




## Да ли сте спремни?

### Шта треба имати у случају катастрофе

Опасност се може догодити било кад и било где. Евакуација може бити тренутна а повратак дому се може пролонгирати недељама ако не и дуже. Упркос чињеници да су спасилачке екипе на терену, могућност да вас пронађу у првих неколико сати, па чак и неколико дана може бити врло мала. То је свакако разлог зашто је важно бити спреман и поседовати Прву помоћ за случај катастрофе у вашем дому и аутомобилу. У наставку се налази листа препоручених ствари за ванредне ситуације, коју свакако можете проширити према сопственом нахођењу.

 (иконица за аутомобил) Ова икона представља Прву помоћ за случај ванредне ситуације за аутомобил. У зимским околностима, постарајте се да у исти уврстите и пешкир, топлу одећу и со у камену.

## **ВОДА**

- 3 до 5 литара воде по особи за један дан (за пиће, припремање хране и хигијену) 🚰
- тродневна залиха воде по глави домаћинства 🚰
- пречишћивачи воде и филтери (доступни у продавницама опреме за камповање) 🚰

## **ХРАНА**

Припремите тродневну залиху нектварљиве хране за сваког члана домаћинства. Одаберите намирнице које не захтевају хлађење и дугу припрему. Одаберите храну која је компактна и лака. Будите сигурни да ускладиштену храну мењате на сваких 6 месеци, како се не би догодило да складиштите храну којој је истекао рок.

- Готова јела од меса у конзерви
- Сокови, конзервирани или у праху
- Супе у коцки
- Димљено или суво месо, као што је печеница 🚰
- Млеко у праху
- Високо-енергетска храна као што су бонжите и слични протеински кексови 🚰

## **ПАКОВАЊЕ ЗА МЕДИЦИНСКУ ПОМОЋ 🚰**

Центар за промоцију науке и НАСА вам препоручују да, уколико је то могуће, набавите два комплета паковања за медицинску помоћ: један за дом и други за аутомобил (уколико га имате).

- Стерилни завој
- 5 до 10цм стерилне газе у неколико величина (8 до 12 комада)
- антиалергијску лепљиву траку
- троугласте завоје (3 комада)
- 2 до 3 ролнице стерилног завоја
- маказице
- иглу
- комад сапуна
- влажне марамице (8 до 10 паковања)
- антисептички спреј
- неломљиви термометар
- дрвени штапић за наношење
- неколико величина зихернадли
- рукавице од латекса

## Лекови без рецепта

- аспирин или неки други лек против болова
- таблете против дијареје
- таблета против бола у желуцу
- витамине
- лаксативе
- капи за очи
- бочица алкохола
- антисептик или хидроген пероксид

## АЛАТИ И ПОТРЕПШТИНЕ

- пластичне чаше, тањери и пластични прибор
- план евакуације своје породице
- радио на батерије и додатне батерије 🚫
- батеријска лампа и додатне батерије 🚫
- новац у кешу и ситан новац
- сет алата 🚫
- отварач за лименке 🚫
- мапе пута/атласи 🚫
- пуњачи за једнократну употребу (за телефон, и остале геџите) 🚫
- противпожарни апарат 🚫
- клешта 🚫
- селотејп трака 🚫
- шибице у водоотпорној амбалажи 🚫
- алу-фолија
- бакља 🚫
- папир и оловка 🚫
- прибор за шивење
- медицинска капаљка 🚫
- пиштаљка 🚫
- пластична фолија (или кесе) 🚫
- маска за дисање и радне рукавице

## САНИТАРИЈЕ И ХИГИЈЕНА

- тоалет папир 🚫
- сапун и течни детерџент
- лични прибор за хигијену 🚫
- женски прибор
- мала лопата за откопавање нужника
- пластичне кесе за ђубре 🚫
- средство за дезинфекцију
- хлор за избељивање

## ОДЕЋА И ПОСТЕЉИНА

- припремите најмање једну пресвлаку гардеробе и обуће по члану домаћинства
- непромочив пар обуће 🗑️
- ћебе или врећа за спавање 🗑️
- капа и рукавице
- наочари за сунце 🗑️

## ПОСЕБНЕ ПОТРЕПШТИНЕ

### За бебе 🗑️

- формула
- пелене
- флашице
- млеко у праху
- лекови
- додатно ћебенце

### за одрасле 🗑️

- преписане лекове (инсулин, таблете за крвни притисак и тсл.)
- зубна протерза
- сочива
- додатне наочари за вид
- додатне батерије за апарат за уши
- остала дуготрајна медицинска опрема

### за кућне љубумце

- храна 🗑️
- вода 🗑️
- кавез/корпа
- лекови 🗑️
- поводац 🗑️
- потврду о вакцинацији 🗑️

## РАЗНО

### Забава

- игре за децу
- књиге за одрасле

### Битна документа

Лична и остала битна документација би требало да се одложи у непромочиву кесу или фолдер.

- Здравствено осигурање, уговори, тапије, обвезнице, акције
- Пасош, лична карта, возачка дозвола

- [ ] бројеви банковних рачуна
- [ ] породична документа (изводи из матичне књиге рођених, венчаних и битни телефони)

**НАПОМЕНА:**

Своју Прву помоћ за случај катастрофе, чувајте у лако преносивом паковању као што је пластична канта/контејнер. Мању верзију овог паковања чувајте у гепеку свог аутомобила у ситуацији евакуације.

**СРЕЋНО!**