



## 如何从联邦应急管理局和保险公司获得帮助

### 写下您所有的损失以及你现在需要什么。

例如：衣服、汽车、冰箱、沙发、椅子和床。您可能还需要一个新的、安全的住所及租金补助。还应包括您的健康需求，例如药品或助行器。

### 在截止日期前申请联邦应急援助。

在线：[disasterassistance.gov](https://disasterassistance.gov) 或 FEMA 手机APP程序  
电话：800-621-3362  
截止日期为灾害宣告后 60 天。

### 拍摄所有损坏的照片。

在清理之前做这项动作。

### 在您的住所与联邦应急管理局或保险检查员会面。

和他们一起参观您的住所，向他们展示和指出所有的损害。告诉他们您失去的一切。如果有图片，请分享。让他们把所有的细节都写下来。如果检查员没有记录损坏情况，您可能无法获得帮助。

### 准备一本灾难笔记本。

跟踪记录您做的每一步。列出您的保险和联邦应急援助申请号。列出您的所有通话、日期、电话号码、与您通话的人员以及他们跟您的通话内容。

### 保留您修理、更换或租赁的任何物品的收据。

您稍后可能需要这些来展示和证明您将 FEMA 或保险金用在了必要且正确的事情上。

### 将所有重要文件保存在安全的地方。

可在当地图书馆扫描包括：租赁、销售单、账单、收据、取消的支票以及任何与联邦应急管理局、小型企业管理局或任何其他机构的信件。

### 经常在线检查您的 FEMA 帐户。

您可以选择通过电子邮件、电话和/或短信获取实时更新。灾难发生后，您可能会频繁搬家。如果您搬家，请告诉 FEMA。经常在网上检查您的 FEMA 帐户，因为您可能因搬家而收不到信件。您还可以致电 FEMA 进行询问和检查。

### 申请被拒绝？在截止日期前提出上诉。

自 FEMA 信函发出之日起，您有 60 天的时间提出上诉。以下律师热线可以帮助您提出上诉。

### 如果 FEMA 因为检查员没有列出您的所有损坏而拒绝您提供帮助，请要求重新检查。

### 致电我们。

我们有免费律师可以帮助解决 FEMA 申请、延误、上诉或其他法律问题。

**申请帮助：  
800-433-6251 或 [nlsla.org](https://nlsla.org)**

**联邦应急管理局热线：  
800-621-3362**