

地震

温哥华将地震列为本市可能发生的十三大灾害之一。

地震是什么？

地球表面分为不同的大板块。当这些板块水平或上下滑过彼此时，所释出的压力便会形成地震。释出压力时，会导致地震时地面晃动。

温哥华何时会发生具破坏力的地震？

温哥华每天都面临发生破坏性地震的风险。据加拿大地质调查局估计，本市在未来五十年内发生破坏性地震的可能性为五分之一。问题的关键并非是否会发生破坏性地震，而是下一次会在何时发生。

地震时会发生什么？

地震会造成广泛的影响，包括：

- 地面震动导致建筑物和基础设施损毁。
- 建筑物严重受损，可能导致倒塌、火灾、人员伤亡，以及住宅和商业用户需要长期搬迁。
- 风险最大的建筑物包括中层和高层混凝土住宅大楼、较旧的砖砌建筑和较旧的木结构公寓楼。
- 人行道和街道上的碎片会使出行变得困难。
- 电力、电信、供水和污水处理设施服务受阻。
- 由于对建筑评估和技工服务需求极大，即使对于只有轻微损坏的建筑，建筑修复工程也十分漫长和充满挑战。
- 广泛地区长期无法通行。举例而言，基督城地震导致市中心许多地区持续封锁了一年多。
- 基础设施遭到严重破坏，市民生活进一步受影响，并延误应变和复原工作。

家居准备工作

强烈震荡可能导致家中的家具和物品移动、掉下或破损。即使您是租客，今天也可以采取以下行动来减少家居受损：

- 将大型或较重物件放在较低的架子上

- 将相框和镜子移离床、沙发和椅子
- 用双面胶或魔术贴固定较小的电器，例如音响、电视或微波炉
- 床应放置于远离窗户的位置
- 在床下放一双备用而保护性强的鞋，以免被碎玻璃和碎片弄伤
- 了解煤气、电力和供水总闸的位置 · 认识如何关掉总闸

储存物资

如果地震后您的家居仍然安全，最好应留在家中。备存足够份量不易腐烂的食物、水和其他用品，以支持自己和亲友生活所需，最低限度应能维持三天，但目标应为一至两周。如果您有露营用品，便可以此开始打造您的应急物资包。别忘了按您的需要准备特殊物品（例如处方药、婴儿配方奶粉、额外一副眼镜和隐形眼镜、宠物食品和用品、额外的拐杖和其他医疗设备等）

地震应对措施

当您感觉到地面震动或收到警报时，立即"伏地"、"遮挡"并"抓牢"。

- 伏地，如果不便，就坐着将头放在膝盖上
- 用手臂盖住头部和颈部，可能的话，躲在坚固的家具下面
- 坚持到震动停止

当震动停止时：

- 为了让周围物件有足够时间静止，应待在原地，数到 60 秒后再起身
- 保持冷静并谨慎地移动，注意上方和周围是否有不稳定的物件或其他危险
- 注意危险物件，包括：破碎玻璃和碎片、掉落的电线、火灾和泄漏煤气
- 注意可能会发生余震。每次感觉到地面震动时，立即"伏地"、"遮挡"并"抓牢"。
- 如果您的房屋严重受损且变得不安全，请携带随行袋并撤离到较安全的地方
- 如果您的房屋受损但仍然安全，请留在家中并使用应急物资包
- 仅在有可能发生生命危险的情况下才致电 9-1-1，请勿致电此号码查询信息

极端高温

温哥华将极端高温列为本市可能发生的十三大灾害之一。

什么是极端高温？

极端高温是指气温达到危险水平。市民通常将极端高温事件称为“热浪”。极端高温被视为“无声杀手”。在加拿大，每年与气候相关的平均死亡人数当中，由极端高温酿成的数目比任何其他天气事件都要多。

极端高温通常在何时发生？

在温哥华，一年中最热的气温通常出现在五月至九月。由于五月至六月时我们的身体还未适应炎热天气，因此有较大风险导致酷热相关疾病。

当白天和夜间气温持续比季节性常温高时，加拿大环境及气候变化部会发出**高温警告**。每年夏天估计会有一至三次相关警报。**极端高温紧急情况**是指白天和夜间气温都比季节性常温高，且每天气温持续升高。这些气候事件较为罕见，预计不会经常发生，但随着气候变化，有关事件将变得更频繁。

极端高温时会发生什么？

炎热天气可导致酷热疾病或死亡，尤其是持续出现高温或极端高温时。当身体无法自行散热时就会导致酷热疾病的发生，有关症状从轻微到严重不等。

室内温度可能会比室外温度更高且更危险。对于易受酷热影响的人来说，室内温度高于 26°C 时风险便会增加。对所有人来说，高于 31°C 的温度都是危险的。

极端高温对什么人造成的影响最大？

高温可对任何人造成伤害，尤其是缺乏机械制冷设施者。风险较高者包括：

- 60 岁或以上长者
- 社交孤独或独居人士
- 已患有糖尿病、心脏病或呼吸道疾病等健康状况的人
- 精神分裂症、忧郁症或焦虑症等精神病患者
- 物质使用者（包括酒精）
- 行动不便、脊髓受损或有其他残疾的人
- 无家可归或弱势住宿人士

- 居所缺乏足够制冷能力的人
- 在炎热环境下工作的人
- 孕妇
- 婴幼儿

极端高温应对计划

- 较易受高温影响的人应制定计划，在家居温度达 26°C 或以上时前往较凉爽的地方。
- 任何人都应计划在家居温度达 31°C 或以上时前往较凉爽的地方。
- 待在朋友家、商场或社区组织等有空调的地方是十分重要的。如果您家里没有空调，您应寻找可前往的适当地点。
- 计划在家里最凉爽的房间里睡觉，就算不是卧室。
- 确认有哪些朋友、家人和邻居，在酷热期间可能需要额外帮助，并关心他们的状况。
- 如果您独居，应找一位极端高温支持伙伴，以便在天气炎热时可互相照应。
- 如果您在炎热天气期间外出，应计划定时在有空调处或阴凉处小休。
- 访问 vancouver.ca/heatinfo 以寻找最接近您的避暑中心，以及了解一些避暑小技巧。

家居准备工作

- 如果可以的话，应至少在一个房间内安装窗式空调或热泵。机械制冷是当前最佳的防热方式。
- 应使用温度计准确测量室内温度，并监测温度是否达危险水平。
- 傍晚和清晨时可使用风扇将清凉的室外空气带入您的家中。对于风险较高者，风扇并不能有效降低其体温或预防酷热相关疾病。不要依赖风扇作为主要的散热方法。
- 应安装隔热窗帘以防止阳光在一天中最炎热的时候照射进室内。
- 在外窗放置遮光物或反光膜以阻挡阳光照射到窗户上。最简单的做法是在窗外放一块硬纸板。
- 准备一个消暑小锦囊，以便在天气太热时帮自己消暑。访问 vancouver.ca/heatinfo 以了解如何准备自己的消暑小锦囊。

山火烟雾和恶劣空气质量

温哥华将山火烟雾和恶劣空气质量列为本市可能发生的十三大灾害之一。

什么是恶劣空气质量？

在温哥华，山火烟雾是导致恶劣空气质量和空气污染的一个主要原因。山火烟雾是一种由树木、建筑物和其他物料燃烧时产生的气体和微粒混合物。若吸入这些被称为 PM2.5 的小粒子会对健康构成轻微到严重的影响。烟雾可波及距离火灾位置数百或数千公里的地方。根据天气和风向因素，温哥华可能会受到加拿大和美国各地的山火烟雾影响。

何时会出现山火烟雾？

导致山火烟雾和恶劣空气质量的火灾最有可能在六月至九月期间发生。自 2010 年以来，因山火烟雾而发出的空气质量警示次数有所增加。由于气候变化导致较高的气温和较长的干旱期（特别是在夏季），预计山火发生的次数和严重程度将会增加。

空气质量较差时可能会发生什么？

目前尚未有研究指明山火烟雾的安全接触量。这意味着即使山火烟雾产生较低浓度的细颗粒物 (PM2.5)，也可能对所有人的健康有害。相较于山火烟雾浓度较高时，在山火烟雾浓度较低的期间，与哮喘相关的就医次数更多，而且浓度较低的出现次数更频繁。如果您长时间接触烟雾或吸入大量烟雾，便可能会出现症状。持续的山火烟雾会对健康产生长远影响，且有证据显示会影响心理健康。

谁受恶劣空气质量影响最大？

虽然很多人都会出现常见症状，但以下人士受山火烟雾的影响可能更大：

- 哮喘患者
- 慢性阻塞性肺病(COPD)患者
- 心脏病患者
- 糖尿病患者
- 孕妇
- 婴儿和儿童
- 长者
- 被诊断为呼吸道受感染者

- 无家可归或居住条件欠佳者
- 居住在没有机械通风、空气过滤系统或便携式空气净化器的人
- 在户外工作或活动的人

为恶劣空气质量做好准备

- 制定计划，在烟雾弥漫的日子前往空气较清新的地方，或至少去有空调的地方。
- 配备空气过滤或空调的空间可以是朋友的家、商场或社区组织。如果您家里没有清新空气，您应寻找可前往的适当地点。
- 访问 vancouver.ca/smokeinfo，寻找您附近的空气清新空间，并学习如何自制空气净化器。
- 制定计划以尽量减低接触烟雾，例如在户外活动量力而为，并佩戴贴合脸部的口罩；特别是当您对烟雾较敏感或属于易受影响的群体（例如孕妇）。
- 如果您或您的家人患有慢性病，请与您的医生共同制定烟雾期间的疾病管理计划。
- 如果您须照顾一群儿童或规划户外活动，请确保您已制定烟雾应对计划。
- 确认有哪些朋友、家人和邻居，在山火烟雾期间可能面对更大的风险，并关心他们的状况。
- 观察自己的精神健康。如果您感到压力或不知所措，请寻求专人协助。请联络您的医疗服务提供者或致电 HealthLink BC 8-1-1（失聪人士或听力障碍者请致电 7-1-1）以寻找适用的资源。

储备物资

- 若能负担得起便携式空气净化器，请购买并用来过滤家中的空气，或按照 vancouver.ca/smokeinfo 的指引自制箱式风扇空气净化器。
- 合适的呼吸器，例如贴合脸部的 N95 口罩，可以有效阻隔山火烟雾中的细颗粒物。
- 三层式或一次性口罩可提供中等防护，但效果不如呼吸器。简单的单层布口罩、头巾、围脖巾或 T 恤（无论是湿的还是干的）均无法阻隔山火烟雾。
- 无论您使用哪种类型的面罩，最关键的因素是贴合度。空气应穿过面罩而不是沿着两侧流入您的面部。
- 如果您使用吸入器等应急药物，请确保家中有备用药物，并在山火季节随身携带。制定明确的应变计划，在您的应急药物无法控制病情时执行。

沿海洪水和海平面上升

温哥华将沿海洪水和海平面上升列为本市可能发生的十三大灾害之一。

什么是沿海洪水？

沿海洪水是指低洼地带被海水淹没。在温哥华，这通常是由风暴和涨潮两者导致的。

什么是海平面上升？

海平面上升的原因是气候变化导致海洋升温并膨胀，以及冰川和冰盖中的大量冰块融化。我们尚不清楚在 2050 年后温哥华的海平面具体会上升多少。到 2100 年，海平面可能会增加 60 厘米至 6 米以上。卑诗省建议，应按照到 2100 年前海平面上升一米来进行规划，市政府已采纳此规划建议。

何时会出现沿海洪水？

可能导致沿海洪水的潮涨和严重风暴最有可能在十月至二月发生。我们可以提前预测一年中最高潮涨的日期。暴风雨预警则通常只可提前数天发出。

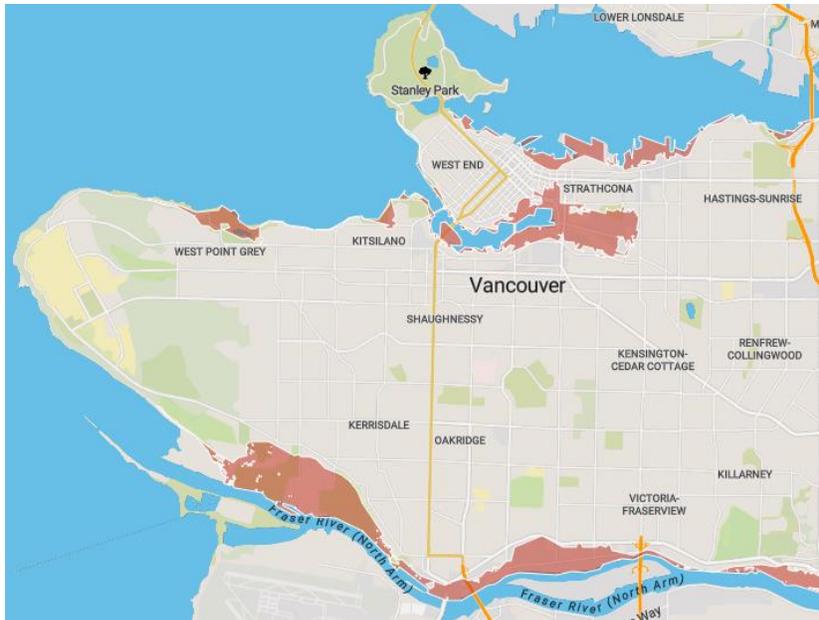
沿海洪水泛滥时会发生什么？

洪水可能会损坏建筑物和关键基础设施，导致停电，扰乱交通，并使淹没地区的人流离失所，迫使商铺搬迁。洪水来袭时若是伴有强风，波浪可能会冲击海岸线构筑物，包括将木头等漂浮物撞到码头和其他构筑物上。温哥华最近发生的洪水事件对史丹利公园 (Stanley Park) 海堤、杰里科码头 (Jericho Pier) 和基斯兰奴 (Kitsilano Pool) 泳池造成了广泛破坏，修复费达数百万元。

海平面上升增加了沿海洪水的风险，并可能导致沿海栖息地和物种流失和破坏。这可能会对原住民社区、文化和经济的健康和福祉产生深远影响，特别是当传统食物来源减少时。

谁受沿海洪水影响最大？

并非所有人都会受到沿海洪水的影响。洪泛平原的低洼地区有较高的泛滥风险，可能会受沿海洪水影响。这包括 Southlands、菲莎河洪泛平原和 Locarno/Spanish Banks。



随着海平面上升及在没有防洪措施的情况下，到 2100 年，固兰湖岛(Granville Island) 和福溪平地发生洪水的风险将会增加。

本地图用红色标出了洪泛平原，即当前和未来有洪水风险的地区。此地图有助我们规划如何规范土地用途，并制定防洪建筑水平标准。

沿海洪水应对计划

- 如果您居住或工作的地区有沿海洪水风险，请规划好一条从社区疏散又不会进入低洼地区的路线。
- 做好提前撤离的准备，或留在室内较高楼层，直到洪水退去。
- 为家里每个人准备随行袋，以备需要疏散时使用。
- 下载 Alertable 应用程序，以便在智能手机直接接收紧急信息（包括何时疏散的信息）。访问 vancouver.ca/get-alerts 或从手机的应用程序商店下载。
- 如果您住在洪泛平原，请查看您的保险承保范围。
- 如果您的业务处于洪泛平原，请确保已制定充分的业务连续性计划。考虑如果职员因洪水而无法上班，将会如何影响营运。
- 当沿海洪水泛滥时，请远离海堤和海岸线、船坞和码头，以确保安全。

为您的家和业务作好准备

- 根据居所的高度，考虑将贵重物品和重要个人物品从地面楼层移至较高楼层，以避免因洪水而造成损毁。
- 同样地，根据业务的高度，将服务器和重要文件放置在较高楼层，以免受洪水损毁。
- 更多您可采取的预防措施：
 - 定期清洁排水沟
 - 清除附近雨水渠的杂物
 - 安装抽水泵以便排水
 - 升高电器和电源插座位置
 - 安装瓷砖地板、防洪门和石膏板