



外遊防災應對工作坊 (09-2025)

蕭凱瑩

助理經理 (社區備災服務)

5個外遊時 可能遇上的災害



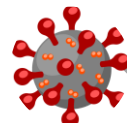
火警



颱風、暴雨



熱浪



傳染病



地震

4個階段的預備

出發前

到埗後

遇到災害時

災害發生後

更多的備災教育活動

- 工作坊
- 防災體驗車
- 虛擬實境遊戲
- 氣候危難社區遊歷
- 備災繪本
- 教職員培訓



電郵：cr@redcross.org.hk

電話：2514-2254／2507-7069

火警

向上走？ 向下走？



聽到警報，立即行動

如火在門外 → 留在室內

- 關門，用膠紙 / 濕毛巾封門縫
- 到窗戶或露台示意求救（揮毛巾或掛被單）

如決定逃生 → 快速準備

- 以手背測試門把溫度
- 帶逃生包、手機、門匙、濕毛巾
- 確認走廊無煙才離開單位，關門
- 走樓梯逃生，切勿搭電梯

如樓梯有煙 → 另尋出路

- 立即改用其他樓梯
- 遇濃煙時，應貼地爬行，因為地面空氣較清新
- 若無路可走，返回單位或敲其他單位門暫避

颱風



遠離岸邊及停止所有水上活動



避免進入可能受影響的低窪地區



留在室內安全地方



切勿在屋內當風的窗戶附近站立



暴雨 / 水災

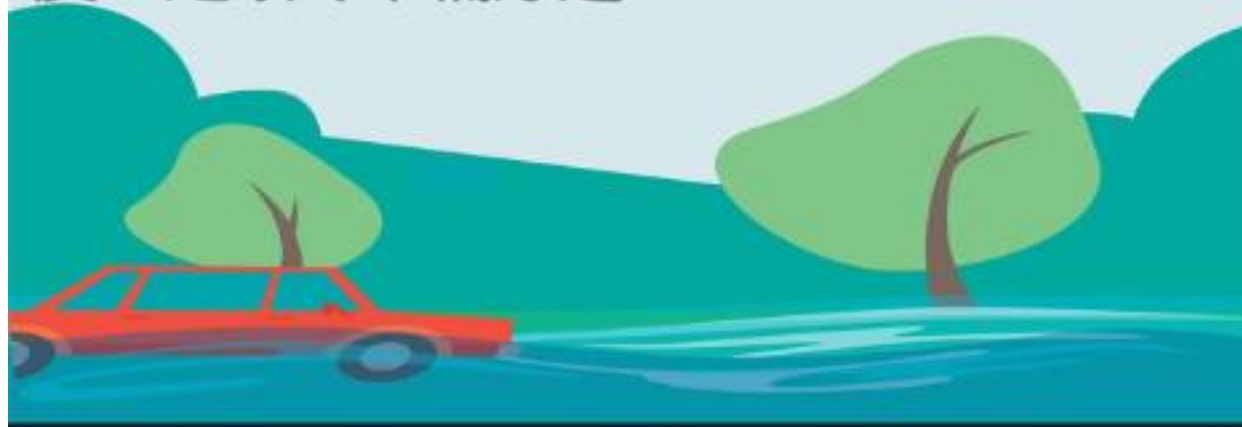
切勿橫過已被河水/溪流淹蓋的橋樑



盡量遠離洪水，避免涉水渡河，6吋深的急流足以把人沖走



切勿將車輛駛至水浸地方，水深至兩呎高度，足以令車輛浮起

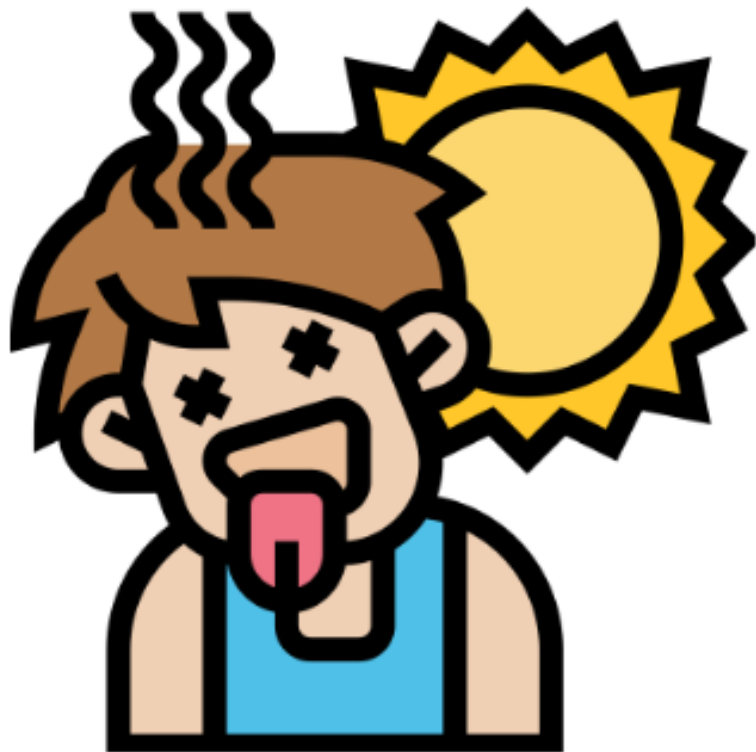


如必須涉水而行，應使用堅固的長物檢測水中地形



熱浪

天氣酷熱時人體有哪些不適？



出汗、脫水、疲勞

臉紅、心跳快

心情煩躁、失眠

認知功能、判斷能力下降

頭暈、頭痛

感覺異常

酷熱天氣應對方法



留意天氣預報



避免長時間在陽光下曝曬



塗抹防曬系數15或以上的防曬用品



補充足夠水份



穿着淺色和通爽的衣物



適當開啟冷氣/風扇助室內降溫

傳染病

潔手過程當中經常被遺漏的地方



遇到地震時



保護自己：趴下、掩護、穩住

- ◆ 趴下（Drop）：立即蹲低，避免被震倒
- ◆ 掩護（Cover）：尋找堅固桌子或家具下方保護頭部與頸部；若無遮蔽物，用手臂保護頭部
- ◆ 穩住（Hold On）：緊握固定物，直到地震停止，防止被搖晃震倒



DROP!
趴下!



COVER!
掩護!



HOLD ON!
穩住
並抓住桌腳

地震發生後



確保人身安全

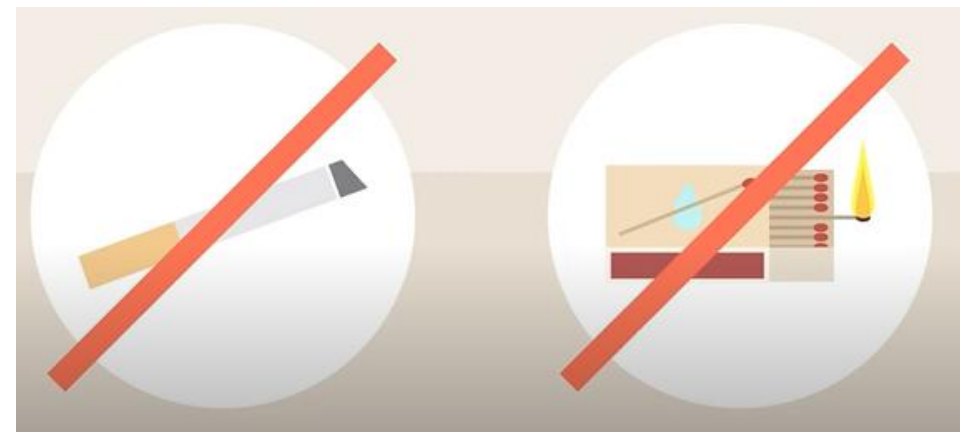
- 檢查是否受傷，簡單止血或包紮
- 注意餘震，避免留在危樓內
- 穿鞋再行動，避免赤腳踩到玻璃或瓦礫
- 遠離海邊、倒塌物、電線、玻璃等危險區域

檢查環境，防範二次災害

- 關閉煤氣、電源
- 不搭電梯，使用樓梯撤離

被困時，發出訊號

- 敲牆或水管，有節奏吸引注意
- 用手機、哨子、手電筒發光或發聲
- 切勿點火，避免火災或缺氧



出發前

預備緊急逃生包

- ◆ 乾糧及食水
- ◆ 簡單急救物品
- ◆ 基本藥物
- ◆ 雨衣/外套
- ◆ 哨子
- ◆ 毛巾
- ◆ 手動電筒
- ◆ 手提電話及充電器
- ◆ 身份証明文件/
護照副本
- ◆ 當地地圖
- ◆ 少量現金



緊急情況下容易 拿取的位置



出發前

- 港人遊24小時求助熱線 (852)1868
- 緊急求助電話 112
- 內地求助電話:
 - 報警 110
 - 醫療救護120 (救護車出診需要支付相應費用，包括車費及搶救治療費)
 - 消防火警 119
 - 交通事故122



制定適切逃生計劃

事先規劃及
演習

按災害性質
規劃

確保不同時間或
停電時可行

適合
不同能力的成員

失散時的應對



