



**Cal OES**

GOVERNOR'S OFFICE  
OF EMERGENCY SERVICES

**Lus Pab Qhia Rau Cov  
Neeg Xiam Oob Qhab  
Paub Npaj Rau Lub Caij  
Muaj Xwm Ceev**

12 Hlis 2021

**DOR** DEPARTMENT of  
REHABILITATION

Employment, Independence & Equality

## **COV NTSIAB LUS**

LUS QHIB TSEG.....	3
TXAIS KEV CEEB TOOM.....	3
NPAJ UA NTEJ.....	4
NPAJ HNAB KHOOM SIV.....	6
NPAJ THOOB KHOOM NOJ NYOB TSEV.....	10
PAB TEJ PHOOJYWG NEEG ZEJ ZOG NPAJ.....	10
TEJ NTAUB NTAWV TXUAM NROG.....	11
NTAUB NTAWV PAB NTXIV.....	12

## LUS QHIB TSEG

---

Tau tsim phau ntawv Lus Pab Qhia Rau Cov Neeg Xiam Oob Qhab Paub Npaj Rau Lub Caij Muaj Xwm Ceev nrog lub koom haum California Governor's Office of Emergency Services (Cal OES) thiab lub California Department of Rehabilitation (DOR).

Phau ntawv taw qhia no yuav piav qhia tej yam uas cov neeg xiam oob qhab ua tau los pab lawv npaj rau thaum ua ntej, nyob rau, thiab tom qab muaj ib yam xwm txheej twg tshwm sim.

Lub Cal OES thiab DOR txhawb kom lawv:

- 1) Txais tau xov xwm ceeb toom xwm ceev
- 2) Npaj seb yuav khiav mus li cas
- 3) Npaj hnab khoom siv uas coj tau nrog yus
- 4) Npaj thoob khoom noj rau thaum koj tawm rooj tsis tau
- 5) Pab tej phoojywg neeg zej zog npaj thiab

### **Txais tej xov xwm ceeb toom kom thiaj paub seb yuav ua li cas thaum muaj xwm ceev**

---

Thaum nyob rau ib qho xwm ceev twg, koj thiaj paub tias tshwm sim mus li cas lawm. Yuav kom paub txiav txim zoo, koj thiaj paub txog yam xov xwm tawm tshiab nyob rau koj cheeb tsam. Koj thiaj paub yuav ua li cas thiab ua rau thaum twg.

Paub txog tej cua daj cua dub thiab tej teeb meem nyob koj cheeb tsam, yuav mus tso npe txais [xov xwm ceeb toom xwm ceev](#) li cas, thiab yuav mus rau qhov twg yog koj tau khiav mus nraim chaw. Ua tib zoo npaj thiab xyaum tsis tu.

### **Paub Txog Tej Xov Xwm Tshiab**

- Mus rau [CalAlerts.org](https://www.calalerts.org) thiaj li tau tso npe txais xov xwm ceeb toom xwm ceev.
- Yog koj ntaus mus rau 2-1-1 ces kuj xa cov xwm ceev tuaj rau koj thiab.
- [Paub txog cov cua daj cua dub uas los tau rau koj cheeb tsam](#), tej uas koj yuav tau khiav tawm mus, thiab tej uas yuav kom koj nyob twj ywm tsev.
- Saib lossis mloog tej xov xwm hauv zos uas hais txog tej cua daj cua dub no.
- Tej xov tooj cua thiab this vis (TV) kuj yuav tshaj tawm tej yam no mus rau qhov uas Ceeb Toom Xwm Ceev.

- Mus nrhiav lub npe thiab xov tooj cua hauv koj lub nras li Emergency Radio Stations nyob rau ntawm [Local Radio Stations for Emergency Alerts](#).
- Mus caum tej vas sab, xws li koj lub County Office of Emergency Management, uas saib xyuas hluav taws kub, thiab tub ceev xwm uas nyob hauv online social media.

Siv tej ntaub ntawv kev pab ntxiv hauv online no los mus cuag tej tej xov xwm ceeb toom xwm ceev:

- Mus tso npe txais xov xwm txog av qeeg los ntawm lub [MyShake](#) app.
- [News.caloes.ca.gov](#) yog qhov chaw uas tshaj tawm xov xwm ceev.
- [Response.ca.gov](#) muaj xov xwm txog tej hluav taws kub, tua fais fab, chaw nraim, thiab kev uas raug kaw.
- [Ready.gov](#) muaj ntaub ntawv pab kom nyob nyab xeeb rau tej tug neeg thiab rau tej tsev neeg.

## NPAJ UA NTEJ

---

Xav txog cov tibneeg uas koj xav tiv tauj nyob rau thaum muaj xwm ceev. Tej zaum kuj yog tsev neeg, cov neeg zej zog, tej phoojywg, lossis cov neeg tu xyuas.

### Sau Tseg Tej Xov Tooj

- Sau [cov xov tooj](#) ntawm koj cov phoojywg, tsev neeg, cov neeg ua haujlwm, cov neeg koom zej zog, lossis lwm tus uas pab tau koj thaum koj khiav thiab muab tso zoo chaw kom tsis txhob ntub dej tau nyob rau koj [hnab khoom siv rau xwm ceev](#).
- Tham qhia txog tej yam koj npaj ua rau thaum muaj xwm ceev rau pab pawg neeg uas nyob ib ncig koj thiab, yog tias tsim nyog, hais kom lawv nrog koj sib tham thaum nej npaj ua ke.

### Xaiv Tej Chaw Sib Ntsib

Thaum muaj cua daj cua dub ces yog ib lub sijhawm nyuaj siab kawg, thiab koj lossis ib tug neeg uas koj paub kuj yuav raug cais mus. Npaj xaiv ib qho chaw ua ntej seb yuav mus sib ntsib rau qhov twg tom qab nyias khiav nyias tag lawm.

- Nug tej tsev kawm ntawv txog tej kev sib ntsib rau cov niamtxiv thiab tej menyuum yog nyob rau qhovtwg.
- Qhia kom sawvdaws paub seb yuav mus sib ntsib rau qhovtwg thiab xyaum mus rau tej chaw no ua ntej nrog lawv.

- Koj qhov chaw sib ntsib kuj yuav tau hloov raws seb qhov xwm txheej ntawd tshwm sim rau qhov twg ces zoo rau koj npaj ob peb qhov chaw sib ntsib.

### **Yuav Khiav Tawm Li Cas**

Tam sim no xav txog seb koj yuav ntsib yam teeb meem twg thaum koj tab tom khiav rau thaum muaj xwm txheej ceev ces npaj ntxiv seb yuav ua li cas.

- Ua raws li tej txheem lus los ntawm cov coj ntawm koj lub zos.
- Khiav tawm mus kom ntxov yog tias koj nij sijhawm ntxiv lossis kev pab txhawb khiav tawm mus.
- Paub ntau txoj kev khiav tawm mus ntawm koj lub zos.
- Muaj daim map duab qhia kev nyob rau tsam is taws nej (internet) thiab koj lub xov tooj ntawm tes tsis ua haujlwm lawm thiab mus nqa daim duab Evacuation Planning Area Map yog tias muaj.
- Xyaum khiav tawm mus yam li koj nyob rau lub sijhawm muaj xwm ceev thiab kom cov tibneeg uas nyob nrog koj xyaum nrog koj thiab.
- Yog tias koj tsis muaj tsheb, xyuas seb qhov chaw tos npav tos tsheb tiav nyob rau qhov twg.
- Npaj kom tiav mus tau rau qhov chaw koj teem tseg thiab muaj kho hnab khoom siv uas nqa tau nrog koj npaj kom puv.

### **Tej Tswvyim Npaj Ntxiv**

- Cov neeg tuaj pab thaum xwm ceev kuj yuav xav kom cov neeg nrog koj tau nyob ua ke, xws li koj tsev neeg, cov tsiaj pab koj, cov neeg tu xyuas koj, lossis tej twj koj siv los pab koj nyob nrog nraim koj thiab.
- Koom tes nrog tej koom haum pab cuam hauv zos, tej npav thauj neeg, lossis tsheb thauj neeg seb yuav muaj cov tuaj thauj li cas.
- Paub tej kev uas khiav tawm mus tau nyob rau ntawm koj tsev, chaw lag luam, tsev kawm ntawv, cheeb tsam uas koj nyob, hauv zos, lossis dhia mus kom txog tej kev no ua ntej muaj xwm txheej es koj thiaj li paub cov kev no zoo.
- Qhia koj pab pawg neeg kom paub txog tej khoom koj tau npaj tseg rau xwm ceev nyob rau qhovtwg thiab cia ib tug neeg koj ntseeg siab paub los nkag tau rau koj lub tsev.
- Yog tias koj lim ntshav lossis nyob rau txoj kev kho uas pab cawm koj ciaj sia rau tam sim no, paub seb tej tsev kho mob no nyob rau qhov twg.
- Yog tias koj siv tej twj kho mob nyob rau koj tsev uas nij siv fais fab taws, tham nrog koj tus kws kho mob, tsev kho mob, koom haum pab rau cov neeg xiam oob qhab, lossis tuam txhab fais fab seb koj yuav npaj rau lub sijhawm tsis muaj fais fab li cas.

- Sau zoo tseg nyob rau koj tej ntaub ntawv xwm ceev seb yuav tiv tauj koj li cas.
- Yog tias koj siv lwm yam twj los sib txuas lus, sau tej npe model number, seb yam khoom siv ntawd los qhovtwg los (xws li Medicaid, ntawv pov hwm twg), thiab npaj seb koj yuav hu lwm tus li cas yog tias yam khoom twj no tsis ua haujlwm lawm.

### **Nrhiav Chaw Nraim**

Nyob rau sijhawm khiav tawm mus, ntaus mus rau 2-1-1, lub [American Red Cross shelter locator](#), thiab lwm yam twj los nrhiav seb tej chaw nraim uas nyob ze koj yog nyob rau qhovtwg. Txhua lub chaw nraim uas tsoom fvv tsim tsa nyob hauv California no yeej yooj yim nkag mus tau.

Yog tias koj txhawj txog yuav mus nrhiav tej chaw nraim no, thov paub tias:

- Tej chaw nraim rau xwm ceev yeej muaj tau rau txhua tus neeg.
- Txoj cai hauv California yeej hais qhia tias cov chaw nraim nkaum yuav tsum yooj yim mus cuag tau.
- Tej tsiaj pab cuam kuj mus tau rau tej chaw nraim no thiab.

### **NPAJ HNAB KHOOM SIV**

---

#### **Npaj Ua Ntej**

Ib lub hnab khoom siv yog npaj txhua yam khoom tseem ceeb uas koj siv nyob rau hauv yog tias koj tau khiav tawm mus. Thaum koj npaj hnab khoom siv uas coj tau nrog yus ua ntej muaj xwm ceev, ces thaum twg muaj xwm dabtsi los, koj thiaj tsis nyuaj siab.

- Luam tej ntaub ntawv tseem ceeb thiab ntawv pov hwm tso rau hauv tibsi.
- Nqa duab map thiab npawb xov tooj tiv tauj tau yus cov neeg
- Nyob rau thaum koj lub xov tooj lossis twj siv ntawm tes tsis ua haujlwm lawm, koj yuav tau sau cim tseg seb tej kev koj yuav khiav tawm mus yog li cas.
- Sau tseg rau ib daim ntawv cov xov tooj ntawm cov tibneeg uas koj hlub tshua, thiab cov uas hlub tshua txog koj.

- Sau tseg koj tej npe tshuaj xws li:

Tagnrho cov tshuaj uas koj thiab koj tsev neeg noj.

Tej npe thiab xov tooj ntawm koj cov kws kho mob thiab khw muag tshuaj. Lwm yam ntaub ntawv kho mob uas tseem ceeb.

### **Nqa Nyiaj Ntsuab (cov nyiaj me)**

- Yog tias tsis muaj fais fab lawm, tej npav khev dim khaj (credit thiab debit) yuav tsis ua haujlwm lawm thiab koj yuav muab tsis tau nyiaj los ntawm ib lub ATM.

### **Npaj Tiav Nqa Xwb**

Tej yam khoom uas koj npaj tau thiab nqa kiag tau mus xwb

- Tej yawm sij, hnab kab paus
- Xov tooj thiab cov hlua tshoj xov tooj
- Tshuaj (xws li lub tsom iav ntxiv, hniav cuav, tej ntawd) Yog

tias koj muaj lawm, kuj zoo rau koj npaj...

- Ib lub xov tooj cua me me
- Roj teeb tsom
- Tej khoom ntaub nplaum kho mob (first-aid)
- Koj lub twj laptop lossis tablet

Nrog rau tej khoom siv uas tsim nyog, ib lub [hnab khoom siv rau xwm ceev](#) kuj yuav tsum muaj tej yam khoom uas koj tus kheej siv thiab haum rau koj nyob rau thaum muaj xwm ceev.

Xam seb tej khoom koj niaj hnuv siv thiab koj yuav nij yog dabtsi ces muab npaj ntxiv rau koj lub hnab.

### **Khoom/Tswyvim Rau Cov Tibneeg Uas Lag Ntseg Lossis Tsis Hnov Lus Zoo**

- Muaj ib lub xov tooj cua uas sau npe ntawv tawm thiab teeb ntsais thaum ceeb toom ib yam twg.
- Khaws roj battery lossis ib lub roj battery uas nqa tau nrog nraim yus es thiaj li tau siv rau cov twj pab hnov lus.
- Npaj tej mem kua (pen) thiab ntawv tau sau ntawv rau ib tug neeg uas tsis paub lus piav tes.
- Muaj cov hlua tshoj thiab roj battery ntxiv.

- Txuas tej tswb nrov thaum muaj hluav taws kub kom pom thiab hnov zoo. Tsawg kawg los ib lub tswb nrov yuav tsum yog siv roj battery.
- Xam seb puas zoo rau koj luam tawm ib daim ntawv uas hais li no “I speak American Sign Language (ASL) and need an ASL interpreter” (kuv hais lus piav tes thiab nij ib tug neeg txhais lus) lossis “If you make an announcement, please write it down for me.” (yog koj tshaj tawm ib yam twg, thov muab sau rau kuv nyeem)

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Tibneeg Uas Dig Muag Lossis Tsis Kev Zoo**

- Muab npe ntawv sau ua Braille lo rau tej khoom siv rau xwm ceev lossis sau kom npe ntawv loj.
- Muab tej xov tooj ntawm cov neeg koj hu tau rau thaum muaj xwm ceev teev tseg rau ib lub twj flash drive lossis muab kaw suab tseg thiab tso rau ib qho chaw zoo.
- Muab tej twj uas pab koj sib txuas lus tau tso rau koj hnab khoom siv rau xwm ceev.
- Tej zaum kuj zoo rau koj nqa ib lub qhov muag tsom iav ntxiv lossis lub iav tsom kom pom loj nrog koj thiab.
- Xam thiab npaj rau tej tsiaj uas pab koj thiab tej tsiaj uas koj yug thiab seb lawv yuav nij zaub mov, dej, thiab khoom siv li cas. Ib txhia chaw nraim thiaj li pub coj tsiaj pab yus tuaj xwb.
- Yog tias koj dig pas taug kev, tseg ob peb tug nyob tom chaw haujlwm, tom tsev, tom tsev kawm ntawv, tej ntawd.
- Yog tias koj tsis tshua pom kev zoo, txuas cov teeb cig ntawm kotaw kev es koj thiaj li pom kev taug kev thaum tsis muaj fais fab lawm.
- Muab cov hnab looj tes thiab khau khov tso rau koj lub hnab ntim khoom siv rau xwm ceev.

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Neeg Hais Tsis Taus Lus**

- Nqa nrog nraim koj ib daim ntawv seb yuav nrog lwm tus sib txuas lus li cas yog tias koj lub twj pab koj hais lus tsis ua haujlwm lawm. Tej no muaj xws li cov ntawv uas muab yas leem zoo cia nrog tej nqe lus thiab duab uas siv tau.
- Yog tias koj siv cov twj uas pab koj sib txuas lus, xam seb koj yuav nqa li cas rau lub caij koj tau khiav tawm mus.
- Khaws tej ntaub ntawv uas qhia txog yam twj ntawd.
- Nqa ntawm tes ib tus mem kua thiab ntawv sau lossis daim whiteboard thiab tus marker.

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Neeg Lub Cev Tsis Taus**

- Yog tias koj nyob laub, cia kom muaj ib lub laub sib sib nyob nrog koj, yog tias ua tau.
- Yog tias koj nyob rau ib lub laub uas siv roj thawb, nqa cov hlua tshoj thiab.



- Npaj cov ntawv lossis tshuaj lo log tsheb uas dim pa thiab lwm yam xws li lub tshuab cua.
- Npaj ib tus pas dig lossis laub pab taug kev, yog tias koj siv thiab.

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Neeg Ntshai Suab Pom Teeb Ci Dhau**

- Npaj ib lub twj uas saib tau tej yeeb yaj kiab lossis tua nkees.
- Ib lub menyuam tsev me uas tsim tsa tau nkag tau mus nyob rau hauv kuj pab kom tsis txhob pom ub no hauv ib chav uas muaj neeg coob lossis kom tau nyob ib leeg.
- Cov twj mloog ntawm qhov ntsej kom thiaj li tsis hnov ntau yam meem txom.
- Npaj ib lub tsom iav uas ua kom tsaus es thiaj li tsis ci ci pom kev.
- Npaj tej khoom ua si rau thaum nyuaj siab (fidget toys), tej saw lossis hlua khi tes uas muab ntsuas ntawm qhov ncauj tau, tej lub npas pab thaum nyuaj siab, lossis cov npuas, tagnrho tej khoom uas pab kom yus hnov qab txog tej yam uas tshwm sim ntawm yus.

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Neeg Loj Hlob Qeeb**

- Npaj tej twj uas tshoj kom puv thiab muaj yeeb yaj kiab thiab nkees nyob rau hauv.
- Yuav ib cov roj tshoj ntxiv rau tej twj no kom thiaj li kav ntev siv tau.
- Npaj tej pam vov lossis ib lub menyuam tsev me me tsim tsa tau los mus nyob rau hauv kuj pab kom tsis txhob pom ub no hauv ib chav uas muaj neeg coob thiab suab nrov.
- Cov twj mloog ntawm qhov ntsej kom thiaj li tsis hnov ntau yam meem txom.
- Xyuas seb cov neeg twg yog cov koj ntseeg es thiaj li pab tau koj thaum muaj xwm ceev.
- Xyaum kom paub seb yuav ua li ca thaum muaj xwm ceev es koj thiaj li tso siab tau.

### **Khoom/Tswvyim Rau Cov Neeg Noj Siv Tshuaj**

- Npaj tej tshuaj noj siv kom kav li ib lub lim tiam.
- Sau tseg tej npe tshuaj, noj li cas, thiab tej kev txhaum fab uas koj muaj.
- Khaws ib daim ntawv luam koj tej ntaub ntawv kho mob thiab tshuaj sau noj nrog rau seb leejtwg yog tus sau rau koj noj.

## NPAJ THOOB KHOOM NOJ NYOB TSEV

---

Yog tias ib qho xwm txheej twg yuav ua rau koj tau nyob twj ywm tsev, ib lub thoob khoom noj loj kuj pab tau koj nyob rau lub sijhawm ntawd.

### **Npaj Thoob Khoom Noj Nyob Tsev**

Koj lub thoob khoom noj yuav tsum muaj tej yam zaub mov tsim nyog noj, pheej yig es koj muab tseg cia tau rau thaum muaj xwm ceev.

### **Dej**

Koj xav kom muaj txaus li ib nkas loos dej rau txhua tus neeg nyob hauv koj tsev siv txhua hnuv. Txhua lub lim tiam maj mam npaj mus yuav ib taub zuj zus es thiaj li tsis nkim. Muab koj cov dej tso rau ib chav txias thiab tsaus.

### **Zaub Mov**

Koj yeej paub tias koj tsev neeg nyiam noj dabtsi, ces kav tsij yuav cov ntawd kom ntau los tso hauv tsev. Xam seb koj yuav noj dabtsi yog tias tsis muaj fais fab lawm ces maj mam npaj cov zaub mov noj ib qho zuj zus tuaj.

### **Tej Khoom Tseem Ceeb**

Npaj tej xws li kua mis, daiv pawm, khoom siv los tu mob, zaub mov noj rau tsiaj yug, tej ntawd.

Npaj tej rooj teb tsom pom kev thiab roj battery ntxiv. Yog tias tsis muaj fais fab lawm, tsis txhob taws tees qhaim (candles)! Lawv yuav ua tau hluav taws kub tau yog tias muaj pa nkev (gas) dim los ntawm qhov xwm cua daj cua dub no.

Koj lub thoob khoom noj yog ib qho chaw zoo rau tej khoom siv rau xwm ceev no xws li ntaub nplaum first aid lossis ib lub xov tooj cua uas siv roj battery.

## PAB TEJ PHOOJYWG NEEG ZEJ ZOG NPAJ

---

Tej kws saib xyuas xwm ceev, cov tub tua hluav taws, cov tub ceev xwm, thiab cov kws xub thawj mus pab rau xwm ceev yeej khwv heev los pab kom tibneeg zej zog nyob nyab xeeb, tiamsis lawv yuav tib txhij tuaj pab tsis tau sawvdaws.

### **Txuas Koom Nrog Koj Lub Zej Zog**

Tej zej zog yuav tsum sib koom tes los npaj rau thaum muaj cua daj cua dub.

Xav txog tej lus nug no:

- Leejtwg nyob tom koj tsev rau yav nruab hnuv?
- Leejtwg nyob rau koj cheeb tsam uas pab tau koj thaum nruab hnuv, tsaus ntuj, lossis thaum vas xaum vas thiv?
- Leejtwg nyob hauv koj cheeb tsam yuav nij kev pab?

Nrog cov neeg uas koom nyob koj cheeb tsam tham, tham seb lawv yuav nij dabtsi es thiaj li pab tau lawv, thiab seb lawv puas kam pab yog tias koj nij pab.

### **ZeJ Zog Sib Pab Npaj**

Kev npaj rau thaum muaj xwm ceev yooj yim tshaj li koj xav. Muaj ntau pab pawg uas nyob ze koj uas pab tau koj.

Mus ntsib lossis txuas nrog tej koom haum saib xyuas xwm ceev xws li Citizen Corps Councils, USA on Watch (Neighborhood Watch) teams, Community Emergency Response Teams (CERT), tej ntawd., lawv pab tau koj npaj thiab pab lwm tus.

Muab tej xov xwm tseem ceeb no tham qhia rau koj lub zej zog [Personal Preparedness for People with Disabilities Social Media Toolkit](#)

## **TEJ NTAUB NTAUV TXUAM NROG**

---

[Emergency Communication Plan](#) (kev pab tiv tauj rau xwm ceev) (PDF)

[Prepare for Emergencies Now, Information for People with Disabilities](#) (kev pab npaj rau xwm ceev rau cov neeg xiam oob qhab) (PDF)

[Transit Commuter Emergency Communication Plan](#) (tsheb thauj rau xwm ceev)(PDF)

[We Prepare Everyday](#) (peb npaj txhua hnuv) (daim yeeb yaj kiab uas muaj cov npe ntawv sau nyeem, ASL, thiab suab piav qhia)

[Be Informed](#) (paub txog)

(Yeeb yaj kiab) [Make A](#)

[Plan](#) (npaj kom paub)

(Yeeb yaj kiab)

[Build A Kit](#) (npaj khoom

cia)(Yeeb yaj kiab)

## NTAUB NTAWV PAB NTXIV

---

[Pacific ADA Center Home \(koom haum\)](#)

[Pacific ADA Center Emergency Preparedness Publication and Resources \(ntaub ntawv npaj\)](#)

[Cal OES Office of Access and Functional Needs \(koom haum pab ntxiv\)](#)

[Disability Disaster Access Resources \(kev pab rau cov xiam oob qhab\)](#)

[LISTOS California Emergency Preparedness interactive online course \(kev xyaum kawm hauv online\)](#)

[LISTOS and Disaster Ready Guides \(lus taw qhia npaj rau xwm ceev\)](#)