



MAG-IMPAKE

PAGSAMA-SAMAHIN ANG IYONG MGA MAHAHALAGANG GAMIT

Ang pag-iimpake ng iyong kit para sa kaligtasan ng buhay at pag-rekober ay maaaring magbigay kasiyahan at libangan, lalo na para sa mga bata. Kaya't makisama sa lahat ng mga kabilang ng iyong sambahayan o sa iyong network na nagbibigay suportang personal upang gumawa ng listahan ng iyong kakailanganin.

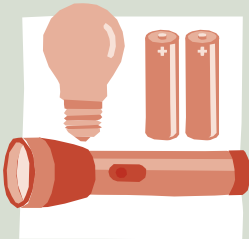
Malamang ay mayroon ka na sa bahay ng mga kinakailangang gamit. Kung kailangan mong bumili ng anumang bagay, tandaan na hindi mo kailangang gawin ito nang sabay-sabay. Maaari mo itong gawin nang paunti-unti sa loob ng ilang linggo o buwan—ilang mga gamit sa tuwing namimili ka.



Panatilihing nakalagay ang nakahandang listahan sa refrigerator hanggang sa matapos ito!

Ang mga iminumungkahing gamit para sa kaligtasan ng buhay:

ILAW



TANDAAN!

Huwag iwanan ang mga baterya sa flashlight, at suriin ang mga ito tuwing anim na buwan. Ikonsider ang mga wind-up flashlight na hindi nangangailangan ng mga baterya. Ang Red Cross ay nagbebenta ng mga ito online sa redcross.org.au

PERA



TANDAAN!

Maraming tao ang hindi nagdadala ng malaking halaga ng pera. Ang mga ATM at bangko ay maaaring hindi gumagana sa unang yugto ng anumang emergency. Ang pagkakaroon ng kaunting pera ay makatutulong na matugunan ang mga pangunahin at agarang pangangailangan.

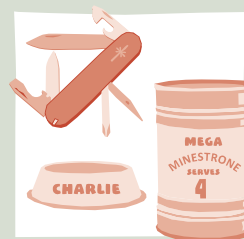
TUBIG



TANDAAN!

Huwag uminom ng tubig mula sa gripo pagkatapos ng isang emergency hanggang sa ipayo ng mga awtoridad na ito ay hindi mapanganib inumin. Maaaring mag-imbak ng tubig nang hanggang labindalawang buwan sa mga lalagyang nakasara ng mahigpit. Lagyan ng label kung kailan huling pinalitan ang tubig.

PAGKAIN



TANDAAN!

Alalahanin ang mga pangangailangan ng lahat ng mga kabilang ng iyong sambahayan, kasama ang mga sanggol, mga bata at mga alagang hayop. Maghanda ng pagkain na aabot ng tatlong araw (mga ulam, inumin at meryenda) kung sakaling kailanganin mong umalis ng bahay. Kung mananatili ka sa bahay, kakailanganin mo ng pagkaing mataas sa enerhiya na matagal masira at madaling ihanda.



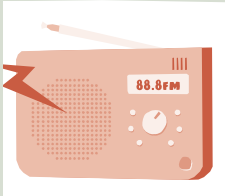


Inumin ang iyong gamot o dalhin mo ang iyong gamot

Mahalagang isinasalang-alang ng lahat ang mga medikal na pangangailangan kapag nag-iimpake ng Kit para sa kaligtasan ng buhay at pag-rekober. Planuhin na anumang mga gamot na maaari mong kailanganin ay aabot ng labing apat na araw.



RADYONG PINAPAGANA NG BATERYA

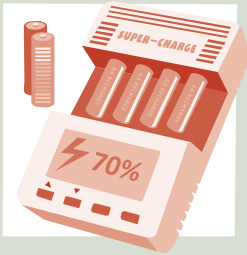


TANDAAN!

Ang radyo ang pinakamahusay na mapagkukunan ng impormasyon sa isang emergency. Markahan ang dayal sa ating mga Radyo and ABC at iba pang local na istasyon para sa mgaserbisyong local. Pumili ng radyo na hindi gumagamit ng kuryente.



MGA CHARGERS



TANDAAN!

Siguraduhin na me charger o battery pack na nakahanda na para sa iyong telepono. Subukan din mag tabi ng lumang landline na telephono na hindi kunektado sa kuryente para kahit walang kuneksyon maaaring makatawag pa rin.



PAMPROTEKTANG DAMIT / MGA KUMOT



TANDAAN!

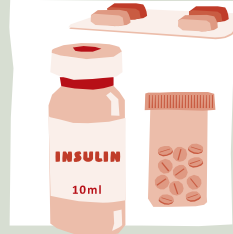
Isaalang-alang ang mga damit na gawa sa natural na hibla, alalahanin ang mga panahon, at subukang mag-impake ng matibay na sapatos o bota at pangmatagalang guwantes.

Huwag kalimutan ang losyon na pamprotekta sa araw (sunscreen), pantaboy ng insekto (repellent), at malaki/ malapad na mga sumbrero.

Karamihan sa mga bagay na iyong kailangan ay nasa supermarket, hardware store o mga mumurahing tindahan. Huwag kalimutan na baka mayroon ka nang mga gamit sa bahay, tulad ng mga kagamitan sa kamping na iyong mapapakinabangan.



MGA ESPESYAL NA SUPLAY O KAGAMITAN MEDIKAL



TANDAAN!

Pag-isipan kung anong mga gamot o suplay ang maaari mong kailanganin at ilista ang mga pangalan ng gamot, dosis at dalin ang mga kopya ng iyong mga reseta.



MGA GAMIT PAMBANYO



TANDAAN!

Kahit hindi ka makapaglaba or maligo, makakatulong na meron kang toiletries o gamit na pambanyo para kahit papano, maginhawaan ang pakiramdam mo.



KIT PARA SA PANGUNANG LUNAS

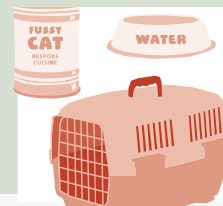


TANDAAN!

Ang pagbili ng pambahay o pangkotse na Red Cross kit (pangunang lunas) ay mahalaga; Maganda ring ideya na marunong o magkaroon ng pagsasanay sa pangunang lunas.



PMGA MAHAHALAGANG GAMIT NG ALAGANG HAYOP



TANDAAN!

Isaalang-alang na ang iyong alagang hayop ay mangangailangan ng tubig, at siguraduhin na ang iyong aso o pusa ay nakarehistro at naka-microchip.



Ang mga iminumungkahing bagay para sa pag-rekober:

MGA SCAN O PHOTOCOPY NG OCUMENTS MAHAHALAGANG DOKUMENTO

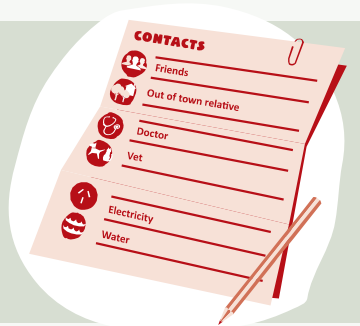


- Pasaporte
- Mga habilin
- Lisensya sa pagmamaneho
- Mga sertipiko ng kasal at kapanganakan
- Mga titulo ng lupa
- Mga papeles ng bahay
- Mga papeles ng insurance
- Mga reseta
- Talaan ng mga impormasyon sa kalusugan
- Mga talaan ng pagbabakuna sa bata

TANDAAN!

Regular na suriin ang mga functionality ng mga gamit; gumamit ng mga lalagyan na hindi tinatagusan ng tubig at ng apoy. Magandang ideya na rin na magkaroon ng mga kopya ng mga dokumento na nakatago sa alternatibong lugar bukod sa bahay; maaring sa lock na drawer sa trabaho, sa miyembro ng pamilya, o nasa computer (cloud).

ANG IYONG REDIPLAN



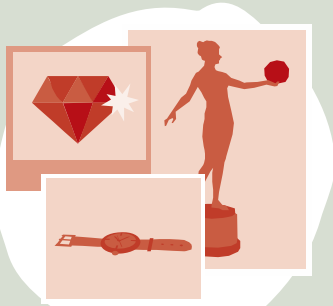
Itago ang iyong mga scan o kopya upang ang mga ito ay mabilis at madaling makuha kung kailangan mong umalis.

Kung paano ninyo iningatan ang mga personal na documeto o papeles, dapat ding ingatan ang mga personal na mga larawan at videos.

Kuhanan ng larawan ang anumang mahahalagang gamit sa bahay, lalo na ang mga gamit na meron insurance. Itago ang mga larawan sa isang ligtas na lugar, at ang kopya ay ilagay sa iyong kit. Ito ay makakatulong sa iyong insurance claim pagkatapos ng emergency.

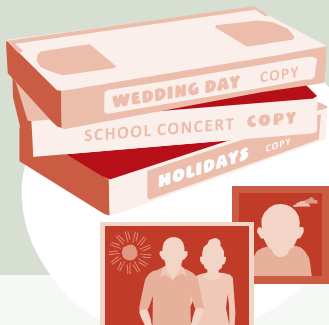
Gumawa ng mapa para matandaan mo kung saan nakatago ang mga mahahalagang bagay sa iyong bahay kung sakaling kailanganin kaaagad.

MGA LARAWAN NG MAHAHALAGANG GAMMIT SA BAHAY



Siguraduhin na ang mga mahahalagang bagay ay nakatago nang maayos at sa mataas na lugar, o gumamit ng mga lalagyan na hindi pinapasok ng tubig.

MGA KOPYA NG MGA VIDEO AT LARAWAN



Pag-isipang bumili ng kaha (safe) na hindi tinatablan ng apoy para sa mga mahahalagang bagay. Magtabi ng matibay na plastik na basurahan para mapaglagyan ng mahahalagang bagay (sentimental) kung sakaling magkaroon ka ng oras na itoy kolektahin sa panahon ng emergency.



Pang-aliw

Paalmahin ang mga bata

Kakailanganin ng mga bata ang mga pamilyar na bagay upang makatulong sa pag-aliw ng sarili lalo na kung nasa mabigat at hindi tiyak na sitwasyon. Kausapin ang iyong mga anak tungkol sa kung ano ang mahalaga sa kanila. Ang importante sa iyo ay maaaring kakaiba sa inyong mga anak.

Itago at suriin ang iyong kit

Kakailangan mo ng higit sa isang shoulder bag para mahawakan ang iyong survival kit.

Kakailanganin mo ng matibay na lalagyan, mas mabuti kung hindi pinapasok ng tubig.

Isaalang-alang ang isang kahon na may mga gulong o hawakan at hindi tinatagusan ng tubig (selyado). Maaari rin na gumamit ka ng isang malaking sports bag o maleta na may mga gulong. Ihuli ang pag-aayos ng iyong lalagyan para malaman mo kung anong sukat ang kakailangan nito.

Ilagay ang iyong survive and recover kit sa lugar na madaling makuha – kagaya ng malapit sa daanan ng pagtakas o isang silong. Markahan nang malinaw ang iyong kit, at lagyan ito ng reflective tape para madali itong makita sa dilim. Tiyakin na ang lahat ng mga kabilang ng iyong sambahayan at ng iyong network na nagbibigay ng personal na suporta sa iyo ay alam kung saan ito nakalagay.

Magtakda ng taunang paalala sa iyong telepono at/o kalendaryo para suriin ang iyong kit para sa kaligtasan ng buhay at pag-rekober.

Itala ang anumang mga madaling mapanis at ulit-ulitin itong ipaskil sa iyong banyo at pantry. Dapat na i-update ang iyong kit na naaayon sa mga pagbabago sa iyong buhay, tulad ng pagdaragdag ng anak o alagang hayop, mga pagbabago sa mga relasyon, mga pagbabago sa lokasyon, at iba pa.

