

مجموعة مستلزمات الكوارث

مجموعة مستلزمات الكوارث هي مجموعة من العناصر الأساسية التي قد تحتاجها أسرتك أثناء حالات الطوارئ. انظر إلى العناصر الأساسية وفكر في الاحتياجات الفريدة لأسرتك. بعد حالة الطوارئ، قد تحتاج إلى الصمود لعدة أيام. يعني الاستعداد أنك لديك طعامك وماءك وإمداداتك الأخرى الكافية لمدة 72 ساعة على الأقل.



العناصر الأساسية الموصى بها

- المياه (الحد الأدنى، 3 جالون لكل شخص)
- الطعام (الحد الأدنى، طعام لا يتطلب الحفظ في الثلاجة يكفي 3 أيام، لكل شخص)
- فتاحة علب يدوية
- راديو (يعمل بالبطارية أو بذراع تشغيل)
- مصباح يدوي
- بطاريات إضافية ل:
 - مصباح يدوي
 - الراديو
 - الأجهزة الطبية
 - العناصر الأخرى التي تعمل بالطاقة الإلكترونية في المجموعة
- الهاتف الخليوي وشاحن الهاتف الخليوي
- أدوات النظافة الشخصية
 - مناديل المسح الخاصة بالرضع
 - أكياس القمامة
 - معقم اليدين
 - أقنعة الوجه
- المعدات اليدوية
 - كماشة
 - مفكات
 - أربطة الكابلات
 - شريط لاصق
 - عدة إصلاح النظارات
- جهاز اتصال وقابس لإعادة الشحن
- طعام للحيوانات الأليفة ومياه إضافية
 - طعام للحيوانات الأليفة ومياه إضافية
 - حامل او قفص و مقود
- المستلزمات الطبية
 - الأدوية التي تستلزم وصفة طبية
 - الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل مسكنات الألم أو الأدوية المضادة للإسهال أو مضادات الحموضة أو المليينات.
 - سوار أو علامة التنبيه الطبي
 - عدة الإسعافات الأولية
 - ضمادات
 - مرهم معقم
 - مقياس حرارة (ترمومتر)
 - عناصر الراحة والعناصر الحسية
 - السماعات العازلة للضوضاء،
 - ألعاب الفيديو
 - عناصر المساعدة الحسية الأخرى
 - نسخة من بطاقة التأمين
 - قائمة بأنواع الحساسية المعروفة

العناصر الأساسية الموصى بها (تابع)

- بطانية أو لحاف أو كيس نوم
- وسائل
- غيار ثياب كامل
 - ثياب داخلية
 - بنطلون وقميص
 - جوارب
 - لباس نوم
- صافرة
- خيارات ملابس إضافية لجميع الفصول
- زوج من الأحذية المتينة
- حذاء استحمام ومستلزمات النظافة الشخصية
 - فرشاة ومعجون أسنان
 - مشط أو فرشاة
 - مزبل عرق
 - صابون
 - شامبو
 - مناشف
 - لوازم نسائية
- خرائط محلية (محدد عليها مسبقاً المواقع المهمة وطرق السفر)
- معلومات الاتصال في حالات الطوارئ
- بطاقة الهوية أو رخصة القيادة
- أسماء وأرقام أطبائك
- اسم ورقم المكان الذي تحصل على أدويةك منه

العناصر الإضافية الموصى بها

- أموال نقدية
- نسخة من بطاقة الهوية
- أدلة مرجعية للطوارئ
- أداة متعددة الاستخدامات أو سكين جيب
- أكياس تغلق بالضغط
- موقد غاز محمول
 - وقود
 - ولاعة
 - أعواد كبريت في حاوية مقاومة للماء
- مجموعة أدوات الطهي التي تستخدم في المخيمات
- مجموعة الأواني التي تستخدم في المخيمات / أواني بلاستيكية
- أقمشة وخيوط أو خيمة "بوب أب" صغيرة (لتقليل التحفيز البصري في غرفة مزدحمة أو لتوفير خصوصية فورية)
- بطاقات مغلقة تحتوي على عبارات أو صور أو رسوم توضيحية في حالة عدم عمل جهاز الاتصال الخاص بك.
- مظفأة حريق
- ورقة وقلم رصاص
- كتب، ألغاز، ألعاب لوحية، أجهزة إلكترونية محمولة (محمل عليها أفلام وألعاب، إلخ) للترفيه

تدرب على خطتك

ابدأ نقاشاً عائلياً من خلال زيارة الموقع الإلكتروني [ready.gov](https://www.ready.gov) وتصفح الأدوات وألعاب الأطفال المتوفرة على <https://www.ready.gov/kids> و <https://www.ready.gov/plan>