



# Gid Preparasyon Mwen Nan Kadijans



*Yon gid adomisil pou pasyan ak fanmi yo*

## CHAK MOUN DWE GEN YON PLAN

Antan ke yon pasyan k ap pran swen lakay li – oubyen yon manm fanmi k ap swaye yon moun li renmen lakay li – planifikasyon an enpòtan paske ou dwe asire ou ke oumenm ak manm fanmi ou yo gen tout sa nou bezwen pou n reste an bòn sante ak san danje nan tan kote k gen kadijans.

Ou dwe genyen tout pwovizyon, zouti epi plan ou yo anplis pou ou ka travay pou kont ou, omwen pandan yon peryòd tan, kèlkeswa kote ou twouve ou ye lè yon dezaz frappe.

## LIS PREPARASYON JENERAL POU EDE MEMWA

### Kreye yon ti bwat nan kadijans pou lakay ou ak pou machin ou

- Chèche genyen ase manje, dlo, medikaman epi pwovizyon medikal ki ka dire 3 a 5 jou san lòt moun pa ede w. Mete pwovizyon ou yo nan yon bwat enpèmeyab ou kapab ouvri fasilman. Mete bagay tankou ti zouti pou ou ouvri bwat ak boutèy epi lòt bagay tou tankou asyèt, kiyè, fouchèt, kouto pou ou ka manje.
- Chèche genyen kouchèt enkonvenyans derechanj pou grandèt (an ka nesosite).
- Mete etikèt sou tout ekipman ak pwovizyon ou yo ak non ou epi nimewo telefòn ou.
- Pou moun ki nan oksijèn, chèche genyen silend oksijèn an sipò pou si pa ta gen kouran. Rele ajans sante lokal ou an lè kouran ou koupe epi kòmanse itilize oksijèn pou sipò ou lan, pou ou ka bay konpayi DME ou lan tan pou l ba ou plis lè ou bezwen l.
- Chèche gen yon telefòn pòtab chaje, radyo ak pil, epi flash ak batri byen nèf.
- Ekri yon lis ki gen kontak enpòtan ak tout nimewo yo (ki vle di, doktè w, manm fanmi ou yo, vwazen ou yo, elatriye) pou ou pòte l ak ou tout kote ou pase.
- Kenbe yon lis ki gen tout medikamanyo ou ap pran kounye a, nimewo telefòn famasi, non ak nimewo telefòn doktè ou, epi nimewo telefòn kontak kadijans ou.
- Konsève tout dokiman enpòtan yo, alafwa pèsònèl e finansye, nan yon bwat enpèmeyab pòtab. Bwat sa dwe genyen fòmilè ak direksyon medikal avanse pou tretman pou ou siviv [MOLST (Medical Orders for Life-Sustaining Treatment)].
- Etabli yon plan kominikasyon ak fanmi ak zanmi pou ka kote nou ta rive separe. Chèche genyen kontak ak yon fanmi k ap viv andeyò zòn kote ou ap viv lan.
- Konsève manje, dlo, epi medikaman sou lamèn pou bèt domestik ou yo, epi etabli plan pou yo genabri san danje ak swen y ap bezwen.

### Prepare ou davans

- Pandan lapli loraj ak blakawout, rete lwen sèvis alèt, avètisman epi kadijans yo. Chèche konnen plan d kadijans pou zòn pa ou lan, avèk ladan li wout pou evakyasyon,abri epi nimewo kadijans yo.
- Si ou nesosite ekipman medikal ki mache ak kouran elektrik epi /oubyen oksijèn, avize konpayi elektrik ou an anvan yon sitiasyon kadijans rive epi eksplike yo ou anba gwo risk danjere lè kouran an koupe.
- Konsève tank machin ou ranpli ak gazolin epi asire ou konnen direksyon ou ap suiv pou ou al nanabri sa ki pi prè ou lan oubyen pou ou jwenn wout evakyasyon an.
- Si se nesite pou ou evakye – rele moun oubyen ajans sa k ap ba ou swen lakay ou a san pèdi tan. Bay ajans lan enfòmasyon sou plan evakyasyon w, oubyen koteabri ou prale an ye an. Kenbe kat asirans ou, oubyen/epi kat Medicare ou Medicaid ou nan men ou.

### Kilès Moun Pou ou Rele

Kenbe nimewo ajans sa a ki ba ou sèvis lakay ou bò kote telefòn lan pou si ou ta bezwen asistans. Epi si ou ta reyèlman gen yon sitiasyon kadijans, rele nimewo telefòn 9-1-1.

## Bwat Pwovizyon ou nan kadijans

Konsève atik sa yo sou lamèn ou nan Bwat Pwovizyon ankadijans ou an:



**Dlo** – yon galon dlo pou chak moun pou yon jounen pou omwen twa (3) jou



**Nouriti** – ou dwe gen manje k ap konsève san gate pou omwen twa (3) jou



**Radyo ki Mache ak Pil** – plis pil an rezèv



**Flach pou Limyè** – ak plis pil flach an rezèv



**Bwat Atik pou Premye Sekou** – asire ou ke ou tchyeke dat ekspirasyon tout sa ki nan bwat sa a epi toujou mentni yo ajou



**Siflè** – pou atire atansyon kote ou bezwen èd



**Mask Pwoteksyon Kont Pousyè** – oubyen majo koton, pou ede ou filtre lè ki kontamine



**Dra Plastik ak Tep pou ou Kole** – pou ou ka konstwiabri sou plas



**Kle Boulon** – pou ou ka fèmen itilite yo lè se nesèsè



**Kle pou ou Ouvri Bwat oubyen Boutèy** – pou ou ouvri tibwat ki gen manje



**Fòmil Manje ak Kouchèt pou ti Bebe** – se nesèsè si ou gen timoun piti



**Kat Wout Lokal yo** – ki gen pami yo yon kat wout zòn pa ou lan epi yon kat kote ou planifye pou ou ale an si ou ap evakye

## Bezwen Espesyal

Gen anpil moun ak bezwen espesyal epi andikap ki gen pipilis defi pou yo prepare yo pou kadijans, pou yo debouye yo nan ka sa yo. Fè reyinyon ak manm fanmi, ak zanmi, epi ak vwazen pou n diskite sou nesèsite yo nan ka kote k ap gen kadijans, epi pou n asire nou pou n planifye davans pou sipò sa nou pral bezwen.

Si se lakay ou ou ap viv e ke ou gen bezwen espesyal, asire ou ke ou enskri nan ajans jesyon kadijans, nan depatman ponpye an, ak nan konpayi itilite sa yo ki ki nan county kote ou rete an.

## Pou Pipilis Enfòmasyon ak Pipilis Resous

Si ou bezwen plis enfòmasyon ak resous, ou ka vizite sitwèb sa yo:

<http://preparedness.dhmm.maryland.gov>

[www.mema.maryland.gov](http://www.mema.maryland.gov)

[www.facebook.com/MarylandOPR](https://www.facebook.com/MarylandOPR)

[www.mncha.org/emergency-preparedness](http://www.mncha.org/emergency-preparedness)

[www.twitter.com/MarylandOPR](https://www.twitter.com/MarylandOPR)



Se Depatman Sante ak Biwo Ijyèn Mantal pou Preparasyon ak Repons epi Asosyasyon Nasyonal Swen Sante Kapital Maryland lan [Department of Health and Mental Hygiene Office of Preparedness and Response and the Maryland-National Capital Homecare Association] nan yon patenarya k ap bay enfòmasyon sa a.

EKRI NON AK NIMEWO TELEFÒN KONPAYI A KI BAY OU SWEN SANTE ADOMISIL AN NAN KARE SA A.