

做好应急准备 整理必备用品

逃生计划

家庭应急箱

备好家庭应急箱能确保您做好应对紧急情况的准备。

家庭应急箱是紧急情况发生期间和之后顺利逃生的关键要素。与家人或您的个人支持网络一起讨论，制订您需要的物品清单。或许您家里已经准备了很多必备用品。

Keep this handy checklist
on the fridge until
your kit is complete!

Suggested survival items:

照明用具



建议!

- 不要将电池留在手电筒里，且应每六个月检查一次。
- 考虑选择不需要电池的发条手电筒。

现金



建议!

- 紧急情况初期，ATM和银行可能已停止营业。
- 准备一些现金有助于满足基本和应急需求。

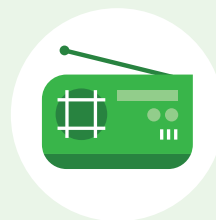
用水



建议!

- 紧急情况发生后，请勿饮用自来水，除非当局告知可以安全饮用。
- 水最长可在气密容器里存放12个月。加贴标签，注明最后换水时间。

收音机 (电池供电)



建议!

- 发生紧急情况时，收音机往往是最理想的信息来源。
- 在度盘上标注当地广播及其他电台的频率。
- 选择无需依赖电力的电池供电型收音机。

首都领地救护服务处(ACT Ambulance Service)、首都领地消防救援处(ACT Fire & Rescue)、首都领地乡村消防服务队(ACT Rural Fire Service)以及首都领地州立应急服务处(ACT State Emergency Service)共同组成首都领地应急服务管理局(ACT Emergency Services Agency)，保障堪培拉安全。

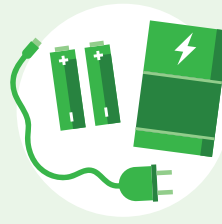
☐ 急救包



建议!

- 除了购买家庭或汽车急救包外，您最好也要接受急救培训。

☐ 充电器



建议!

- 备好手机充电器或已充满电的电池组。
- 此外，也要考虑准备一部不依赖电力的老式固定电话——即使在断电时，电话交换机或许仍能保持正常运作。

☐ 防护衣物/毛毯



建议!

- 考虑选择天然纤维材质的长袖衣服和长裤，并注意季节变化。
- 尽量备齐结实的鞋靴和厚手套。
- 别忘了防晒霜、驱虫剂和宽檐帽。

☐ 洗漱用品



建议!

- 准备洗漱用品能帮助您洗去疲劳，焕发精神，让您产生规律作息感觉——即使您无法洗漱或冲澡。

☐ 特殊医疗用品或器械



建议!

- 考虑并备好您可能需要的药品或用品
- 制作清单，注明名称、剂量并随附处方复印件。

☐ Food



建议!

- 记住家里每个成员的需求，包括婴儿、儿童和宠物。
- 若留在家里，您还需要准备保质期较长且方便制作的食物。

随身携带药品

整理家庭应急箱时，每个人都务必要考虑自己的用药需求。

准备您14天内可能需要服用的药物用量。

☐ 宠物必备品



建议!

- 计算用水需求时要考虑您的宠物，并确保宠物猫狗已登记并佩戴微芯片。



- ☑ 您需要的多数物品都可以在超市或五金店购买。
- ☑ 记住，房屋周边或许已有一些有用物品，如露营装备。

推荐恢复物品：

重要文件的扫描件或复印件



建议！

- 定期检查USB或存储设备的功能。
- 若有必要，请选用防水或防火容器。
- 建立在家里之外的其他地方妥善存放文件备份副本，可以存放在单位锁柜里、交由家人保管或存储在云端。

您的逃生计划



建议！

- 保管逃生计划副本。您的逃生计划应注明重要联系方式、医疗计划和保险。

家里贵重物品的直观照片



建议！

- 照片有助于您向保险公司描述物品。

需要考虑的重要文件：

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 护照 | <input type="checkbox"/> 结婚证和出生证明 |
| <input type="checkbox"/> 抵押贷款文件 | <input type="checkbox"/> 病史 |
| <input type="checkbox"/> 遗嘱 | <input type="checkbox"/> 土地产权证 |
| <input type="checkbox"/> 保险文件 | <input type="checkbox"/> 儿童免疫接种手册 |
| <input type="checkbox"/> 驾驶证 | |
| <input type="checkbox"/> 处方 | |

视频和照片副本



建议！

- 在云端备份视频和照片，不仅可以节省物理空间，也方便您随时随地查看。



- 确保贵重物品存放在远离地面的位置，或使用防水容器。
- 妥善存放您的扫描件或复印件，以便在您不得不逃离时可以快速方便地取走。
- 对于您的个人视频和照片，也可采取与重要文件相同的防护措施。
- 绘图标注贵重物品在家里的存放位置，以防您需要迅速取走。
- 拍照留存家里贵重物品，尤其是投保物品。照片存放在安全位置，副本放入应急箱，以便在紧急情况结束后协助理赔。