



BRITISH  
COLUMBIA

PreparedBC

# 公寓和城市屋 应急准备指南



最后更新：2024年4月

### 共同努力，做好准备

您知道吗？卑诗省有半数的居民住在不同类型的多户住宅建筑中，比如公寓 (apartments和condos) 和城市屋 (townhomes)。这份PreparedBC指南提供应急信息和建议，包括在发生紧急情况时如何与邻里合作，以及如何作为大楼成员进行准备。加强与大楼其他住户的联系，意味着在紧急情况下或灾害过后能够更快响应和更快恢复。

该指南将加强您准备应对紧急情况的能力，同时提供一个契机，让您和邻居、大楼管理员、业主委员会成员 (strata council) 以及大楼工作人员沟通协作。请将这本指南加入您的大楼消防安全计划，及任何其他已有的紧急或撤离计划。

做好准备的社区 (无论是街道、死巷或是公寓楼层) 是适应力更强的社区。当大家共同努力，就会变得更加强大。



# 目录

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| <b>第1步：您个人的应急计划</b> .....    | <b>4</b>  |
| 通讯计划.....                    | 5         |
| 紧急会合地点 .....                 | 6         |
| 哪里获取信息.....                  | 7         |
| 保险理赔 .....                   | 8         |
| <b>第2步：您所在大楼的应急计划</b> .....  | <b>9</b>  |
| 分配任务并进行培训 .....              | 10        |
| <b>第3步：获取应急物资</b> .....      | <b>16</b> |
| 预备家庭应急包 .....                | 16        |
| 预备便携袋 .....                  | 17        |
| <b>第4步：应对紧急情况</b> .....      | <b>18</b> |
| 就地避难 .....                   | 18        |
| 撤离住所.....                    | 19        |
| <b>第5步：紧急情况后的恢复</b> .....    | <b>20</b> |
| 重返家中 (如果撤离).....             | 20        |
| 心理安抚 .....                   | 20        |
| 保险理赔 .....                   | 21        |
| <b>第6步：定期检查并更新应急计划</b> ..... | <b>22</b> |
| <b>其他资源</b> .....            | <b>22</b> |



### 第1步：您个人的应急计划

准备工作从制定自己的家庭应急计划开始。未雨绸缪并制定一项应急计划，将加强您对于灾害的应对和恢复能力，例如地震、山火和洪水。

制定应急计划非常简单，可以从与家庭成员交谈开始进行。请浏览 [PreparedBC.ca/EmergencyPlans](https://PreparedBC.ca/EmergencyPlans) 下载免费的可填写指南。

当您制定计划时，请考虑以下问题：

- 灾害过后，电话、天然气、电力和供水服务可能中断
- 您的大楼出口可能被堵塞，而且可能触发警报
- 您和共同居住的人可能在几天或几周内只能依靠自己
- 您可能被要求在短时间内撤离
- 可能出现道路堵塞、商店关闭和加油站中断服务的情况
- 基础设施、水电和其他基本服务可能需要数周时间才能恢复

### 通讯计划

制作一份联系表，列出朋友、家人、邻居、大楼管理员、业主委员会成员和工作人员 (如果有的话) 的联系方式。该列表应该包括至少一位其他地区的联系人，以防本地电话和手机网络中断。最好选择一位居住在卑诗省以外、不会被地震等重大灾害影响到的人士。

**姓名**

**电话和电子邮箱**

.....

.....

.....

.....

#### 请遵循以下准则以保持联系



保持手机充满电。调暗屏幕且避免使用耗电的应用程序和视频，从而延长电池使用时间。



考虑寻找一个虚拟会议场所。在紧急情况期间，为家中所有人创建一个私人通讯群 (比如在Facebook Messenger或WhatsApp上)，供大家在紧急情况下彼此报备。

**提示：**联系信息和会合地点的细节会时常改变。请每年至少一次检查并更新您的应急计划。



我的紧急会合地点  
10分钟路程

### 紧急会合地点

在地震、山火或洪水等紧急情况期间，您、共同居住者以及邻居，应该在事先确定的安全会合地点集合，以评估情况并确定需要采取的措施。

根据紧急情况和您的居住地，您可能需要不同类型的会合地点。您可以确定一个住宅附近的安全场所，也可以选一个远离住宅的安全场所，比如您社区内的另一幢大楼。此外，请花些时间，熟悉您所在建筑的消防安全计划中列出的撤离路线。

 住所附近的会合地点是：

 远离住所的会合地点是：

## 哪里获取信息

了解您所在社区的应急管理计划 (Emergency Management Program)，以查询如何在紧急情况期间分享警报和指示，不论是通过社交媒体、移动警报、警报器、电台或电视。最重要的是查找可靠的消息来源，以确保在灾害期间做出正确的决定。



网站



社交媒体



电话号码



电台



EmergencyInfoBC

此外，我们建议您在X (此前称为推特) 关注 [@EmergencyInfoBC](#) 或访问 [EmergencyInfoBC.ca](#)，以了解紧急情况的信息。

### 保险理赔

---

无论您是租房还是拥有房屋，购买全面的房屋保险不只是一项财务决策，更是一项护住房的积极措施，以确保您和共同居住者能够拥有更为安全的未来。

分契物业管理公司 (strata corporation) 的承包范围不包括您的个人财物、住房升级项目、撤离花销或所拥有物品。物业管理费涵盖分契物业管理公司的保险，但不支付业主或租户的保险。

保险适用于大部分灾害，包括地震理赔。如果您被迫撤离，或是您的住所受到重大灾害的损害，令您无法再居住，保险也会赔偿您在住所修复期间产生的额外生活费用。

查看加拿大保险局 (Insurance Bureau of Canada, 简称IBC) 网站 [www.ibc.ca](http://www.ibc.ca)，或致电 **1-844-227-5422** 获取更多保险信息，并且有不同保险可以保护您的住所。

许多不同的保险公司提供家庭、租户和商业保险理赔。请联系您的保险代理，查看您所在地区适用的保险选择 (包括地震险)，并查询您需要的住所保险，以保障您的房屋和财产安全。

至少每年 (或者如果您做了任何重大调整时) 检查您的保险，从而了解您现有的承保范围，以及适于保护您住所和财产的保险选择。

# 第2步：您所在大楼的应急计划

当您居住在多户住宅大楼时，制定个人应急计划是一个良好的开端，但最好还有一个整座大楼的应急计划。

第一步是和房东、大楼管理员或分契物业公司交谈，鼓励他们制定一个适于整座大楼的计划(如果尚未制定)。本指南和卑诗房屋局(BC Housing)的《稳定、安全和应急准备指南》(Security, Safety & Emergency Preparedness Guide) 提供有用信息，请浏览：

[bchousing.org/publications/Housing-Provider-Kit-Security-Safety-and-Emergency-Preparedness-Guide.pdf](https://bchousing.org/publications/Housing-Provider-Kit-Security-Safety-and-Emergency-Preparedness-Guide.pdf)

联系您的邻居并鼓励他们参与应急准备也很重要。如果您已经有类似居民协会或业主委员会的邻里网络，这些都是着手准备的良好开端，您可以与他们合作，在会议议程中添加应急准备建议。但如果您更倾向于不太正式的方式，您可以组织如烧烤或聚餐等聚会活动。

### 一些促进交谈的话题：

- 您所在地区存在哪些潜在风险？您所在地区可能发生洪水或有地震风险吗？
- 是否每个人都知道如何做好个人准备？
- 在紧急情况下，谁拥有可能有用的特别技能？
- 如果进入您所在建筑或在附近会合不安全，大家应该在哪里会合？
- 您是否拥有居民(包括宠物)的名册？在紧急情况下，您需要这份名册来清点人数、互相帮助。

### 分配任务并进行培训

---

在灾害期间和过后，人们可能很难思路清晰。提前分配任务，将确保应急工作能更有效协调地进行。

为了做好准备，您和您的邻居、大楼管理员、业主委员会成员以及工作人员，应该考虑进行安全相关的培训，例如：

- 急救/心肺复苏 (CPR)
- 损害快速评估 (Rapid Damage Assessment)
- 小型搜救
- 个人应急准备

如果您的建筑由协会或合作社 (co-op) 管理，请要求您的大楼管理员与卑诗房屋局的非牟利项目主管 (Non-Profit Portfolio Manager, 简称NPPM) 交谈，或浏览 [www.bchousing.org](http://www.bchousing.org) 获取更多信息。

您的第一民族、市政府或地区应急管理计划可以帮助解答问题，并提供资源和建议。

在可能影响您所在整座建筑或综合楼的紧急情况期间，业主或租户们需要推举一些领导者。应确定安全员 (**wardens**) 和总安全员 (**chief wardens**)，以进行决策并代表居民进行沟通。在大型建筑内，请考虑为每个楼层确定一或两名安全员。这些人应该记录每层的居民名单，并制定计划在紧急情况或撤离时清点人数以确保大家的安全。同时，也应该确定急救员 (**First-Aid attendants**)，以照顾任何受伤的人员。请确保当住户搬入或搬出大楼时，这些人员都有候补者接任。

## 公寓和城市屋应急准备指南

在指南中心的表格上记录每个人的职责。请准备好在紧急情况期间根据需要承担并重新分配职责。

### 总安全员

- 负责指挥安全员、联络应急人员，并确定在何时采取什么行动，以保障所有居民安全。
- 总安全员应持有一份居民 (包括行动不便人士) 和宠物的名单
- 总安全员应该了解谁可以关闭水电及水闸电闸的位置。
- 总安全员应该考虑购置并存放通讯设备，例如双向对讲机，以防电话无法工作。

### 楼层安全员

- 负责清点每楼层或预先确定负责区域内的人数。
- 负责协助或引导其他人来帮助所在区域内需要帮助的人士，并与总安全员沟通相关事项。
- 应该了解由谁负责检查和评估建筑或综合大楼，以及如何与他们联系 (包括任何受过损害快速评估培训的大楼住户)。

### 急救员

- 必须在无障碍的地点会合，以照顾那些需要医疗救援的人士。
- 如有需要，请与总安全员合作向急救人员求助。
- 请按照需求购置并存放医疗物资和设备。

## 沟通专员

- 收集并传播信息
- 与安全员合作，确保向居民分享准确的信息，反之亦然。
- 随时备好重要的联络信息，例如房东、分契物业管理公司、大楼或物业管理员、非紧急服务等电话号码和电子邮箱。

## 分契物业管理公司或房东

- 取决于您是租房还是住房所有者，您的建筑或综合大楼的相关责任方可能不同。
- 这些责任可能包括关闭整个综合大楼的水电，以及规划洗衣房和楼梯间等公共区域。
- 与业主委员会、大楼管理员或房东谈论您所在大楼的相关职位和责任。

## 区域负责人：

单位门牌号：

姓名：

电话：

电子邮件：

技能/资源：

应急责任：

单位门牌号：

姓名：

电话：

电子邮件：

技能/资源：

应急责任：

# 我们的邻居

单位门牌号:

姓名:

电话:

电子邮件:

技能/资源:

应急责任:

# 我们的邻居

单位门牌号:

姓名:

电话:

电子邮件:

技能/资源:

应急责任:

# 我们的邻居

单位门牌号:

姓名:

电话:

电子邮件:

技能/资源:

应急责任:

### 第3步：获取应急物资

灾害发生后，您可能需要：

- 备好应急包留在家中，或
- 带着便携袋迅速撤离



#### 预备家庭应急包

在一或两件容纳物 (比如塑料箱或行李袋) 中放入应急物资，将其存放在家中易于拿取的位置，比如走廊壁橱或空房间内。

包括：

- 不易腐坏的食品：至少可维持一周 (或更久) 的食品量，以及一个手动开罐器。
- 水：每人每天四升水，用于饮用和清洁。请备好最少一周 (或更久) 时间的用量。
- 手机充电器、移动电源 (充电宝) 和逆变器
- 使用电池或手摇供电的收音机
- 使用电池或手摇供电的手电筒
- 备用电池
- 急救箱和药物
- 个人洗漱用品和日常用品，比如额外的眼镜或隐形眼镜
- 应急计划复印件
- 重要文件的复印件，例如保险单和身份证件
- 小面额现金
- 垃圾袋和个人清洁用的湿巾
- 应季衣物、结实的鞋子和应急毯

### 预备随行袋

随行袋是一种小型应急包，便于您在必须撤离时轻松地随身携带。在您的家中、工作场所和车辆内预备好随行袋是明智之举。

#### 包括：

- (即食) 食物和水
- 手机充电器和移动充电宝
- 用电池或手摇供电的收音机
- 用电池或手摇供电的手电筒
- 备用电池
- 小型急救箱及个人药物
- 个人洗漱用品和物品，比如额外的眼镜或隐形眼镜
- 应急计划复印件
- 重要文件的复印件，例如保险单 (包括索赔联系信息) 和身份证明
- 小面额现金
- 当地地图，并标记好您的家庭会合地点
- 应季衣物和应急毯
- 笔和记事本
- 哨子

**提示：** 公寓的储物空间可能非常有限，但有些准备方法无需很大的空间，包括购买小份和真空包装的应急食物；与您的邻居讨论设置一个中央储物空间，用于存放水和毯子；联系您的邻居、分契物业公司或房东，协商其他共享资源的方式。

### 第4步：应对紧急情况

如果发生了紧急情况，但应急救援人员尚未指示您撤离或就地避难，请遵循以下提示：

- 请勿使用电梯
- 如果停电了，您需要知道如何在没有电的情况下出入您的住宅大楼
- 灾难发生后，请勿在您的居所使用烧烤炉或野营炉
- 火警可能会响起：不要惊慌！
- 请勿冲马桶，以防水管遭到损坏

有关如何应对特定灾害的提示信息，请浏览 [PreparedBC.ca](https://www.preparedbc.ca)

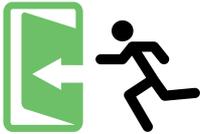
### 就地避难

---

在地震等紧急情况发生后，如果您所在的建筑物结构安全，您能做的最佳自保方式就是就地避难。换句话说，即留在原地。这将有助于应急救援人员进行他们的工作。

如本指南前面所述，在理想情况下，您的大楼里应该有人接受过损害快速评估培训，可协助确定留在原地是否安全(或不安全)。

拥有储备充足的家庭应急包，将使就地避难更为轻松舒服。



### 撤离住所

在发生山火或海啸等紧急情况下，有关当局可能会指示您立即离开所在地区。与之相类似，在地震发生后，损害快速评估可能会判定您留在家中不安全，这种情况下您便需要撤离。

根据灾情的严重程度，有关当局可能会发出疏散警报或疏散令。了解两者的区别十分重要，并请遵循当地官员的建议和指示。

**疏散警报：**  
准备好在短时间  
内离开。

**疏散令：**  
您处于危险之中。

**疏散令撤消：**  
威胁生命和安全的  
风险已经过去。

#### 疏散警报

这意味着您要准备好在短时间内撤离。如果您处于疏散警报有效的地区，请预备好随行袋、应急计划、重要文件的复印件，以及珍贵纪念物品。将它们放在前门或提早装入您的车内。

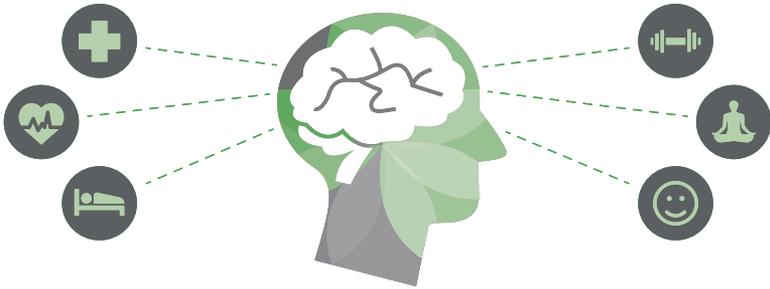
#### 疏散令

这意味着您处于危险之中，必须即刻离开。请遵循官员的一切指示，并使用他们确定的路线撤离。

紧急支援服务 (Emergency Support Services, 简称ESS) 接待中心，也许会为被疏散的居民开放。中心提供的服务可能包括：食物、住宿、衣服、情绪支援、有关危机和家庭重聚的信息。

#### 疏散令撤消

一旦有关当局确定威胁生命危险的风险已经消除，疏散令将被撤消。请继续关注其他可能发出的疏散警报或指令。



## 第5步：紧急情况后的恢复

### 重返家中 (如果撤离)

如果您在发生灾害期间被要求撤离，那么灾后重返家中可能会令人倍感压力。请格外小心，有条不紊地逐步适应。

为了您自身的安全，请勿在当局宣布情况安全之前回家，并确认您所在建筑物的结构、电气或其他危险已被清除。

与邻居交流沟通，大家同舟共济。主动与社区居民接触，并接受他人的帮助，这既令人感到安慰又受到鼓舞。

### 心理安抚

恐惧和焦虑是人们面对压力事件时的自然反应，还可能触发过去的创伤。为了帮助您自己和共同居住者，您可以：

- 接受他人的帮助，并寻求心理辅导或精神指导
- 关注积极正面的记忆，以及您用以度过其他困难时期的技能
- 请留意孩子的反应，让他们放心并鼓励他们表达自己的感受
- 允许您自己和亲友宣泄悲伤
- 进行能为您带来安慰的文化或信仰习俗

## 公寓和城市屋应急准备指南

请注意长期焦虑的警告信号，如果以下症状持续超过两周，请联系专业医护人员或值得信赖的社区领袖：

- 进食障碍和睡眠困难
- 感到沮丧或绝望；表现出精力不足，或时常哭泣
- 焦虑和恐惧
- 进行日常活动时难以专注
- 反复出现某些想法或噩梦

**提示：**不要害怕在发生创伤事件之后寻求帮助。卑诗省的精神健康支持热线 (Mental Health Support Line) 全天24小时提供服务，请致电：**310-6789 (无区号)**。您也可通过第一民族卫生局获得心理疏导，请浏览 **www.fnha.ca** 或致电KUU-US原住民危机热线 **1-800-588-8717**。

## 保险理赔

请您在开始清理之前，尽快致电您的保险代理或公司。大多数保险公司都提供24小时的理赔服务。提供信息时应请尽可能详细，列出所有受损或毁坏的物品。如果有可能，请收集购买证明、照片、收据和保修单，并为损坏情况拍照片。如果您流离失所，请保留所有与清理和生活开支相关的收据。向您的保险代理询问您可能有权获得哪些赔偿，以及可以获得多久的理赔。如果您不知道保险公司或保险代理的名称，请致电1-844-227-5422联系加拿大保险局的消费者信息中心 (Consumer Information Centre)。

### 第6步： 定期检查并更新应急计划

一旦您为自己和住宅楼制定了应急计划，就应时常与邻居保持联系来推进应急准备工作。如果您住在有居民协会的综合大楼或分契建筑中，请利用业主委员会的会议时间讨论应急准备。如果可能的话，不妨要求将相关讨论加入年度会议 (Annual General Meeting, 简称AGM) 的议程中，或在AGM之后组织一次社交活动，以促进邻里之间的深入了解。

确定出负责每年聚会的组织者，以审查并更新住宅大楼的应急计划。如果您有意愿，可以每年更换组织者。

此外，您还应该每年至少检查一次您的保险并更新应急物资。随着时间的推移，您的保险需求可能会发生变化，罐头食品也可能过期。请确定一个固定日期来检查您的保险和应急物品，及时更新以时刻做好应急准备。

### 其他资源

- PreparedBC: [PreparedBC.ca](https://www.preparedbc.ca)
- 卑诗紧急资讯中心 (EmergencyInfoBC): [EmergencyInfoBC.ca](https://www.emergencyinfobc.ca)
- 加拿大保险局 (Insurance Bureau of Canada): [ibc.ca](https://www.ibc.ca)
- 卑诗省公寓业主协会 (Condominium Home Owners Association of BC): [choa.bc.ca](https://www.choa.bc.ca)
- 卑诗房屋局 (BC Housing): [bchousing.org](https://www.bchousing.org)





PreparedBC

本指南与以下机构合作创建：

