

Контрольний список

Ваші потреби залежно від життєвої ситуації різняться. Нижче наведено загальні інструкції щодо підготовки до надзвичайних ситуацій і стихійних лих. Перевірте, що саме підходить для вашої ситуації. Також може бути корисним робити покупки разом з іншими людьми, а потім ділитися. Будь-яка підготовка буде корисною!

Їжа та напої

Питна вода:
2 літри на людину в день на:

3 дні
5 днів
7 днів
10 днів

Їжа з довгим терміном придатності для всіх людей на:

3 дні
5 днів
7 днів
10 днів

Альтернативні засоби для приготування їжі (наприклад, туристична плита або газовий гриль)

Паливо для приготування їжі (наприклад, газ)

Запас корму для домашніх тварин

Інформація/засоби зв'язку

Радіоприймач з сонячними батареями чи на батарейках, батарейки, або радіоприймач з динамо-машиною

Встановлений додаток для сповіщення (наприклад, NINA)

Заряджений повербанк

Список важливих телефонних номерів, записаний на папері

Освітлення й обігрів

Ліхтарик і запасні батарейки

Свічки та запальничка

Теплий одяг і ковдри

Спальні мішки

Засоби опалення, що не залежать від електромережі (наприклад, газові обігрівачі, газові печі, біокаміни)

Паливо для опалення

Домашня аптечка

Знеболювальні засоби

Жарознижувальні засоби

Медичний термометр

Засоби для дезінфекції ран

Пластирі та бинти

Засоби для дезінфекції шкіри

Засоби від діареї, блювоти та нудоти

Електроліти для компенсації втрати рідини

Засоби від сонячних опіків та укусів комах

Протинабряковий та охолоджувальний гель для легких спортивних травм

Краплі від закладеності носа чи назальний спрей

Перев'язувальний матеріал для опіків

Мазь від опіків, для загоєння ран, лікувальна мазь

Особисті ліки

Тривожна валіза

Теплий одяг, засоби захисту від дощу та міцне взуття

Запасний комплект одягу

Засоби для надання першої медичної допомоги

Особисті ліки

Заряджений повербанк

Предмети гігієни

Харчові продукти з довгим терміном придатності та багаторазова пляшка для води

Папка з важливими документами

Спальний мішок або ковдра

Посуд

Кишеньковий ніж і консервний ніж

Ліхтарик

Радіо на батарейках, на сонячних батареях або з динамо-машиною

Запальничка чи сірники

Сонцезахисний крем і головний убір

Блокнот і ручка

Робочі рукавиці

Запасні допоміжні засоби, наприклад, окуляри чи слухові апарати

Готівка

Протипожежний захист

Датчик диму

Вогнегасник/аерозольний вогнегасник

Детектор чадного газу

Засоби гігієни

Зубна паста, зубні щітки

Мило

Предмети особистої гігієни (наприклад, гігієнічні прокладки, підгузки)

Пакети для сміття, зокрема великі та міцні для підвішування в туалеті

Туалетний папір

Засоби дезінфекції

Мийні засоби

Вологі серветки

Паперові рушники

Господарські рукавички

Кемпінговий туалет

Різне

Резервуар для питної води, для гасіння пожежі чи для технічної води

Респіраторна маска для захисту від вірусів, бактерій і небезпечних речовин у повітрі (FFP2)

Захисний шолом, для захисту від розлітання уламків

Готівка (на додаток до готівки в тривожній валізі)

Додаткові речі на ваш розсуд

Додаткові речі на ваш розсуд



Федеральне відомство з питань цивільного захисту та допомоги в разі стихійних лих (Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe, BBK) — ваш надійний партнер у питаннях самозахисту та готовності до надзвичайних ситуацій. Додаткову інформацію можна знайти на нашому сайті:

www.bbk.bund.de/vorsorge



Федеральне відомство
з питань цивільного захисту
та допомоги в разі стихійних лих