

應急 準備 手冊

社會保障房屋住戶須知



INNER SYDNEY VOICE
regional social development council

目錄

為什麼要做好應急準備？	3
重要電話號碼	4
第1步：認識應急標誌	6
第2步：哪些情況會影響你？	12
第3步：立刻計劃	16
第4步：了解情況	18
第5步：互幫互助	19
檢查清單	20

© Inner Sydney Voice 2020

本手冊由Inner Sydney Voice與雷德芬(Redfern)薩里山(Surry Hills)社區抗逆委員會聯合編撰。我們認為居民對所住地區的認識和社區生活經驗是作出決策的主要考慮因素，因此，我們與社區緊密合作，編寫了本手冊，其中包括如何在緊急情況下作好準備的重要資料。

數家緊急服務機構、政府機構、社區組織和居住在社會保障房屋的人士，與Redfern和Surry Hills社區抗逆委員會協調，共同編撰了本手冊。

若需領取手冊，或取得使用許可，請聯絡Inner Sydney Voice:

電話：(02)9698 7690

電郵：admin@innersydneyvoice.org.au

www.innersydneyvoice.org.au



CITY OF SYDNEY



Communities
& Justice



為什麼 要做好應急準備？

緊急事故隨時可能發生，而且往往是在最出其不意的時候突然來襲。洪水、暴風雨、火災和熱浪會損壞住所，迫使你暫時離家。面對這些破壞性事件，我們可以現在就採取一些簡單的措施，減輕隨之而來的壓力和困難。

在緊急情況發生之前需要考慮的要點包括：要知道哪些緊急情況會對你造成影響、計劃好要做的事情、為家居做好應急準備、意識到什麼時候可能發生什麼情況，並準備大家互幫互助。

下面是做好“應急準備”的五步指南。

通過本手冊瞭解更多怎樣可以**即日**做好應急準備的信息。

1.

認識
應急
標誌



2.

哪些
情況會
影響你？



3.

立刻
計劃



4.

了解
情況



5.

互幫
互助



重要電話號碼

危及生命時的緊急聯絡機構



救護車
000



新州警局
000



新州消防和救援服務局
000

重要聯絡機構

可提供建議或援助的機構



**社區和司法部 (房屋) (Department of Communities
and Justice(Housing))聯絡中心**
1800 422 322



新州緊急服務部(NSW SES)
132 500



悉尼市議會(City of Sydney Council)
02 9265 9333
council@cityofsydney.nsw.gov.au



Inner Sydney Voice
02 9698 7690



社區對口服務部(Counterpoint Community Services)
02 9698 9569

我的重要電話號碼名單

在緊急情況下需要聯絡誰？（例如照護者、支援工作人員、親戚、朋友、家人、醫生、藥劑師、緊急聯絡人等）

[illegible]

1. 認識應急標誌



你需要知道家裡有什麼安全裝置、這些安全裝置可以怎樣幫到你，以及在緊急情況下它們如何能保護你的家居和你本人。

疏散圖示

Life safety Plan

R	A	C	E
Remove people in immediate danger	Alert Others - Raise the alarm	Close the door	Evacuate to assembly area

Evacuation Procedure

1. Remain calm. Do not Panic.
2. Leave building. Do not use lifts.
3. Proceed to assembly area.
4. At assembly areas call 000.
5. Remain there until otherwise directed by emergency services.
6. Always keep escape paths free of obstacles.

IN AN EMERGENCY DIAL 000

96 GIPPS ST, BEGA

Legend:

- Evacuation route
- Exit
- Fire Blanket
- Fire Extinguisher
- Assembly Point
- Fire Indicator Panel
- You Are Here

LOCATION MAP

一般來說，如果你所住的樓宇超過3層，大門背後會貼著一張建築平面圖。

這張圖顯示了在緊急情況下，從你家安全到達樓外集合區應該走的疏散路線，你和鄰居在那裡一起等待緊急服務機構處理事故。

你要迅速及冷靜地前往集合區，這點非常重要。所以你應看清地圖，熟悉應去的地方和有關路線。

緊急服務人員（警察、消防和救援人員、州緊急服務人員）將在現場協助、指揮大家怎麼做。社區和司法部房屋管理處的工作人員（也就是大家的客戶服務專員）也可能參與協調——特別是在工作時段發生緊急事件的時候。

如果你居住地方的疏散圖有損壞、模糊看不清或已掉失，請通知客戶服務專員或致電房屋聯絡中心，以便更換。說不定哪天就要用上它呢！

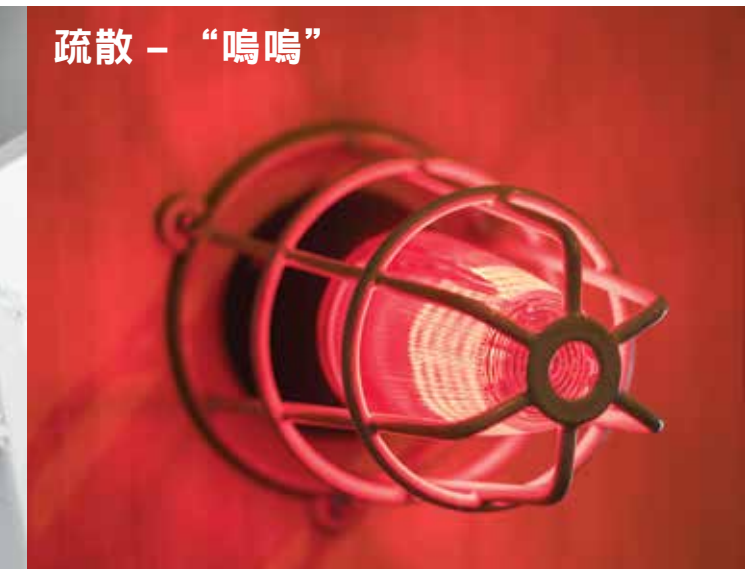
一旦到達集合區，你需要留在那裡，直到情況安全才可以離開。緊急服務人員會告訴大家什麼時候可以回家及怎麼回家。客服專員也可能在場提供幫助。

警報聲



警報 — “嗶嗶”

提醒可能發生了緊急情況。要做好疏散準備。



疏散 — “嗚嗚”

聽到這個聲音時，要立即從最近的安全出口撤離大樓，前往集合區。



疏散 — 持續鳴響

你住的大樓可能還安裝了持續鳴響的火警鈴。

2. 哪些情況會影響你？

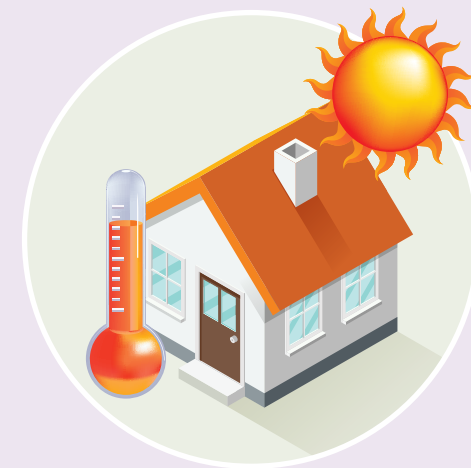


想一想你居住的地區有哪些緊急情況會對你有影響。



暴風雨

暴風雨隨時可能發生，豪雨、大風、冰雹和閃電都能造成破壞。暴風雨亦可以損毀樹木、電線、屋頂、窗戶和戶外物品。小溪、河流和其它水道的水會迅速上漲，引致通常沒有被淹沒風險的地區也可能洪水氾濫。



熱浪

熱浪或長時間的酷熱天氣會嚴重影響人們的健康。你可能會因為酷熱出現抽搐、極度疲乏甚至中暑。如果你有慢性疾病，你的身體狀況可能會在天氣炎熱期間惡化。

事前如何準備？



收聽當地電台和其它媒體的天氣預警。ABC 702是州緊急服務部的洪水和風暴廣播服務電台。



選一個沒有窗戶的房間作為避難處。



把車停泊在有頂棚遮擋的地方，遠離樹木、電線或可能漲水的排水道口。

暴風雨期間如何應對？



關好百葉窗/拉上窗簾，遠離窗戶。



帶好孩子和寵物一起留在室內。



如果被困在戶外，要躲避雷電、冰雹、掉落的樹枝和上漲的洪水。



固定陽臺上可能被風吹走的零散物品。

需要幫助？

新州緊急服務部的志願者可以提供緊急救援及臨時協助，防止你的財物進一步受損。如需緊急協助，請撥打新州緊急服務部電話132 500。如果是涉及房屋維修和保養的問題，請聯絡社區和司法部（房屋）聯絡中心，電話1800 422 322。

事前如何準備？



早上就拉上窗簾、關上百葉窗並打開遮陽篷，盡可能擋住陽光進屋。



檢查雪櫃、冰箱、風扇和冷氣機，確保全部正常運作。



在不影響安全的情況下盡量讓家裡適當通風。



可以買一些冰涼袋放在雪櫃或冰箱，需要時用來降溫。



請諮詢醫生有關酷熱天氣會如何影響你的用藥或病症。

需要幫助？

氣象局預測到熱浪來襲時會通報新州衛生部。新州衛生部將通過媒體發出警告和建議，通知受熱浪影響地區的地方議會。遇上生命攸關的情況時，請即撥打三個零（000）要求派救護車。

熱浪期間如何應對？



搭乘涼爽的交通工具，例如公共或社區公交車，去社區“避暑場所”。圖書館和購物中心都有寬敞的冷氣調節空間，你可以到那裡暫作休息避熱。



小口多喝涼水。用涼水洗淋浴、缸浴或擦浴。



在腋下、大腿根或後頸墊上涼袋，給身體降溫。



多喝水，以免脫水。避免喝茶、咖啡或酒。

2. 哪些情況會影響你？



想一想你住的地方和有哪些緊急情況會對你有影響。



火災

煮東西時無人看管是新州家庭發生火災的主要原因。其它引起火災最常見的原因還有暖爐、蠟燭、氣瓶、爐灶和煙頭起火等。一旦著火，會迅速蔓延。



洪災

市區經常發生閃洪，這種洪水流速極快、無預警，並且極其危險。

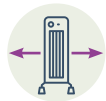
事前如何準備？



煮東西時切勿離開，將易燃品從爐台拿開，不用時關掉爐灶。



吸煙後將煙頭放在深煙灰缸裡摀熄。



將所有東西都放在離暖爐1米之外的地方，離開房間前關掉電源。



定期測試和維修煙霧警報器，確保其運作正常。



保持出口和通道暢通，盡量不要堆積家居雜物。



切勿在消防樓梯放置物品，這是違法行為。



知道你所居住大樓的消防疏散出口的位置。

需要幫助？

若遇有生命攸關的情況，立刻撥打三個零(000) 召叫救護車。

火災期間如何應對？



廚房著火：

關閉爐火（如能安全關火），用蓋子蓋住火焰。

千萬不要用水撲滅油火。

離開廚房，關上門，撥打三個零(000)。



聽到煙霧警報器鳴響，家中著火時：

保持冷靜，迅速行動，叫所有人盡快走到屋外。

利用消防樓梯離去。

一旦離開，就待在外面。千萬不要回到著火的大樓。



保護自己，避免吸入叢林大火的煙霧：

如果你有哮喘，在用藥和控制哮喘方面請遵從醫囑。

多留在室內。關好門窗，防止煙霧進入。

避免室內空氣污染，不要點香煙、蠟燭，也不要熏香。

事前如何準備？



密切關注情況，發現異常立即行動。你可能收不到任何官方發出的洪災預警。



和家人、朋友和鄰居談談在發生洪水時您會怎麼做。



知道從哪些渠道瞭解洪水預警。你可以在手機上下載ABC702應用程式，或者通過用電池的收音機接收州緊急服務部發出的洪水信息。



明確瞭解疏散的路線和時間，以備要求撤離。

洪災期間如何應對？



如果可能發生閃洪，在洪水到來之前疏散是最安全的辦法。



千萬不要駕車、騎單車或步行穿過洪水——找其它方法撤離。



如果被上漲的洪水圍困，找一處堅固的建築，爬到最高處避難。如需救援，立刻撥打000。

需要幫助？

如需緊急援助，請撥打新州緊急服務部電話132 500。

如果遇上生命攸關的情況，立刻撥打三個零(000)。

如果你是聾人，或者有聽障或言語障礙，請通過全國轉接服務部 (National Relay Service) 聯絡新州緊急服務部，並告知接線員你想接通的號碼是132 500。

2. 哪些情況會影響你？



想一想你住的地方有哪些緊急情況會對你有影響。



停電

緊急情況會導致公共服務中斷，如斷電、斷燃氣和斷水。洪水、旋風或其它暴風雨、熱浪和火災等自然災害可會引致電力中斷。



個人/社區受到威脅

個人受到威脅的緊急情況可能會影響你的人身安全。這可能是遇到具有攻擊性、威脅性或暴力性行為的人，或遇到任何其它可能影響你的安全或需要疏散的情況。

事前如何準備？



把你需要用電的物品列出清單。



如果家用電話在斷電時不能使用，可以預留電池備用。



保持手機和其它用電設備完全充電。



帶備手電筒。



給需要受冷的藥物或需要用電的醫療設備做好替代安排。



準備一個用電池的收音機，以便接收ABC702廣播電台的緊急警報信息。

停電期間如何應對？



不要用燃氣爐在家取暖。



拔掉電器和電子設備的插頭，以免電壓遽增造成損壞。



在安全情況下，請往其它地方取暖或降溫。



查看鄰居的情況。



進食不需要冷藏的食物。

需要幫助？

如果你人身安全受到威脅，立刻撥打三個零（000）報警。

我的其它風險：

寫下其他可能影響你安全的風險，以及為此做好準備的安排。

需要幫助？

若遇有生命攸關的情況，立刻撥打三個零（000）召叫救護車。

3. 立刻計劃



坐下來和家人談一談，計劃一下如果緊急事件發生在你們所在的地區該怎麼做。



你對緊急情況的準備如何？

既然你已經熟悉了可能會影響自己的各類緊急情況，那麼請想一想當緊急情況發生時你將會採取的行動。

要作出重要決定，比如何時需要離開、有什麼物件要攜帶以及如何安排寵物。明白自己的能力，需要時盡早尋求幫助。不要拖到最後一刻。緊急事件常常在極少或毫無預警下發生。

即刻計劃，這樣才能知道自己可能會遇到的風險，以及發生緊急情況時該怎麼辦以挽救你的生命、家人的生命乃至於他人的生命，包括你寵物的生命。

制定個人應急預案



1. 如何獲取撤離地點和時間的相關信息？

洪水/暴風雨：

- 新州緊急服務部通過官方網站 www.ses.nsw.gov.au 和當地媒體發佈暴風雨、洪水和海嘯的疏散警告和疏散令。
- 時刻收聽當地廣播電台ABC702有關州緊急服務部的資訊、最新動態和建議。

大樓緊急情況：

- 如果有大樓保安，向其尋求建議。
- 一旦火警鳴響，立即用消防樓梯離開住所前往集合區。



2. 你要去哪裡，怎麼去？

- 盡早移到遠離災區的地方是最安全的做法。
- 要在道路和疏散通道受阻或關閉之前盡早離開。
- 明確知道疏散路線和集合地點。
- 離家前關掉電器和煤氣。
- 與家人或朋友留在安全的地方。
- 疏散中心可為你安排臨時住所，提供經濟幫助、個人支援、茶水膳食、衣物和個人用品，並協助聯繫家人和朋友。
- 如果你需要協助撤離，請提前安排交通。

3. 立刻計劃



坐下來和家人談一談，計劃一下如果緊急事件發生在你們的地區應採取的行動。

準備一個應急工具包



應急工具包應放的物品：

- 藥物/輔助設備
- 重要文件的副本（複印本或以USB保存）
- 隨身攜帶貴重物品和紀念品
- 重要電話號碼，包括近親的電話號碼
- 換洗衣物
- 個人護理用品（牙刷、牙膏、梳子等）
- 一瓶水，一支手電筒以及其它你可能需要的東西

把應急工具包放在容易拿取的地方，按需要記得更換電池和裝水。

撤離時，你可以將藥物、錢包、手機、充電器及等其它重要物品放入應急工具包。

寵物和援助動物



在緊急情況下，保護你的動物是你的責任。你要為它們的安全和福祉做好準備。

做好準備

如果你有養寵物，就應該把寵物納入應急計劃中。

寵物身上要有明確的識別標誌，例如名牌和晶片。根據新州法律規定，市民必須給他們的寵物植入晶片並進行登記。

確保你把動物牽住或把它們放入寵物箱，並攜帶足夠的食物和水。

當緊急情況發生時，動物可能會行為異常，會感受到你所受的壓力，甚至可能驚慌逃跑。盡早帶寵物離開可以免除這個問題。



4. 了解情況



5. 互幫互助



網站



天氣

www.bom.gov.au/nsw/warnings



新州政府

消防和救援服務局、新州鄉村消防服務局、州緊急服務部和警局的信息：
www.emergency.nsw.gov.au/Pages/for-the-community/alert-NSW/warnings-alerts.aspx

新州衛生部的空氣質量信息：

www.health.nsw.gov.au/environment/air/Pages/aqi.aspx



寵物

<https://kb.rspca.org.au/knowledge-base/what-preparations-should-i-make-for-my-pets-in-case-of-an-emergency/>

www.cityofsydney.nsw.gov.au/community/health-and-safety/prepareemergencies/emergency-advice/pets-emergencies



應用程式

紅十字會“做好準備”應用程式(Red Cross Get Prepared)：
www.redcross.org.au/getprepared

“我的房屋”(MyHousing)應用程式可以從App Store或Google Play下載。你可以查看和更新聯絡人資料(包括緊急聯絡人)、申請維修、獲取支援服務等。



廣播

悉尼緊急事故廣播公司AM702：
www.abc.net.au/news/emergency/state/nsw



應急福利組織

加入到你聯絡人清單的重要組織：

- 救世軍(The Salvation Army)：www.salvationarmy.org.au
- 紅十字會(Red Cross)：www.redcross.org.au
- 澳洲Lifeline求助熱線(Lifeline Australia)：www.lifeline.org.au

一個團結互助的社區是你在緊急情況下最寶貴的資源



關心鄰居、樂於助人、花點時間和別人聊聊天，以及伸出友愛之手——這些都是我們可以共同建設一個和睦相處、互幫互助社區的方法。

當遇到突發事件或有緊急情況發生時，一個慣於關心、照顧他人的社區，才最有能力以最佳方式作出應對。

你當地的社區中心是與鄰居、社團建立聯繫的好去處，也是有助你獲得其它服務的好渠道。

如需查找當地的社區中心，請聯絡當地市議會，或致電02 9660 2044聯絡負責管理社區中心的社區服務協會(LCSA)。

建立在緊急情況下可以依靠的人際關係和互助網絡。

做到這點有很多方法：



結識鄰居。在緊急情況下，鄰居會經常交流信息、彼此幫助。



想想你現有的聯繫和社區人脈——這些都是在緊急情況下至關重要的條件。



參與當地社區活動，不斷擴大自己的互助關係網。



檢查清單

我準備好了！
因為...

- ✓ 我清楚周圍的風險 ☐
- ✓ 我制定了個人應急計劃 ☐
- ✓ 我準備了一份緊急聯絡電話名單 ☐
- ✓ 我準備好了應急工具包 ☐
- ✓ 我瞭解疏散路線 ☐
- ✓ 我知道在緊急情況下應該聯絡誰以獲取援助 ☐
- ✓ 我知道怎麼聯絡客戶服務專員 ☐

由州和聯邦自然災害抵禦計劃（Natural Disaster Resilience Program）共同資助。
本文所表達的意見不一定代表新州政府的觀點。

innersydneyvoice.org.au



INNER SYDNEY VOICE
regional social development council