



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 的指令，必須從住所或所在社區撤離，您應立即離開。接到這樣的指令，意味著您正面臨危險。請遵守當地官員的所有指示，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。將必需品事先放在專用包內，方便您在遇到緊急情況時即刻撤離。

72 小時緊急生存必需品：

- 水
- 食物（可即食）
- 小型急救包
- 特需物品，例如備用眼鏡、處方藥物或其他醫療健康必需品
- 個人洗漱用品
- 手機充電器和行動電源
- 用電池供電或手動上發條的收音機
- 用電池供電或手動上發條的手電筒
- 備用電池
- 應季衣物、鞋，應急毛毯
- 口哨，以備呼救時使用
- 筆、小筆記本
- 當地地圖，事先標注好家人的會面地點

- 一些小額紙幣
- 應急計畫副本
- 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

其他物品:

- 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
- 備用假牙和清潔劑
- 助聽器和備用電池
- 步行輔助器，例如手杖或助步器
- 呼吸專用設備
- 大小便失禁護理品

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):
www.preparedbc.ca
- 加拿大紅十字會 (Canadian Red Cross):
www.redcross.ca

如需查找有關更多話題的HealthLinkBC文檔，請瀏覽www.HealthLinkBC.ca/healthfiles網頁，或訪問您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請訪問www.HealthLinkBC.ca，或致電**8-1-1**（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電**7-1-1**。若您需要，我們亦可提供**130**多種語言的翻譯服務。