रय

अगर किसी क्षेत्र को लंबे समय के लिए खाली करने की आवश्यकता हो, तो ये इवैक्यूएशन आश्रय काउंटी के अनुरोध पर रेड क्रॉस द्वारा लगाये जा सकते हैं। इवैक्यूएशन आश्रयों का स्थान स्थानीय अधिकारियों द्वारा तब घोषित किया जाता है जब सुरक्षा आकलन समाप्त हो जाता है और आश्रय इवैक्यूएशन से प्रभावित लोगों को दाखिल करने के लिए तैयार हो जाता है।

फेडेरल एमरजेन्सी मैनेजमेन्ट एजंसी

यूएस सरकार की एजंसी जो आपदा न्यूनीकरण, तैयारियों, प्रतिक्रिया और बहाली की योजना बनाने के लिए ज़िम्मेदार है। आपदा के बाद यह एजंसी अनेक अनुदान कार्यक्रमों को भी प्रशासित करती है।

फायर एस्केप प्लान

आपके निवास की चरणबद्ध योजना जो आग की स्थिति में बाहर निकलने के कम-से-कम दो रास्ते दर्शाती है।

फर्स्ट एड किट

उचित सामग्री से भरा एक प्राथमिक चिकित्सा किट, जिस तक आप आसानी से पहुँच सकते हैं, सभी घरों की ज़रूरत होती है। पहले से सामग्री इकट्ठा रखने से अचानक घटित आपात स्थिति में आपको मदद मिलेगी। एक फर्स्ट एड किट अपने घर में रखें और एक अपनी कार में। छुट्टियों पर जाते समय भी अपने साथ एक फर्स्ट एड किट रखें।

फ्लैश फ्लड वॉच

आपके क्षेत्र में अचानक बाढ़ आने का खतरा है।

फ्लैश फ्लड चेतावनी

आपके क्षेत्र में अचानक से बाढ़ आ चुकी है या बहुत जल्दी आने वाली है।

पारिवारिक आपातकालीन योजना

एक ऐसी योजना जिसके तहत आपके घर के सभी सदस्यों को संभावित खतरों के बारे में ठीक से जानकारी मिल जाती है और उन्हें पता चल जाता है कि आपात स्थिति होने पर क्या करना चाहिए। पारिवारिक योजनाओं में ये शामिल हैं: बाहर जाने के रास्ते, खाली करने की योजनाएं, पारिवारिक संपर्क, जनउपयोगी साधनों को बंद करना, सुरक्षा सावधानियाँ, पालतू जानवरों की देखभाल, बीमा और अन्य महत्वपूर्ण रिकॉर्डों की जानकारी।

एफआरएस रेडियो

किसी बड़ी आपदा की स्थिति में जब फोन लाइनें ठीक से काम नहीं करती हैं, फैमिली रेडियो सर्विस रेडियो एक दूसरे से संपर्क करने का एक बहुत ही सस्ता माध्यम है। एफआरएस रेडियो का उपयोग करके आप आसपास के लोगों से संपर्क करके क्षति और घायलों का पता कर सकते हैं और इस बात का निर्धारण कर सकते हैं कि किन संसाधनों की आवश्यकता है।

खतरे का अल्पीकरण

कोई भी ऐसी कार्यवाही जो प्राकृतिक खतरों से होने वाले मानवीय जीवन और संपत्ति के दीर्घकालिक जोखिम को कम करता है या समाप्त करता है।

खाने के लिए तैयार भोजन (मील्स रेडी टू इट - एमआरई)

मील्स रेडी टू इट वे भोजन होते हैं जो इस्तेमाल के लिए तैयार होते हैं। ये पैक किये गये भोजन होते हैं जिन्हें लंबी शेल्फ़ लाइफ़ के लिए बनाया गया होता है। इन्हें ज़्यादा तैयार करने की आवश्यकता नहीं होती है। यही कारण है कि ये भोजन भूकंप, बाढ़, तूफ़ान, बवंडर और अन्य प्राकृतिक आपदाओं की आपातकालीन उत्तरजीविता तैयारी के लिए उचित रहते हैं। इस राशन की मदद से दीर्घकालिक सहायता पहुँचने तक व्यक्ति कुछ दिनों के लिए भोजन का ग्रहण कर पाते हैं।

नेबरहूड वॉच

नेबरहूड वॉच, जिसे क्राइम वॉच या नेबरहूड क्राइम वॉच भी कहा जाता है, नागरिकों का संगठित समूह होता है जो अपने क्षेत्र में अपराध और तोड़फोड़ रोकने के लिए सजग रहता है।

नेबरहूड नेटवर्क

जब पड़ोसी किसी आपदा से पहले एक दूसरे के बारे में जानने के लिए और आस-पड़ोस की प्रतिक्रिया और आपदा के बाद की बहाली के बारे में योजना बनाने के लिए एकत्रित होते हैं।

एनओएए वेदर रेडियो (एम डब्ल्यू आर) ऑल हैज़र्ड्स

पूरे देश में रेडियो स्टेशनों का एक नेटवर्क जो निकटतम राष्ट्रीय मौसम सेवा कार्यालय (नैशनल वेदर सर्विस) से सीधे निरंतर मौसम की जानकारी ब्रॉडकास्ट करते रहते हैं। NWR आधिकारिक मौसम सेवा चेतावनियाँ, वॉच, भविष्यवाणियाँ और अन्य खतरों की जानकारी हफ़्ते में 7 दिन और दिन में 24 घंटे ब्रॉडकास्ट करता है।

फ्लू महामारी (पैंडेमिक फ्लू)

महामारी रोग का वैश्विक प्रकोप होता है। फ्लू पैन्डेमिक तब घटित होता है जब कोई नया फ्लू वाइरस उभरता है जिसके प्रति लोगों की कम या कोई भी प्रतिरक्षा शक्ति नहीं होती है और जिसके लिए कोई भी टीका उपलब्ध नहीं होता है। रोग एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक बहुत आसानी से फैलता है, गंभीर बीमारियाँ पैदा करता है, और बहुत ही कम समय में पूरे देश और पूरी दुनिया में फैल सकता है।

फोन ट्री

फ़ोन नंबरों की सूची, जिसे समूह को प्रदान किया जाता है; फ़ोन के माध्यम से सूचना पहले व्यक्ति द्वारा शुरु की जाती है और तब तक जारी रहती है जबतक सबको सूचना नहीं भेज दी जाती है।

रेन

अगर आपको खतरनाक सामग्रियों की समस्या की शंका होती है; खतरे को पहचानें (रिकगनाइज़), क्षेत्र से दूर रहें (अवॉएड), क्षेत्र खाली कर दें और दूसरों को दूर रखें (आईसोलेट), प्रशासन को सूचित करें (नोटिफ़ाई) और 911 कॉल करें। पहाड़ी के ऊपर, हवा की दिशा से विपरीत और पानी की धारा के प्रतिकूल रहना याद रखें।

रेड फ्लैग

रेड फ्लैग चेतावनी एक पूर्वानुमान चेतावनी होती जिसे यूएसए की नैशनल वेदर सर्विस (राष्ट्रीय मौसम सेवा) द्वारा जारी किया जाता है अग्निशमन और भूमि प्रबंधन एजेंसियों को सूचित करने के लिए हालात वनभूमि में आग के प्रज्वलन और फैलने के लिए अनुकूल हैं। रेड फ्लैग चेतावनी का अर्थ होता है कि आग का खतरा काफ़ी है और क्षेत्र में 24 घंटों के भीतर वनस्पति आग के जल्दी फैलने की बढ़ती हुई संभावना है।

शेल्टर-इन-प्लेस

जहाँ संकट होता है उसी क्षेत्र में लोगों और संपत्ति को सुरक्षित और रक्षित करना। अगर प्रशासन आपको शेल्टर-इन-प्लेस की सलाह देता है तो आपको अपने एयर-कंडिशनर और पंखें बंद कर देने चाहिए, खिड़कियों और दरवाज़ों में दरारों को सील कर देना चाहिए और रेडियो पर प्रशासन की इस घोषणा का इंतज़ार करना चाहिए कि खतरा टल गया है। अपने आश्रय क्षेत्र से बाहर तबतक न जाएं जबतक कि आपको निर्देश न दिया जाए कि यह करना सुरक्षित है।

स्मॉल बिज़नस एडमिनिस्ट्रेशन (लघु व्यवसाय प्रशासन - एसबीए)

SBA घर के मालिकों, किरायेदारों, छोटे-बड़े सभी व्यवसायों और निजी, ग़ैर-लाभकारी संगठनों को उन अचल संपत्ति, व्यक्तिगत संपत्ति, मशीनों और उपकरणों, इन्वेंट्री और व्यापारिक संपत्तियों के लिए कम दरों पर ऋण प्रदान करता है जो एक घोषित आपदा में क्षतिग्रस्त या बरबाद हो गये हैं। इसके अलावा, एसबीए आपदा के द्वारा प्रभावित व्यापारियों को आर्थिक हानि ऋण (परिचालन पूंजी) भी प्रदान करता है।

उत्तरजीविता क्षेत्र

एक ऐसा क्षेत्र जिसे बड़ी वनभूमि आग से बचने के लिए व्यक्तियों के लिए इंगित किया जाता है। उत्तरजीविता क्षेत्रों का उपयोग तब ही किया जाना चाहिए जब निवासी खाली करके सुरक्षित स्थान तक नहीं पहुँच सकते हैं; अधिक मात्रा में उपस्थित पेड़-पौधों वाले क्षेत्रों में ये घर पर आश्रय लेने से या वाहन में आश्रय लेने से अधिक सुरक्षित होते हैं।

अनिगमित क्षेत्र

निगमित शहरों की क्षेत्राधिकार सीमाओं से बाहर समुदाय और क्षेत्र। ये क्षेत्र किसी निगमित शहर द्वारा प्रशासित नहीं होते हैं। इन क्षेत्रों के लिए कानून प्रवर्तन, ज़ोनिंग, निर्माण परमिटों, पुस्तकालयों, पार्कों, मनोरंजन कार्यक्रमों, सड़कों का रखरखाव, और यातायात सिग्नल और स्टॉप साइनों जैसी मूल नगरपालिका सेवाएं प्रदान करने का काम "सिटी" के रूप में काउंटी सरकार करती है।

महत्वपूर्ण दस्तावेज़

जीवन की घटनाओं के रिकॉर्ड, जैसे जन्म के प्रमाणपत्र, शादी के लाइसेंस, और मृत्यु के प्रमाणपत्र। इनमें संपत्ति, उपकरणों, वाहनों, उत्पादों, आदि के स्वामित्व अधिकार प्रमाणित करने वाले अनुबंध या समझौते भी शामिल हैं।

वनभूमि आग

वनभूमि आग एक ऐसी अनियंत्रित, ग़ैर-इमारती आग होती है जो वनभूमि, जंगल या झाड़ों में उत्पन्न होती है। वनभूमि आगें अन्य आगों से अलग होती हैं क्योंकि वे बड़े पैमाने की होती हैं; मूल स्रोत से तेज़ी से फैलती हैं; अप्रत्याशित रूप से अपनी दिशा बदल सकती हैं; और सड़कों, नदियों और फायर ब्रेकों जैसी दरारों को पार कर सकती हैं। वनभूमि आगें आमतौर पर संपत्तियों पर असर नहीं डालती हैं; परंतु, वनभूमि के व्यापक शहरीकरण की वजह से ये विकसित क्षेत्रों और अविकसित वनभूमि के बीच अवस्थांतर के क्षेत्रों पर स्थित मकानों और अन्य संपत्तियों को व्यापक क्षति पहुँचा सकती है।

फ़ोटो क्रेडिट

एरिया ई सी. ई. आर. टी कमेटी

नॉरवॉक सिटी

व्हिटियर सिटी फोटो आर्काइव्स ई.जे. बोरानियन के सौजन्य से

एल.ए. काउंटी एनिमल केयर एंड कंट्रोल वॉलन्टीयर इक्वाइन रिस्पांस टीम

एल.ए. काउंटी फ़ायर डिपार्टमेन्ट

एल.ए. काउंटी हेल्थ सर्विसिज़

एल.ए. शेरिफ़ का डिपार्टमेन्ट डिज़ेस्टर कम्यूनिकेशन सर्विस

एल.ए. काउंटी ऑफ़िस ऑफ़ एमरजेन्सी मैनेजमेन्ट

डिज़ाइन और लेआउट

टेरेसा अरगोन्ज़ा

एल.ए. काउंटी चीफ़ एक्ज़िक्यूटिव ऑफ़िस – ग्राफ़िक्स आर्ट्स सेक्शन

अस्वीकरण
इस पुस्तिका की सामग्री केवल जानकारी के उद्देश्यों के लिए है। सामग्री को कानूनी या पेशेवर सलाह नहीं माना जाना चाहिए, और न ही इसे इस तरह की सलाह प्राप्त करने के लिए विकल्प माना जाना चाहिए। उपयोगकर्ता इस जानकारी से संबंधित सभी जोखिमों के लिए उत्तरदायी है, जिसे किसी भी प्रकार की वारंटी या क्षतिपूर्ति के बिना केवल प्रस्तुत किया गया है। यहाँ प्रस्तुत जानकारी मौजूदा प्रक्रियाओं को प्रतिबिंबित कर भी सकती हैं या नहीं भी कर सकती हैं और इन्हें कोई भी महत्वपूर्ण निर्णय लेने के लिए एकमात्र आधार नहीं माना जाना चाहिए।

इस दस्तावेज़ को आंशिक रूप से कैलिफोर्निया एमरजेन्सी मैनेजमेन्ट एजंसी के माध्यम से फेमा के ग्रांट प्रोग्राम डायरेक्टरेट, यूएस डिपार्टमेन्ट ऑफ़ होमलैंड सिक्योरिटी द्वारा फंड किया गया था। इस दस्तावेज़ में व्यक्त की गई राय या विचार लेखकों के हैं और ज़रूरी नहीं है कि ये फेमा के ग्रांट प्रोग्राम डायरेक्टरेट या यूएस डिपार्टमेन्ट ऑफ़ होमलैंड सिक्योरिटी की आधिकारिक स्थिति या नीतियों का प्रतिनिधित्व करते हों।

इस परियोजना को फेमा / डीएचएस के माध्यम से कैलिफोर्निया एमरजेन्सी मैनेजमेन्ट

काउंटी ऑफ़ लॉस एंजिलिस

मुख्य कार्यकारी कार्यालय

आपातकालीन प्रबंधन कार्यालय

(ऑफ़िस ऑफ़ एमरजेन्सी मैनेजमेन्ट)