

如何为气候变化做准备

现在可做的事项

- 认识邻居，互换联系方式，分享应急资讯。
- 关注新闻，查看手机收到的警告短信。
- 关注当地应急服务 / 地方政府 / 社区的社交媒体主页和简报。
- 确认当地医院 / 全科医生诊所的地址，熟悉前行路线。
- 了解当地发生过的紧急事件。
- 联系当地政府，询问残障人士是否可以自愿登记，以便在紧急事件发生时获得有针对性的帮助。
- 询问工作场所和孩子的幼托所 / 学校是否有应急预案。

我还能做些什么？

- 了解气候变化，以及这些变化将如何增加紧急事件的发生频率和危险程度。
- 将已知资讯分享给邻里社区。
- 如果社区内有人可能会在极端天气到来时感到更担心、身体更加不适，请联系他们，并考虑怎样在保证自身安全的情况下帮助他们。
- 参加社区活动，加入社区团体或俱乐部，或加入网络社群，与当地社区建立联系。
- 建立支援网络，以便在需要时获得帮助。
- 参加急救培训课程，增长知识与技能。
- 了解房屋、财产和车辆保险的益处。
- 查看已投的保险。

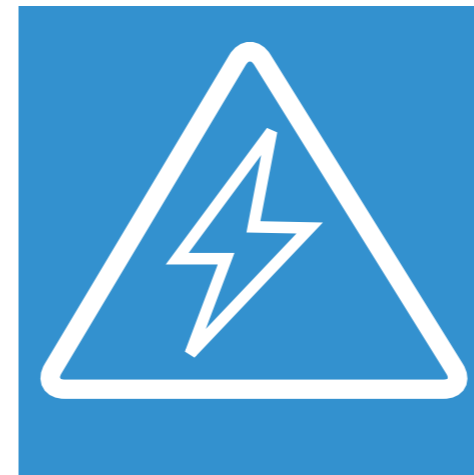
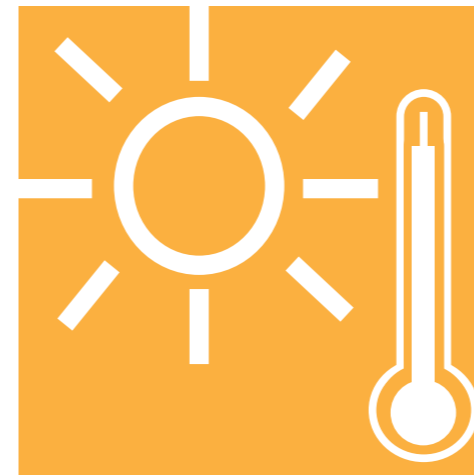
更多信息

- ABC（澳大利亚广播公司）是官方应急广播机构。访问链接，了解 ABC 当地电台收听方式：reception.abc.net.au/
- 查阅面向残障人士的灾难应对资料：ready.gov/disability。
- 南澳全州应急服务中心（SES）提供英文及其他语言版本的洪水、风暴与热浪信息。详情请访问：ses.sa.gov.au

本项目属于防范灾害风险资助计划，由南澳大利亚州政府和澳大利亚政府提供资金支持。此计划 / 项目的观点与研究结果为独立发表，并不代表州及联邦赞助机构的观点。



气候变化应对措施：住户须知

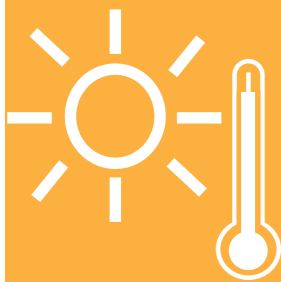


气候变化会导致更频繁、强度更大的极端天气事件，如在当地出现洪灾、热浪、山火以及由此导致的停电等情况。

了解此类事件及防范方法，可帮助您和当地社区在出现极端天气事件时从容应对、安然度过。



热浪



这将会对我产生什么影响？

- 可能会出现脱水、热衰竭、睡眠困难与中暑等症状。
- 可能会加剧原有疾病的病情。
- 卫生社会服务场所可能会迎来需求高峰。
- 工作场所的生产效率可能降低。
- 电或水供应等必要服务可能受到影响。
- 公共交通和道路信号等交通网络可能会受到影响。

我应该了解什么？

- 留意热衰竭和中暑的症状。
- 阿德莱德的热度与阳光可能与其他地方不同。
- 了解如何让自己、家人和房屋保持凉爽。
- 如果家中过于炎热，可以考虑去当地图书馆或商场乘凉，或在气温上升前去居住环境更凉快的家人或朋友家里。
- 确保家中备好食品和日用品，避免在热天出门采购。
- 如果您认识的人没法有效避暑，可以邀请他们来自己家中躲避热浪。
- 一天最热的时尽量不要出门，尤其不要乘坐公共交通工具。
- 在炎热的晚上，可以用喷壶喷点水在床单上，打开风扇，带来的微风也可以帮助降暑。

我该怎样为今后做准备？

- 安装并使用空调、风扇和室内外的窗帘，让室内保持凉爽。
- 如果不是租房，可以考虑将房屋外墙刷上浅色漆，装设隔热层、双层玻璃窗，让门窗之间有自然通风，种植树木，并为后院浇水，保持绿意凉爽。
- 如果正在或正要租房，可以请房东安装空调、隔热层和外遮阳帘。
- 如果您自己或您认识的人在热浪中可能会受到严重影响，可以向 Telecross REDi 登记，让其在热浪来临时打电话确认您的安全。

我在哪里可以找到更多相关信息？

- 请点击链接，了解热浪详情：ses.sa.gov.au/heatwave/
- 如需了解在热天保持健康的方式，请访问：sahealth.sa.gov.au，并搜索“heatwaves”。
- 查询天气预报：bom.gov.au
- Telecross REDi 为弱势群体提供服务，登记后会在热浪来临时致电确认您的安全：请访问 redcross.org.au，并搜索“Telecross”。

洪水



这将会对我产生什么影响？

- 对房屋、财产、车辆或工作场地造成破坏。
- 需要撤离住宅或工作场所。
- 因水流过快或无法看清水下物体而受伤。
- 停电、停水，污水系统停止运作，电信中断。
- 水传播疾病的感染风险增加。
- 道路可能会关闭，公共交通无法运行。
- 营业服务场所可能会关闭。
- 可能会取消社区活动。

我应该了解什么？

- 查询住宅或工作场所所在区域是否易受洪水影响。
- 制定应急 / 撤离计划。
- 准备应急箱，装上撤离时需带走的物品。
- 确保家里所有人都知道如何通过总闸关闭水、气和电供应。
- 如果您认为洪水可能会漫入家中，请查询 SES 资讯，了解沙袋的领取地点和使用方法。
- 思考要将哪些重要物品搬到楼上或桌椅上，好让它们保持干燥。
- 如果您在接受透析或其他维持生命的疗法，请查询可从哪里获得帮助。
- 如果您使用身体机能辅助设备，请计划好如何带上设备撤离，或者设备损坏后如何更换。

我该怎样为今后做准备？

- 尽量存钱，以便因紧急情况无法工作时或洪灾后需承担额外花费时应急。
- 检查洪灾损害是否在购买的房屋、财产和车辆保险承保范围内。
- 拍摄受灾住宅和财产的照片 / 视频，作为理赔依据。
- 如需撤离住宅或在洪灾期间或之后出门，请计划好交通需求。
- 将离地板近的插座往高处放，以免被洪水淹没。

我在哪里可以找到更多相关信息？

- 为洪灾作准备：ses.sa.gov.au/flood
- 易读英语版洪灾指南：访问 ses.sa.gov.au/flood，搜索“Easy English guide”。
- 在地图上查询住宅区域的洪灾风险：访问 waterconnect.sa.gov.au，搜索“flood information”
- 制定应急计划：redcross.org.au/prepare
- 准备应急箱：redcross.org.au/emergencies/resources

山火烟雾



这将会对我产生什么影响？

- 引发眼睛酸痛，以及咽喉、鼻腔和肺部疼痛。
- 引起咳嗽，呼吸困难。
- 胸部疼痛，头晕目眩。
- 哮喘患者和心肺疾病患者的病情会急速恶化。

我应该了解什么？

- 待在室内，关闭门窗，堵住通风口，以免吸入过量烟雾。
- 不要在烟雾多的地方锻炼。
- 哮喘患者需确保有足够的药物与装置，如 P2 或 N95 口罩（布口罩或外科口罩无法防护烟雾）。
- 不要使用水蒸发空调。
- 分体式空调设置循环或流通模式。

我该怎样为今后做准备？

- 哮喘患者可考虑购买带 HEPA 滤网的空气净化器。
- 用填缝剂和密封条堵住家中门窗、风扇和通风孔附近的缝隙。这样也可以节省电费。

我在哪里可以找到更多相关信息？

- 山火烟雾与健康：访问 sahealth.sa.gov.au，搜索“bushfire smoke”。
- 澳大利亚哮喘协会（Asthma Australia）提供面向哮喘患者的资讯：asthma.org.au

停电



这将会对我产生什么影响？

- 医疗设备、冷暖气、照明、（存放食物和药品的）冰箱、笔记本电脑或手机无法充电。
- 超市、银行、学校和加油站等营业服务场所可能会关闭。
- 网络和电话可能会无法使用。

我应该了解什么？

- 如果您需要用电来满足医疗需求，请提前计划并拨打 13 12 61，确保向 SA Power Networks Power Dependency Register 登记。
- 从冰箱取出冰袋，放入冷藏袋中，确保药物存放于低温环境。
- 为需要冷藏的药物做好准备。
- 购买手电筒和使用电池的收音机，并准备备用电池。
- 购买充电宝并充满电。
- 计划好可以去哪些有冷气或暖气的地方。
- 订阅当地停电警报与警告信息。

我该怎样为今后做准备？

- 如果您或您的家人的医疗设备需要用电，请为持续断电的情况制定预案，并确保所有人都清楚该预案。
- 在风暴或极端炎热的天气下，极有可能停电，所以请在此之前尽量给车加满油，这样即使加油站不开门，也能开车去到亲近之人的身边。
- 购买电池或发电机，以便自用或与邻居共用。

我在哪里可以找到更多相关信息？

- 如需了解用电依赖详情：访问 sahealth.sa.gov.au，搜索“power dependency”。
- 停电时的应对措施：sapowernetworks.com.au/outages/what-to-do-when-the-power-goes-out