

PRZYGOTUJ SWÓJ DOM NA 72 GODZINY PRZETRWANIA!



Najważniejsze elementy zestawu przetrwania w domu:

- Długoterminowa żywność na minimum 3 dni
- 12 l wody na osobę
- Radio na baterię
- Ciepłe ubranie
- Latarka
- Świece
- Kuchenka turystyczna
- Zapas paliwa
- Zapałki
- Plecak ewakuacyjny
- Środki do dezynfekcji
- Gotówka
- Leki i suplementy
- Powerbank
- Notes z najważniejszymi numerami telefonów
- Gry planszowe, karty

PRZYGOTUJ SWÓJ PLECAK EWAKUACYJNY!



odznacz wszystko to, co już masz!

- | | |
|--|---|
| ☐ radio na baterie + baterie | ☐ śpiwór |
| ☐ latarka + baterie | ☐ worki na śmieci |
| ☐ dokumenty osobiste
dowód osobisty, akt własności
mieszkania, wypisy księgi wieczystej,
podstawowe informacje medyczne,
dowód ubezpieczenia, akty
urodzenia, ślubu, zaświadczenia
o rentach i emeryturach | ☐ apteczka
leki indywidualne, paracetamol,
ibuprofen, środki przeciw bieguncce,
nudnościom, wymiotom, elektrolity,
termometr, pęseta, opatrunki, gazy,
folia termiczna, plastry, bandaże,
plastry chemiczne |
| ☐ pendrive ze skanem
dokumentów osobistych | ☐ ubranie na zmianę |
| ☐ zapalniczka / zapalki | ☐ mydło |
| ☐ maski oddechowe / ochronne | ☐ żel do dezynfekcji |
| ☐ mapa z lokalnymi drogami | ☐ kombinerki, łom
narzędzie wielofunkcyjne |
| ☐ kompas/busola/GPS | ☐ gwizdek |
| ☐ otwieracz do puszek | ☐ gotówka
w niewielkich nominałach |
| ☐ posiłki na 2 dni | ☐ butelka filtrująca
z nowym filtrem |
| ☐ nóż, ołówek, notes | ☐ gumy, sznurki,
opaska zaciskowa |
| ☐ komplet sztućców | ☐ kurtka przeciwdeszczowa |

Jeśli masz pytania dotyczące plecaka ewakuacyjnego, lub innych tematów związanych z bezpieczeństwem, skontaktuj się z Centrum Ratownictwa Gliwice - jesteśmy do dyspozycji od poniedziałku do piątku od 7.30 do 15.30.

Telefon: 32 231 98 76, adres e-mail: crg@crg.gliwice.eu

Checklista została opracowana w oparciu o poradnik Rządowego Centrum Bezpieczeństwa "Bądź Gotowy! - poradnik na czas kryzysu i wojny". Poradnik dostępny jest na stronie internetowej RCB. Zachęcamy do zapoznania się z jego treścią.