

停水

停電

沒有電話或網路

# 您會怎麼做？

無法回家

必須撤離

被困在家裡

**GET READY**

**緊急情況可能在任何時間任何地點發生。您可以採取步驟做好準備。洪水、風暴、地震、海嘯、火山以及其他災害都可能擾亂我們的生活，損壞財產並造成嚴重傷害。**

當緊急情況發生時，民防和緊急服務將忙於幫助最需要他們的人。

您有責任確保您的家人和您關心的人知道該怎麼做。

值得慶幸的是，現在就能輕鬆的做好準備。與家人商量好要如何做準備。



# GET READY

**與您的親朋好友或室友們計劃好如何應對緊急情況。**

想想您每天需要的東西，然後想想如果沒有它們您會怎麼做。拿一張紙，寫下你們商定的事項，需要聯絡的人，以及您需要做的準備工作。

# 制定一個計劃

## Our emergency PLAN

We will meet at Grandma's House.

Grandma will pick up Lily if we can't

We will check in with Auntie Jean 07 264 9621

Our Torch, Radio and first aid kit  
are in the hall and the getaway bags  
are in the cupboard.

## Contacts

Grandma 071 422 196

Auntie Jean 07 264 9621

School 226 0977

076 0900

152971

## To do list

Put Getaway bags in  
the hall cupboard

Fill juice bottles with  
water

Put sneakers in work p

## 如果無法回家

如果你們無法聯繫對方，也無法回家，你們會在這裡見面？您要怎麼去那裡？如果您無法接孩子，誰會來接他們？他們知道嗎？學校 / 幼兒中心是否有他們的詳細資料？

## 如果我們連繫不上彼此

您將向誰報平安？應該是在外地的人，以免本地電話線路中斷。

## 誰可能需要我們的幫助？

是否有任何朋友、家人或鄰居可能需要您的幫助才能度過緊急情況或撤離？

## 我們需要聯絡誰？

(在緊急情況下一律撥打 111)

想想您議會的緊急熱線，醫療中心 / 醫生、房東、保險公司、電力公司、早教中心 / 學校、工作單位和家人。

## 如果我們被困在家裡

您是否有足夠三天或更長時間的食物和飲料 (包括嬰兒和寵物在內的所有人)？您有手電筒、收音機和它們使用的電池嗎？有急救 / 醫療用品嗎？它們並不都需要放在一個大盒子裡，但您可能不得不在黑暗中找到它們。

## 如果我們沒有電力

您將如何做飯，保暖，晚上照明？如果自動提款機不工作，您有多餘的現金嗎？如果汽油泵不工作，您是否有足夠的燃料？

## 如果我們沒有水

您是否儲存了足夠的飲用水 (每人每天 3 公升，連續三天或更長時間)？您有給寵物喝的水嗎？您會用什麼做飯和清潔？您會用什麼當做廁所？

## 如果我們不得不匆忙離開

如您需要疏散，是否每個人都有緊急避難包\*？在家裡、在工作，或是在車上？

\* 準備一個小袋子，裡面裝好保暖衣物、手電筒、收音機、急救箱、零食和水、必要的藥物、以及重要文件的複印本和有照片的身份證明，讓您順利的抵達安全的地點。

您會怎麼做？

# 被困在家裡



在大多數緊急情況下，如果安全的話，最好待在自己家裡。但那可能意味會停電、停水或沒有辦法取得補給達三天或以上時間。您有足夠的食物和水嗎？考慮了需要藥品的家人嗎？您是否有足夠的食物和水也能供寵物度過難關呢？

## 做好準備

- 一 您的應急用品不必放在工具包中，但您可能必須在黑暗中找到它們。要讓每個人都知道手電筒筒和電池的位置。
- 二 如果停電，先吃冰箱裡的食物，然後再吃冷凍庫裡的食物。之後才吃櫥櫃或應急包裡的食物。
- 三 認識您的鄰居。在緊急情況下，他們可能需要您的協助，或者您可能需要他們的協助，你們也許能夠團結起來度過難關。

## 重要提示

通過收聽電池或太陽能發電收音機，隨時瞭解最新緊急資訊。查看您當地政府及/或民防應急管理小組的網站和社交媒體。遵循民防和緊急服務的指示。

您會怎麼做？

# 無法回家

在緊急情況下，公共運輸工具可能無法運行，道路和社區可能會被封鎖。如果您不能走正常的回家路線，將如何返家？您會和誰一起？如果您的街道無法通行，你們會在哪裡會合？



## 做好準備

- 一 如果您無法回家，請商定一個集合地點。這可能是一所學校，朋友的地方或與親人住處。
- 二 如果您外出工作，請找到居住在您所在地區的同事。在緊急情況下，你們可以一起行動。
- 三 在工作場所或車內放一個緊急避難包。裡面應該有步行鞋、保暖的衣服、一些零食和一瓶水。手電筒、一些電池和收音機也很有用。

## 重要提示

提供孩子的學校或早教中心一份三個人的名單，如果您到不了時，他們可以接孩子。

您會怎麼做？

# 必須撤離

在緊急情況下，有些房屋、街道與鄰里可能不再安全，您可能需要很快地從家中離開。如果您住的街道被疏散了，您會去哪裡？您會帶什麼？寵物呢？您是否有鄰居可能需要您的協助？



## 做好準備

- 一 為家裡的每個人準備一個緊急避難包。它應該有保暖的衣服，一瓶水，零食，重要文件的副本和帶照片的身份證件。記住您可能需要的任何藥物。把您的急救箱、手電筒、收音機和電池放在您可以很快拿到的地方。
- 二 決定您要去的的地方（並確保家裡的每個人都知道，以防你們當時不全都在一起）。您的疏散地點可能與朋友或家人在一起，因此請確保他們知道您的計劃。

- 三 如果您住在海嘯疏散區，請確保您的疏散地點在該區之外。

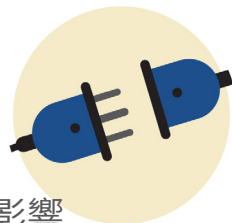
## 重要提示

如果您必須離開，請帶上您的寵物。如果情況對您不安全，那麼對它們來說也不安全。確保您的疏散地點能接受您的寵物。或是準備好狗舍、貓舍和歡迎寵物入住的汽車旅館的聯繫方式。



您會怎麼做？

# 停電



如果停電好幾天，您會怎麼做？您會怎麼照明、做飯、保暖？停電可能會影響 EFTPOS 和自動提款機，因此務必在家中留有一些現金，或者有足夠的用品可以讓您度過三天或更長時間。

## 做好準備

- 一 您的應急用品不必放在工具包中，但您可能必須在黑暗中找到它們。要讓每個人都知道手電筒筒和電池的位置。
- 二 準備一個太陽能或電池供電的收音機，以便您了解最新消息和警報。知道在緊急情況下要收聽哪些廣播電台以獲取信息。
- 三 準備一些不需要煮熟的食物（罐頭很好）或可以用來烹飪食物的東西（瓦斯燒烤爐或野營爐）。不要忘記嬰兒和寵物的食物。

- 四 如果停電，先吃冰箱裡的食物，然後再吃冷凍庫裡的食物。之後才吃櫥櫃或應急包裡的食物。



## 重要提示

與您的鄰居談談如果停電他們會怎麼做。您可能會發現他們有瓦斯燒烤爐，而您有足夠的食物和水可以分享（或相反）。

您會怎麼做？

# 停水



想像一下停水三天或更長時間的情況。你將如何清洗、煮飯、清潔？您會喝什麼？

## 做好準備

- ➊ 留下你的空水瓶和汽水瓶，徹底清潔之後給它們裝滿水。停水的每一天，您需要為每個人提供三公升的水。不要使用牛奶瓶。它們很難清潔，可能會讓人生病。不要忘記也為嬰兒和寵物儲存水。
- ➋ 如果您添加無香味的家用漂白劑，可以將儲存的飲用水保存長達一年。每十公升水加入半茶匙，混合後至少半小時內不要飲用。給每個瓶子標記灌裝日期。將瓶子存放在陰涼的地方。

- ➌ 記得儲存烹飪和清潔用水。您可以使用熱水器中的水，但應以大塑料容器多儲存一些水。

## 重要提示

您也可以將塑料冰淇淋容器裝滿水並將它們保存在冷凍庫中。如果停電，這些可以幫助食物保冷，也可以用於飲用。

您會怎麼做？

# 沒有電話或網路



如果電話和網路線路故障，您會怎麼做？您將如何保持聯繫，安排見面或跟上新聞和天氣警報？在大多數緊急情況下，最好待在家裡。把您的家作為您的集會點，並準備一個在您無法到達時的替代方案。

## 做好準備

- 一 與您的家人談談您將如何取得聯繫以及在緊急情況下您將在什麼地方集合。
- 二 您定要了解孩子學校或早教中心的應急計劃。告知他們三個在萬一您無法去接孩子時可以代接的人的名字。
- 三 準備一個太陽能或電池供電的收音機，以便您了解最新消息和警報。知道在緊急情況下要收聽哪些廣播電台以獲取信息。
- 四 準備好每個人都知道的外地聯繫方式。有時，當本地電話線路中斷時，您仍然可以聯繫到您所在地區以外的人。如果可以的話，讓每個人在緊急情況時通過短信或線上訊息與您的外地聯繫人聯繫。
- 五 保留一份重要電話號碼的書面清單。

## 重要提示

在緊急情況下，電話線可能會很快過載。讓線路保持暢通，以便可以撥打緊急電話，如果可以的話，使用短信或線上訊息保持聯繫。

# 讓您的家更安全



我們無法預測災難，但我們可以為它們做好準備。開始的最好地方之一就是您的家。地震委員會 (EQC) 提供了可以協助您做好住家防備和保護家人的重要步驟。

## 如何讓您的家更安全

- 一 使用支架或帶子將又高又重的家具固定於管線支架。
- 二 將沉重和易碎的物品移到較低的架子或櫥櫃上。
- 三 以合適的掛鉤吊掛圖片和鏡子(不要用單個釘子)。
- 四 您要確定您知道燃氣的緊急切斷開關和主水管水龍頭的位置。
- 五 一些磚砌和混凝土煙囪在地震中倒塌的風險更大。查看地震委員會的網站，了解有關如何使煙囪更安全的更多資訊。

- 六 如果您的房屋有懸掛式地基，請檢查它們是否狀況良好。檢查地基和上面的房屋之間是否有良好的連接。

想了解更多這些步驟和其他資訊，請參閱地震委員會 (EQC) 的網站 [eqc.govt.nz/be-prepared](http://eqc.govt.nz/be-prepared)。

Toka  
Tū Ake **EQC**

# 了解最新情況

知道您有不同方式在緊急情況下了解最新情況非常重要。



## 收音機

如果停電，太陽能或電池供電的收音機（或您的車載收音機）可以幫助您及時了解最新消息。

## 線上

有關本地更新，請查看您所在市政府的網站和社群媒體。查看您當地民防應急管理小組的網站和社群媒體。

全國更新消息可在 [www.civildefence.govt.nz](http://www.civildefence.govt.nz) 和 [@NZCivilDefence](https://twitter.com/NZCivilDefence) Twitter 頻道查詢。

## 緊急手機警訊

緊急手機警訊是一種接收您所在地區緊急情況資訊的方式。如果您的生命、健康或財產受到危害，您的手機可能會收到緊急手機警訊。您無需註冊或下載應用程式。

## 認識您的鄰居

認識您的鄰居。在緊急情況中，在民防緊急服務將忙於協助最需要他們的人時，你們將能彼此幫助。在緊急情況發生之前參與您的社區並了解您的鄰居。

# 了解有關災害風險

要了解不同類型的災害風險 可能導致緊急情況並影響到您居住的地區，以及應採取哪些行動，請至

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



洪水



暴風雨



地震



海嘯



火山活動



山體滑坡



# 洪水

洪水經常發生，而且可能導致重大損害。洪水通常是由暴雨或雷雨引起的。它們可能造成人體傷害和性命損失，損壞財產並污染我們的水源和土地。

如果水很深、流速很快，洪水快速上升，或者洪水中含有樹枝和鐵片等碎屑，洪水將會變得非常危險。

## 洪水期間

- 切勿嘗試在洪水中行走，游泳或開車。
- 將貴重和危險物品盡可能移至高處。
- 不讓窗簾、地毯和床上用品碰到地板。
- 收聽廣播並遵從緊急服務部門的指示。

### 更多資訊



想了解更多關於洪水發生前、期間和事後應該採取的措施，請參閱 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# 暴風雨

一年當中，大型暴風雨和惡劣氣候可能隨時發生，並危害廣大地區。它們會帶來強風，豪雨或大雪，打雷閃電，龍捲風和巨浪。紐西蘭氣象局 (MetService) 會透過新聞媒體以及他們的網站 [www.metservice.com](http://www.metservice.com) 發布惡劣氣候的觀測訊息和警告。

## 暴風雨期間

- 把強風吹壞或吹起的所有物品帶入屋內或綁緊固定。
- 緊閉門窗，拉上窗簾，以防止窗戶破裂造成傷害。
- 留在室內，並將寵物帶進室內。如果您必須離開，請帶著您的寵物。
- 收聽廣播並遵從緊急服務部門的指示。

### 更多資訊



更多有關在暴風雨或惡劣氣候發生之前，期間或之後的信息，請參閱 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)





# 地震

我們每年有150次以上的有感地震。破壞性大地震可能隨時發生，並且可能會隨後持續很長一段時間發生餘震。大多數與地震相關的死亡和嚴重傷害都是由於牆壁倒塌、玻璃和物體因搖晃墜落所引起的。在大地震中，磚石和玻璃可能會從建築物上掉落到街道上。

## 地震時

- 如果您在室內，請「趴下、掩護、抓牢」。不要跑到外面，否則你可能會被掉落的磚塊和玻璃砸到。
- 如果您在室外，移動不超過幾步之遙，遠離建築物，樹木，路燈和電線，然後蹲下，掩護並抓緊。
- 請「趴下、掩護、抓牢」，直到地震停止。
- 如果地震持續超過一分鐘或強度足以使人難以站立，請迅速移動到最近的高地或盡可能向陸移動，遠離海嘯疏散區。
- 許多傷害發生在搖晃停止後，請小心碎玻璃和尖銳物體。

## 更多資訊



想了解更多關於地震發生前、期間和事後應該採取的措施，請參閱 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# 海嘯

海嘯是由大地震引起的一連串巨浪。紐西蘭所有的海岸線都有可能面臨海嘯的威脅。海嘯波浪可以迅速發展成高速移動的水牆。

## 了解自然警報信號並採取行動

如果您在海岸附近，並感覺到以下任何情況，就立即採取行動。

- 感覺到讓人無法站定的強烈地震、或持續一分鐘以上的滾動的弱震，
- 看到海平面突然上升或降落
- 聽到海上傳來的巨大而不尋常的聲音

要立即前往最近的高地，或儘可能往內陸移動。

## 海嘯期間

- 要立即前往最近的高地，或儘可能往內陸移動。可能的話，步行或騎自行車。
- 不要去四處觀看。絕不要到海岸邊觀看海嘯。
- 收聽廣播並遵從緊急服務部門的指示。
- 在官方發出解除警報的指示之前，請遠離高風險區域。

## 更多資訊



想了解更多關於海嘯發生前、期間和事後應該採取的措施，請參閱 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# 火山活動

火山的危害可能包括火山落灰、落石、快速流動的熱氣和火山岩、熔岩流和大量泥漿流。火山爆發可能傷害和奪走人命，並造成財產損失，有時甚至影響數百公里之外的地區。

## 火山活動期間

- 關閉所有門窗並留在室內。
- 如果你在火山爆發附近，請在汽車或建築物內避難。
- 如果你在室外火山灰中，請戴上防塵口罩或用布遮住口鼻。
- 路上有灰燼時不要開車。
- 收聽廣播，遵從緊急服務部門的指示，並遠離限制區域。

### 更多資訊



想了解更多關於火山活動發生前、期間和事後應該採取的措施，請參訪 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)



# 山體滑坡

山崩可能是一塊巨石或岩石的掉落，也可能是覆蓋數公里的土石流。

它們是由於豪雨、地震，以及在某些情況下的人為因素所引起的。山崩常在沒有警告的情況下發生。

## 在滑坡期間

- 迅速離開山體滑坡的路徑。
- 警告鄰居，如果可以的話，幫助其他人。
- 請聯繫緊急服務和您當地市政府。

### 更多資訊



想了解更多關於山崩發生前、期間和事後應該採取的措施，請參閱 [www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

# 讓您的社區做好準備

---

## 認識您的鄰居

當您瞭解您的鄰居時，你們更有可能互相照顧，特別是在緊急情況期間和之後，比如暴風雨或大地震。

- 分享聯繫方式，以便在發生緊急情況時能取得聯繫。
- 告訴他們您的應急計劃並詢問他們的計劃。
- 找出誰可以協助您，以及誰可能需要您的協助。

## 加入鄰里支援小組

加入或成立鄰里支援小組。您和您的鄰居可以分享技能和資源，以便在緊急情況下度過難關。

## 制定社區應急計劃

社區應急計劃可以幫助您的社區了解如何在緊急情況下互相幫助。

請聯繫您的民防應急管理小組，瞭解您所在地區是否已有社區應急計劃。他們可以與您一起確認優勢、資源、風險和解決方案，以協助您的社區度過緊急情況。

# 了解您需要什麼用品

---

在緊急情況下，您可能會被困在家裡三天或更長時間。您可能已經有了大部分您需要的東西。您不必將它們全部放在一個地方，但您可能需要快速及/或在黑暗中找到它們。了解您需要什麼補給品，並制定一個計劃來度過難關。

## 在家中應備的基本用品

- 三天或更長時間的用水 — 確保每個人至少有九公升水。這對於飲水和基本衛生來說已經足夠了。
- 無需烹飪的持久食品 (除非您有野營爐或瓦斯燒烤爐) 以及嬰兒和寵物食品。
- 衛生紙和作為緊急廁所的大塑料桶。
- 工作手套和適當貼合的P2 或 N95口罩。

## 袋中應備有基本用品，以備緊急疏散之需

- 手電筒和電池
- 收音機 – 上發條或帶電池
- 乾洗手液
- 現金
- 重要文件和帶照片的身份證件的複印件
- 步行鞋、保暖衣物、雨衣和帽子
- 急救箱和處方藥
- 水和零食 (也要為嬰兒和寵物準備)

# 更多資訊

---

## 與孩子談論緊急情況

您可以讓幼童完成一些小任務，讓他們參與應急計劃。以誠實但不可怕的方式與他們交談在緊急情況下可能會發生什麼，您可以做些什麼來保證安全，以及如果您回不了家，您的計劃是什麼。他們參與得越多，當緊急情況發生時，他們就越不害怕。

## 在緊急情況下照顧嬰兒

嬰兒更容易脫水或感染。他們在緊急情況下需要特別照顧和關注。確保您的緊急避難包中也有嬰兒的補給品，以防您需要緊急疏散。

## 為寵物和其他動物做計劃

您的動物是您的責任。您需要將它們包括在您的應急計劃和準備中。確保您的寵物有三天以上足夠的食物、水和補給品。

## 工作場所也應該備有應急用品

確保您有工作用品，包括耐用的步行鞋、防水夾克、手電筒、零食和水。與住在同一地區的人聯繫，你們在緊急情況期間，可以合力協作一起回家。

請記得...

**GET READY**

[www.getready.govt.nz](http://www.getready.govt.nz)

參閱網站以獲取更多關於居家、學校、工作場所、鄰居、行程、寵物等方面的資訊。

或聯絡您當地的民防小組



**National Emergency  
Management Agency**  
Te Rākau Whakamarumaru