

地震

溫哥華將地震列為本市可能發生的十三大災害之一。

地震是什麼？

地球表面分為不同的大板塊。當這些板塊水平或上下滑過彼此時，所釋出的壓力便會形成地震。釋出壓力時，會導致地震時地面晃動。

溫哥華何時會發生具破壞力的地震？

溫哥華每天都面臨發生破壞性地震的風險。據加拿大地質調查局估計，本市在未來五十年內發生破壞性地震的可能性為五分之一。問題並非會否發生破壞性地震，而是下一次會在何時發生。

地震時會發生什麼狀況？

地震會造成廣泛的影響，包括：

- 地面震動導致建築物和基礎設施損毀。
- 建築物嚴重受損，可能導致倒塌、火災、人命傷亡，以及住宅和商業用戶需要長期搬遷。
- 風險最大的建築物包括中層和高層混凝土住宅大樓、較舊的磚砌建築和較舊的木構造公寓大樓。
- 行人道和街道上的碎片使出行變得困難。
- 電力、電訊、供水和污水處理設施服務受阻。
- 由於對建築評估和技工服務需求極大，即使對於只有輕微損壞的建築，建築修復工程也十分漫長和充滿挑戰。
- 廣泛地區長期無法通行。舉例而言，基督城地震導致市中心許多地區持續封鎖了一年多。
- 基礎設施遭到嚴重破壞，市民生活進一步受影響，並延誤應變和復原工作。

家居準備工作

強烈震盪可能導致家中的傢私和物品移動、掉下或破損。即使您是租客，今天也可以採取以下行動來減少家居受損：

- 將大型或較重物件放在較低的架子上
- 將連框相片和鏡子移離床、梳化和椅子
- 用雙面膠紙或魔術貼固定較小的電器，例如音響、電視或微波爐
- 床應放置於遠離窗戶的位置
- 在床下底放一雙備用而保護性強的鞋，以免被碎玻璃和碎片弄傷
- 了解煤氣、電力和供水總掣的位置，認識如何關掉總掣

備存物資

如果地震後您的家居仍然安全，最好應留在家中。備存足夠份量不易腐爛的食物、水和其他用品，以支持自己和至親生活所需，至低限度應能維持三天，但目標應為一至兩週。如果您有露營用品，便可以此開始建立您的應急物資包。別忘了按您的需要準備特殊物品（例如處方藥、嬰兒配方奶粉、額外一副眼鏡和隱形眼鏡、寵物食品和用品、額外的拐杖和其他醫療設備等）。

地震應變措施

當您感覺到地面震動或收到警報時，立即「趴下」、「掩護」並「穩住」。

- 伏在地上，如果做不到的話，就坐著將頭部壓低至膝蓋水平
- 用手臂掩護頭部和頸部，如果可以的話，躲在堅固的表面下作掩護
- 堅持住，直到震動停止

當震動停止：

- 為了讓物件有足夠時間靜止，應待在原地，數到 60 秒後才起身
- 保持冷靜並謹慎地移動，留心上方和周圍是否有不穩定的物件或其他危險
- 留心危險物件，包括：破碎玻璃和碎片、掉落的電線、火災和洩漏煤氣
- 注意可能會發生餘震。每次感覺到地面震動時，立即「趴下」、「掩護」並「穩住」。
- 如果您的房屋嚴重受損且變得不安全，請攜帶隨行袋並撤離到較安全的地方
- 如果您的房屋受損但仍然安全，請留在家中並使用應急物資包
- 僅在有生命危險的緊急情況下才致電 9-1-1，請勿為查詢資訊而致電

極端高溫

溫哥華將極端高溫列為本市可能發生的十三大災害之一。

什麼是極端高溫？

極端高溫是指氣溫達到危險水平。市民通常將極端高溫事件稱為「熱浪」。極端高溫被視為「無聲殺手」。在加拿大，每年與氣候相關的死亡人數當中，由極端高溫釀成的數目比任何其他天氣事件都要多。

極端高溫通常在何時發生？

在溫哥華，一年中最熱的氣溫通常出現在五月至九月。由於五月至六月時我們的身體還未適應炎熱天氣，因此有較大風險導致酷熱相關疾病。

當白天和夜間氣溫持續比季節性常溫高時，加拿大環境及氣候變化部會發出**酷熱天氣警告**。每年夏天估計會有一至三次相關警報。**極端高溫緊急警告**是指白天和夜間氣溫都比季節性常溫高，且每天氣溫持續升高。這些氣候事件較為罕見，預計不會經常發生，但隨著氣候變化，有關事件將變得更頻繁。

極端高溫會導致什麼情況？

炎熱天氣可導致酷熱疾病或死亡，尤其是持續出現高溫或極端高溫時。當身體無法自行散熱時就會導致酷熱疾病的發生，有關症狀從輕微到嚴重不等。

室內溫度可以比室外溫度更高且更危險。對於易受酷熱影響的人來說，室內溫度高於 26°C 時風險便會增加。對所有人來說，高於 31°C 的溫度都是危險的。

極端高溫對甚麼人造成最大的影響？

高溫可對任何人構成傷害，尤其是缺乏機械製冷設施者。風險較高者包括：

- 60 歲或以上長者
- 社交孤獨或獨居人士
- 已患有糖尿病、心臟病或呼吸道疾病等健康狀況的人
- 精神分裂症、憂鬱症或焦慮症等精神病患者
- 物質使用者（包括酒精）
- 行動不便、脊髓受損或有其他殘疾的人
- 無家可歸或弱勢住宿人士
- 居所缺乏足夠製冷能力的人
- 在炎熱環境下工作的人
- 孕婦
- 嬰幼兒

極端高溫應變計劃

- 較易受高溫影響的人應制定計劃，在家居溫度達 26°C 或以上時前往較涼爽的地方。
- 任何人都應計劃在家居溫度達 31°C 或以上時前往較涼爽的地方。
- 待在朋友家、商場或社區組織等有冷氣的地方是十分重要的。如果您家裡沒有冷氣，您應尋找可前往的適當地點。
- 計劃在家裡最涼爽的房間裡睡覺，就算不是睡房。
- 確認有哪些朋友、家人和鄰居，在酷熱期間可能需要額外幫助，並關心他們的狀況。
- 如果您獨居，應找一位極端高溫支持夥伴，以便在天氣炎熱時可互相照應。
- 如果您在炎熱天氣期間外出，應計劃定時在有冷氣的地方或陰涼處小休。
- 瀏覽 vancouver.ca/heatinfo 以尋找最接近您的避暑中心，以及認識一些避暑小技巧。

家居準備工夫

- 如果可以的話，應至少在一個房間內安裝窗式冷氣或熱泵。機械製冷是現時最佳的防熱方式。
- 應使用溫度計準確量度室內溫度，並監測溫度是否達危險水平。
- 傍晚和清晨時可使用風扇將清涼的室外空氣帶入您的家中。對於風險較高者，風扇並不能有效降低其體溫或預防酷熱相關疾病。不要依賴風扇作為主要的散熱方法。
- 應安裝隔熱窗簾以防止陽光在一天中最炎熱的時候照射進室內。
- 在外窗放置遮光物或反光膜以阻擋陽光照射到窗戶上。最簡單的做法是在窗外放一塊硬紙板。
- 準備一個小錦囊，以便在天氣太熱時幫自己消暑。請瀏覽 vancouver.ca/heatinfo 以了解如何準備自己的消暑小錦囊。

山火煙霧和惡劣空氣質素

溫哥華將山火煙霧和惡劣空氣質素列為本市可能發生的十三大災害之一。

什麼是惡劣空氣質素？

在溫哥華，山火煙霧是導致惡劣空氣質素和空氣污染的一個主要原因。山火煙霧是一種由樹木、建築物和其他物料燃燒時產生的氣體和微粒混合物。若吸入這些被稱為 PM2.5 的小粒子會對健康構成輕微到嚴重的影響。煙霧可波及距離火災位置數百或數千公里的地方。根據天氣和風向因素，溫哥華可能會受到加拿大和美國各地的山火煙霧影響。

何時會出現山火煙霧？

導致山火煙霧和空氣質素差的火災最有可能在六月至九月期間發生。自 2010 年以來，因山火煙霧而發出的空氣質素警示次數有所增加。由於氣候變化導致較高的氣溫和較長的乾旱期（特別是在夏季），預計山火發生的次數和嚴重程度將會增加。

空氣質素差時會發生甚麼事？

目前尚未有研究指明山火煙霧的安全接觸量。這意味著即使山火煙霧產生較低濃度的細懸浮微粒 (PM2.5)，也可能對所有人的健康有害。相較於山火煙霧濃度較高時，在山火煙霧濃度較低的期間，與哮喘相關的就醫次數更多，而且濃度較低的出現次數更頻繁。如果您長時間接觸煙霧或吸入大量煙霧，便可能會出現症狀。持續的山火煙霧會對健康產生長遠影響，且有證據顯示會影響心理健康。

誰最受惡劣空氣質素影響？

雖然很多人都會出現常見症狀，但以下人士受山火煙霧的影響可能更大：

- 哮喘患者
- 慢性阻塞性肺病(COPD)患者
- 心臟病患者
- 糖尿病患者
- 孕婦
- 嬰兒和小孩
- 長者
- 被診斷為呼吸道受感染者
- 無家可歸或居住條件欠佳者
- 居住在沒有機械通風、空氣過濾系統或便攜式空氣清新機的人
- 在戶外工作或活動的人

為惡劣空氣質素作好準備

- 制定計劃，在煙霧瀰漫的日子前往空氣較清新的地方，或至少去有冷氣的地方。
- 配備空氣過濾或冷氣的空間可以是朋友的家、商場或社區組織。如果您家裡沒有清新空氣，您應尋找可前往的適當地點。
- 請瀏覽 vancouver.ca/smokeinfo，尋找您附近的空氣清新空間，並認識如何自製空氣清新機。
- 制定計劃以盡量減低接觸煙霧，例如在戶外活動應量力而為，並佩戴貼合臉型的口罩；特別是當您對煙霧較敏感或屬於易受影響的群體（例如孕婦）。
- 如果您或您的家人患有慢性病，請與您的醫生共同制定煙霧期間的疾病管理計劃。
- 如果您須照顧一群兒童或規劃戶外活動，請確保您已制定煙霧應變計劃。
- 確認有哪些朋友、家人和鄰居，在山火煙霧期間可能面對更大的風險，並關心他們的狀況。
- 觀察自己的精神健康狀況。如果您感到壓力或不知所措，請尋求專人協助。請聯絡您的醫療服務提供者或致電 HealthLink BC 8-1-1（失聰人士或聽障者請致電 7-1-1）以尋找適用的資源。

儲備物資

- 若能負擔便攜式空氣清新機，請購買來過濾家中的空氣，或按照 vancouver.ca/smokeinfo 的指引自製箱型風扇空氣清新機。
- 合適的呼吸器，例如貼合臉型的 N95 口罩，可以有效阻隔山火煙霧中的微細懸浮粒子。
- 三層式或即棄口罩可提供中等防護，但效果不如呼吸器。簡單的單層布口罩、頭巾、包面頸巾或 T 恤（無論是濕的還是乾的）均無法阻隔山火煙霧。
- 無論您使用哪種類型的面罩，最關鍵的因素是貼合度。空氣應穿過面罩而不是沿著兩側流入您的面部。
- 如果您使用吸入器等應急藥物，請確保家中有備用藥物，並在山火季節隨身攜帶。制定明確的應變計劃，一旦您的應急藥物無法控制病情時執行。

沿海洪水和海平面上升

溫哥華將沿海洪水和海平面上升列為本市可能發生的十三大災害之一。

什麼是沿海洪水？

沿海洪水是指低窪地帶被海水淹沒。在溫哥華，這通常是由風暴和漲潮兩者的效果引致的。

什麼是海平面上升？

海平面上升的原因是氣候變化導致海洋升溫及膨脹，以及冰川和冰蓋中的大量冰塊融化。我們尚未清楚在 2050 年後溫哥華的海平面具體會上升多少。到 2100 年，海平面有機會增加 60 厘米至 6 米以上。卑詩省現時建議，應按照到 2100 年前海平面上升一米來進行規劃，而本市已採納此規劃建議。

何時會出現沿海洪水？

可能導致沿海洪水的潮漲和嚴重風暴最有可能在十月至二月發生。我們可以提前預測一年中最高潮漲的日期。暴風雨預警則通常只可提前數天發出。

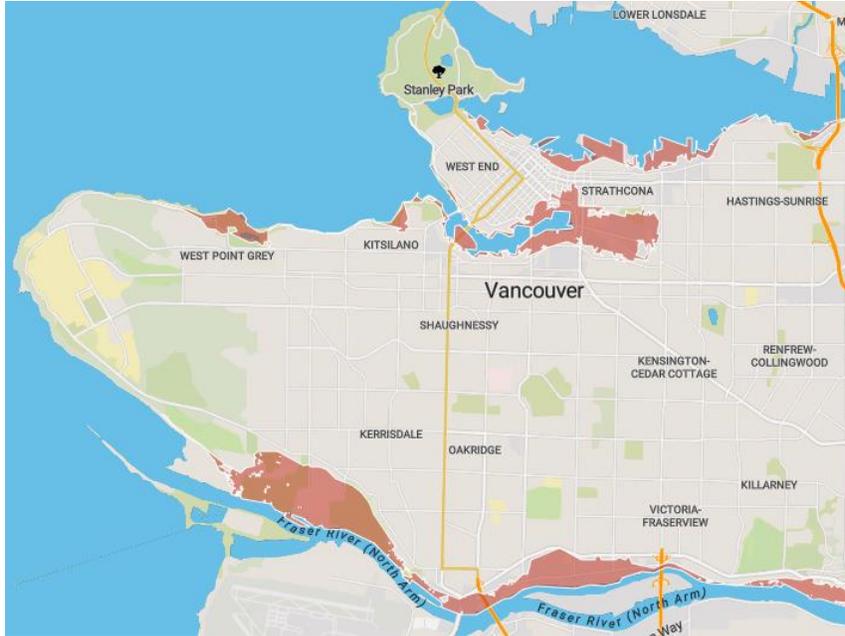
沿海洪水氾濫時會發生什麼情況？

洪水可能會損壞建築物和關鍵基礎設施，導致停電，擾亂交通，並使淹沒地區的人流離失所，迫使商戶搬遷。洪水來襲時若是伴有強風，波浪可能會衝擊海岸線構築物，包括將木頭等漂浮物撞到碼頭和其他構築物上。溫哥華最近發生的洪水事件對史丹利公園 (Stanley Park) 海堤、傑里科碼頭 (Jericho Pier) 和基斯蘭奴泳池 (Kitsilano Pool) 造成了廣泛破壞，修復費達數百萬元。

海平面上升增加了沿海洪水的風險，並可能導致沿海棲息地和物種流失和破壞。這可能會對原住民社區、文化和經濟的健康和福祉產生深遠影響，特別是當傳統食物來源減少時。

誰最受沿海洪水影響？

並非所有人都會受到沿海洪水的影響。洪氾平原的低窪地區有較高的氾濫風險，可能會受沿海洪水影響。這包括 Southlands、菲莎河洪氾平原和 Locarno/Spanish Banks。



隨著海平面上升及在沒有防洪措施的情況下，到 2100 年，固蘭湖島 (Granville Island) 和福溪平地發生洪水的風險將會增加。

本地圖以紅色顯示洪氾平原，即現時和未來面對洪水風險的地區。此地圖有助我們規劃如何規範土地用途，並制定防洪建築水平標準。

沿海洪水應變計劃

- 如果您居住或工作的地區有沿海洪水風險，請規劃好一條從社區疏散又不會進入低窪地區的路線。
- 做好提前撤離的準備，或留在室內較高樓層，直到洪水退去。
- 為家裡每個人準備隨行袋，以備需要疏散時使用。
- 下載 **Alertable** 應用程式，以便在智能手機直接接收緊急訊息（包括何時疏散的資訊）。請瀏覽 vancouver.ca/get-alerts 或從手機的應用程式商店下載。
- 如果您住在洪氾平原，請檢視您的保險承保範圍。
- 如果您的業務處於洪氾平原，請確保已制定充分的業務連續性計劃。考慮如果職員因洪水而無法上班，將會如何影響營運。
- 當沿海洪水氾濫時，請遠離海堤和海岸線、船塢和碼頭，以策安全。

為您的家裡或公司作好準備

- 根據居所的高度，考慮將貴重物品和重要個人物品從地面樓層移至較高樓層，以避免因洪水而造成損毀。
- 同樣地，根據您公司的高度，將伺服器 and 重要文件放置在較高樓層，以免受洪水損毀。
- 更多您可採取的預防措施：
 - 定期清潔排水溝
 - 清除附近雨水渠的雜物
 - 安裝抽水泵以便排水
 - 升高電器和電源插座
 - 安裝瓷磚地板、防洪門和石膏板