



預備一個應急包

1 飲用水

- 每人每日一加侖，最少足以應付七天的飲用和衛生用途



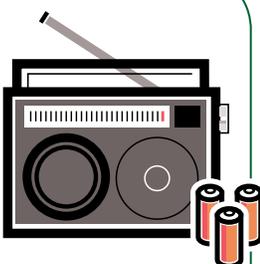
2 食物

- 每人有七天的食物，請備不易腐壞的食物
- 嬰兒奶粉
- 罐頭刀



3 收音機

- 用電池或手動式的收音機及專用天氣報告收音機，兩者要有音響警告和備用電池



4 藥物

- 處方藥和眼鏡



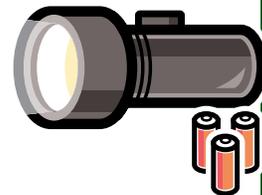
5 衣物

- 全套的替換衣物，包括長袖衫、長褲、結實的鞋
- 每人一個睡袋或溫暖的被



6 手電筒

- 手電筒和備用電池
- 求救用的哨子
- 手提電話和充電器、轉換器或太陽能充電器



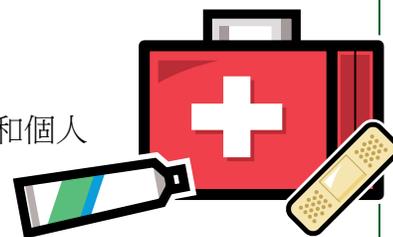
7 衛生用品

- 女性及個人衛生用品
- 尿布



8 急救箱

- 急救箱
- 濕紙巾、垃圾袋和個人衛生用的塑膠帶



9 現金

- 現金、旅行支票、零錢



10 寵物食糧

- 寵物食糧及額外飲用水

