

# 我的應急管理計劃



NDIS 應急和災害  
管理資源

透過本應急管理計劃範本，您能夠快速、便捷準備緊急情況或災難的應對措施。

此範本會提醒您使用現有文件，如健康和支援資訊。此外，也提供一些訣竅來幫助您完成規劃工作。

您可以自行填寫範本，也可以與您的 NDIS 供應商或其他支援人員共同完成。如果您自行填寫，請務必向您的應急管理支援小組成員提供一份副本。

我的姓名		我的電話號碼	
------	--	--------	--

我如何獲取緊急情況或災難的相關資訊？

	姓名	電話號碼
NDIS 供應商		
家人或朋友		
線上/社交媒體 訣竅：加上您可能會使用的網站 (如澳洲廣播公司緊急事件網站)		
其他		
我所在地區的澳洲廣播公司廣播 頻率是		
我所在的市議會區域是		
我的市議會網站是		
我的避難包存放位置		

## 目錄

第 1 部分	3
我的個人詳細資訊	3
我的緊急支援小組	4
我的殘障支援	5
我的重要服務	6
我的保險	7
我的重要文件	8
第 2 部分	9
我的支援檔案	9
第 3 部分	10
我在緊急情況下的支援需求	10
第 4 部分	11
我的疏散計劃	11
第 5 部分	13
我的避難包	13
第 6 部分	14
我的寵物計劃	14
第 7 部分	15
我的後續步驟	15

**訣竅：**請務必確認隨本計劃保存的文件均為最新版內容。

## 第 1 部分

### 我的個人詳細資訊

名字	
姓氏	
地址 - 街道	
郊區	
郵遞區號	
住家電話號碼	
手機號碼	
電子郵件地址	
主要溝通語言	
其他可溝通語言	
偏好的口譯員 (姓名和電話號碼)	
使用的溝通輔助工具	

## 我的緊急支援小組

在緊急情況下，我必須聯絡：

	姓名	電話	電子郵件	是否有本計劃副本 (是/否)
第一聯絡人				
家庭成員				
家庭成員				
法定監護人				
照護人員				
朋友				
NDIS 支援人員				
家庭醫生				
藥劑師				
僱主				
鄰居				
其他 (1)				
其他 (2)				
其他 (3)				
其他 (4)				

## 我的殘障支援

NDIS 號碼		
	姓名	電話
NDIS 計劃人員		
NDIS 支援協調人員		
NDIS 支援供應商	聯絡人姓名	電話
組織 1		
組織 2		
組織 3		
Centrelink 號碼		
殘障津貼號碼		

## 我的重要服務

	公司	帳號	電話
電力			
天然氣			
水			
電話			
網際網路			
道路救援			
其他 ( 1 )			
其他 ( 2 )			
其他 ( 3 )			
其他 ( 4 )			

## 我的保險

	公司	保單號碼	電話/網站
房屋及財物險			
健康險			
車險			
壽險			
其他 ( 1 )			
其他 ( 2 )			

## 我的重要文件

訣竅：不要忘記隨身攜帶所有重要文件，包括附照片的身分證件。

	文件/卡號	其他詳細資訊
附照片的身分證件		
駕照		
護照		
出生證明		
Medicare 卡		
法律文件 (例如您的遺囑)		
NDIS 計劃		
健康和支持計劃		



## 第 2 部分

### 我的支援檔案

#### 健康和殘障資訊

**訣竅：** 如果另一份文件已提供這些資訊（如您的 *NDIS* 支援計劃或「單頁簡介」），請連同這些文件一併保存，不要重新撰寫這些資訊。

在此註記應參照的計劃：

如果您沒有其他文件提供這些資訊，請詳細填寫以下表格。

殘障和/或醫療狀況	
藥物 <b>訣竅：</b> 附上您服用這些藥物的病因。	
醫療輔助工具	
過敏	
飲食需求	
Covid 疫苗接種 <b>訣竅：</b> 寫下您最後一次接種疫苗的日期。	

## 第 3 部分

### 我在緊急情況下的支援需求

在緊急情況下，您的醫療狀況或障礙會如何影響您的應急措施？

您可能額外需要哪些支援？

溝通	
行動	
個人護理	
感官	
心理健康/壓力管理	

## 第 4 部分

### 我的疏散計劃

**訣竅：**如果您的需求較為複雜，最好單獨制定一份疏散計劃。您可以在平等機會 ( Equal Access ) 網站上取得範本和指南：

[個人應急疏散計劃](#)

如果您有單獨的疏散計劃，請連同本文件一起存放，並在此註記文件名稱：

如果您沒有單獨的計劃，請在下方填寫詳細資訊。

<p>我可以從哪些管道獲知疏散的具體時間？</p> <p>例如： 澳洲廣播公司緊急事件廣播、我的 NDIS 住所負責人、我的第一聯絡人。</p>	
<p>我應該疏散到哪裡？</p> <p><b>訣竅：</b>您疏散目的地可能要依據災害嚴重程度調整。例如，我的鄰居住家或疏散中心。</p>	
<p>我如何抵達該地點？ 我會使用何種交通工具？</p> <p>例如：我自己開車、鄰居來接我、我和室友一起離開、我的 NDIS 供應商會安排。</p>	

<p>我在疏散時是否需要支援？</p> <p>例如：我有視力障礙，需要有人協助我離開。我有焦慮症、可能會出現恐慌發作，需要有人陪伴我離開。</p>	
<p>我在疏散時是否需要當地應急服務機構的協助？</p> <p>例如：我是輪椅族，需要應急服務人員將我抬出。</p> <p><b>訣竅：</b> <i>提前與當地應急服務機構聯繫，告知您需要這類幫助。</i></p>	
<p>上述安排是否有備用計劃？</p>	

## 第 5 部分

### 我的避難包

**訣竅：**建議您參考澳洲紅十字會和 *Ember* 的檢查清單來準備避難包。請參閱此處：

[紅十字會避難包檢查清單 \( pdf \)](#)

[EMBER 避難包檢查清單 \( pdf \)](#)

我已準備好避難包	是		否	
我的避難包存放位置				

## 第 6 部分

### 我的寵物計劃

我有以下寵物：

名字	動物種類	晶片號碼	獸醫詳細資訊	所需設備	應急安全場所或計劃

**訣竅：**如需寵物應急準備的實用資訊（包括應準備的物品），請查看以下新南威爾斯州政府網站：

[寵物和家畜的應急準備](#)

或查看 *Ember* 網站上的易讀版文件：

[緊急情況下的寵物必需品](#)

## 第 7 部分

### 我的後續步驟

您的計劃現已準備就緒。您針對緊急情況或災害做好準備，這是重要的一步。

接著是採取一些行動，確保您的計劃能夠如預期實現。

例如：

您的應急支援小組人員是否知道您的計劃？

您是否需要準備一個避難包？

您是否必須聯絡當地的應急服務機構討論疏散事宜？

請在下方列出您必須完成的事項。

**提醒：**制定備用計劃。

在緊急情況下，如果找不到他人協助，  
或者沒有可用交通工具，我的備用計  
劃如下：