

RUCSACUL DE URGENȚĂ – ECHIPAMENTUL MINIMAL DE URGENȚĂ

Rucsacul pentru situații de urgență conține obiecte care vă ajută pentru 3-5 zile, în cazul în care este nevoie să părăsiți locuința.

Din ce este constituită această rezervă (conținut minim):



APĂ ȘI ALIMENTE:

- apă (înlocuiți apa odată la 6 luni): minim 4 litri;
- conserve;
- alimente deshidratate;
- batoane energizante;
- batoane proteice;
- biscuiți din cereale.

ARTICOLE DE IGIENĂ:

- articole personale: săpun, soluție dezinfectantă pentru mâini, pastă și periuță de dinți;
- batiste de hârtie, șervețele umede.

TRUSĂ DE PRIM AJUTOR:

- medicamente de bază (analgezice, antiseptice);
- după caz, medicamente pentru boli cronice (diabet, hipertensiune arterială, etc.);
- pansamente sterile, leucoplast;
- alcool sanitar, garou elastic, termometru;
- mască de praf.

ARTICOLE PENTRU SUPRAVIETUIRE:

- aparat radio AM/FM portabil cu baterii de schimb;
- o lanternă și baterii de schimb;
- un fluier;
- briceag/cuțit multifuncțional;
- păături sau haine în funcție de anotimp.

DOCUMENTE:

- carte de identitate, acte de proprietate ale casei, carnet de asigurări medicale (fotocopii).