



do **1** thing

Do 1 Thing 的使命是动员个人、家庭、企业和社区做好应对所有危险的准备，并具备应对灾难的能力。

目标：能够在发生灾难时与家人通讯。

家庭通讯计划

今天，我们相互通讯的手段比以往任何时候都要多。我们习惯用手机、互联网和电子邮件联络，但灾难可能改变许多事情。这些设备可能无法使用。由于人们都需要联络朋友和家人，手机发射塔可能过载。如果您的家里停电，无绳电话、互联网和电子邮件都无法使用。

从下列事情中选择在这个月要做的一件事，以做好更充分的准备：

准备一部有线电话，并为您手机准备一个车载充电器，以防停电事故。

带有无绳听筒的电话无法在发生灾难时工作，因为它们需要的电力比电话支座提供的电力多。即使停电，老式电话（用电线连接听筒和底座的电话）也能工作。确保您家里拥有至少一部有绳电话，以防停电。

在您的车内准备一个车载充电器。如果您家里停电，您仍然可以在车内为手机充电。

如果您没有座机，并且将手机用作您的住宅电话，请记住，手机发射塔可能提供紧急呼叫服务。但是，您的手机也许可以在无法拨打电话时发送文本消息。确保您家里的每个人都知道如何发送和接收文本消息。



记住，绝不要致电 911 来打听紧急情况期间发生了什么。只有在您受伤或需要帮助时才致电 911。

为您的家庭制定一项灾难期间的联络计划。

制定一项计划，以便您可以在灾难中与家人保持联络。记下所有家庭成员以及可以为您提供额外帮助的人员（例如照料者）的电话号码。请记下所有的工作电话、学校电话和日托机构的电话号码（如适用）。您可以在 www.ready.gov 上找到一份皮夹大小的表格，您可以使用该表格来记录此信息。确保每位家人都拥有一份通讯计划副本。将该通讯计划粘贴在您的住宅电话旁，在您的应急包内也放一份。

区域外联络人

当地电话和长途电话采用不同的线路。当本地线路过载时，您仍然可以拨打长途电话。选择您的本地呼叫区域之外的某人作为您的“区域外”联络人。确保所有家庭成员都携带此电话号码。如果您的家人不在一起时发生了什么事情，并且你们无法相互联络，所有家庭成员都可以呼叫“区域外”联络人，为其他家人留口信。

Safe and Well（平安）

红十字会 **Safe and Well（平安）** 计划是不在一起的家庭成员在发生灾难时相互联络的途径。请立即访问网站 www.safeandwell.org，向家人展示它是如何工作的。

将该网址列为每位家人携带的紧急信息的一部分。如果你们在发生灾难时不在一起，确保每个人都知道登录该网站输入关于自己的资料 and 如何查找关于他人的信息。

将紧急情况 (ICE) 备用号码存入所有家人的手机。

如果您受伤且无法讲话，救救人员和医务人员可能无法立即与您的家人取得联系。如果您有手机，您可以向急救人员和医务人员提供您的紧急联络人的电话号码。

1. 在您的手机电话簿中创建一个新的联系人。
2. 将该联系人命名为 ICE。
3. 输入在发生医疗紧急情况时您希望通知的所有人员的电话号码。

www.do1thing.com