

PRZYGOTOWANIE SIĘ NA WYPADEK NAGŁEGO ZDARZENIA

Nagłe zdarzenia występują szybko i bez ostrzeżenia. Planowanie na wypadek jakiegokolwiek niebezpieczeństwa – w tym katastrof technicznych i klęsk żywiołowych wymaga rozważenia wszystkich, możliwych scenariuszy przebiegu i charakteru zdarzenia.

Jeśli będziesz mógł pozostać w domu, pamiętaj, że takie media, jak energia elektryczna, gaz, woda, ogrzewanie, usługi telekomunikacyjne mogą funkcjonować z przerwami albo wręcz nie działać przez długi czas. Warto więc się zaopatrzyć w odpowiednią ilość jedzenia, wody, lekarstw i innych niezbędnych artykułów, z których będzie mogła korzystać Twoja rodzina przez okres 3 do 5 dni.

W obliczu bardzo poważnych zagrożeń może dojść do ewakuacji Twojego domu lub całej społeczności lokalnej. Gdyby kiedykolwiek doszło do takiej sytuacji, pamiętajmy, by posiadać plany ewakuacji i przygotowane rzeczy pierwszej potrzeby, które możemy szybko ze sobą zabrać:

Plan ewakuacji.

Powinien obejmować co najmniej dwa miejsca spotkania w czasie niebezpieczeństwa. Jedno z tych miejsc wyznacz poza domem na wypadek nagłego niebezpieczeństwa, takiego jak np. pożar. Wybierz co najmniej jedno miejsce poza najbliższym sąsiedztwem na wypadek, gdybyś nie mógł wrócić do domu.

Plan kontaktowania się podczas niebezpieczeństwa.

Wybierz jedną osobę spoza Twojej miejscowości, by była punktem kontaktowym dla członków rodziny i Ciebie na wypadek, gdybyście byli rozdzieleni. Upewnij się, czy wszyscy posiadają informacje ułatwiające kontakt (numery telefonów, adresów e-mail, itp.).

Czego będziesz potrzebował.

Podstawowymi artykułami, które powinny cały czas być przechowywane w Twoim domu są:

- woda,
- nie psująca się łatwo żywność,
- artykuły pierwszej pomocy,
- lekarstwa,
- radiodbiornik na baterie,

latarka,
taśma klejąca,
telefon komórkowy z ładowarką,
pieniądze,
ubrania,
pościel,
narzędzia,
przybory i artykuły do higieny,
dodatkowe środki,
ważne dokumenty.

Trzymaj je w domu tam, gdzie Ci będą najbardziej potrzebne, w jednym łatwym do niesienia pojemniku takim jak: kosz na śmieci, plastikowy pojemnik magazynowy, plecak lub worek. Przechowuj je w dogodnym miejscu, a w swoim samochodzie trzymaj ich pomniejszoną wersję. Zawartość przechowuj w nieprzepuszczających powietrza torebkach. Pamiętaj o wymianie przechowywanej wody i artykułów żywnościowych (daty umieszczaj na pojemnikach). Sprawdź zgromadzone środki i ponownie przeanalizuj swoje potrzeby. Skonsultuj się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu lub aptekarzem odnośnie przechowywanych lekarstw i zaktualizuj listę potrzebnych leków.

Woda. Najlepiej mineralna butelkowana w ilości 3 do 4 litrów na osobę dziennie. Nie zapominajmy o zwierzętach – jeżeli je mamy, im również będzie się chciało pić. Wodę należy przechowywać w chłodnym ciemnym miejscu z naklejoną etykietką z datą.

Żywność. Przechowuj 3 – 5 dniowy zapas nie psującej się łatwo żywności dla każdej z osób. Jedzenie nie powinno wymagać przechowywania w lodówce, przyrządzenia lub gotowania, nie powinno też wymagać w ogóle – lub jedynie małą ilość – wody. Przykłady: łatwe do spożycia konserwy mięsne, puszkowane owoce i warzywa, soki, mleko i zupy w puszkach lub kartonach, przyprawy takie, jak: cukier, sól i pieprz, wysokoenergetyczne pożywienie jak masło, galaretki niskosolone krakersy, wysokokaloryczne batony i inne produkty zawierające duże ilości słodcy, ziarna sezamowego, rodzynek, suszonych owoców, płatków zbożowych, orzechów, miodu, witaminy, jedzenie dla dzieci i osób na specjalnej diecie, herbatniki, twarde cukierki;

kawa rozpuszczalna i słodzone płatki zbożowe. Produkty takie, jak: kasza, ryż i makaron, mleko w proszku, kukurydza, ziarna soi, zgromadzone w większych ilościach, mogą być przechowywane dłużej.

Apteczka. W zestawie na wypadek nagłego zdarzenia powinny się znaleźć plastry z opatrunkiem w różnych rozmiarach, jałowe gaziki, plaster hipoalergiczny, sterylne opatrunki gazowe w zwoju, podtrzymujące opaski z dzianiny o różnej szerokości, nożyczki, pinceta, igły, nasączone chusteczki higieniczne, woda utleniona, środek antyseptyczny, termometr, szpatuły, tubka wazeliny lub innego środka nawilżającego, agrafki, mydło antybakteryjne, rękawiczki gumowe, i krem z filtrem UVA/UVB. Ponadto należy tam umieścić: aspirynę, środki przeciw bólowe, leki przeciwbiegunkowe, węgiel lekarski, syrop przeciwkaszlowy, leki przeczyszczające oraz leki na nadkwaśność.

Narzędzia i zapasy. Trzymaj następujące przydatne przedmioty: radioodbiornik na baterie, latarkę, baterie różnych typów, taśmę, folię aluminiową, linę, piłę, naczynia jednorazowego użytku lub kubki papierowe, plastikowe talerze i sztućce, gotówkę, otwieracz do konserw i nóż podręczny, małą gaśnicę ABC, namiot składany, kombinerki, klucz francuski, kompas, zapalniczka lub zapalniczkę, plastikowe pudła, papier i ołówek lub długopis, igły i nici, zakraplacz, gwizdek. Spośród środków sanitarnych: paczkowany papier toaletowy, mydło i detergent w płynie, podpaski i wkładki higieniczne dla kobiet, plastikowe worki na śmieci, plastikowe wiadro z pokrywą, środek dezynfekujący i wybielacz chlorowy.

Ubranie i pościel. Dla każdej z osób przygotuj jeden lub dwa komplety ubrań na zmianę, mocne buty, ewentualnie obuwie robocze, odzież przeciwdeszczową, koce lub śpiwór, czapkę i rękawiczki, ocieplaną bieliznę i okulary przeciwsłoneczne.

Dodatkowe środki.

Dla dzieci: preparaty mlekozastępcze, pieluszki, butelki, mleko w proszku, lekarstwa, zabawki.

Dla dorosłych: lekarstwa bez recepty i na receptę, protezy zębowe, okulary lub soczewki kontaktowe oraz preparaty do ich pielęgnacji, środki higieny osobistej.

Ważne dokumenty rodzinne: polisy ubezpieczeniowe, numery rachunków bankowych, adresy i telefony kontaktowe, akty notarialne, dokumenty potwierdzające tożsamość, papiery wartościowe – akcje i obligacje, książeczki szczepień, ważne numery

telefonów, numery kart kredytowych, legitymacje ubezpieczeniowe oraz dokumenty rodzinne, testamenty; wszystko w opakowaniu zabezpieczającym przed wilgocią.