



قد تحدث حالات الطوارئ في أي وقت

اتخاذ بعض الخطوات البسيطة الآن، مثل تجهيز حقيبة طوارئ ووضع خطة، يمكن أن يساعدك على البقاء مستعدًا.

قائمة مراجعة

استخدم قائمة المراجعة هذه للمساعدة في تجميع المستلزمات الأساسية لمجموعة أدوات الاستعداد للطوارئ الخاصة بك.

- | | |
|--|--|
| <p><input type="checkbox"/> الإضاءة والطاقة</p> <p>مصابيح يدوية</p> <p>بطاريات إضافية</p> <p>حزمة بطارية خارجية قابلة لإعادة الشحن (للهواتف والأجهزة)</p> | <p><input type="checkbox"/> الماء</p> <p>مياه معبأة (1 جالون لكل شخص في اليوم)</p> <p>مياه إضافية للحيوانات الأليفة</p> |
| <p><input type="checkbox"/> التواصل</p> <p>راديو يعمل بالبطارية أو بمقبض يدوي</p> | <p><input type="checkbox"/> الطعام</p> <p>الأطعمة غير القابلة للتلف (المعلبات، ألواح البروتين، الأطعمة المجففة)</p> <p>فتاحة علب يدوية</p> <p>صندوق تبريد أو صندوق ثلج</p> <p>كمادات ثلجية</p> |
| <p><input type="checkbox"/> الاحتياجات المنزلية</p> <p>مستلزمات الرضع (حليب الأطفال، حفاظات، زجاجات)</p> <p>مستلزمات لكبار السن</p> <p>مستلزمات للأشخاص ذوي الاحتياجات الطبية</p> <p>أغذية ومستلزمات الحيوانات الأليفة</p> | <p><input type="checkbox"/> الصحة والإسعافات الأولية</p> <p>حقيبة الإسعافات الأولية</p> <p>الأدوية التي تصرف بوصفة طبية (تحقق من تواريخ انتهاء الصلاحية بانتظام)</p> <p>اللوازم الطبية (النظارات، وبطاريات أجهزة السمع، وما إلى ذلك)</p> |
| <p><input type="checkbox"/> ضع خطة</p> <p>تحديد مكان تخزين مستلزمات الطوارئ</p> <p>ضع خطة طوارئ للأسرة</p> <p>شارك الخطة مع شخص من خارج أسرتك</p> | <p><input type="checkbox"/> وثائق مهمة</p> <p>نسخ من بطاقات التأمين</p> <p>معلومات طبية</p> <p>قائمة مكتوبة بأرقام الهواتف المهمة (المستشفى، الطبيب، الأقارب)</p> |
| | <p><input type="checkbox"/> الصرف الصحي والنظافة الصحية</p> <p>معقم اليدين</p> <p>مناديل مبللة</p> <p>مستلزمات النظافة الشخصية</p> |