



आपातकालीन स्थिति कभी भी आ सकती है

अब कुछ आसान से कदम उठाना, जैसे आपातकालीन किट तैयार करना और योजना बनाना, आपको इसका सामना करने के लिए तैयार रहने में मदद कर सकता है।

चेकलिस्ट

आपकी आपातकालीन तैयारी किट के लिए आवश्यक सामग्री एकत्र करने में मदद के लिए इस चेकलिस्ट का उपयोग करें।

- | | |
|---|--|
| <p><input type="checkbox"/> पानी
बोतलबंद पानी (प्रति व्यक्ति प्रति दिन 1 गैलन)
पालतू जानवरों के लिए अतिरिक्त पानी</p> | <p><input type="checkbox"/> प्रकाश व्यवस्था और बिजली
फलैशलाइट्स
अतिरिक्त बैटरियाँ
बाहरी रिचार्जेबल बैटरी पैक (फ़ोन और डिवाइसेज़ के लिए)</p> |
| <p><input type="checkbox"/> भोजन
जल्दी खराब न होने वाले खाद्य पदार्थ (डिब्बाबंद खाद्य पदार्थ, प्रोटीन बार, सूखे खाद्य पदार्थ)
मैन्युअल कैन ओपनर
कूलर या आइस चेस्ट
आइस पैक्स</p> | <p><input type="checkbox"/> संचार
बैटरी-चालित या हैंड-क्रैंक रेडियो</p> |
| <p><input type="checkbox"/> स्वास्थ्य और प्राथमिक उपचार
प्राथमिक उपचार किट
प्रिस्क्रिप्शन दवाएं (समय-सीमा समाप्ति तिथियों की नियमित रूप से जाँच करें)
चिकित्सा सामग्री (चश्मा, श्रवण यंत्र की बैटरियाँ, आदि)</p> | <p><input type="checkbox"/> घरेलू ज़रूरतें
शिशुओं के लिए सामग्री (फॉर्मूला, डायपर, बोतलें)
वरिष्ठ नागरिकों के लिए सामग्री
चिकित्सा संबंधी ज़रूरतों वाले लोगों के लिए वस्तुएँ
पालतू जानवरों का भोजन और सामग्री</p> |
| <p><input type="checkbox"/> महत्वपूर्ण दस्तावेज़
बीमा कार्डों की प्रतियाँ
चिकित्सा संबंधी जानकारी
महत्वपूर्ण फ़ोन नंबरों की लिखित सूची (अस्पताल, डॉक्टर, रिश्तेदार)</p> | <p><input type="checkbox"/> योजना बनाएँ
जानें कि आपातकालीन सामान कहाँ रखा हुआ है
घरेलू आपातकालीन योजना बनाएँ
अपने घर के बाहर किसी से योजना को बता दें</p> |
| <p><input type="checkbox"/> स्वच्छता और साफ-सफाई
हैंड सैनिटाइज़र
नमीयुक्त टॉवैलेट्स
व्यक्तिगत स्वच्छता सामग्री</p> | |