

Bellevue 市 灾难恢复 网络

引导员指南



宗旨

本引导员指南旨在帮助您在所在社区主持召开 Disaster Resilience Network (灾难恢复网络, DRN) 研讨会。本指南提供为期两天的会议相关指导, 以及随附的演示文稿幻灯片和工作表。如果您对相关材料有任何疑问, 或希望参加引导员培训, 请联系 Bellevue 市 Office of Emergency Management (应急管理办公室), 邮箱地址为 oem@bellevuewa.gov。

DRN 研讨会计划分成两场, 每场会议持续一个半小时。为了获得最佳效果, 我们建议您的社区完成这两场研讨会。不过, 完成任何部分都将有助于提高您所在社区的灾难准备和恢复能力; 因此, 请您根据具体情况酌情选择。

在浏览本指南的过程中, 您会发现有些内容需要**大声朗读**, 而其它内容则旨在引导您如何协调展开讨论。随附的幻灯片和工作表, 有助于以视觉和互动的方式强化关键概念。

- **“大声朗读”部分** (粗体文本) 应直接对参与者说出, 用于介绍主题并引导讨论。
- **“引导员须知”部分** (标准文本) 供您参考, 并提供关于掌控节奏、引导讨论和管理活动的提示。
- 在适用情况下, **建议的时间分配**会列在各部分标题的旁边, 帮助您按时完成活动并确保均衡讲解。



第一天:构建灾难恢复网络

简介

▶ 引导员须知

首先打开随附的 PowerPoint。引导员指南中的每个部分都有相应的幻灯片。这是一个可选内容,只是为了增强研讨会体验,但它不是必需的内容。

大声朗读

欢迎参加灾难恢复网络研讨会。通过研讨会,您将培养灾备技能,并将个人技能或知识转化为社区资源。本次研讨会结束后,社区将做好更充分的准备,在灾难发生时照顾彼此并更有效地进行灾后恢复。

▶ 引导员须知

请切换到随附的 PowerPoint 中的“议程”幻灯片。

大声朗读

灾难恢复网络研讨会计划分成两场,每场会议持续一个半小时。在今天的研讨会中,我们将构建灾难恢复网络的基础。我们首先学习当地的灾害风险和应急准备的基本概念。然后,我们通过一系列小组活动,开始建立对恢复网络至关重要的个人和社区联系。

应急准备概述(10 分钟)

▶ 引导员须知

在随附的 PowerPoint 演示文稿中,您可以开始查看“应急准备概述”部分。PowerPoint 的演讲者备注中提供了脚本,可帮助引导您完成讲解。如果不展示 PowerPoint,则可以跳过此步骤。

在介绍“应急准备概述”之后,演示文稿将转换为视觉指南,供您在接下来的会议中使用。在推进研讨会流程步骤时,您可以继续浏览幻灯片。

材料

- 随附的 PowerPoint 演示文稿(可选)
- 记事本
- 第一天工作表
- 钢笔/铅笔



建立社区(10 分钟)

► 引导员须知

开始跟参与者一起讨论如何定义社区。让参与者将讨论结果记录在其工作表中。

大声朗读

现在,我们已准备好开始构建灾难恢复网络。若要构建灾难恢复网络,首先需要确定社区边界。定义社区边界有助于确定哪些人员和哪些事物处于管辖范围内,以及确定在当前构建的网络中应该考虑哪些因素。

建立社区时需要考虑的因素:如何定义社区?

- 主要特征
- 地理边界
- 包含哪些建筑物?

创建角色与小组(10 分钟)

► 引导员须知

理想情况下,每个小组都指定一名社区协调员,负责推动社区内未来的应急准备工作。

大声朗读

现在是时候指定社区内的一些角色,以简化当前和未来的应急准备工作。我们必须决定的第一个角色是社区协调员。此人将负责组织未来的社区应急准备工作,鼓励社区成员参与,并在紧急情况下担任主要联络人。这是一个志愿者职位,并且如果目前没有人愿意担任此职位,则不做强制要求。

在做决定之前,请花点时间讨论一下具体选项。

► 引导员须知

让参与者讨论并决定,由谁来担任社区协调员。如果未选中任何人,则可以暂时不做选择,继续下一步。

大声朗读

我们现在将决定社区协调员。谁自愿担任此职位?

► 引导员须知

在指定社区协调员之后,可以将研讨会参与者分成多个工作组,或一个紧密团结的小组。如果聚集的人数超过 10 人,则建议根据社区中的街区/楼层来分成多个小组。如果聚集的人数少于 10 人,则可以保持一个小组。

大声朗读

无论是否有社区协调员，我们现在都可以分成几个小组，开始构建灾难恢复网络。将根据街道/街区/楼层来组建这些小型工作组。

了解灾难恢复网络(10 分钟)

大声朗读

鉴于工作组已经成立，是时候让大家互相认识了。大家可以先自我介绍，说明自己参加本次研讨会的原因、各自的联系方式以及居住地（请仅分享您愿意透露的内容）。在工作组内四处走动时，可以填写工作表中的联系人卡片。未经参加者同意，不得与他人共享研讨会期间记录的任何个人信息。

▶ 引导员须知

请留出五到十分钟时间，让小组成员进行自我介绍并填写联系人卡片。

大声朗读

鉴于已完成介绍，现在是时候指定工作组内的各个角色了。每个小组需要选出一名工作组代表；该名代表将代表所在工作组进行分享和演示，并在发生危机时协助将关键信息传达给社区协调员。还需要选出一名记录员，以便在社区讨论和未来会议期间协助做好会议记录。

▶ 引导员须知

请再留出五分钟时间，让工作组选出一位工作组代表和一位记录员，然后进入下一个部分。

构建灾难恢复网络(25 分钟)

大声朗读

现在，我们将进入工作表的技能和知识共享部分。在这项活动中，每个工作组将确定灾难恢复网络中每个成员拥有的可能有助于灾难响应的技能和设备。

▶ 引导员须知

请留出 15 分钟时间，让参与者填写工作表的这个部分并在组内分享。

大声朗读

小组确定了所需的社区设备、技能和知识之后，即可进入工作表的“社区需求”部分。



请务必谨记,灾难对每个人的影响并不相同。某些人可能因行动不便而无法撤离,而另一些人可能需要持续供电来为关键医疗设备供电。每个人的实际情况各不相同,并且可能需要一些额外的支持才能安全地应对灾难并从中恢复。

小组成员应四处走访,确定在灾难期间可能需要额外支持的家庭。如果不方便透露,可以不提供此类信息,您可以根据自己的喜好提供模糊或详细的信息。

► 引导员须知

请留出 10 分钟时间,让参与者填写工作表的这个部分,然后进入下一个部分。

共享灾难恢复网络(15 分钟)

► 引导员须知

这个部分让各个工作组有机会分享其在上一项活动中收集的信息。如果您已组建工作组,则可以进入下一个部分。

大声朗读

到目前为止,您已经记录了重要的社区联系人信息,讨论了可以共享的设备和技能,并且确定了在灾害期间可能需要额外支持的家庭。接下来,我们将把这些发现汇总成一份共享文档,供所有社区成员查看。这将建立基本层次的社区应急准备。

现在,请花点时间与工作组成员一起确定在上一项活动中记录的三到四种关键资源。

现在,我们在会议室绕行一圈,以便听取工作组代表分享其各自小组的亮点。社区协调员应在文档上做笔记,文档在研讨会结束后可供大家共享查看。

研讨会结束

► 引导员须知

今天的灾难恢复网络研讨会即将结束。如果您尚未安排参加社区的第二次研讨会,请在本次研讨会结束后抽时间安排一次。

大声朗读

感谢您参加第一天的灾难恢复网络研讨会。我们希望您能够与社区建立联系,并加强社区的应急准备工作。我们期待您参加第二天的研讨会,届时我们将在今天研讨会的基础之上,制定社区灾难应急准备计划,并根据灾难情景检验计划是否有效。

如果您对本次研讨会有任何疑问或意见,请随时联系我。再次感谢您的参与,期待在下一次研讨会上与您相见。

第二天:制定计划

简介:

▶ 引导员须知

在研讨会开始之前,请准备好随附的第二天 PowerPoint 演示文稿,并将相应的工作表发给参与者。

材料

- 随附的 PowerPoint 演示文稿(可选)
- 记事本
- 钢笔
- 第二天工作表
- 情景卡片

大声朗读

欢迎参加第二天的灾难恢复网络研讨会,今天的会议大约持续一个半小时。在上一次的研讨会上,我们大家认识了社区成员,了解了各自的应急需求和应对能力。今天的会议侧重于讨论如何将已建立的灾难恢复网络转变为集体应急准备计划。制定计划后,我们将通过灾难情景游戏,检验这些计划和灾难恢复网络的效果。

灾难恢复网络复习课程(5 分钟)

▶ 引导员须知

如果您的社区之前曾分成多个工作组,请让参与者在第二次会议期间重新建立这些小组。让参与者重新进行自我介绍,查看上一次会议的工作表,以及在适用的情况下,将新的社区信息添加到工作表。

大声朗读

首先,让我们与工作组成员重新建立联系,重新进行自我介绍,并了解彼此的最新情况。请花点时间查看上一次研讨会期间填写的工作表,并回顾已确定的人员、技能和需求。您可以随时将全新或更新的信息添加到自己的“第一天工作表”中。

制定计划(25 分钟)

▶ 引导员须知

如果参与者没有组建工作组,请大家以整个小组为单位,共同起草计划并确定重点内容,以便制定最终计划。

大声朗读

鉴于我们有机会了解最新情况,则可以开始制定社区应急准备计划。这项计划由沟通计划、照顾计划和团聚计划组成。

首先,沟通计划应概述社区在灾害期间或之后相互联系的不同方式。其次,照顾计划将指导社区中哪些人可能需要额外援助,以及如何最好地满足他们的需求。最后,团聚计划将概述社区成员在灾害后可以安全团聚并互相慰问的多个地点。

在工作组中,请使用各自的工作表和引导性问题,起草这些计划的构想。完成后,我们将齐心协力,运用计划草案中的重点内容,制定一份社区应急准备计划。请务必谨记,应急准备计划并不是万能解决方案。每场灾难都会带来不同的挑战。应急准备计划应提供灵活的指导,而非僵化的计划。

共享计划(20 分钟)

► 引导员须知

这个部分让工作组有机会与更大型的小组分享其计划要点。如果您的社区没有分组,则可以跳过这个部分,直接进入情景游戏。

大声朗读

鉴于每个小组都已完成了各自工作表中的沟通计划、照顾计划和团聚计划草案,接下来,是时候将这些计划整合在一起,制定一份共同的社区应急准备计划了。

请在工作组内部花几分钟时间,找出规划工作中的四个优势。



► 引导员须知

让社区协调员在白板或共享文档中记录每个小组的亮点。请务必按计划类型进行整理:沟通、照顾和团聚。

大声朗读

现在,我们在会议室绕行一圈,让工作组代表分享其各自计划的优势...

► 引导员须知

让社区协调员记录最终的计划项目清单。

大声朗读

现在,我们将仔细研究已编写的优势清单,并通过小组讨论来决定将哪些要素纳入集体应急准备计划。研讨会结束后,将通过电子邮件发送最终的社区应急准备计划。

情景游戏(30 分钟)

▶ 引导员须知

现在,我们将通过情景游戏来检验灾难恢复网络的效果。游戏将包含一个需要您大声朗读的场景,以及发给每个工作组的情景卡片。这些卡片包含一段叙述,为情景中的参与者提供思考的起点。最后,工作表包含一些引导性问题和笔记空间,可以帮助参与者理解和应对情景。

大声朗读

现在我们已经构建了灾难恢复网络且制定了应急准备计划,是时候对它们进行检验了!我们将检验它们在灾难情景中的效果。情景完全是理论性的描述,专为本次研讨会而设计。请运用您所学到的知识和已创建的网络来应对灾难并从中恢复。我现在开始朗读情景...

▶ 引导员须知

您现在可以朗读场景

大声朗读

第一天 - 国家气象局发布了极端高温预警。当预计或正在发生极端危险的高温天气时(尤其是在白天最热的时段),才会发布该预警。

第七天 - 本周高温持续不断,最高气温达到 110 华氏度(约 47 摄氏度),最低气温为 75 华氏度(约 23 摄氏度)。由于持续的极端气温,当地基础设施已受到影响。I-5、I-90 和 405 号公路的路面在高温压力下开始弯曲开裂,导致通行困难。电线熔化引发了间歇性和局部停电,导致人们无法给房屋降温或冷藏食物。

▶ 引导员须知

将彩色情景卡片发给每个小组。

大声朗读

现在,您可以从分发的情景卡片中随意抽取一张卡片。每张卡片都包含一个故事,讲述您的家庭受到了怎样的影响,以及您可能需要哪些援助。在尝试解决所述情景时,请使用灾难恢复网络和应急准备计划来指导您构思可行的应对措施。请尽量从实际情况出发,并考虑所有可用的资源。

抽取卡片之后,请使用工作表中的引导性问题,开始讨论您将如何应对所述情景。

▶ 引导员须知

小组结束情景讨论之后,请留出时间让工作组分享和讨论各自的经验教训。

大声朗读

现在,我们在会议室绕行一圈,让工作组代表分享一些从其各自场景讨论中学到的经验。

▶ 引导员须知

以下是情景的一些可能结果。利用它们来促进讨论。

- 灰色玩家的房子用来在大冰箱和冰柜中储存易腐烂的食物
- 白色玩家用自己的皮卡将风扇和空调运送到有电的房屋
- 黄色玩家带着狗去邻居家有电的房屋
- 有车的玩家帮助蓝色玩家去医院就诊
- 有车的玩家帮助粉色玩家及其家人到达有电的房屋
- 玩家探望紫色玩家并帮助其到达有电的房屋
- 橙色玩家将药物送到有电且冰箱可用的房屋



未来考虑事项(5 分钟)

大声朗读

即便已填写工作表和完成情景活动,仍然需要努力构建一个具有韧性的社区。分享和扩展灾难恢复网络是促进社区健康和安全的重方式。当你结束本次研讨会后回到家中,请与家庭成员以及那些无法参加研讨会的人们分享你创建的应急准备计划。

请谨记,随着时间的推移,您所在的社区将会改变和发展。更新社区的灾难恢复网络,是保持其有价值、切实可行的关键。

- 更新联系人信息
- 添加已掌握的新技能和知识
- 将新成员添加到网络
- 移除已退出网络的成员

感谢您参加研讨会,与我们一起构建社区灾难恢复网络。我们希望本次研讨会能够帮助社区成员更加紧密地团结在一起,并为 Bellevue 市可能面临的灾难做好更充分的准备。

