

แผนฉุกเฉินของครอบครัว: ชุดจ่ายไฟฉุกเฉิน



จัดเตรียมชุดเสบียงสำหรับสถานการณ์ฉุกเฉินให้พร้อมในภาชนะกันน้ำและกันหนูต่อไปนี้เป็นรายการที่ควรพิจารณาเพื่อจัดให้มีในชุดของคุณ คุณควรมีเสบียงเพียงพอที่จะจ่ายครอบครัวของคุณได้อย่างน้อยสามวันหรือ 72 ชั่วโมง เราแนะนำให้บันทึกวันที่ของเสบียง เช่น น้ำ อาหาร และยา เพื่อให้การเติมชุดอุปกรณ์ในแต่ละวันได้ง่ายขึ้น

น้ำ หนึ่งในแกลลอนต่อคนต่อวันเป็นเวลาอย่างน้อย 3 วัน (3+ แกลลอนต่อคน)

อาหารที่ไม่เน่าเสียง่ายสำหรับอย่างน้อย 3 วัน

- ผลไม้แห้ง
- ธัญพืช/โปรตีนอัดแท่ง
- เครื่องดื่มผง
- แพ็คอาหารสำเร็จรูป (เช่น ข้าวโอ๊ต บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซุป ฯลฯ)
- อาหารกระป๋อง
- ที่เปิดกระป๋อง
- หม้อสำหรับทำอาหาร

สินค้ากระดาษและอุปกรณ์สุขภัณฑ์

- แผ่นกระดาษ
- เครื่องใช้พลาสติก
- กระดาษชำระ
- กระดาษชำระ
- ถุงขยะ

อุปกรณ์สุขอนามัยส่วนบุคคล

- ผ้าเช็ดหน้าเปียก
- สบู่ล้างมือ
- น้ำยาซักผ้า
- แชมพู
- แปรงผม/หวี
- ยาสิฟิและแปรงสีฟัน
- สารระงับกลิ่นกาย
- ของใช้สำหรับผู้หญิง

ของใช้สำหรับเด็กทารก

- อาหารและ/หรืออาหารเสริม
- ผ้าอ้อมและผ้าเช็ดทำความสะอาดอเนกประสงค์

เสื้อผ้า

- เสื้อผ้า
- รองเท้า/รองเท้าบูท
- เสื้อแจ็กเก็ต/เสื้อโค้ท
- ถุงมือ (เช่น ถุงมือสำหรับการทำงานหนัก)

เตาบาร์บีคิว เตาข้างแก๊ส หรือเตาแคมป์ (กลางแจ้งเท่านั้น)

- ถ่าน
- น้ำยาจุดไฟแช็คถ่าน
- ไม้ขีดหรือแท่งจุดไฟ
- โพรเพน

ผ้าห่มหรือถุงนอน อุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น

- สมุดคู่มือปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- น้ำยามาเชื้อ
- ผ้าพันแผล ผ้าก๊อช เทปกาว
- ผ้าพันแผลเอช เมือก
- น้ำยาล้างตา
- ชุดประคบเย็น

ยาตามใบสั่งยาและยาที่ไม่ต้องมีใบสั่งยา

แวนตา ฟันปลอม เครื่องช่วยฟัง ฯลฯ

หน้ากากกันฝุ่น

ไฟฉาย

วิทยุ ใช้แบตเตอรี่หรือชาร์จซ้ำ

นาฬิกาหรือนาฬิกาใช้พลังงานจากแบตเตอรี่

แบตเตอรี่เสริม

โทรศัพท์มือถือและที่ชาร์จ อุปกรณ์สำหรับสัตว์เลี้ยง

• ปกคอกพร้อมป้าย ID และสายจูง/กรงใส่

• อาหารและน้ำ

• สิ่งของทางสุขภาพ (เช่น ขยะ)

• ยา

ประแจหรือคีมปิดระบบสาธารณูปโภค

มีดหรือเครื่องมือเอนกประสงค์

เทปพันท่อ

เครื่องดับเพลิง

นกหวีดส่งสัญญาณขอความช่วยเหลือ

แผนที่เทศมณฑลซานดิเอโก อิมพีเรียล ออเรนจ์ ริเวอร์ไซด์ และลอสแอนเจลิส

แผนฉุกเฉินของครอบครัวและรายชื่อผู้ติดต่อ (ฉบับพิมพ์)