

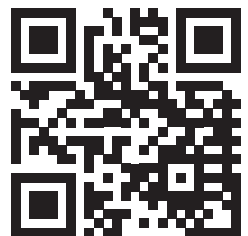


FDNYSmart

内容

- 2 紧急情况及灭火器
- 3 逃生计划的关键点
- 6 避免引起火灾的三大原因
- 8 知道具体情况下要做什么
- 9 特殊需求
- 10 季节性安全问题
- 12 我们的逃生计划图

扫描此二维码或访问
fdnysmart.org 观看视
频，了解更多内容！



请谨记：关注 @FDNY，了解更多安全建议！



FDNY Smart 是 FDNY 基金会及其合作伙伴发起的一项倡议活动。详情请访问 fdnyfoundation.org

拨打 911



当发生火灾，有烟雾，闻到气体气味或出现医疗紧急情况等威胁生命或财产的情况时，应拨打 911。考虑到这一情况可能会快速恶化，能尽快拨打 911 很重要。

在拨打 911 时……

- 保持冷静。知道您所处位置。如果您不知道自己在哪，寻找建筑物、地标和街道路标。
- 回答调度员的问题。您的答案将有助于确定您需要什么样的帮助，应该派谁去帮您。
- 遵照指示。调度员接受过培训，会向您解释如何在帮助在路上期间实施急救。

灭火器

便携式灭火器可成为家庭安全的重要组成部分。更为重要的是，用户必须明白如何以及何时启用灭火器。不当使用可导致火势蔓延，使人们受到严重伤害或死亡。

火的燃烧需要燃料、氧气和热量。在有正确使用时，灭火器中有恰当的化学物质，能降低燃料温度或去除氧气，喷到火上，使火无法继续燃烧。

在应对不同类型的火灾时，必须使用相应类型的灭火器。便携式灭火器被划分为可用于某些类型的火灾，其相对灭火效果也经评定。灭火器的类型有三种。A 类用于普通易燃物（木头、纸张），B 类用于油脂、汽油和油类物质。C 类用于燃烧的电线。可用其他类型的灭火器灭各种类型的火。被评定为 2-A:10-B:C 的灭火器足以扑灭所有类别的火 请务必认真阅读制造商的说明。

应用灭火器制造商提供的托架将灭火器挂起来，或者将灭火器放在方便取放的架子上，并将操作说明朝外放置。

在使用灭火器时，记得使用首字母缩写 PASS（拉出 [Pull]、对准 [Aim]、挤压 [Squeeze]、做左右喷射动作 [Side to Side Motion]）。



请谨记：只有在发生紧急情况下才可拨打 911！

安装有效的烟雾/CO 报警器



装有密封的 10 年使用期电池的报警器的示例。

事实

在最近几年中，70% 的火灾死亡发生在没有有效的烟雾/一氧化碳报警器的房子中。

当您家中安装了有效的烟雾/一氧化碳报警器时，您在火灾中死亡的风险会降低一半。

有效的烟雾和一氧化碳 (CO) 报警器能够迅速地向您和您的亲人发出预警信号，告诉您发生了事故，从而挽救生命。火会快速蔓延，而一氧化碳更是无声的杀手。

有效的报警器是您的逃生计划的最关键的组成部分。

- 一定要安装正确类型的报警器。报警器必须经美国保险商实验室 (Underwriters Laboratories) 的批准 (寻找报警器上是否有 UL 标志)，并且会在使用周期结束时发出有声警告。所有新的烟雾报警器和替换报警器都应该装有一个密封的 10 年使用期电池，而这个电池也是不可更换、不可拆卸的。
- 安装烟雾报警器和一氧化碳报警器 (或烟雾/一氧化碳组合报警器)。不可以用一种报警器来替代另一种报警器。
- 如果您的报警器仍然使用可拆卸电池，请务必每年更换电池两次。一种非常好的提醒方式是：在您将钟表更改为夏令时的日子里一并更换电池。尽快将这些报警器更换为含有密封的 10 年使用期电池的报警器。

报警器安装

- 在您的睡眠区以及您房子里的每一层安装报警器，包括地下室。
- 将报警器安装在天花板上，最好靠近房间的中心，但离墙不得少于四英寸。如果报警器必须安装在墙上，则应将其安装在离天花板 4 到 12 英寸之间的地方。

- 考虑安装互连的报警器，这样一来，当一个报警器响起时，其他报警器都会响起。
- 为听障或失聪人士安装特别报警器。可以安装频闪灯和床振报警器。

报警器维护

- 按测试按钮，定期测试您的报警器。
- 每 10 年更换一次报警器，或者在报警器发出信号表示其使用寿命已结束并需要更换时更换报警器。
- 定期除尘或吸尘来保持报警器清洁。

当报警器响起时

- 如果一氧化碳报警器响起，您和您的家人应该立即离开房子，拨打 911。
- 如果烟雾报警器响起，请务必执行您的逃生计划。
- 如果报警器被意外触发，按下静音或重置按钮，停止报警器报警。打开窗户和排气扇，放入新鲜空气。
- 意外警报通常是由浴室蒸汽或烹饪蒸气引发的。考虑更改经常被意外触发的报警器的安装位置。

请谨记：只有有效的报警器才会挽救生命！

计划及演练

除了在家中安装烟雾和一氧化碳 (CO) 报警器之外，制定紧急情况下的逃生计划也是至关重要的。您家里的每个人都应该帮助制定这项计划并定期进行演练。作为逃生计划制定过程的一部分，您必须知道您居住的是防火还是非防火建筑物。了解建筑物是否防火将有助于您根据您所在建筑物内的火灾情况，决定您是否应该留在建筑物内还是应该逃生。在紧急情况下，务必听从 Fire Department 人员的指示。

计划

排查您的房屋，检查所有可能的出口。确保所有的逃生路线和走廊上没有杂物，没有被用来存放物品。考虑绘制您的房屋的平面图，并为每个睡眠区域绘出两条逃生路线。如果您居住的公寓楼有三个或超过三个单元，请查阅其消防安全计划 (Fire Safety Plan)。

- 请务必确定一个主要及第二逃生路线。
- 教您家中的每个人如何开锁并打开窗户、门及所有安全装置。
- 提醒所有家庭成员在他们离开后关上门。

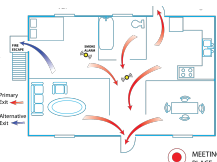
- 指定负责唤醒儿童或老年人的家庭成员。
- 协商好在您的房屋外的聚集地点。
- 强调在安全的位置拨打 911 的重要性。
- 请记住，防火梯可被用作第二逃生路线。

演练

家庭演练要切合实际。由于大部分火灾发生在夜间，因此在睡眠区域开始演练，并将您的房屋内的灯光调暗，就好像充满烟雾一样。

- 以烟雾报警器响起作为演练的开始。
- 练习在烟雾中放低身姿爬行逃生。
- 从头执行您的逃生计划，一直到抵达指定的房屋外的聚集地点。

在第 12 页绘制您自己的地图。



《纽约市消防法规》(NYC Fire Code) 要求有三个或超过三个住宅单元的居民住宅公寓建筑物必须有专门的消防安全计划。

该计划必须包含建筑物的基本消防安全建议和信息，包括建筑类型、消防安全系统类型以及在发生火灾或疏散期间离开建筑物的不同路径。

建筑物的工作人员必须：

- 在每间公寓正门的内侧张贴该计划。
- 在公共区域张贴该计划。
- 向各个单元发放一份计划副本。
- 在租赁时向新租户提供一份计划副本。
- 在每年十月份的防火周期间再次发放消防安全计划。

请记住：大火之中，要低下身，快速逃离！

知道您居住的建筑物类型



知道您可安全逃离的
所有途径！



出口

电梯



您居住的建筑物类型会影响您和您的亲人应该如何计划在发生火灾时的逃生方案。知道您是否居住在防火或非防火建筑物中最终可以挽救生命。如果您不确定自己居住的建筑物是防火还是非防火，拨打 311。请记住，如果您面临迫在眉睫的火灾危险或您的公寓内发生火灾，请立即离开并拨打 911。在紧急情况下，请始终听从 Fire Department 人员的指示。

非防火建筑物

如果您居住在非防火结构中，并且在您的建筑物中发生火灾，立即离开通常是更安全的。一般来说，非防火结构中的火灾不容易被控制在建筑物的某一部分，并且可以迅速蔓延。

防火建筑物

如果您居住在防火建筑物内，留在您的公寓内通常是更安全的，而不是进入危险的充满烟雾的走廊。通常，防火建筑物中的火灾将被控制在建筑物内火开始燃烧的部分。此外，如果火势低于您的公寓，您可能不会被楼梯间上升的高温和烟雾所困。如果您和您的亲人没有面临迫在眉睫的火灾危险，或者您的公寓内没有着火，请做下面这几件事：

- 紧闭您的房门。
- 用胶带、湿布或湿毛巾密封门或开口处。
- 关闭空调。
- 可以将窗户打开几英寸，除非火焰或烟雾直接从下方喷出。
- 不要打破窗户，因为您可能需要稍后关闭它们。
- 拨打 911，告诉调度员您的公寓号码并描述公寓内的情况。听从调度员的指示；他们接受过培训，会帮助您。
- 请记得在发生火灾或紧急情况时始终听从 Fire Department 人员的指示。

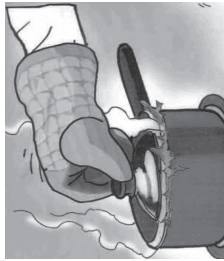
在您获得了关于您所居住建筑物类型的信息之后，将其纳入您的逃生计划。

请谨记：知道您的建筑物是否防火非常重要！

避免引起火灾的三大原因

#1 烹饪安全

膳食准备是家庭火灾和火灾伤害的主要原因。
在烹饪时.....



- 应该在炉灶周围严格划出一个烹饪时无儿童区域。
- 应该保持炉灶周围的区域没有毛巾、防热手套或任何可燃物品。
- 应该在指定的温度设置下烹饪，不要使温度设置过高。
- 应该定期清洁烹饪设备、炉灶和炉灶周围区域。
- 应该将锅盖和/或小苏打粉放在方便取用的地方，以用来熄灭锅子上的火焰。
- 应该在起火时关闭炉灶，盖上锅盖。
- 应该在将小苏打粉倒在火上前关闭炉灶。



- 不要在烹饪食物时使其无人看管。
- 不要在烹饪时穿宽松的衣服。
- 不要拿起着火的锅。
- 不要用水来扑灭着火的锅。这么做会导致飞溅，使火势蔓延。

#2 电气安全

过载的电源插座是住宅火灾的主要诱因之一。您知道吗？三分之二的电气火灾是插入插座的冰箱、空调和电灯等电器过多导致。遵守这些规则.....

- 应该确保使用瓦数与灯具对应的灯泡。
- 应该保护电线，避免电线受损。
- 应该确保您的电线和电器上带有（UL）标志。





应该将带三脚插头的电器插入三脚电源插座。
应该仅在临时情况下使用延长线。
应该当电源插座距水源（水槽、浴缸）不超过六英尺时，使用接地故障断路器（GFCI）。



不要使用受损的电源线。
不要将电线放在地毯或毯子下、物品周围或挂在钉子上。
不要超载使用您的电源插座。这包括电源板。
不要用延长线使用大电流电器，不管其容量规格是多少。
不要将冰箱、空调等大电流电器插在一个插座或同一个电路中。

电源板和浪涌保护器并不总能防止火灾。

如果您大量使用电源板，可能是因为您家的电源插座太少，需要咨询专业人士。

#3 吸烟安全

随

意吸烟依然是火灾致死的诱因之一。吸烟者成为火灾受害者的可能性是不抽烟的人的七倍。



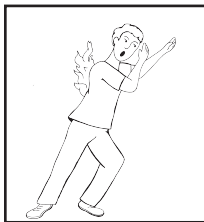
应该使用较大较深、不会翻倒的烟灰缸。
应该检查家居装饰和靠垫，看是否还有还在闷燃的烟头。
应该用水将烟头彻底扑灭后再将其丢弃。



不要在储物处四周或使用氯气罐时允许吸烟。
不要将点燃的香烟留在烟灰缸内。
不要将烟灰缸留在沙发或椅子的扶手上。
不要在床上或躺着吸烟。
不要在您感觉昏昏欲睡或服用会使您犯困的药物时吸烟。



——如果您身上着火了



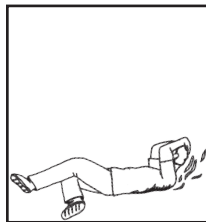
不要动

不要走开或跑开。这会使火情更糟糕！



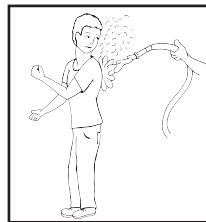
倒下身

趴在地上。



翻滚

左右翻滚以扑灭火焰。双手捂住脸。



降温

用水给烧伤处降温。



拨打

911，寻求帮助。

——您需要治疗烧伤

直接接触明火、炙热的液体、油脂或高温表面都会造成烧伤。许多烧伤实际上可能比看上去要严重很多，需要立即就医。脱下受影响区域的衣物，但不要尝试脱下粘在皮肤上的衣物。用流动的冷水（而不是冰水）处理。用无菌垫或干净的布料盖住烧伤处。切勿将软膏、油脂或黄油涂抹在烧伤部位。立即就医，以防止烧伤发炎和感染。

——您需要进行 CPR

保持冷静。立即找人拨打 911。如有需要，等候调度员的指示并/或依赖之前的培训。

纽约市居民可报名参加一堂 30 分钟的免费课程，学习仅胸外按压的 CPR（请注意，这个课程目前不提供 CPR 认证）。经 FDNY 认证的 EMS 人员全年会在多个地点教授这些课程。到目前为止，这堂课已成功地为数千名纽约人提供了这个救生技巧的培训。

详情请访问 fdnysmart.org/cpr

请谨记：不要动、倒下身、翻滚、降温并拨打 911！

儿童

儿童是弱势群体。能教他们一些消防及生命安全的知识至关重要。在儿童三岁大时，便可开始教他们一些这个话题的知识。提供几点建议；尽量简单些，强调他们可以理解的内容：

- 在紧急情况下可以信任紧急救援人员。遵照他们的指示。
- 火不是玩具。永远都不要玩火。
- 在紧急情况下保持冷静。永远都不要躲起来。

让儿童也参加制定逃生计划，参与家庭演练。



请谨记：火不是玩具！

老年人

年满 65 岁的老年人死于火灾的可能性是其他人的两倍以上。老年人在火灾中受伤的风险也更高。老年人口因火灾死亡的三大原因分别是吸烟、取暖设备和烹饪。以下是保障老年人口安全的一些建议。

应该确保您安装了有效的烟雾和一氧化碳报警器。

应该把您的烟头彻底熄灭（若吸烟）。

应该在烹饪时保持警惕。

应该将小型取暖器放在距离任何可燃物品至少三英尺远的地方。

应该将眼镜、助听器和助行设备放在床边。

不要在床上或躺着吸烟，特别是在感觉昏昏欲睡或服药时。

不要让燃烧的蜡烛处于无人看管的状态。

不要让蜡烛过夜燃烧。

不要使用烤箱、炉灶、烘干机或烤架来给您的房屋取暖。

不要在厨房着火时用水灭火。

不要在烹饪时穿睡袍、长袍等宽松的衣服。

不要使用受损或有磨损的电线，特别是在使用电热毯等取暖设备时。

不要用延长线使用大电流电器，不管其容量规格是多少。



请谨记：不要害怕，做好准备！

春夏



如果您的报警器仍然使用可拆卸电池，请务必在我们因夏令时调快一小时时换电池。

在烧烤季来临之前和期间检查您的烤架。一旦点燃，永远都不要使烤架无人看管。

五月份的母亲节和六月份的父亲节是回顾家庭逃生计划的好时候。

每年六月，FDNY 都会庆祝全国 CPR/AED 宣传周。多多留意您所在区的免费活动。

天气非常炎热时，穿宽松轻便的衣服，戴上帽子，会有帮助。不要忘记涂防晒霜。

安全享受水带来的乐趣。只在救生员附近游泳。

消防栓喷洒盖是一个安全有趣，又能降温的好办法。前往当地消防站，申请获得一个。请注意，您必须年满 21 岁，出示 ID 后才可领取一个喷洒盖。

请谨记，空调应该直接插入墙上的电插座。不要用延长线使用 AC。

七月四日国庆节时，将焰火活动留给专业人员去组织。放焰火在纽约市是非法的。

春夏两季，普珥节、棕枝主日、逾越节、复活节、篝火节、斋月和开斋节等节日的庆祝，给人们很多保护亲人不受火灾危害的特别机会。回顾烹饪安全知识，确保烟雾和 CO 报警器有正常工作。如果有使用蜡烛，永远不要让其处于无人看管的状态。普珥节服装应该是耐燃的。在庆祝所有节日时，不要用装饰物或其他物品堵住逃生路线，也不要超载使用电源插座。

请谨记：关注 @fdny 了解全年季节性建议！

秋冬



如果您的报警器仍然使用可拆卸电池，请务必在我们因夏令时调回正常时间时换电池！

冬季寒冷有雪，是火灾高发季节，尤为令人担心。

每年十月，FDNY 都会庆祝防火周。多多留意您所在区的免费活动。

万圣节和感恩节乐趣多多。但也要与家庭成员回顾安全建议。服装和装饰物应该是耐燃的。烹饪安全应是优先考虑的问题。

在天气寒冷时，限制您在户外活动的时间。出门时戴上帽子、手套和围巾。

在结冰的地方多加小心，避免滑倒。暴风雪过后，铲雪时要注意安全。

永远不要走在结冰的水面上，不管温度有多低。没有绝对安全的冰面。

要记住，永远不要用烤箱/炉灶给您家取暖。在使用小型取暖器时，一定要将其放在距离床铺和其他材料三英尺远的地方。永远都不要将小型取暖器与延长线或电源板相连。使用电热毯时多加小心。

农历新年时，将焰火活动留给专业人员去组织。放焰火在纽约市是非法的。

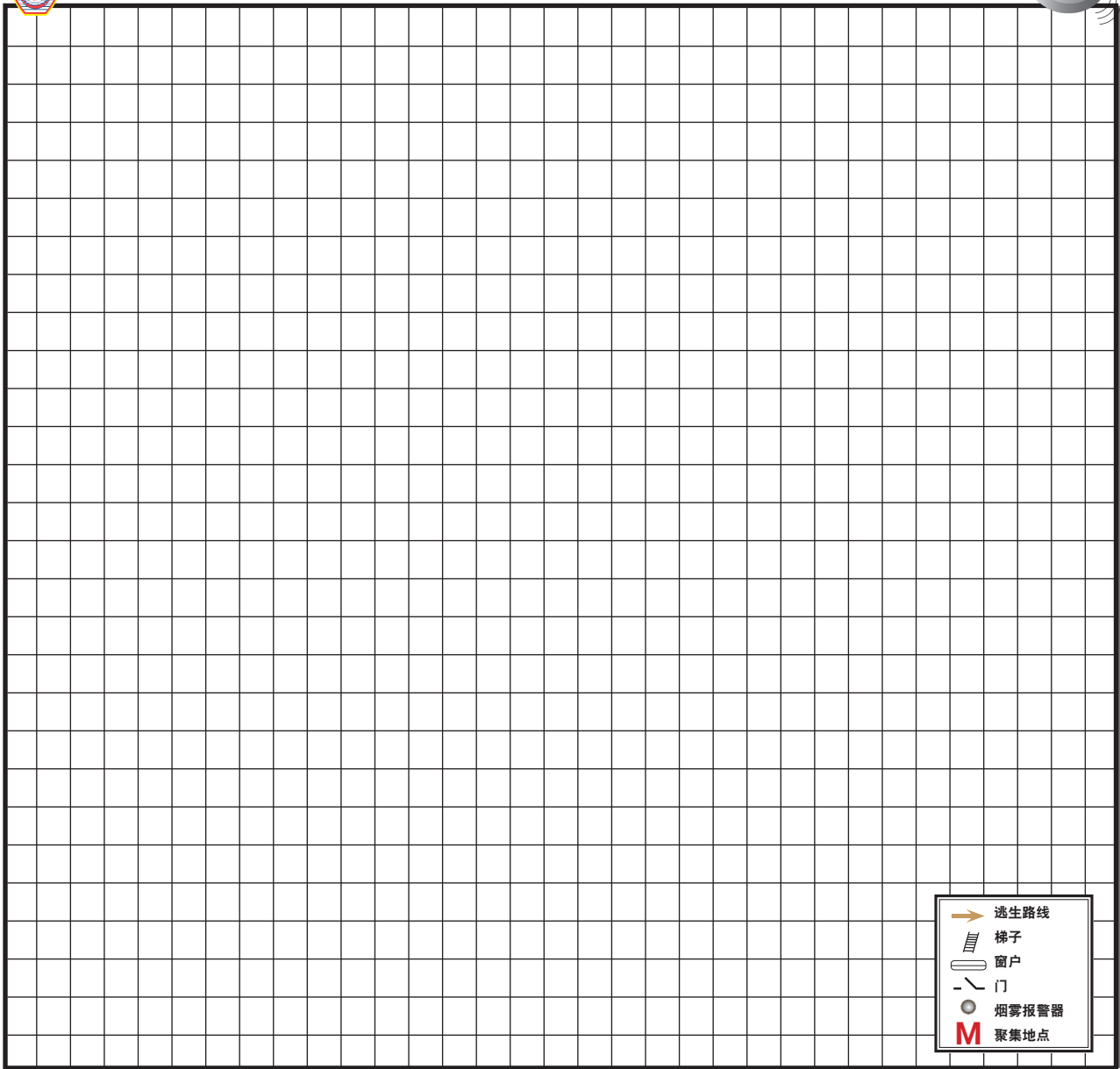
秋冬两季，赎罪日、犹太新年、圣诞节、光明节、宽扎节、玛克桑格拉提节、印度色彩节等节日的庆祝，给人们很多保护亲人不受火灾危害的特别机会。回顾烹饪安全知识，确保烟雾和CO报警器有正常工作。如果有使用蜡烛，永远不要让其处于无人看管的状态。在庆祝所有节日时，不要用装饰物或其他物品堵住逃生路线，也不要超载使用电源插座。

请谨记：关注 @fdny 了解全年季节性建议！

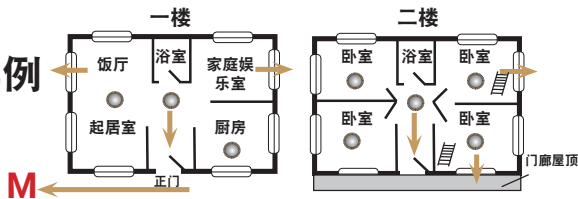


我们的逃生计划图

挂在家中并演练



地图样例



尽快拨打 911，报告火灾、冒烟、冒气、气体气味和医疗紧急情况。

非紧急情况时拨打 311