

其它重要貼士

- 用季節變化來提醒自己按照天氣更新應急包、檢查食品和藥物的過期日期。
- 春天時在應急包裡加入防蟲噴霧和防曬霜；秋天時加入暖和的衣服、手套和帽子。
- 確保水是新鮮的、衣物依然合身、文件是最新的、電池有電。
- 將物品分類存放於可密封的透明塑料袋里以便整理、並保護包裡的內容不接觸任何洩露。
- 逐漸增加應急包裡的東西，利用您已有的物品，以減輕時間上和經濟上的負擔。

知道何時去留

根據具體情況，您可能會被當局指示就地避難或撤離。

- 如果當局指示您就地避難，請服從指揮並收聽您的新聞來源以獲取最新資訊。此種情況可持續數小時或數日。如有可能，盡量在身邊備有至少可維持14天的供給。
- 如果發出了撤離命令，您必須立即離開。除非當局有理由相信您處於危險中，否則不會命令您撤離。

做好準備。掌握資訊。

請聯繫您當地的應急管理辦公室或訪問 alberta.ca/GetSupplies，以了解您所在社區的風險。

從應用商店（App store）下載艾伯塔緊急警報應用程序（Alberta Emergency Alert App），獲得官方的災害警告和更新。

欲獲取更多資訊

查看我們關於以下內容的其他物品清單：

- 車輛應急包
- 寵物應急包

您可從 alberta.ca 找到更多關於應急準備的資訊，或聯繫您社區的應急管理辦公室總監獲取相關資訊。

做好準備

應急包物品清單



您能在緊急情況下做好準備嗎？

當危險情況發生時，迅速行動至關重要。有一個應急包有助於減少在緊急情況下做出重要決定的壓力。

創建一個應急包作為應急準備。選擇儲物箱、背包或帶輪子的行李箱，在裡面裝入可維持幾天的供給，存放於可以迅速、方便取出的地方。

應準備的東西：

食物和水

- 水（每人每天4升）
- 高蛋白含量的不易腐壞的食品
- 混合堅果/水果乾
- 餅乾和麥片
- 肉、魚和豆類罐頭
- 罐裝/盒裝果汁

衣服和床上用品

- 應季的（幾套）替換衣服
- 額外的內衣和襪子
- 雨衣、雨披、大衣
- 備用鞋子
- 睡袋、毯子或應急加熱毯

照明和燃料

- 用電池的或手搖式手電筒/燈
- 蠟燭和燭台
- 打火機
- 防水火柴

設備

- 手動罐頭開啟器
- 盤子和餐具
- 用電池的或手搖式收音機
- 額外的電池
- 紙和筆
- 小刀
- 膠帶
- 哨子
- 手機
- 額外的充電線和電池
- 多用軍刀和工作手套

個人供給和藥物

- 急救包
- 個人衛生用品
- 面巾紙、衛生紙和紙巾
- 開架藥物和處方藥
- 處方籤的拷貝
- 備用眼鏡
- 寵物的糧和供給（包括玩具）
- 液體洗衣液和肥皂
- 保鮮膜、錫紙和可重複密封的袋子
- 垃圾袋和回收袋
- 手部消毒液和濕巾
- 一次性防塵和非醫用型口罩
- 防曬霜和防蟲噴霧

文件和證件

- 個人身份證件
- 出生紙、結婚證、遺囑、護照、公民紙等的拷貝
- 保險單
- 現金（小額紙幣和零錢）
- 信用卡資訊
- 您的應急計劃的拷貝

- 聯繫人清單
- 若時間允許，個人物品（照片、電腦、硬盤、傳家寶等）

消遣和安撫物品

- 小玩具和毛絨玩具
- 棋牌遊戲
- 讀物
- 活動書和填字遊戲
- 填色書和彩筆
- 電子設備的充電線
- 記事本和筆
- 家庭照片

準備應急包的時候，考慮其他的需要，比如：

- 孕期或哺乳期
- 嬰兒和幼童
- 行動障礙
- 文化、宗教、精神需要
- 嚴重過敏或飲食限制
- 慢性病和帶後備電源的醫療設備（從您的醫護人員處獲取建議）

準備一個迷你應急包

充分的準備可以避免意外情況時的不便。每天隨身攜帶一個小型的應急包，可以助您為多種狀況做好準備。應考慮的物品包括：

- 一小筆現金
- 手部消毒液和額外的非醫用型口罩
- 公車票
- 手機充電器
- 成包的濕巾/面巾紙
- 止痛藥和備用藥品

