

長者撤離社區須知

Community Evacuation Information for Seniors

在針對山火、水災、塌方、地震和極端天氣等災害進行準備和響應時，需要特別考慮長者的需求。

獨居、生病或殘障的長者將需要特別的支援和緊急救援計畫。

如果我必須在緊急情況下撤離住所，會發生甚麼？

如果您接到警方或 RCMP 的指示，必須從住所或所在社區撤離，您應立即離開。發出這樣的指示，意味著您正面臨危險。

急救機構會提供交通路線和住宿等方面的資訊。

待急救機構宣布安全後再返回，不要擅自行動。

我如何為緊急撤離做好準備？

與至少三人建立起相互信任的支援網絡，在遇到緊急情況時，他們可以協助您。把鑰匙交給這些人，並將其聯繫資料添加至應急計畫中。

您應將自己的健康狀況和服藥情況告知支援網絡裡的其他人士，並教會他們如何操作幫助您行走的特殊醫療設備，例如升降機、輪椅或輪滑車。

事先做好安排，以便在遇到災難時，支援網絡中的其他人士可以立即前來查看您的情況。

我需要準備哪些應急物品？

預先作好計畫並設想在緊急狀況時的個人需要，這一點很重要。想想自己需要哪些物品，並確保能輕而易舉地拿到這些物品，並能將它們隨身攜帶。

緊急生存 72 小時的必需品：

- 水——每人每天需 4 公升飲用水，儲水量應至少滿足所有人三天飲水需求
- 食物——至少滿足三天的進食需求，儲存不易腐爛的食物，以及手動開罐器
- 急救用品
- 行動電話及其充電器、變壓器或太陽能充電器
- 當地地圖，以及一些小額紙幣
- 防塵口罩，這有助於過濾受污染空氣
- 應季的衣物和鞋履
- 垃圾袋、濕巾和塑料封帶，以滿足個人清潔所需
- 特殊用品，例如處方藥、膳食特需品、殘障人士所需的設備，以及您的健康狀況所需的其它用品
- 用電池供電或手動上發條的手電筒，以及備用電池
- 用電池供電或手動上發條的收音機，以及備用電池
- 口哨，以備呼救時使用

- 應急計畫副本，以及包含重要家人、朋友、醫護人員和護工等人員的姓名和電話號碼的聯繫人名單

緊急情況下額外準備的物品：

- 用一個小袋子裝好汽車和房屋的備用鑰匙
- 每個家庭成員換洗用的衣物和鞋子
- 每個家庭成員均要有睡袋或保溫（鋁箔）毯子
- 衛生紙和其它個人護理用品
- 安全手套
- 基本工具，例如槌子、鉗子、扳手、螺絲刀（起子）、固定器、工作手套
- 小型燃料烹飪爐和燃料——按照生產商指示妥善存放

作為應急計畫的一部分，您可能需要一些能放入行李袋中的如下物品，以便隨時攜帶：

- 個人證件和帶有相片的身份證件
- 醫療記錄或健康概要，包括任何慢性病和近期接受的手術
- 服用藥物清單和處方副本

- 備用藥物和維生素補充劑
- 帶有度數的眼鏡和矯形鞋
- 備用假牙和清潔劑
- 助聽器和備用電池
- 走路輔助器材，例如拐杖、助步器和馬桶座墊圈——要考慮自己在緊急情況下能否攜帶或使用這些器材
- 呼吸專用設備
- 大小便失禁護理品

向家人和朋友提供您的朋友、鄰居、機構、醫護人員和護工的聯絡名單。

更多資訊

若要瞭解有關應急響應的更多資訊，請瀏覽：

- 卑詩省應急必備（PreparedBC）：
www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/preparedbc
- 加拿大紅十字會（Canadian Red Cross）：
www.redcross.ca