

識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute



2019
月曆 CALENDAR

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存
CHOOSE TO SURVIVE



關於我們

香港賽馬會災難防護應變教研中心由香港賽馬會慈善信託基金捐助及香港醫學專科學院帶領，與社會不同界別的人士、救援人員、學術界及社區伙伴合作，凝聚社會各界力量，共建安全社區。

我們透過推行多元化的活動，包括專業培訓課程、研究項目、社區教育活動、以及政策交流與學習平台，提升社會各界人士對災難防護及應變的意識和參與，建立知識交流網絡，從而增強社會防災抗災能力。

一年四季都要居安思危，做足準備方可轉危為安!

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

JANUARY

1.2019

緊急避難包

新一年未雨綢繆，何不與家人齊齊準備法寶多多的緊急避難包？

避難包俗稱「走佬袋」，提供逃生後最少3天的緊急需要。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1 元旦	2 廿七	3 廿八	4 廿九	5 小寒	6 十二月
7 初二	8 初三	9 初四	10 初五	11 初六	12 初七	13 初八
14 初九	15 初十	16 十一	17 十二	18 十三	19 十四	20 大寒
21 十六	22 十七	23 十八	24 十九	25 二十	26 廿一	27 廿二
28 廿三	29 廿四	30 廿五	31 廿六			

December 2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	8	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

February

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJC PRI
香港賽馬會災難防備應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

FEBRUARY

2.2019

新款巴士的緊急逃生門不一定設有開門掣，乘客需利用車上的手錘，敲碎車窗的玻璃以逃生。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1 廿七	2 廿八	3 廿九
4 立春	5 農曆年初一	6 農曆年初二	7 農曆年初三	8 初四	9 初五	10 初六
11 初七	12 初八	13 初九	14 情人節	15 十一	16 十二	17 十三
18 十四	19 雨水	20 十六	21 十七	22 十八	23 十九	24 二十
25 廿一	26 廿二	27 廿三	28 廿四			

January

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

March

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



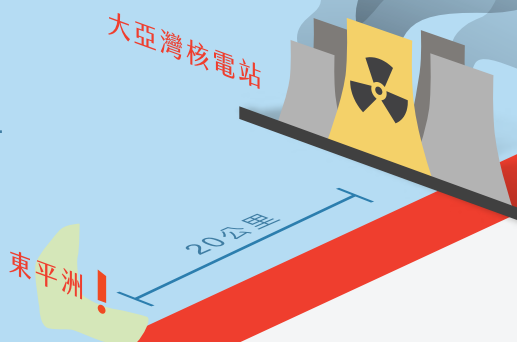
識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

MARCH

3.2019

你知道香港哪個地方最接近大亞灣核電站嗎？東平洲距離大亞灣20公里，是香港唯一設有緊急掩蔽所的地方；一旦遇上核洩漏事故，島上居民需要馬上疏散。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1 廿五	2 廿六	3 廿七
4 廿八	5 廿九	6 驚蟄	7 二月	8 婦女節	9 初三	10 初四
11 初五	12 初六	13 初七	14 初八	15 初九	16 初十	17 十一
18 十二	19 十三	20 十四	21 春分	22 十六	23 十七	24 十八
25 十九	26 二十	27 廿一	28 廿二	29 廿三	30 廿四	31 廿五

February

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

April

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

APRIL
4.2019

趴下 掩護 穩住

又到復活節外遊旺季，
若到地震多發的地方如
日本、台灣旅遊，緊記
自救口訣。



利用購物籃保護頭頸，
避免重物擊中要害。

貨架有機會倒塌，趴下
找掩護。

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1 廿六	2 廿七	3 廿八	4 兒童節	5 清明節	6 初二	7 初三
8 初四	9 初五	10 初六	11 初七	12 初八	13 初九	14 初十
15 十一	16 十二	17 十三	18 十四	19 耶穌受難節	20 耶穌受難節翌日	21 復活節
22 復活節星期一	23 十九	24 二十	25 廿一	26 廿二	27 廿三	28 廿四
29 廿五	30 廿六					

March

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

May

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJC DPR I
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

MAY
5.2019

「停、躺、滾」

如身體不幸着火，應該「停、躺、滾」。

停：停止動作，保持冷靜，不要走動或亂跑。

躺：立即躺在地上，若手部沒有着火，以雙手掩住臉部。若手部着火，將手臂垂放。

滾：滾動身體，按壓着火部位，直到火完全熄滅為止。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1 勞動節	2 廿八	3 廿九	4 三十	5 四月
6 立夏	7 初三	8 初四	9 初五	10 初六	11 初七	12 母親節 佛誕
13 佛誕翌日	14 初十	15 十一	16 十二	17 十三	18 十四	19 十五
20 十六	21 小滿	22 十八	23 十九	24 二十	25 廿一	26 廿二
27 廿三	28 廿四	29 廿五	30 廿六	31 廿七		

April

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

June

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI

香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

JUNE
6.2019

踏入颱風季節，要留意風暴潮帶來的水浸風險。

2018年超強颱風山竹造成嚴重風暴潮，維港水位一度升至3.9米，超越天鴿時的3.57米。山竹的低氣壓令海水上漲，加上大雨及強勁風力，造成海水倒灌及多個沿岸地區嚴重水浸。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					1 廿八	2 廿九
3 五月	4 初二	5 初三	6 芒種	7 端午節	8 初六	9 初七
10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二	15 十三	16 父親節
17 十五	18 十六	19 十七	20 十八	21 夏至	22 二十	23 廿一
24 廿二	25 廿三	26 廿四	27 廿五	28 廿六	29 廿七	30 廿八

May

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

July

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

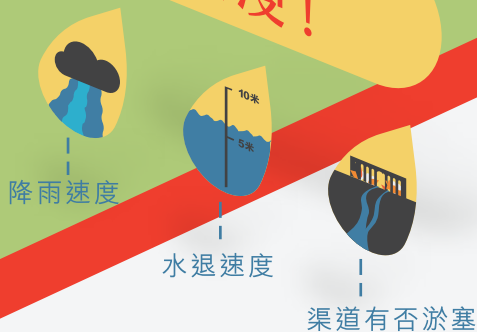
想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



踏入雨季，極端降雨能引發不同危機，大家要密切留意天文台發出的暴雨、雷暴、水浸、和山泥傾瀉警告！

黃雨都會水浸！

水浸的成因除了與降雨量有關，還要看：



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1 香港特別行政區 成立紀念日	2 三十	3 六月	4 初二	5 初三	6 初四	7 小暑
8 初六	9 初七	10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二
15 十三	16 十四	17 十五	18 十六	19 十七	20 十八	21 十九
22 二十	23 大暑	24 廿二	25 廿三	26 廿四	27 廿五	28 廿六
29 廿七	30 廿八	31 廿九				

June

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

August

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識青生仔

CHOOSE TO SURVIVE

AUGUST

8.2019

東登西登?

颱風若在香港以北掠過，風力因受到山嶺阻隔，一般會較弱；若在香港以南掠過則相反。

除了關注颱風是否帶來假期，不同的颱風路線其實可以帶來截然不同的天氣情況，值得我們留意。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
			1 七月	2 初二	3 初三	4 初四
5 初五	6 初六	7 初七	8 立秋	9 初九	10 初十	11 十一
12 十二	13 十三	14 十四	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八
19 十九	20 二十	21 廿一	22 廿二	23 處暑	24 廿四	25 廿五
26 廿六	27 廿七	28 廿八	29 廿九	30 八月	31 初二	

July

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

September

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJC DPI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

fb hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

SEPTEMBER

9.2019

9.11太令人難忘！遇到恐襲時，緊記要「閃避求」。

閃：馬上逃生，選取安全路線，盡快離開現場。

避：如未能及時離開，找有掩護物的地點躲藏。

求：確認環境安全後，致電999報警。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						1 初三
2 初四	3 初五	4 初六	5 初七	6 初八	7 初九	8 白露
9 十一	10 十二	11 十三	12 十四	13 中秋節	14 中秋節翌日	15 十七
16 十八	17 十九	18 二十	19 廿一	20 廿二	21 廿三	22 廿四
23/30 秋分/初二	24 廿六	25 廿七	26 廿八	27 廿九	28 三十	29 九月

August

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

October

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk

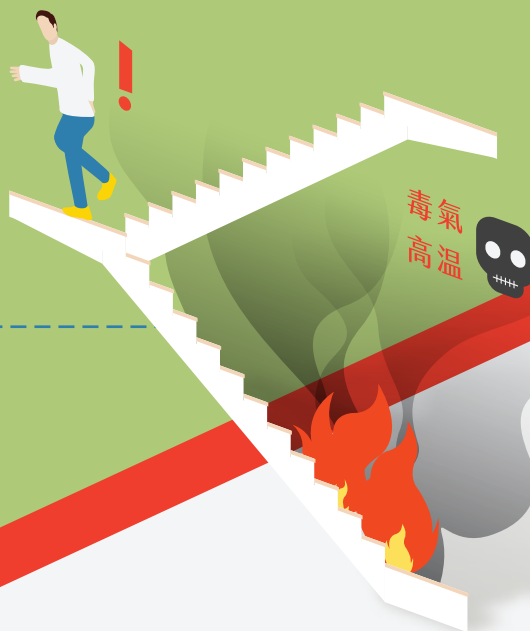


識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

OCTOBER
10.2019

風高物燥，一旦發生火警，往下逃生離開大廈是較佳選擇。假如逃生通道已佈滿濃煙而沒有樓梯可以安全通過。此時應返回安全單位，等待救援。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1 國慶日	2 初四	3 初五	4 初六	5 初七	6 初八
7 重陽節	8 寒露	9 十一	10 十二	11 十三	12 十四	13 十五
14 十六	15 十七	16 十八	17 十九	18 二十	19 廿一	20 廿二
21 廿三	22 廿四	23 廿五	24 霜降	25 廿七	26 廿八	27 廿九
28 十月	29 初二	30 初三	31 初四			

September

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

November

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生仔

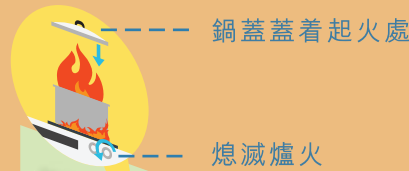
CHOOSE TO SURVIVE

NOVEMBER

11.2019

水火不容！

大家煮食時要緊記，如遇起火，切勿用水潑火，否則「火上加油」，擴大火種範圍。



如未能控制火勢，應與家中所有人離開單位。

離開時關上所有門防止火勢蔓延

煮食起火

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1 初五	2 初六	3 初七
4 初八	5 初九	6 初十	7 十一	8 立冬	9 十三	10 十四
11 十五	12 十六	13 十七	14 十八	15 十九	16 二十	17 廿一
18 廿二	19 廿三	20 廿四	21 廿五	22 小雪	23 廿七	24 廿八
25 廿九	26 十一月	27 初二	28 初三	29 初四	30 初五	

October

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

December

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJC DPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk



識者生存

CHOOSE TO SURVIVE

DECEMBER

12.2019

聖誕節來了，準備好與家人外遊的同時，亦要注意飛行安全。

除了時刻繫好安全帶外，要留意逃生安全示範，包括如何使用救生衣、氧氣面罩和充氣滑梯。坐在飛機緊急出口前後五排座位的乘客能最快逃生，安全性最高。



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						1 初六
2 初七	3 初八	4 初九	5 初十	6 十一	7 大暈	8 十三
9 十四	10 十五	11 十六	12 十七	13 十八	14 十九	15 二十
16 廿一	17 廿二	18 廿三	19 廿四	20 廿五	21 廿六	22 冬至
23/30 廿八/初五	24/31 平安夜/初六	25 聖誕節	26 聖誕節後第一個周日	27 初二	28 初三	29 初四

November

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

January 2020

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER



救災 HKJCDPRI
香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute

f hkjcdpri

想了解更多不同災害的資訊，請前往：
www.choosetosurvive.org.hk

