

# CHUẨN BỊ CHO SÓNG THẦN



FEMA

FEMA P-2281/Tháng 5 năm 2018

Sóng thần có thể giết chết hoặc gây thương tích cho người và làm hư hại hoặc phá hủy các tòa nhà và cơ sở hạ tầng khi những đợt sóng đến và đi.

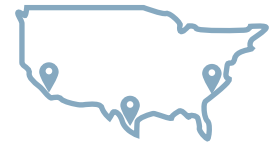
Sóng thần là một loạt các đợt sóng biển khổng lồ do động đất, lở đất dưới nước, núi lửa phun trào, hoặc gây ra do các hành tinh nhỏ gây ra.



Di chuyển 20–30 dặm một giờ với sóng cao 10–100 ft



Gây ra lũ lụt và gây ra các vấn đề về giao thông, điện, thông tin liên lạc và nước uống



Có thể xảy ra ở bất cứ đâu dọc theo bờ biển Hoa Kỳ. Những bờ biển giáp Thái Bình Dương hoặc Caribbean có rủi ro lớn nhất

## NẾU BẠN ĐANG ĐƯỢC CẢNH BÁO SÓNG THẦN



CHO NGƯỜI  
XUỐNG THẤP



CHE  
(ĐẦU VÀ CỔ)



GIỮ LẮY,  
BẮM CHẶT

Nếu do động đất gây ra, trước tiên hãy Cúi Người Xuống Thấp, Che Đầu và Cổ và Giữ Chặt/Bám Chặt để bảo vệ bản thân khỏi động đất trước nhất.

Đến vùng đất cao càng xa trong đất liền càng tốt.



Nghe thông tin và cảnh báo khẩn cấp.

Cảnh giác với các dấu hiệu của sóng thần, chẳng hạn như nước biển dâng cao đột ngột hoặc nước biển rút đi.



Sơ tán: ĐỪNG chờ đợi! Rời khỏi khi bạn nhìn thấy bất kỳ dấu hiệu tự nhiên nào của sóng thần HOẶC nghe thấy cảnh báo sóng thần chính thức.



Nếu bạn đang ở trong một chiếc thuyền, hãy ra khơi.

# CÁCH GIỮ AN TOÀN KHI SỐNG THẦN ĐE DỌA

## Chuẩn bị NGAY BÂY GIỜ

**Nếu bạn sống gần hoặc đến thăm khu vực ven biển**, hãy tìm hiểu về nguy cơ sóng thần. Một số cộng đồng có nguy cơ có bản đồ với các khu vực và tuyến đường sơ tán. Nếu bạn là khách viếng thăm, hãy hỏi về những kế hoạch của cộng đồng.

**Tim hiểu các dấu hiệu, khả năng xảy ra sóng thần**, chẳng hạn như động đất, tiếng gầm lớn từ đại dương hoặc hành vi bất thường của đại dương, chẳng hạn như nước dâng đột ngột hoặc tường nước hoặc nước rút đột ngột cho thấy đáy đại dương.

**Biết và thực hành các kế hoạch sơ tán cộng đồng** và vạch ra các tuyến đường của bạn từ nhà, cơ quan và nơi vui chơi. Chọn nơi trú ẩn cao hơn mực nước biển từ 100 feet (30,48 mét) trở lên hoặc trong đất liền ít nhất một dặm.

**Tạo kế hoạch liên lạc khẩn cấp cho gia đình** có liên hệ ngoài tiểu bang. Lập kế hoạch gặp nhau ở đâu nếu bạn bị chia cắt.

**Đăng ký hệ thống cảnh báo của cộng đồng của bạn.** Hệ thống Cảnh báo Khẩn cấp (EAS) và Đài Thời tiết của Cục Quản lý Khí quyển và Đại dương Quốc gia (NOAA) cũng đưa ra những cảnh báo khẩn cấp.

**Cần nhắc hợp đồng bảo hiểm động đất và lũ lụt** theo Chương trình Bảo hiểm Lũ lụt Quốc gia (NFIP). Bảo hiểm tiêu chuẩn của chủ nhà không bao gồm thiệt hại động đất.

## Sống sót TRONG LÚC

**Nếu bạn đang ở trong khu vực sóng thần và có động đất, trước tiên hãy tự bảo vệ mình khỏi trận động đất.** Cúi Người Xuống Thấp, Che Đầu và Cúi và Giữ Chặt/Bám Chặt. Cúi người xuống thấp bằng hai tay và hai đầu gối. Che đầu và cổ bằng hai tay của bạn. Giữ chặt bất kỳ đồ nội thất chắc chắn nào cho đến khi tình trạng rung chuyển chấm dứt. Chỉ bò nếu bạn có thể tiếp cận nơi che chắn tốt hơn mà không phải đi qua khu vực có nhiều mảnh vỡ hơn.

**Khi tình trạng rung chuyển dừng lại, nếu có cảnh báo**, dấu hiệu tự nhiên hoặc cảnh báo chính thức, hãy di chuyển ngay đến nơi an toàn càng cao và càng xa trong đất liền càng tốt. Hãy lắng nghe chính quyền, nhưng đừng đợi cảnh báo sóng thần và lệnh sơ tán.

**Nếu bạn ở ngoài vùng nguy hiểm sóng thần** và nhận được cảnh báo, hãy ở nguyên vị trí của bạn trừ khi các quan chức cho bạn biết cách khác.

**Rời khỏi ngay lập tức nếu bạn được yêu cầu làm như vậy.** Các tuyến đường sơ tán thường được đánh dấu bằng một lần sóng với mũi tên theo hướng của vùng đất cao hơn.

**Nếu bạn đang ở trong nước, hãy bám vào vật nào đó nổi**, chẳng hạn như bè, thân cây hoặc cửa.

**Nếu bạn đang ở trong một chiếc thuyền, hãy quay mặt về hướng** của sóng và đi hướng ra biển. Nếu bạn đang ở tại một bến cảng, hãy đi vào đất liền.

## An toàn SAU ĐÓ

**Lắng nghe những cảnh báo và chính quyền địa phương** để biết thông tin về các khu vực cần tránh và địa điểm trú ẩn.

**Tránh lội trong nước lủ**, nơi có thể chứa các mảnh vụn nguy hiểm. Nước có thể sâu hơn mức xuất hiện.

**Hãy đề phòng nguy cơ bị điện giật.** Đường dây điện ngầm hoặc đường dây điện đứt xuống cũng có thể sạc điện cho nước. Không chạm vào thiết bị điện nếu thiết bị bị ướt hoặc nếu bạn đang đứng trong nước.

**Tránh xa các tòa nhà, đường và cầu bị hư hại.**

**Ghi lại mọi thiệt hại về tài sản** bằng hình ảnh. Tiến hành kiểm kê và liên hệ với công ty bảo hiểm của bạn để được hỗ trợ.

**Lưu các cuộc gọi điện thoại trong trường hợp khẩn cấp.** Hệ thống điện thoại thường ngừng hoạt động hoặc (đường giây) bận sau thảm họa. Sử dụng tin nhắn văn bản hoặc mạng xã hội để giao tiếp với gia đình và bạn bè.

## Giữ một Vai trò Tích cực trong sự An toàn của Bạn

Truy cập [Ready.gov/vi/tsunamis](https://www.ready.gov/vi/tsunamis). Tải xuống ứng dụng FEMA để biết thêm thông tin về cách chuẩn bị cho một trận sóng thần.



FEMA

FEMA P-2281