



打包整理

把您的必需品放在一起

打包整理您的生存和灾后恢复装备包可以是一件让人开心和有趣的事儿，特别是对孩子来说。因此，将您家中所有的成员或者您的个人朋友圈聚在一起，列出您所需要的东西。

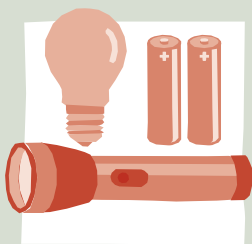
有可能您的家里已经有很多必要的物品。如果您需要购买任何东西，请记住您不必一次全买完。您可以在几周或几个月的时间内来分开采购，每次购物时买几件物品就行。



把这个便捷的清单贴在冰箱上，直到打包完成！

建议的生存物品。

灯



注意！

不要把电池留在手电筒里，每六个月检查一次电池。可以考虑使用不需要电池的充电手电筒。红十字在网上销售这些商品，网址是

redcross.org.au

现金



注意！

许多人不携带大量现金。在任何紧急情况的早期阶段，自动取款机和银行可能不会运行。手握一些现金将有助于满足基本和紧急的需求。

水



注意！

紧急情况发生后，在官方通知自来水是安全的之前，千万不要饮用自来水。水在密封的容器中可储存12个月。标记最后一次换水的时间。

食物



注意！

记住您家中每一个成员的需求，包括婴儿、儿童和宠物。准备好至少三天的食物（饭菜、饮料和零食），以防您需要离开家。如果待在家里，您将需要能量高、保质期长、容易烹饪的食物。



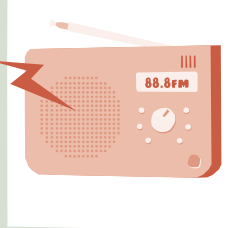


带上您的药品

在打包整理“生存和恢复装备包”时，医疗需求是每个人重要考虑因素。准备好您可能需要的可供14天使用的任何种类的药品。

收音机

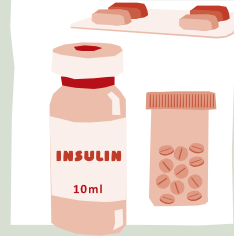
(电池供电)



注意!

在紧急情况发生后，收音机往往是最好的信息来源。在收音机上标记出您所在的ABC地方电台和其他地方服务电台的频率。选择一个不依赖电力的收音机。

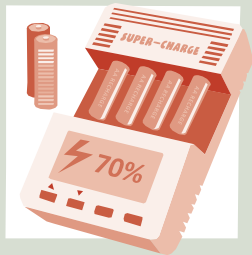
特殊医疗用品或设备



注意!

考虑您可能需要哪些药物或用品，并将这些药物或用品包括在内，同时列出它们的名称、剂量和处方的复本。

充电器



注意!

为您的电话准备一个充电器或已经充电的电池包。您还可以考虑，保留一个不依赖电源的老式固定电话--即使停电，您的电话交换机可能仍在运行。

盥洗用品



注意!

有了盥洗用品就可以让您一直保持好的状态，给您一种生活有规律的感觉--即使在您无法洗漱或淋浴的时候。

户外防护性衣物/毯子/



注意!

考虑使用天然纤维制成的衣服，留心季节变化，并尽量打包结实的鞋子或靴子和耐用手套。

别忘了防晒霜、驱虫剂和宽边帽。

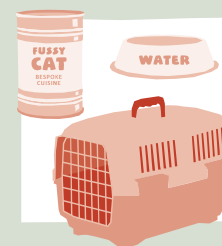
急救包



注意!

除了购买红十字会的家庭或汽车急救包，参加急救培训也是一个不错的选择。

宠物必需品



注意!

将您的宠物对水的需求考虑进来，并确保您的狗或猫已经注册并植入了微芯片。

您需要的大部分物品都可以在超市、五金店甚至是两元 (\$2) 店里找到。不要忘了您的家里可能已经有了一些有用的物品，如露营设备。



建议的帮助灾害后恢复物品：

重要文件的扫描件或影印件

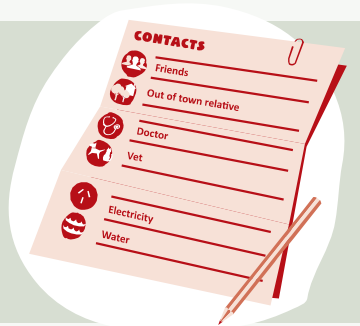


- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 护照 | <input type="checkbox"/> 房屋贷款抵押契据 |
| <input type="checkbox"/> 遗嘱 | <input type="checkbox"/> 保险单据 |
| <input type="checkbox"/> 驾照 | <input type="checkbox"/> 处方 |
| <input type="checkbox"/> 结婚证和出生证 | <input type="checkbox"/> 病例 |
| <input type="checkbox"/> 地契 | <input type="checkbox"/> 儿童免疫接种书 |

注意！

定期检查各种所需设备是否运转正常，必要时将设备或者重要文件放入防水或防火的容器。最好是将文件的备份安全地存放在家以外的地方，或许是存放在办公地点的上锁的抽屉里，或者其他家庭成员那里，或者存储在云端。

您的 REDIPLAN



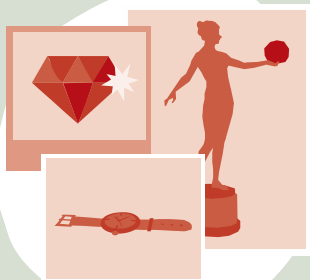
将您的扫描件或复本存放起来，以便在您因紧急情况必须离开家时能迅速、方便地取走它们。

对重要文件的保存方式也可应用于保存您的个人视频和照片。

给任何重要的家庭物品拍照，特别是那些上了保险的物品。将照片存放在一个安全的地方，并将复本放进您的装备包里，以便在紧急情况发生后协助进行任何保险索赔。

标记出家中贵重物品的存放位置，以备在必要时您能迅速取走它们。

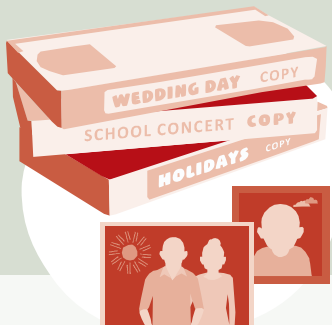
贵重的家用物品的照片



确保贵重物品存放在高于地面的地方，或放入防水容器。

考虑为贵重物品购买一个防火的保险箱。保留一些结实的垃圾袋，用于放置其他有情感价值的物品，以备在紧急情况下您能随身带走它们。

视频和照片的复本





娱乐

安慰孩子

在紧张和不确定的情况下，需要用熟悉的东西来帮助安慰孩子们。和孩子们交流一下从而了解他们认为重要的东西是什么。

这些东西可能与您所认为的有所不同。

存储和检查您的装备包

正如您所看到的，用一个简单的双肩包来存放您的生存和复原装备包是远远不够的。

您需要一个坚固的容器，最好是防水的。

可以考虑使用一个有轮子或把手的箱子，并且是防水密封的。或者，您可以使用一个大的运动包或带轮子的手提箱。最后再安排用于存储的包或箱子，这样您就可以知道它需要多大的尺寸了。

将您的生存和灾后恢复装备包存放在容易取用的地方——靠近您房子里的逃生通道，或存放在后院小屋中。清楚地标记您的装备包，并在（存储的包或箱子）上面贴上一些反光带，以便在黑暗中很容易看到。确保您的家庭中的每一个成员和个人朋友帮助圈中的每个人都知道它在哪里。

在您的手机和/或日历中设置一个检查您的生存和灾后恢复装备包的年度提醒。

记录下来任何易变质的物品，并及时更换临近过期的物品，更换下来的物品可以在家里使用。您需要考虑您生活中的变化来更新您的装备包，如孩子或宠物的增加，关系的变化，地点的变化，等等。

