

آیا می دانستید که بسیاری از اجزای آمادگی های شخصی برای فاجعه بیشتر از یک نوع فاجعه بکار می رود؟ اگر نمی توانید خانه خود را ترک کنید، نیازهای اولیه خودتان و خانواده خود را تهیه کنید - یا باید اشیای مهم خود را بردارید و خانه را ترک کنید - در فاجعه های مختلف مانند آتش سوزی، زلزله و امراض واگیر می تواند از این روش استفاده کنید!

یک بسته لوازم را تهیه کنید و آن را ذخیره نمایید!

تصور کنید که به بازار محل خود نمیتوانید بروید یا سفرهای را از آمازون Amazon، انستاکارت Instacart، و غیره بدست آورده نتوانید، فکر کنید به چه چیزی بیشتر نیاز دارید.



- غذای فاسد نشدنی (می توان در انبار نگهداری کرد)
- منابع بیماری های همه گیر/بیماری های دیگر
- محصولات مصرفی اضافی را در دسترس داشته باشید
- یک بسته لوازم برای خانه، محل کار و ماشین تان آماده کنید
- تدارکات خود را هر 6 ماه بکار تجدید کنید

شما محدود به کنسرو ماهی یا لوبیا نیستید! غذای فاسد نشدنی بخرید که می خواهید بخورید.



تدارکات بیماری های همه گیر / بیماری های دیگر را به بسته لوازم خود اضافه کنید:

- دماسنج
- داروهای کاهش تب/درد
- داروهای درمان معده
- داروهای سرفه و سرماخوردگی
- مایعات که دارای الکترولیت است
- دستمال مرطوب ضد عفونی کننده/اسپری و/یا بلنج
- صابون دست شویی
- دستمال کاغذی
- ضد عفونی کننده دست که حاوی الکل باشد
- تدارکات ۶۰ روزه دارو های که مصرف میکنید



اگر در مناطق مساعد (Public Safety Power Shutoff) PSPS (قطع برق برای امنیت عمومی) زندگی می کنید در فصل آتش سوزی، مواظب زیاد ذخیره کردن غذا های فاسد شدنی در یخچال و فریزر باشید.

با خانواده خود یک نقشه درست کنید!

- برای همه عزیزان تان یک شخص خارج از ایالت را مشخص کنید تا با آنها تماس بگیرند.
- یک لیست تماس اشخاص را برای مراکز ارائه دهندگان مراقبت از کودکان/مدرسه را فراهم کنید و یک برنامه پشتیبان برای برداشتن کودکان بخاطر حوادث غیر منتظره یا بسته شدن این مراکز تهیه کنید.
- با اعضای خانواده و عزیزان خود در مورد چگونگی مراقبت از آنها در صورتی که بیمار شوند یا از آنها در خانه مراقبت نماید به آنچه نیاز دارید صحبت کنید.
- نسخه های چاپی و نسخه های الکترونیکی مدارک پزشکی را برای مراجعه شخصی نگه دارید.



آمادگی های عمومی

- آب آشامیدنی (۱ گالن فی نفر در روز)
- چراغ دستی با باتری اضافی یا شارژ آفتابی
- اجاق گازی، ممکن اجاق آشپزخانه قابل استفاده نباشد.
- بسته کمک های اولیه و وسایل حمام
- کفش های محکم و لباس اضافی
- پول نقد به شکل بانک نوت های کوچک
- نیازهای خاص خانواده شما: مانند غذای حیوانات خانگی، پوشک، دستمال مرطوب، شیر خشک و غیره
- سوت برای نشانه احتیاج به کمک
- ماسک ضد گر و غبار، روکش های پلاستیکی و نوار چسب برای تمیز کردن یا ماندن در منزل.
- بسته حوله مرطوب با محلول ضد عفونی، صابون، کیسه های زباله و کراوات پلاستیکی برای بهداشت شخصی
- آچار یا انبردست برای بسته کردن آب، گاز و خاموش کردن برق
- در باز کن دستی برای غذا های کنسرو شده
- شارژر تلفن همراه و باتری پشتیبان
- کبریت در ظرف ضد آب

تجهیزات کمپینگ شروع خوبی برای بسته آمادگی شما است! اضافه کردن چیزهای سرگرم کننده مانند یک بسته کارد یا بازی های سرگرم کننده را در نظر بگیرید.

