

## Npaj khoom rau xwm txheej kub

**T**om qab ib qhov av qeeg loj loj twg, hluav taws xob, dej thiab nkav tej npam yuav tsis ua hauj lwm. Kev pab lub sij hawm muaj xwm txheej kub yuav tsis tuaj txog koj li ob peb hnub. Yuav tsum paub kom tseeb tseeb hais tias koj khaws tej khoom xws li nram qab no cia hauv koj tsev. Khaws tej yam khoom no cia tom koj lub chaw ua kam thiab khaws cia nyob hauv koj lub tshab.

- Lub teeb nyem** uas muaj ntau lub roj npaj nrog. Khaws lub teeb nyem cia ntawm koj ib sab txaj thiab muaj cia nyob rau ob peb qho chaw. Tsis txhob ntaus ntais ntawv los yog taws roj ntes ib zaug kiag li tom qab thaum av nyuam qhuav qeeg mus txog rau lub sij hawm uas koj paub tseeb hais tias tsis muaj nkav xau tawm.
- Lub xov tooj** cua uas nqa mus los yooj yim thiab muaj ntau lub roj npaj nrog. Cov xov tooj ntaus mus los feem coob mas tsis khiav los yog cia siv rau kev xwm txheej kub nkaus xwb. Lub xov tooj cua yuav yog koj tib qhov uas hnov xov sab nraim tau.
- Pob tshuaj faj seeb cawm siav ; kev paub cawm siav .** Khaws koj cov tshuaj no kom muaj txaus thiab muab cia rau lub chaw muab tau yooj yim. Mus xyau kev kawm cawm siav qho me ntsis thiab kawm ua CPR (kev cawm siav xws li nias lub hauv siab kom muaj cua nkag mus rau hauv cov ntsiv kom ua tau pa tuaj). Tej kev paub no yuav tsum yog ib ntus twg rov xyau dua nraim.
- Lub tua hluav taws.** Koj lub tua hluav taws yuav tsum yog lub tua txhia yam hluav taws thiab nyob qhov chaw yooj yim. Qhia koj tsev neeg txhia tus kom paub siv nws.
- Zaub mov.** Khaws zaub mov cia kom txaus rau ib leeg twg noj li ib li piam. Khaws tej khoom xws li khoom noj kos poom los yog khoom noj qhuav, mis nyuj qhuav thiab kos poom kua txiv es koj tsev neeg thiaj li muaj yam noj hloov mus los thiab thiaj tau noj xws li niaj hnub.
- Dej haus.** Khaws dej kom txaus rau ib leeg twg haus ib hnub li ib thawv gallon (thawv mis). Khaws nws cia rau lub thawv uas kaw kom tsis pub dim pa thiab hloov nws li 6 lub hlis ib zaug. Khaws cov tshuaj tua kab xws li iodine los yog chlorine bleach cia tau tov rau dej haus thaum cas pees.
- Pam vov, khaub ncaws thiab khaub.** Tej zaum muaj kam siv ntau daim pam vov kom sov. Khaws ib nkawm khaub tuab tuab cia tau rau tsuj tej tsum iav tawg thiab lwm yam uas chob tau.
- Yam qhov cub ua mov noj.** Khaws qhov cub nkav ci nqaj, qhov cub thee, cov zes taws thiab ntais ntawv rau lub sij hawm uas hluav taws ua mov noj tsis khiav.
- Yam siv phij xej.** Khaws tej tshuaj cawm siav, mov noj rau me nyuam mos, thiab rau cov uas noj khoom caiv ncauj kom txaus siv li ib li piam.
- Ciaj.** Yuav tsum muaj tus ciaj xws li tus ntsiv loj ntsiv me los yog tus ntsiv rau tej kav hlau cia tau kaw nkav thiab dej.

Developed by California Office of Emergency Services

yog xav paub xov ntxiv no hu mus rau lub loo kam Office of Emergency Services los yog lub loo kam American Red Cross uas nyob ze ib cheeb tsam ntawm koj.

The Governor's Office of  
Emergency Services  
2800 Meadowview Road  
Sacramento, CA 95832  
(916) 262-1843

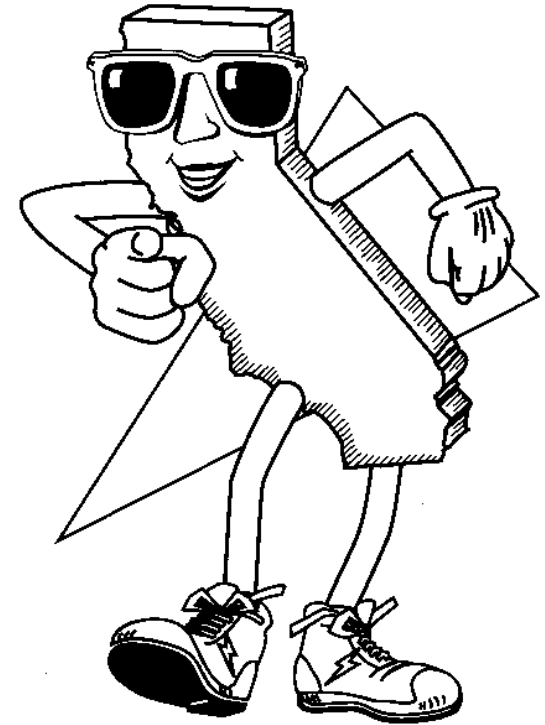
### OES Earthquake Programs

Coastal Region  
1300 Clay Street, Suite 400  
Oakland, CA 94612  
(510) 286-0895



State of California  
Gray Davis, Governor

# Hluas ua ntej Av qeeg!

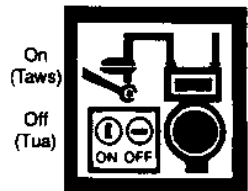


California  
qhov kev npaj  
rau av qeeg

Hmong

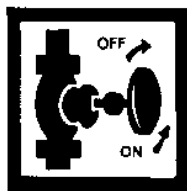
## Ua ntej av qeeg

- N** Paj ib txoj hau kev txog av qeeg cia rau koj tsev neeg. Npaj koj tus kheej, koj tsev neeg thiab koj lub tsev los ntawm kev sim siv tej yam li nram qab no.
- Txiaiv txim siab saib koj tsev neeg yuav sib cuag li cas thiab nyob qhov twg.
  - Xaiv ib tug phooj ywg los yog tus kwv tij uas nyob rau lwm lub lav es tus uas poob zoo ntawm tsev neeg thiab li tau hu xov tooj qhia saib nws nyob qhov twg thiab nws nyob li cas.
  - Paub txog qhov chaw uas yuav tsis raug xwm txheej hauv txhia lub chav tsev: nyob hauv lub qab rooj tawv tawv, los yog nyob nruab nrab ntawm ob sab phab ntsa khov khov.
  - Paub txog qhov chaw yuav muaj xwm txheej: xws li nyob ze qhov rai, tsom iav, tej yam khoom uas dai, lub qhov cub rauv taws thiab tej lub rooj tog uas siab thiab tsis khov.
  - Kev sim. Muab kiag koj tus kheej sim mus nyob hauv qhov chaw uas yuav tsis raug xwm txheej ntawd.
  - Kawm kom paub kho cawm siav qho me ntsis thiab kawm ua CPR (kev cawm siav xws li mias lub hauv siab kom muaj cua nkag mus rau hauv cov ntsis) los ntawm Red Cross lub chaw los yog lwm qhov chaw uas muaj xyauwm kawm ntawd.
  - Khaws daim ntawv uas muaj cov lej xov tooj ntaus rau thaum muaj xwm txheej kub.
  - Kawm kom paub kaw nkav, kaw dej thiab hluav taws xob thaum lub sij hawm uas txoj hlua cab xo puas. (rau kev nyab xeeb: tsis txhob sim zes tus nplaim nkav. Hu rau lub bos liv xav).



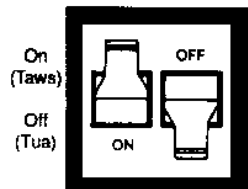
On (Taws)  
Off (Tua)

Gas Valve  
(Lub ncauj nkav)



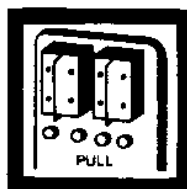
Off (Tua)  
On (Taws)

Water valve  
(Lub ncauj dej)



On (Taws)  
Off (Tua)

Circuit Breaker  
(Chov txiav fai fab)



Pull (Rho)

Pull-Out Cartridge Fuse  
(Rho tawm lub txuas fai fab)



Water Heater  
(Lub rau dej kub)

- Tshuaj xyuas lub ru qhov chaw rauv taws, ru tsev, tej phab ntsa thiab tej txheem lub tsev saib puas khov. Kom paub tseeb tiag tias koj lub tsev ntsia nrog cov cag tuav lub tsev.
- Khi lub thawv rau dej kub thiab tej khoom siv loj uas yuav txav mus los tau es yuav ua kom tej xov tooj cab hluav taws xob mus los ntawd puas.
- Khaws tej yam khoom uas tawg tau thiab tej yam nyhav nyhav rau theem hauv qab lub tsee.
- Cam tej rooj tog uas siab siab thiab nyhav uas yuav vau tau xws li lub tub rau ntawv, tub rau tai diaiv los yog tub teeb raws phab ntsa.
- Kho tej paj ntoo uas cog rau hauv tsev thiab tej daim duab nyhav dai tim phab ntsa los yog tej tsom iav kom khov (qhov tseem ceeb xws li nyob saum txaj).
- Ua liaj rau tej qhov rooj tub kom nws kaw thaum lub sij hawm av qeeg.
- Khaws tej khoom uas zes tau hluav taws los yog tej kua lom tau xws li tshuaj pleev tsev, tshuaj txuas ua kab los yog tej tshuaj ntxuav tsev dej cia rau hauv lub tub los yog rau qhov chaw uas xyuam xim theem hauv qab.
- Khaws tej khoom siv rau thaum muaj xwm txheej kub xws li mov noj, dej thiab khoom lwm yam uas yog teeb nyem, lub xov tooj cua uas nqa mus los yooj yim es muaj roj teeb ob peb khub npaj nrog, tshuaj noj, tshuaj siv cawm siav thiab khaub ncaws hnay.

## Lub sij hawm av qeeg



**Y**og hais tias nyob hauv tsev, nyob twj ywm hauv tsev. Nkag mus nyob hauv qab rooj los yog sawn ntawm ces kaum tsev. Yog nyob nraum zoov, mus nyob rau thaj tsam qhib lug uas deb ntawm tej ntoo, tej lub tsev siab, phab ntsa los yog xov tooj hluav taws xob.

Yog nyob hauv lub tsev siab siab, txav deb deb ntawm tej qhov rai thiab lub qhab ntsa puab tom ntug. Nkag mus nyob hauv qab rooj. Tsis txhob siv tus ntaiv fai fab.

Yog tab tom tsav luv, tsav mus rau ntawm sab ntug kev thiab nres. Tsis txhob nres ze qhov cab xov tooj hluav taws xob los yog hauv qab choj. Nyob twj ywm hauv lub luv txog thaum av co tag.



Yog hais tias nyob rau qhov uas muaj neeg coob coob tom tej chaw pej xeeb tug tsis txhob maj ceev nrooj mus ntawm lub qhov rooj. Txav deb deb ntawm tej tub tsom iav rau khoom cia saib uas vau tau ntawd.

## Tom qab av qeeg tag



**T**shuaj xyuas saib puas raug mob. Pleev tshuaj kho qhov me ntsis rau tej raug mob. Tsis txhob muab tus uas raug mob nyhav ntawd txav tawm tsuas ntsai nws yuav raug xwm txheej tam sim xwb.

Tsis txhob siv lub xov tooj tam sim tsuas yog muaj tus raug mob hnyav thiab kub hnyav xwb.



- Mus yos xyuas tej yam uas yuav ua kom muaj xwm txheej tuaj;

- Mus kuaj xyuas nkav thiab dej xau, tej xov tooj hluav taws xob uas tu los yog tej kav dej tsev tawm rooj uas tawg. Yog hais tias muaj qhov puas no ces kaw pem hauv paus rau.
- Kuaj xyuas lub tsev saib puas muaj xwb pleb thiab puas dab tsi, xyuas lub ru tsev, lub ru chaw rauv taws thiab qhov txheem lub tsev.

- Kuaj xyuas cov mov noj thiab tej dej uas khaws cia ntawd. Dej siv thaum muaj xwm txheej kub nyaj yuav muab tau los ntawm lub thawv rau dej kub, rhaub cov dej nkoog (ice), dej nyob rau lub thawv ntxuav tawm rooj thiab dej los ntawm tej kos poom zaub.

- Qhib koj lub xov tooj cua mloog txog kev qhia saib yuav ua li cas thiab mloog txog xov tooj ceeb toom. Yuav tsum koom tes nrog cov saib xyuas kev nyab xeeb rau pej xeeb sawv daws.

- Tsis txhob siv koj lub luv tsuas ntsai yog xwm txheej kub xwb. Cia tej kev rau cov luv xwm txheej kub tau siv.

- Npaj tos rau tom qab av qeeg rov qab tshee thaum nws nqaawm los.

- Nyob twj ywm thiab nqis tes pab lwm tus.

- Yog koj tshais mus rau lwm qhov, sau ib daim ntawv lo rau hauv koj lub tsev qhia rau koj tsev neeg saib yuav nrhiav koj qhov twg tau.