

# 做好应急准备 制订逃生计划

## 逃生计划

### 应急逃生计划

制订计划并做好准备，是逃生的关键。


若您和房屋都做好充分准备，那么在发生紧急情况时逃生的几率就会更大。本指南可帮助您做出重要决定，做好自身、房屋和家人的应急准备。



### 讨论

发生紧急情况时，您该做些什么？  
全家人一起讨论该采取哪些措施。

您居住在森林火灾易发地区吗？

 前往 [www.esa.act.gov.au/bushfire-prone-areas](http://www.esa.act.gov.au/bushfire-prone-areas) 查看

您该如何监控所在地区的天气状况？

出门在外时，您该如何监控天气状况？

您的家庭应急箱应该添加哪些物品，  
以防需要紧急逃离？

您的家庭应急箱里应该准备哪些物品？

- 确保您备好家庭应急箱
- 请前往 [esa.act.gov.au](http://esa.act.gov.au) 下载家庭应急箱核对表。



首都领地救护服务处(ACT Ambulance Service)、首都领地消防救援处(ACT Fire & Rescue)、  
首都领地乡村消防服务队(ACT Rural Fire Service)以及首都领地州立应急服务处(ACT State Emergency Service)  
共同组成首都领地应急服务管理局(ACT Emergency Services Agency)，保障堪培拉安全。



[esa.act.gov.au/be-emergency-ready](http://esa.act.gov.au/be-emergency-ready)



Be Emergency Ready

## 发生紧急情况时，您该如何决定什么时候要逃离或留在家里？



### 讨论发生森林火灾时该怎么做

森林火灾一直是首都领地的一道独特景观。易燃植被、漫长且炎热夏季以及干旱条件的共同作用，经常会引发规模和强度不一的森林火灾。

逃离

留在家里



### 讨论遇到极热天气时该怎么做

最容易中暑的人群是青少年和老年人。炎热天气时，病人、慢性病患者和孕妇也需要更多关爱和关注。

逃离

留在家里



### 讨论发生暴风雨时该怎么做

强暴风雨会带来严重破坏。暴风雨天气可能会伴随着强降水、强风、大冰雹和闪电，容易引发山洪暴发、屋顶掀飞，并破坏树木或电线。

逃离

留在家里



### 讨论发生洪灾时该怎么做

局部强降水就会引发洪灾。若您居住在靠近溪流、河流、暴雨水主要排水沟的地方或低洼区域，您就可能面临洪水威胁。

逃离

留在家里

需要疏散时，您准备去哪里？

您选择的目的地允许携带宠物吗？

---

您准备怎么去那里？

---

---

---

您如何才能知道可以安全回家？

---

---

---



## 准备

**您该如何做好房屋防护准备？**  
思考一些您可以采取的措施。

### 房屋防护准备

房屋维护	谁来做	已完成
清理沟渠里的树叶、残枝和垃圾，保持沟渠清洁。		<input type="checkbox"/>
大堆木材搬离房屋。		<input type="checkbox"/>
修剪悬在房屋上空的树枝。		<input type="checkbox"/>
草地修剪整齐并浇水。		<input type="checkbox"/>
确保密闭或遮蔽地板下方空间。		<input type="checkbox"/>
封闭所有缝隙、通风口和屋顶空间。		<input type="checkbox"/>
燃气瓶放在房屋一侧，放气阀不要对着房屋以及树木和花园的方向。		<input type="checkbox"/>
所有窗户和通风口安装金属防蝇纱。		<input type="checkbox"/>
安装金属沟渠保护网。		<input type="checkbox"/>
确保购买足够的房屋和财产保险。确保您购买极端天气状况保险。		<input type="checkbox"/>

### 我的保险

种类	保险公司	联系方式	保单号码
房屋和财产			
医疗			
汽车			
人寿/收入保护			
其他			



## 准备逃离

“逃离前	谁来做	已完成
在应急箱里添加最后必备物品，如药品、处方、手机充电器、宠物食物以及每个人的饮用水。		<input type="checkbox"/>
整理车内物品，别忘了您的最重要物品，如钱包、银行卡、钥匙以及银行、医疗和保险文件（应能轻松地在USB闪存卡或扩展文件里找到这些文件）。		<input type="checkbox"/>
切断供气源。		<input type="checkbox"/>
确保每个人都穿戴防护衣物 - 长裤、长袖衬衫和结实的鞋子，如皮靴。应选择宽松的天然纤维材质衣物，如纯羊毛、厚棉斜纹布或斜纹粗棉布。不要穿戴合成织物。		<input type="checkbox"/>
通知紧急联系人您准备逃离。		<input type="checkbox"/>
关闭所有门窗并锁好门。		<input type="checkbox"/>
在保证安全的情况下，大门或入户门不要上锁。		<input type="checkbox"/>
确定您的首要目的地。		<input type="checkbox"/>
确定您的备选目的地。		<input type="checkbox"/>
将牲畜转移到大的配备围栏的安全场所，并将宠物安置在方便装车的安全场所。		<input type="checkbox"/>
整理个人物品，如每个人的换洗衣物、儿童玩具和宠物玩具，并放入车内。		<input type="checkbox"/>
若汽车停放在电动车库门后，请驶出车库，车头朝外停放在私人车道或公路旁。		<input type="checkbox"/>
清除房屋周边、露台、阳台和凉棚的任何可燃物品。这包括脚垫和户外家具。		<input type="checkbox"/>



### 火灾危险等级较高时期来临前的应对建议

- 确保备足汽油或燃料，这样您就不用停下来加油。
- 车头朝外对着私人车道。
- 清理露台和阳台的易燃物品，如箱子、门垫和家具。



关注

哪些个人信息不可或缺?  
妥善记录所有重要文件和联系方式。

### 家人联系方式

姓名	单位电话	手机

### 家人个人信息

姓名	医保号码	Centerlink 号码	护照号码	税号	驾驶证号	车辆登记证号

### 家用服务

种类	公司	账号/会员号	联系方式
电力			
燃气			
供水			
电话			
互联网			
道路救援			
其他			



## 我的支持网络

位置	姓名	关系	电话	住址
本地				
本地				
本地				
镇外				
镇外				
其他				

## 紧急情况下的备用安置场所

姓名	电话	住址

## 我的动物

名字	品种	微芯片号码	兽医/宠物医院联系电话	应急安全场所	所需设备



### 建议

在制订应急计划时，您也要考虑一下自己的宠物和动物，想想它们在一周或更长时间里需要些什么，如食物、身份证明、药物、交通和住宿。

## 我的医疗支持

医师/医疗服务机构	姓名	电话	非上班时间 联系方式	住址
医生				
配备急诊部的 当地医院				
药剂师				
验光师				
牙医				
专业人员				
其他				



### 建议

考虑安装医疗警报系统，这样若您在紧急情况时无法行动，就能轻松求救。多数警报系统要求配备一条正常可用的电话线，所以请制订备用计划，如手机或寻呼机，以防座机线路中断。

## 我的医用品

在下文处写出您目前正在服用的药物。

记住要在本计划表里附上优惠卡、医疗保险卡和处方单的复印件。处方单复印件可以留给药剂师妥善保管。您还要写明药物放在家里的哪个位置，以防您需要紧急疏散或需要别人为您取药。

医学疾病	药物/器械	服用剂量/时间	开药医生（包括联系电话）	家里藏药位置



### 建议

制订计划，备好您一两周需要使用的所有物品。这包括您经常服用的药物或专用器械（轮椅、眼镜、助听器）和其他用品（轮椅轮胎修补工具或备用电池）。

请参阅“家庭应急箱”，了解逃生和恢复包物品整理详情。

## 我的邻居

姓名	单位电话	手机

## 其他重要号码

姓名	单位电话	手机

## 应急援助

警方、消防、救护车	000	暴风雨和洪灾	132 500
		毒物咨询专线	12 11 26

## 应急须知

网站	esa.act.gov.au	Access Canberra	13 22 81
Facebook	@actemergencyservicesagency	Live Traffic	livetraffic.com
Twitter	@ACT_ESA	当地广播	当地广播站频率是多少?

首都领地救护服务处(ACT Ambulance Service)、首都领地消防救援处(ACT Fire & Rescue)、首都领地乡村消防服务队(ACT Rural Fire Service)以及首都领地州立应急服务处(ACT State Emergency Service)共同组成首都领地应急服务管理局(ACT Emergency Services Agency), 保障堪培拉安全。

