



緊急情況隨時都可能發生

現在採取幾個簡單的步驟，例如準備應急包並制定應變計畫，有助於讓您隨時做好準備。

核對清單

請使用這份清單，協助您為緊急應變包備齊必要物資。

- 水**
 - 瓶裝水（每人每天 1 加侖）
 - 額外準備給寵物的水
- 食物**
 - 不易腐壞的食物（罐頭食品、蛋白棒、乾燥食品）
 - 手動開罐器
 - 冷藏箱或冰桶
 - 冰袋
- 健康與急救**
 - 急救包
 - 處方藥物（請定期檢查有效期）
 - 醫療用品（眼鏡、助聽器電池等）
- 重要文件**
 - 保險卡副本
 - 醫療資訊
 - 書面的重要電話號碼清單（醫院、醫生、親屬）
- 環境衛生與個人衛生**
 - 手部消毒液
 - 濕紙巾
 - 個人衛生用品
- 照明與電力**
 - 手電筒
 - 備用電池
 - 外接式可充電電池組（適用於手機及各種裝置）
- 通訊**
 - 用電池供電的或手搖式收音機
- 家庭用品**
 - 嬰幼兒用品（配方奶、尿布、奶瓶）
 - 長者用品
 - 有醫療需求人士的用品
 - 寵物食品與用品
- 制訂計畫**
 - 確認緊急物資的存放位置
 - 制定家庭緊急應變計畫
 - 將這份計畫分享給您家庭以外的人