



فهرست بسته اقلام اضطراری

آب آشامیدنی - حداقل 1 لیتر برای هر نفر در روز (2 لیتر در صورت وجود حیوانات خانگی) برای حداقل 3 روز.

آب برای نظافت و بهداشت: 2 لیتر برای هر نفر/در روز

غذای فاسد نشدنی برای هر فرد حداقل به مدت یک روز، مانند:

کنسروهای آماده (گوشت، میوه، سبزیجات)

پروتئین، گرانولا یا اسنک میوه‌ای (فروت بار)

غلات خشک یا گرانولا

آجیل مخلوط

کره بادام زمینی

میوه خشک

گوشت خشک

بلغور جو دوسر

سس سیب

آبمیوه‌های کنسرو شده

شیر پاستوریزه فاسد نشدنی

غذا برای نوزادان

نکته

حتی غذاهای فاسد نشدنی هم تاریخ انقضا دارند. بسته اقلام ضروری خود را هر سال چک کنید و مواد غذایی را در صورت نیاز جایگزین کنید.

دربازکن دستی کنسرو (اگر مواد غذایی کنسروی در لیست دارید) و قاشق و چنگال

اقلامی که حتماً باید داشته باشید، مانند داروها (با کپی از نسخه‌هایتان)، عینک یا لنز یدکی، لوازم کودک (پوشک، شیر خشک، غذا، اسباب‌بازی)، سمعک، دندان مصنوعی، لوازم دیابت، واکر، غذاها و داروهای حیوانات خانگی و غیره، که تا حداقل 3 روز را پوشش دهد.

اسناد مهم - نسخه کپی این موارد را نیز در نظر بگیرید:

پاسپورت، کارت اقامت دائم، کارت وضعیت یا هر سند دیگری از این دست

کارت‌های بهداشت

گواهینامه‌ها

وصیت‌نامه‌ها

اسناد زمین

بی‌بیمه

نکته

علاوه بر داشتن کپی کاغذی از اسناد مهم در یک مکان امن (مکانی امن به غیر از خانه خود را در نظر بگیرید)، همچنین ممکن است بخواهید کپی‌های الکترونیکی یا عکس‌های اسناد مهم را در یک مکان امن (مانند USB رمزگذاری شده یا سایر دستگاه‌های ایمن) ذخیره کنید، یا آنها را نزدیک فرد قابل اعتماد بگذارید.

یک نسخه از برنامه اضطراری‌تان (برای اطلاعات بیشتر و دانلود قالب برنامه به redcross.ca/ready مراجعه کنید)

رادیو یا شارژر دستی یا با باتری، به اضافه باتری‌های اضافی

کلیدهای اضافی برای خانه و ماشین‌تان

جعبه کمک‌های اولیه

پول نقد اضافی به صورت اسکناس کوچک و سکه

وسایل بهداشت فردی

شارژر یا باتری یدکی تلفن همراه

لوازم مورد نیاز حیوان خانگی‌تان از جمله:

غذا

دارو

سوابق واکسیناسیون

کاغذ و خودکار

سوت