

# 應急包-清單



飲用水：每人每天至少1升（如有寵物，則為2升），至少滿足3天需求。

清潔衛生用水：每人每天2升

不易腐爛的食物：每人至少一天的攝食量，如：

即食罐頭食品（肉類、水果、蔬菜）

蛋白質，麥片棒或水果條

幹麥片或麥片粥

混合堅果

花生醬

水果乾

肉乾

燕麥

蘋果醬

罐頭果汁

不易腐爛的巴氏殺菌牛奶

嬰幼兒食物

提示

即使不易腐爛的食物也有保質期。每年檢查應急包，並根據需要更換食物

手動開罐器（若備有罐頭食品）和餐具

您離不開的物品，如藥物（備處方副本）、備用眼鏡或隱形眼鏡、嬰兒用品（尿片、配方奶粉、食物、玩具）、助聽器、假牙、糖尿病用品、助行器、寵物食品和藥物等，至少維持3天用量。

重要文檔——考慮以下文檔副本

出生證和結婚證

護照、永久居民卡、

移民身份卡等類似重要文檔

健康卡

駕照

遺囑

地契

保險

提示

紙版重要文檔副本應放置在安全位置（考慮在您家以外的安全地點），此外還需要考慮將重要檔的電子副本或圖片保存在安全位置（例如加密USB或其它安全設備）或由可信任的聯絡人保管。

應急方案副本（詳情請訪問 [redcross.ca/ready](http://redcross.ca/ready)，或下載範本）

曲柄式乾電池手電筒，及備用電池

曲柄式或電池式收音機，及備用電池

房屋和汽車備用鑰匙

急救包

小額面值現金和硬幣

個人衛生用品

備用手机充電器或電池

寵物用品，包括

食物

藥物

疫苗接種記錄

紙筆

哨子