



Lista de provizii pentru caz de dezastru

APĂ

- Stocați un galon de apă pe persoană pentru fiecare zi.
- Să aveți la îndemână agenți de purificare. Folosiți în acest scop numai lichide de înălbire de uz casnic care conțin 5,25% hipoclorit de sodiu. Nu folosiți lichide de înălbire parfumate, cele care nu decolorează sau acelea care conțin și detergenți. Adăugați 16 picături de lichid de înălbire pe galon, amestecați bine și lăsați să stea 30 de minute.

ALIMENTE

Stocați alimente neperisabile pentru cel puțin 3 zile pe persoană. Alegeți alimente de greutate ușoară și care sunt compacte. Schimbați stocul de alimente odată la fiecare șase luni.

- Conserve de carne, fructe și legume gata preparate
- Supe – cuburi de supă sau supe uscate în cutie
- Alimente de energie – prăjituri de zahăr, bomboane
- Sucuri – conserve, în praf sau cristalizate
- Alimente de înaltă energie – unt de arahidă, nuci, amestec de nuci și fructe uscate, etc.
- Lapte – praf sau în conservă
- Alimente de bază – zahăr, sare, piper
- Carne afumată sau uscată
- Vitamine

MEDICAMENTE FĂRĂ REȚETĂ

- Aspirină sau analgezice fără conținut de aspirină
- Preparat
- Laxativ
- Alcool sanitar
- Antiseptic sau apă oxigenată
- Medicament contra diareei
- Emetic (pt. a promova vomitare)
- Soluție pentru spălarea ochilor
- Cărbune activ

TRUSĂ DE PRIM AJUTOR

- Bandaje adezive sterile de diferite mărimi
- Tampoane sterile de tifon (8-12) de 3 țoli
- Tampoane sterile de tifon (8-12) de 2 țoli
- Bandă adezivă hipoalergenică
- Șervețele sanitare umede (8-10 plicuri)
- Termometru incasabil
- Apăsător de limbă și lopățică de lemn
- Tub de vaselină sau cu alt lubrifiant
- Agenți de curățire – săpun (antibacterial)
- Foarfecă
- Ace
- Pensete
- Lamă de ras
- Săpun
- Pulverizator antiseptic
- Termometru incasabil
- Ace de siguranță de diferite mărimi
- Mănuși de cauciuc

UNELTE ȘI MATERIALE DE CARTON

- Truse de veselă, pahare, farfurii și tacâmuri de plastic
- Radio pe baterie și baterii suplimentare
- Bani în numerar, bani mărunți și cecuri de călătorie
- Cuțit utilitar
- Extinctor de incendiu, cilindru mic tip ABC
- Chibrituri în cutie impermeabilă
- Recipiente de stocat din plastic
- Foi de staniol
- Semnale luminoase
- Ace, ață
- Cheie de strâns pentru gaz și apă
- Mască de praf și mănuși de lucru
- Plan de urgențe pt. toată familia
- Lanternă și baterii suplimentare
- Deschizător manual de conserve
- Cort (mic, ușor, care poate fi împăturit)
- Bandă adezivă
- Clești
- Busolă
- Hârtie, creion
- Pipetă medicinală
- Fluier
- Foi de plastic (prelate)

Continuare pe verso.....

IGIENĂ

- Hârtie de toaletă, șervețele
- Articole feminine
- Pungi de plastic pentru gunoi și sfoară
- Lopată mică pentru săparea unei latrine temporare
- Lichid de înălbire de uz casnic
- Săpun, detergente lichide
- Articole de igienă personală
- Dezinfectant
- Găleată de plastic cu capac etanș

ÎMBRĂCĂMINTE ȘI LENJERIE DE PAT

Includeți cel puțin un schimb complet de îmbrăcăminte și încălțăminte de fiecare persoană

- Pantofi rezistenți or ghete de lucru
- Pături sau saci de dormit
- Lenjerie termală
- Îmbrăcăminte de ploaie
- Pălărie și mănuși
- Ochelari de soare

ARTICOLE SPECIALE

Nu uitați de necesitățile speciale ale unor membrii de familie, ca de exemplu copii mici, cei vârstnici sau persoanele cu infirmități.

Pentru prunci

- Lapte pentru sugari, formulă
- Scutece
- Lapte praf
- Biberone
- Medicamente

Pentru adulți

- Medicamente cu rețetă pentru inimă și tensiune ridicată
- Medicamente cu rețetă
- Lentile de contact cu cele necesare
- Jocuri pentru copii și cărți pentru adulți
- Insulină
- Cele necesare pt. proteze dentare
- Ochelari în plus

DOCUMENTE FAMILIARE IMPORTANTE

Păstrați aceste documente într-un recipient impermeabil și portabil

- Testament, polițe de asigurare, contracte, titluri de proprietate, acțiuni și titluri de obligațiuni
- Numerele conturilor bancare
- Pașapoarte, legitimația de Social Security, certificate de vaccinare
- Numerele de cont ale cărților de credit și numele companiei emițătoare
- Inventarul bunurilor de gospodărie valoroase și numere importante de telefon
- Documente familiale, certificate de naștere, certificate de căsătorie, certificate de deces

NUMERE DE TELEFON PENTRU URGENȚE:

Contact în afara regiunii:	Numele:
	Adresa:
	Telefon (ziua)
	Telefon (noaptea)
Contact în regiunea locală:	Numele:
	Adresa:
	Telefon (ziua)
	Telefon (noaptea)
Poliția	
Pompierii	
Spital	
Medicul de familie	
Numere de telefon de la lucru ale familiei	Mama
	Tata
	Alții

LOCURI DE ADUNARE

În regiunea locală: _____

În afara regiunii locale: _____