

كن جاهزاً

أحضّر نفسك



قائمة مراجعة الإستعداد للطوارئ

عشر مواد أساسية لمجموعة الطوارئ



(١) ماء



من ثلاثة أيام إلى اسبوع
الاستعمال – غالون واحد في اليوم
لكل شخص وكل وحيوان أليف
تذكر حيوانك الأليف!

(٦) مواد إسعافات أولية



واليدوية

(٧) أدوية ضرورية



أدوية لا تحتاج لوصفة
طبية، ولوازم طبية
(مثل: الحقن،
الخ...)

(٢) طعام



أطعمة غير معرضة للتلف
تكفي لمدة ثلاثة أيام إلى
اسبوع، وفتاحة طب يدوية
تذكر حيوانك الأليف!

(٨) راديو على البطارية



وبطاريات إضافية

(٣) أموال نقدية وثائق هامة



(أوراق قانونية، أوراق التأمين،
بطاقات طبية، وثائق ولادة، الخ...)

(٩) محارم و فوط ومواد تنظيف



(حفاضات للأطفال، محارم صحية،
أكياس للتنظيفات، محارم
للمرحاض ومناشف
من ورق)

(٤) ملابس



أحذية مريحة، ملابس مريحة لكل
فرد من العائلة وبطاريات إضافية

(١٠) أدوات ضرورية (مفتاح إنكليزي الخ)



لمستلزمات طبية،
(مثل الأوكسجين في
خزان، طفاية حريق،
أداة للتجليس أو
اللوي Wrench
، قفازات قوية، وصفارة

(٥) مصباح بطارية (بيل)



وبطاريات إضافية

866-999-LABT (5228)

www.labt.org



This project was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

ARABIC