

指南

撤离：前、中、后期的注意事项

有时，在紧急情况或灾难发生时，大家可能需从家中撤离。在某些情况下，可能有一两天的时间来做准备，但在其他情况下可能需要立即撤离。

本简要指南将帮助您了解撤离前、撤离期间和撤离后应注意的事项。

接盟削

- 确保您的个人应急计划及时更新，并包含有关在要求撤离时您将如何撤离以及前往何处的信息。请记得列出几个撤离后能够前往的地方，例如位于另一个地区的家人或朋友的家，或当地社区场所。
- 对于一些无法独立撤离的人来说，在制定个人紧急计划时包含个人紧急撤离计划可能也很重要。这可能适用于失明或视力低下的人、失聪或有听力障碍的人、行动不便或使用轮椅的人，以及有社会心理障碍的人。
- 确保你已经打包好一个“应急包”（Go Bag）且随时可以取用。使用本网站上的检查清单来确保您已准备好所需的所有物品。
- 熟悉当地有哪些疏散中心。并非所有中心您都可以前往。有些中心可能会为有感官需求的个人提供安静的空间。
- 为您的宠物制定计划。大多数疏散中心不允许携带宠物（服务动物除外）。
- 如果您有车，最好将油箱加满，以备撤离时使用。建议在车内配备一个便携式应急包。
- 如果您通常依赖出租车或公共交通，请计划好需要撤离时的其他出行方式。
- 熟悉撤离您所在区域的其他方式。

R4NED 网站有简单的 Go Bag 清单的链接：(R4NED Go Bags)。

[Make a plan – R4NED](#)

美国的 Ready 网站为有特殊需求的人（例如有感官障碍、具体行动障碍或心智障碍的人）提供了关于应急包中应装哪些物品的极佳建议。点击下面的链接后，请拉到网页中间查看，

[Go Bag tips](#)

接盟晃野

- 确保穿上长袖上衣和长裤或防护服，并穿上结实的包头鞋。
- 通过互联网和当地广播电台，了解紧急情况或灾难期间可使用的当地疏散中心的最新信息。
- 准备一个用电池的收音机（放在你的应急包里），并随时关注当地的疏散指示。

- 听从紧急服务人员的指示并在接到通知时撤离。撤离过晚可能会很危险，甚至可能危及生命。
- 与您的支持人员不断保持联系。请务必告诉他们您要撤离到哪里。
- 如果您无法独立撤离，请务必遵循个人紧急撤离计划的步骤并与您的支持人员不断保持联系。如果您行动不便或需要使用轮椅，请做好由他人协助撤离的准备。如果您所在的建筑物只有楼梯而没有电梯，则很可能需要有人抬着您出去。
- 带上您的应急计划和应急包。
- 如果您将撤离到允许携带宠物的场所，则携带您的宠物一同前往。否则，请在家里为宠物做好安排。
- 如果有时间，请确保所有门窗都已关闭并锁好，以确保住宅安全。但请确保在需要撤离时你仍然能够轻松离开。您也可以拔掉小型电器的插头。
- 记住要保持冷静。保持平稳的呼吸是避免恐慌的好方法。

接盟名

- 在离开临时住所之前，请通过广播和电视广播，查看当地紧急服务部门或当地官员发布的信息，以确保可以安全返回家中。
- 如果您要返回受自然灾害影响的地区，请有所准备，因为你的日常活动会受到影响。
- 回到家后要准备好应对持续停电的准备。
- 经常与您的支持人员保持联系，并在需要时寻求帮助。

由 NDIS 质量和安全保障委员会资助