



### Великий Орегон встряхнет

Орегон находится в зоне землетрясения. В то время как потенциальные опасности землетрясений зависят от вашего местоположения, вы можете быть где угодно, когда землетрясение ударяется - дома, на работе, в школе или даже в отпуске.

Great Oregon Shake Out - это ежегодная возможность практиковать, как быть более безопасным во время больших землетрясений. Shake Out также был организован для того, чтобы побудить вас, ваше сообщество, вашу школу или вашу организацию рассмотреть и обновить планы и поставки для обеспечения готовности к чрезвычайным ситуациям и обеспечить ваше пространство во избежание повреждений и травм.

Почему важно делать капли, прикрывать и удерживать, тренировать? Чтобы быстро реагировать, вы должны часто практиковать. У вас могут быть только секунды, чтобы защитить себя от землетрясения, прежде чем сильное дрожь сбивает вас с ног - или что-то бросает на вас. Практика помогает вам быть готовыми ответить.

Миллионы людей во всем мире будут практиковаться, как бросить, прикрыть и удерживать в 10:19 утра 19 октября \* во время Великих тренировок по сейсмостойке ShakeOut!

Орегонианцы могут присоединиться к ним сегодня, зарегистрировавшись на Великий Орегон ShakeOut 2017 года. Участие - отличный способ для вашей семьи или организации быть готовым выжить и быстро восстановиться из-за больших землетрясений - где бы вы ни жили, не работали или не путешествовали. Чтобы зарегистрироваться и найти множество ресурсов для обеспечения готовности к стихийным бедствиям, обратитесь к координатору резидентов или посетите сайт [www.shakeout.org/oregon/](http://www.shakeout.org/oregon/)

### Шаги для готовности

1. Знайте, какие чрезвычайные ситуации могут произойти в вашем районе, и подумайте о том, как выглядят ваши окрестности после того, как они произойдут.
2. Подумайте, что вы сможете сделать и какую помощь вам может понадобиться до, во время и после чрезвычайной ситуации.
3. Сделайте свою собственную группу поддержки семьи, друзей, родственников, соседей, соседей по комнате, поставщиков медицинских услуг и людей, с которыми вы работаете, и которые могут помочь вам в экстренной ситуации.
4. Составьте список аварийной информации, чтобы другие знали, кого звонить, если они найдут вас без сознания, не смогут говорить или если вам нужно помочь вам быстро покинуть свой дом.
5. Составьте список медицинской информации с именами и номерами телефонов ваших врачей, вашими лекарствами, сколько вы принимаете и ваши медицинские условия.
6. Постарайтесь держать с собой семидневный запас лекарств и наполните свои рецепты как можно раньше. Попросите вашего врача или фармацевта, что вам следует делать, если вы не можете получить больше сразу.
7. Заполните контрольный список, чтобы убедиться, что план экстренной помощи охватывает все проблемы, которые могут возникнуть у вас.
8. Храните комплект аварийного питания в своем доме. Включите питание, воду, аптечку, адаптивное оборудование, батареи и принадлежности для ваших питомцев или обслуживающих животных.
9. Сделайте свой дом более безопасным, проверив коридоры, лестничные клетки, дверные проемы, окна, мебель и другие области для проблем, которые могут помешать вам безопасно покинуть здание во время

# ННА Обзор Резидента

**СПАСИБО НАШИМ ПАРТНЕРАМ:** *Northwest Children's Outreach*



Northwest Housing Alternatives хотели бы поблагодарить Northwest Children's Outreach (NWCО) за помощь семьям с детьми в возрасте от 0 до 18 лет, проживающим в ННА комплексы!

NWCО предоставляет пожертвованные (мягко используемые и новые) одежду, обувь, игрушки, небольшую мебель, предметы гигиены и многое другое для детей в возрасте 0-18 лет!

Если вы нуждаетесь в товарах для своих детей, обратитесь к своим координатору резидентных служб!

## **Oregon Lions Club & LEAP**

Орегонские Lions in Service Hotline - отличный ресурс, чтобы узнать о глазных экзаменах и очках. У большинства людей с проблемами зрения возникает

некорректированная ошибка рефракции, очень распространенное и исправляемое состояние. Лаборатория оптической отделки LEAP обслуживает клубы во всех Районах, и их миссия состоит в том, чтобы помочь Lions Keep the Promise, предоставляя высококачественные недорогие очки для обслуживания нуждающихся.

Цели LEAP имеют подходящие взрослые, удовлетворяющие критериям дохода в районе Lions Multiple District, включая все штаты Орегон. Их целью является то, что LEAP Lab станет более экономичным выбором для клубов Львов, чтобы обслуживать больше людей. Лаборатория усиливает обещание Львов, сделанное Helen Keller, чтобы служить Knights of the Blind. Человек получит свой рецепт через местного врача с помощью Львов или через реферал к Legasy. Затем лаборатория сделает очки и корабль на свое место.

Чтобы получить доступ к этой программе, заявители должны позвонить в Lions in Service по телефону (971) 270-0203 или отправить по электронной почте их контактную информацию и запросить lionsclubsreferrals@olshf.org. LIONS Волонтеры будут ссылаться на вышеупомянутые звонки и электронные письма в соответствующий клуб, который затем предоставит заявку.

## **Опрос Спасибо.**

Спасибо всем, кто ответил на наш опрос-резидент 2017 года! Мы слышали отзывы от почти 400 из вас и используем ваши мысли и идеи для улучшения предлагаемых нами услуг.

В нашем следующем информационном бюллетене мы предоставим обзор результатов опроса. Тем временем, пожалуйста, сообщите координатору службы поддержки резидентов, есть ли у вас какие-либо вопросы или вы хотите получить дополнительную информацию о нашем ежегодном процессе опроса.