



BRITISH
COLUMBIA

PreparedBC

柏文、公寓及城市屋 應急預備指南



最後更新：2024年4月

齊心協力，做好準備

您知道嗎？卑詩省有半數人居住在多戶樓宇中，例如柏文、公寓或城市屋。這份PreparedBC指南提供應急準備資訊及建議，包括如何與您的鄰居一起做好應急準備，以及作為整個屋苑一分子可做的準備。加強與其他住客的關係，將有助於在緊急情況或災難發生後更快回應，並加快復原。

這本指南將有助加強您的個人應急準備，同時亦可以作為對話的開場白，聯繫並鼓勵您的鄰居、物業管理人員、分契業主委員會(strata council)成員及大樓員工一同參與。您可以使用這本指南，連同建築物的消防安全計劃，以及任何其他已經備妥的應急或疏散計劃來做好準備。

做好準備的社區——無論是街道、單向出口小路(cul-de-sac)，還是柏文樓層——都可以是一個具抗逆力的社區。當你們在一起時，也會變得更強大。



目錄

第1步：您的個人應急計劃	4
通訊計劃.....	5
緊急集合點.....	6
從哪裡獲取資訊.....	7
保險範圍.....	8
第2步：為您的屋苑制定應急計劃	9
分配工作並接受培訓.....	10
第3步：集合應急物資	16
準備家居應急包.....	16
準備隨行包.....	17
第4步：應對緊急情況	18
就地避險.....	18
撤離住所.....	19
第5步：緊急情況後的復原	20
返回家園 (如曾疏散).....	20
心理護理.....	20
保險索賠.....	21
第6步：定期檢視和更新您的計劃	22
其他資源	22



第1步：您的個人應急計劃

準備工作應從您自己的家庭應急計劃開始。未雨綢繆並制定應急計劃，將可加強您對地震、山火和洪水等事件的應對與復原能力。

制定應急計劃就像與您同住的人開始對話一樣簡單。請瀏覽 PreparedBC.ca/EmergencyPlans，並下載免費的可填充指南。

在制定計劃時，請留意以下重點：

- 災難發生後，電話、煤氣、電力和供水服務可能無法正常運作
- 建築物的出口或會被阻塞，並且可能會觸發警報
- 你和同住的人可能需要靠己力生活數天或數周
- 您可能需要在短時間內緊急撤離
- 道路或會被封鎖，商店關閉，油站無法服務
- 基礎設施、公用事業和基本服務可能需要數周時間才能恢復

通訊計劃

列出朋友、家人、鄰居、物業經理、業主委員會成員和員工 (如有) 的聯絡名單，並確保與您同住的每個人都有一份副本。該清單應最少包括一個居住在區域以外的聯絡人，以防本地電話和流動網路不勝重負。在理想情況下，選擇居住在卑詩省以外，且不會受到重大事件，例如地震所影響的人。

姓名

電話及電郵

.....

.....

.....

.....

請遵循以下準則保持聯繫：




保持手機充滿電。透過調暗螢幕並避免使用耗電的應用程式或觀看短片來延長電池壽命。



考慮一個虛擬會議場所。創建一個私人通訊群組 (例如在 Facebook Messenger 或 WhatsApp 上)，供家中的每個人在緊急情況下報到。

提示： 聯絡資訊和會議地點等詳細資訊或會隨時間而改變。每年最少檢查和更新一次應急計劃。



我的緊急集合點
10分鐘路程

緊急集合點

在地震、山火或洪水等緊急情況下，您和同住者，以及您的鄰居應聚集在預先定好的安全集合地點，以評估情況和需要採取的措施。

視乎緊急情況和您居住的地方而定，您或需要不同類型的集合點。請務必在您的計劃中考慮這些因素。您可以在您的建築物附近物色一個安全的集合點，也可以在遠離該物業的地方，找一個安全的集合點，例如您附近的另一棟建築物。此外，請花時間熟悉建築物的疏散路線，如建築物的消防安全計劃中所述。

 **離家很近的集合點是：**

 **離家較遠的集合點是：**

從哪裡獲取資訊

聯絡您所在社區的應急管理計劃 (Emergency Management Program)，了解在緊急情況下如何透過社交媒體、流動預警、警報器、電台或電視台發放警報和指示。最重要的是尋找可靠的消息來源，這樣你才可以在災難期間做出正確的決定。



網站



社交媒體



電話號碼



電台



BRITISH
COLUMBIA

EmergencyInfoBC

此外，我們建議您在X (前稱Twitter) 上關注 [@EmergencyInfoBC](#)，或 [EmergencyInfoBC.ca](#)，以獲取緊急更新資訊。

保險範圍

無論您是租房還是持有物業，投資於全面的房屋保險不僅是一項財務決定，更是一項積極主動的措施，以保護您的房屋並確保您和與您同住的人擁有安全的未來。

您的個人財物、物業的修繕提升、疏散費用或財物，都不在分契物業法團 (strata corporation) 的承保範圍內。物業管理費包括分契物業法團的保險；但並不包括業主或租戶的保險。

保險適用於大多數風險，包括地震保險。如果您要疏散或您的房屋因重大事件而受損，令您無法入住，在房屋維修期間，您可以獲得額外的生活費用保險。

查看加拿大保險局 (Insurance Bureau of Canada, IBC) 網站 www.ibc.ca 或致電 1-844-227-5422，了解有關保險和可用於保護您房屋的不同保險的更多資訊。

很多不同保險提供者均提供家庭、租戶和商業保險。請聯絡您的保險代理，查看您所在地區的適用選項 (包括地震保險)，並確定能配合您的需要的保險，以保障您的居所和裡面所有物品。

最少每年檢查一次您的保險承保範圍，或者如果您進行任何重大更改時，亦應檢查，以了解您的承保範圍以及可用於保護您的房屋和財物的選項。

第2步：為您的屋苑制定應急計劃

當您住在多戶住宅樓宇時，制定個人應急計劃是一個很好的開始，但理想情況下，應該制定為整個屋苑而預備的應急計劃。

理想的第一步是與您的房東、物業經理或分契物業法團溝通，並鼓勵他們制定一個適合全屋苑的計劃(如尚未制定)。本指南和卑詩房屋局 (BC Housing) 的應急準備指南均有提供實用資訊：

bchousing.org/publications/Housing-Provider-Kit-Security-Safety-and-Emergency-Preparedness-Guide.pdf

與您的鄰居聯絡並鼓勵他們參與應急準備工作也十分重要。如果您已經建立了一個鄰里網路，例如居民協會或分契物業委員會，這些都是很好的起點。您可以與他們合作，將您的應急準備建議加入到會議議程中。如果您喜歡一些較輕鬆的聯誼方式，您可以組織一次聚會，例如燒烤或聚餐。

一些可以展開溝通的話題：

- 您所在地區存在哪些潛在風險？您所在的地區是否容易發生洪水或有地震風險？
- 每個人都知道如何做好個人準備嗎？
- 誰擁有在緊急情況下可能有用的特別技能？
- 如果進入或聚集在您的建築物附近不安全，您們應該在哪裡集合？
- 你有居民名單，包括寵物的清單嗎？在緊急情況下，您需要這些資訊來互相幫助。

分配工作並接受培訓

在災難發生期間和災後，人們可能難以清晰地思考。預早分配工作將能更有效地協調所需的應對。

為了做好更佳準備，您和您的鄰居、物業經理、分契物業委員會成員和員工，都應考慮進行與安全相關的培訓，例如：

- 急救／心肺復甦法
- 快速損毀評估(Rapid Damage Assessment)
- 小型搜救
- 個人應急準備

如果您的建築物是由協會或合作社經營，請讓您的物業經理與卑詩房屋局的非牟利項目經理 (NPPM) 聯絡，或瀏覽 www.bchousing.org，瞭解更多資訊。

您的原住民、市政當局或地區應急管理計劃也可以幫助解答問題，以及提供參考資源和建議。

在影響整個建築物或屋苑的緊急情況下，業主或住客們需要推舉領導者。應確定**組長**及**總組長**，以代表居民做出決定和溝通。在大型建築中，考慮每層樓確定一名或兩名組長。這些人應該保留一份他們所在樓層所有居民的名單，並制定應急準備計劃，在緊急情況或需要疏散時，負責確保名單上所有人的安全。需要確定**急救員**，以照顧傷者。當有住客更替時，請務必確定每個工作都有候補人員接任。

柏文、公寓及城市屋應急預備指南

在本指南中心的表格上記錄每個人負責的工作。準備好在緊急情況下根據需要調整和重新調配人手。

總組長

- 負責指導組長，與應急人員聯絡，確定在何時需要採取什麼行動，以確保所有居民安全。
- 應備有一份居民 (包括行動不便的人士) 和寵物的清單。
- 應知道誰可以關閉水電以及其位置。
- 應考慮購買和存放雙向無線電等通訊設備，以防電話無法正常運作。

樓層組長

- 負責點算所在樓層或預先確定區域內的人數。
- 負責協助或指導其他人支援在其所在範圍內需要幫助的人。向總組長匯報問題或最新情況。
- 應知道誰負責檢查和評估建築物或屋苑的結構安全，以及如何聯絡他們 (包括任何接受過快速損毀評估訓練的建築物居民)。

急救員

- 必須集合在一個位置便利的地方，以照顧那些需要醫療援助的人。
- 如有需要，與總組長合作，以向緊急救援人員求助。
- 根據需要採購和儲存醫療用品和設備。

傳訊專員

- 收集和發放資訊。
- 與組長合作，確保與居民互相分享準確的資訊。
- 準備好重要的聯絡資料，例如房東、分契物業法團、建築物或分契物業經理、非緊急服務等的電話號碼和電郵地址等。

分契物業法團或房東

- 視乎您是租住還是持有您的單位，誰要負責建築或屋苑範圍的責任或會不同。
- 這些責任或包括關閉整個屋苑的公用設施，以及規劃準備洗衣房和梯間等公共區域。
- 與您的分契物業委員會、建築經理或房東就您的屋苑中的潛在角色和責任進行對話。

區域負責人

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

我們的鄰居

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

我們的鄰居

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

我們的鄰居

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

單位編號：

姓名：

電話：

電子郵件：

技能/資源：

在緊急情況下負責的工作：

第3步：集合應急物資

災難發生後，您可能需要：

- 帶著應急包待在家裡，或者
- 立即帶著一個隨行包離開



準備家居應急包

將用品放入一個或兩個容器中，例如塑膠箱或行李袋。將它們存放在家中易於拿取的位置，例如大廳櫃或備用房間。

包括：

- 不易腐爛的食品：最少一周 (或更長時間) 的用量，以及手動開罐器
- 水：每人每天4公升，用於飲用和清潔。準備最少一周 (或更長時間) 的用量
- 手機充電器、流動電源 (充電寶) 或電源變壓器
- 使用乾電池或手搖供電的收音機
- 使用乾電池或手搖供電的電筒
- 備用電池
- 急救箱和藥物
- 個人洗滌及其他用品，如額外的眼鏡或隱形眼鏡
- 應急計劃副本
- 重要文件的副本，如保險單據和身份證明
- 細額鈔票
- 用於個人衛生的垃圾袋和濕毛巾
- 合季的衣物、耐穿的鞋子及應急毯

準備隨行包

隨行包是一個小型應急包，在您必須撤離時，可以輕鬆隨身攜帶。為您的家庭、工作場所和車輛預備隨行包是個好主意。

包括：

- 食物 (可即食) 和水
- 手機充電器和流動電池
- 以乾電池或手搖供電的收音機
- 以乾電池或手搖供電的電筒
- 備用電池
- 小型急救箱和個人用藥
- 個人洗漱和其他用品，如額外的眼鏡或隱形眼鏡
- 應急計劃副本
- 重要文件的副本，例如保險單據 (包括索賠聯絡資訊) 和身份證明
- 細額鈔票
- 本地地圖，並確定您的家庭集合點
- 合季的衣物和應急毯
- 筆和記事本
- 哨子

提示： 柏文和公寓的存儲空間可能很有限，但有一些準備方法不需很大的空間。購買小型和真空包裝的應急食物。與您的鄰居討論一個中央存儲空間，用於存放水和毯子。與您的鄰居、分契物業法團或房東討論其他共享資源的方式。

第4步：應對緊急情況

如果發生了緊急情況，但緊急救援人員尚未指示您撤離或就地避險，請遵循以下提示：

- 切勿使用升降機
- 如果停電，需要知道如何在沒有電子操作的情況下，在您的屋苑或樓宇進出
- 災難發生後，請不要在您的單位使用燒烤爐或露營爐
- 火警可能會響起：請勿驚慌！
- 不要沖廁，以防水管損壞

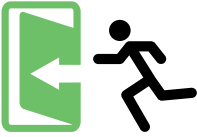
有關如何應對特定災害的提示，請瀏覽: PreparedBC.ca

就地避險

在地震等緊急情況發生後，如果您所在的建築物結構安全，您最應該做的事情就是就地避險。換句話說——請留在原地。這將有助應急人員完成他們的工作。

如本指南前面所述，在理想情況下，您的建築物中應該已有人曾接受快速損毀評估培訓，可助確定留在原地是否安全(或不安全)。

備有儲備充足的家庭應急包，能使就地避險更輕鬆、更容易。



撤離住所

在山火或海嘯等緊急情況下，當局或會指示您立即離開您所在的地區。同樣地，在地震發生後，快速損毀評估可能會確定您留在家中並不安全，在這種情況下，您便需要撤離。

有關當局會根據情況的嚴重程度，考慮向居民發出疏散預警或命令。請務必了解兩者的分別，並遵循當地人員的建議和指示。

疏散預警：
準備好在短時間內離開。

疏散令：
您處於危險之中。

疏散令撤銷：
生命和安全的風險已經消除。

疏散預警

這代表您要準備好在短時間內離開。如果您處於疏散預警的有效地區中，請預備好您的隨身包、應急計劃、重要文件的副本及珍貴的紀念物。將它們放在前門或在您的車上。

疏散令

這代表您正處於危險之中，必須**立即**離開。請遵循有關當局人員的所有指示，並使用他們確定的路線疏散。

緊急支援服務 (ESS) 接待中心可能會開放予疏散居民。他們提供的服務或包括：食物、住宿、衣物、情緒支援、有關危機和家庭團聚的資訊。

疏散令撤銷

一旦官員確定生命和安全風險已經消除，疏散令將會撤銷。請繼續留意其他可能發出的疏散預警或命令。



第5步：緊急情況後的復原

返回家園 (如曾疏散)

如果您在災難期間被要求疏散，在事件後重返家園或會令人不知所措。請格外小心，放慢節奏，給予時間讓自己適應。

為了您的個人安全，在未獲得在場人員確定安全，以及已經排除建築物結構、電氣或其他危險之前，請不要回家。

與鄰居交談。我們都在一起，與社區中的其他成員接觸，並接受幫助，都有安慰與鼓勵作用。

心理護理

恐懼和焦慮是面對令人感到壓力的事件時所產生的自然反應，也可能會觸發起過去的創傷。要幫助自己和與您同住的人，您可以：

- 接受幫助。尋求輔導或精神指導
- 集中於正面的回憶，並專注於你過去曾用於度過其他困難時期的方法
- 注意兒童的反應。讓他們放心並鼓勵他們表達自己的感受
- 允許您自己和所愛的人悲傷
- 實踐能給你帶來安慰的文化或精神習俗

柏文、公寓及城市屋應急預備指南

注意長期焦慮的警告信號，如果以下癥狀持續超過兩周，請聯絡醫護專業人員或值得信賴的社區領袖：

- 食慾異常和睡眠困難
- 感到沮喪或絕望；表現出精力不足或經常哭泣
- 焦慮和恐懼
- 難以專注日常活動
- 反覆出現某些想法或噩夢

提示： 不要害怕在創傷事件發生後尋求幫助。卑詩省的精神健康支援熱線全天24小時開放，電話：**310-6789 (無區號)**。您亦可透過第一民族衛生局尋求輔導。瀏覽 www.fnha.ca 或致電KUU-US原住民危機熱線 **1-800-588-8717**。

保險索賠

在開始清理行動之前，請盡快致電您的保險代理或公司。大多數保險公司都設有24小時理賠服務。提供資訊時應盡可能詳細。列出所有受損或毀壞的物品。如果可以，請收集購買證明、照片、收據和保養證書。拍攝照片紀錄損毀情況。如果您暫時流離失所，請保留所有與清理和生活費用相關的收據。向您的保險代理查詢您可能有的權獲得哪些開支的保障，以及多久的保障。如果您不知道您的保險公司或保險代理名稱，請致電 **1-844-227-5422**，聯絡加拿大保險局消費者資訊中心。

第6步：定期檢視和更新您的計劃

在您為自己 and 建築物制定了應急計劃後，應時常與鄰居保持聯繫來維持應急預備的溝通與工作。如果您住在有居民協會或分契業主委員會的建築物或屋苑，請善用他們的會議時間討論應急準備。如果可能的話，要求將其加入在周年大會 (AGM) 的議程中，或在周年大會後組織一次社交活動，以促進鄰居的交流。

確定負責每年組織一次聚會的人，以審查和更新您建築物的應急計劃。如果您願意，您可以每年更換負責人。

此外，您應該每年最少檢查一次您的保險，並更新您的應急用品。隨著時間過去，您的保險需要或有改變，罐頭食品亦會過期。請確定一個固定日期以進行更新。

其他資源

- PreparedBC：PreparedBC.ca
- 卑詩省緊急資訊中心：EmergencyInfoBC.ca
- 加拿大保險局：ibc.ca
- 卑詩省公寓業主協會 (Condominium Home Owners Association of BC)：choa.bc.ca
- 卑詩房屋局：bchousing.org

備註：

本指南是與以下機構合作編製：

