

비상사태용 비품세트 준비

특별한 도움이 필요한 가족이나 친지가 있는 경우, 그러한 필요에 부응하도록 사전에 준비를 해야 합니다. 또한 비상사태에 대비하여 다음과 같은 비품세트를 준비하십시오

- 2주 동안 지탱할 수 있는 장기 보존용 식품 및 수동식 캔 오프너
 - 2주 동안 지탱할 수 있는 물 (하루 1인당 1 갤런의 물)
 - 전지를 사용하는 휴대용 라디오나 텔레비전 그리고 충분한 여분의 전지
 - 회중전등과 충분한 여분의 전지
 - 구급 약품 키트
 - 소독 및 위생 품목 (손 소독 제품, 물 적신 냅킨 및 화장지)
 - 방수 용기에 보관한 성냥
 - 호각, 여분의 옷, 비옷 및 담요
 - 신분증 및 신용 카드의 사진 복사; 현금 및 동전
 - 안경, 콘택트 렌즈 및 세정액
 - 베이비 포울라, 기저귀, 젖병, 플라스틱 젓꼭지와 같은 유아용 품목
 - 공구, 애완동물 공급품 및 주변 지역의 지도
- 장애인을 위한 구체적 고려사항**
- 특수 필요에 부응하는 구체적인 비상사태 계획/비품세트를 마련한다
 - 장비의 파손에 대비해 여분의 안경, 전지, 보청기 및 장애인 이동 보조 장비를 준비한다
 - 의사소통에 어려움이 있는 경우 사용하는 특수 장비 및 사용법에 관한 중요한 정보의 목록을 준비한다

지원 정보

로스앤젤레스 카운티

정신 보건국

정보 지원 센터 직통 전화

1-800 854-7771 또는

562-651-2549 청각 장애인 전화

휴일 포함 24시간/7일 운영

로스앤젤레스 카운티 공중 보건국

Department of Public Health

1-800-427-8700 또는 ph.lacounty.gov

로스앤젤레스 카운티

지역사회 및 노인 복지 서비스

Community and Senior Services

213-738-2600 또는 dcss.co.la.ca.us

로스앤젤레스시 장애인과

Department on Disability

213-202-2764 또는 213-202-2755 TTY

또는 lacity.org/dod

로스앤젤레스 카운티

동물 보호 관리과

Department of Animal Care and Control

562-728-4882 또는 animalcare.lacounty.gov

로스앤젤레스 카운티 정보 안내 전화

Dial 211 또는 211la.org

로스앤젤레스시 정보 안내 전화

전화 311 또는 lacity.org/LAFD/311.htm

비상사태 생존 프로그램

espfocus.org

로스앤젤레스 카운티

행정 집행 위원회



Hilda L. Solis

제1지역구

Mark Ridley-Thomas

제2지역구

Sheila Kuehl

제3지역구

Janice Hahn

제4지역구

Kathryn Barger

제5지역구

Sachi A. Hamai

최고 책임자

로스앤젤레스 카운티 정신 보건국

Department of Mental Health

지역사회 및 정부 관계 지원국

Community and Government Relations Division

공보 담당관 Public Information Officer

550 South Vermont Avenue, 6th Floor

Los Angeles, CA 90020

213-738-3700

dmh.lacounty.gov

KOR

County of Los Angeles Department of Mental Health



홍수 비상 사태



희망 양성, 건강 촉진

및 회복 지원

Emergency Outreach Bureau

비상사태 구제국

Disaster Services 재해 서비스

550 South Vermont Avenue, 10th Floor
Los Angeles, CA 90020
213-738-4919
dmh.lacounty.gov

Jonathan E. Sherin, M. D., Ph. D.
Director

사회복지학 박사 국장



로스앤젤레스 카운티

정신 보건국

사명 선언

지역사회의 능력을 강화함으로써 회복과 복원을 지원하기 위한 협력을 통해 삶을 풍요롭게 합니다

홍수 비상사태란 무엇인가?

홍수는 가장 흔한 자연 재해입니다. 홍수는 보통 폭우로 인해 초래되어 대량의 물이 넘쳐 흐르거나 또는 특정 지역의 대지에 모임으로써 발생합니다. 홍수로 인한 물은 서서히 고이기도 하고, 돌발 홍수와 같이 급격히 고이기도 합니다. 돌발 홍수는 가장 위험한 종류의 홍수입니다. 돌발 홍수는 댐이나 뚝과 같이 인조적인 구조가 너무 많은 물로 인해 무너질 때 발생합니다.

홍수 경계

홍수 경계가 발표되었을 때 취할 행동

- 자동차의 개스 탱크를 가득 채우고, 자동차 비상사태용 비품세트 준비가 되었는지 확인한다
- 사용할 자동차가 없는 경우, 친구나 가족에게 부탁해 교통 수단을 준비해 둔다
- 의료 기록, 보험 카드를 비롯해 신분증과 같은 기본적인 서류들을 확인하고 대피 기간 동안 소지할 수 있는 방수 용기 안에 보관한다
- 음료수를 저장한다
- 재해 사이렌 소리 및 경고 신호에 귀를 기울인다.
- 가족 및 가족의 애완 동물을 안전한 지역에 둔다. 음식 및 위생 요건으로 인해, 비상사태 대피소는 동물들을 수용할 수 없다
- 냉장고 및 냉동기의 온도조절기를 가능한 한 가장 차가운 온도로 조절한다

진흙사태

진흙사태는 보통 집중적인 강우량 또는 급격한 눈 녹은 물과 관련이 있으며, 홍수와 흔히 동반하여 홍수가 미치는 영향을 악화시킵니다. 진흙사태는 흔히 산불 및 덤불 숲 화재가 발생한 지역에 발생합니다. 일부 진흙사태는 아주 빨리 움직이므로 갑자기 불시에 재산을 파괴하고 생명을 빼앗아갑니다

redcross.org

식량 준비 태세

폭우에 대비하기 위한 기본적인 조치

- 카운티 계획 부서에 연락해 자신의 주택이 돌발 홍수 가능성이 높은 지역 또는 진흙 사태 가능성이 높은 지역에 위치했는지를 알아본다.
- 소속 커뮤니티의 비상사태 계획, 경고 신호, 대피 경로 및 비상 대피소의 위치에 대해 알아 둔다.
- 대피하기 전에 전기, 가스, 수도의 공급원을 끄고 잠글 준비를 해둔다.
- 가족들의 홍수 대피 경로를 계획하고 대피 연습을 한다.
- 배수 설비, 화장실 및 기타 하수 연결 부분에 역류 밸브 또는 플러그를 설치하여 홍수 물이 들어오는 것을 방지한다.

홍수가 지난 다음 기간에 대한 안내

- 홍수 물 또는 흐르는 물을 피한다; 이러한 물은 기름, 개솔린 또는 하수 오물 등으로 오염되어 있을 수 있다
- 또한 이러한 물은 지하의 또는 물에 잠긴 전선으로 인해 전류가 흐를 수 있다
- 홍수에 잠긴 후 건조된 지역을 조심한다. 도로가 약화 되어 자동차의 무게를 지탱하지 못하고 함몰할 수 있다

emergency.cdc.gov/disasters/floods/

- 물에 잠긴 전선에서 멀리 떨어져 있고 그 사실을 전기 회사에 보고한다

반응

일반적인 반응

- 개인 재산의 손실로 인한 한탄
- 무력한 느낌
- 안절 부절 못함, 불안함 또는 근심
- 쉬거나 긴장을 풀 수 없음
- 과도한 근심
- 안전에 대한 두려움 특히 자녀, 배우자, 부모 및 애완 동물의 안전에 대한 두려움

장기적 영향

이러한 불안정한 기간 중 자신 또는 가까운 사람이 대처하기 힘든 경우, 전문적인 도움 요청에 대해 고려할 수 있습니다

대부분의 사람들은 충격에 스스로 대처할 수 있습니다. 회복은 흔히 다음 방법으로 성취됩니다

- 자신의 반응이 정상적이라는 것을 이해한다
- 일상적인 활동을 계속한다
- 긴장을 풀고 자신에 대해 친절한 태도를 갖는다
- 즐기는 활동에 참가한다
- 모든 것을 통제하는 것이 불가능하다는 사실을 인식한다
- 유사한 경험을 가진 사람들과 대화한다
- 가족, 친구, 성직자 또는 신뢰하는 사람에게 지원을 요청하고, 자신의 경험과 느낌에 대해 이야기 한다
- 전문적인 도움이 필요한 경우 그것을 인정한다



대처하는 요령

아동과 10대 청소년을 위해 할 수 있는 일

- 상황에 대해 연령에 적합한 방법으로 정직하게 설명해 준다.
- 아동과 10대 청소년이 감정을 표현하도록 한다
- 계속해서 일과의 체계를 잡아주고 일상 활동을 유지하도록 한다
- 미디어 보도를 제한해서 관람한다

성인을 위한 대처 전략

- 자신의 느낌에 대해 이야기 한다.
- 다른 재해 피해자들과 경험담을 나누면 자신의 회복 과정에 도움이 될 수 있다
- 가족, 친구, 직장 동료 및 성직자의 도움을 받아 들인다
- 재해에 대한 신체적 및 정서적 반응이 정상적이라는 사실을 명심한다
- 자신의 강점에 집중한다
- 재해 회복 과정에 참여한다; 다른 사람들의 치유를 돕는 활동은 자신의 회복에도 유익할 수 있다
- 소속 지역의 물을 안전하게 식료수로 사용할 수 있는지 여부에 대해 뉴스 보도를 청취한다.
- 비상사태 요원, 지역내 라디오 또는 TV 방송

예상할 수 있는 상황

- 은 소속 지역에 홍수 경보 또는 경계가 있는지 알려 준다.
- 당국자들이 대피 명령을 내리는 경우, 신속히 협력하고 대피 경로 및 피신처 위치에 관한 지침사항을 따른다.
- 집이나 사무실에 머무는 것을 의미하는 "현위치 대기 Shelter-in-place" 권고를 받을 수도 있고; 아니면 다른 장소로 이동하라는 권고를 받을 수도 있다.