

BUMUO O BUMILI NG ISANG KIT



Ang pagkuha o paggawa ng isang kit na pang-emerhensiya ay isang napakahalagang hakbang sa pagtitiyak na handa ka para sa mga emerhensiya. Ikaw ay dapat na mayroong isang kit ng paghahanda para sa emerhensiya sa iyong tahanan na may sapat na mga supply upang matugunan ang mga pangangailangan ng iyong buong sambahayan nang hindi bababa sa 3 araw.

Ang ilang mga sakuna, tulad ng mga baha, malaking sunog at matagal na pagkawala ng kuryente, ay maaaring lumikha ng mga hindi ligtas na kondisyon. Kung ang iyong kaligtasan ay nasa peligro, maaaring hilingin sa iyo ng mga opisyal ng komunidad na manatili sa bahay, o lumikas sa isang mas ligtas na lugar. Kung hilingin na lumikas, maaaring may ilang minuto ka lang para makuha ang kailangan mo at umalis. Ang pagkakaroon ng kit na pang-emerhensiya na maaari mong gamitin sa bahay o kunin at dalhin ay makakatulong sa iyong maging handa at mabilis na makarating sa punto ng ebakwasyon, kung kinakailangan.

Ang paggawa ng isang kit ay maaaring mukhang mahal, ngunit hindi kailangan na maging gayon, at sulit ang pagsisikap! Sa pamamagitan ng paglalaan ng oras ngayon upang mag-imbak ng pagkain, tubig at mga supply, maaari kang makapaglaan para sa iyong sarili at sa iyong pamilya sa isang emerhensiya.

NARITO ANG ILANG MGA TIP PARA MAKAPAGSIMULA KA:

- Bago ka bumili ng anuman, tingnan kung ano na ang mayroon ka sa iyong tahanan. Maaaring mayroon ka nang ilang mga supply ng pangunang lunas at hindi nabubulok na mga pagkain, na makakatipid sa iyo ng oras at pera.
- Magsimula muna sa mga mahahalagang aytem na nakalista sa ibaba, pagkatapos ay magdagdag ng mga karagdagang bagay kapag magagawa mo.
- Magtabi ng listahan ng mga aytem na kailangan mo para sa iyong kit, sa iyong telepono, bag o pitaka. Kapag nasa labas ka na gumagawa ng regular na pamimili, suriin ang iyong listahan at bumili ng mga aytem kapag ang mga ito ay ibinebenta.

- Bumili ng ilang mga aytem mula sa iyong listahan bawat linggo o buwan upang makatulong na maikalat ang gastos.
- Tanungin ang iyong pamilya at mga kaibigan kung mayroon silang anumang mga ekstrang aytem na handa nilang ibigay sa iyo na nasa iyong listahan. Baka gusto mong pag-isipang tingnan ang mga benta sa garahe o makipag-ugnayan din sa social media.
- Kapag bumibili ka ng pagkain para sa iyong kit, isaalang-alang ang mga puntong ito:
 - Bumili ng mga aytem na may mahabang buhay sa istante. Suriin ang pinakamahusay na bago ang mga petsa sa mga lata, kahon at supot at hanapin ang mga bagay na hindi mabilis na mawawalan ng bisa.
 - Siguraduhin na ang mas malalaking pagkain na bibilhin mo ay hindi kailangang ilagay sa reprimerytor pagkatapos mabuksan. Sa panahon ng sakuna, maaaring mawalan ng kuryente nang mga ilang oras o kahit mga araw, ibig sabihin, kailangang itapon ang mga natira.
 - Regular na suriin ang pinakamahusay na bago at mga petsa ng paglipas ng pagkain sa iyong kit. Kapag malapit na ang petsa, alisin ito sa kit at palitan ito ng bagong aytem. Maaari mong kainin ang mga aytem na malapit nang lumipas para hindi sila maitapon.

Ang paggawa ng maliliit na hakbang tungo sa pagiging handa ay magkakaroon ng malaking pagbabago sa panahon ng sakuna o emerhensiya. Magiging sulit ang oras at perang ginugol dito.

GUMAWA NG ISANG KIT

MGA MAHAHALAGANG AYTEM

Tubig para inumin – hindi bababa sa 1L bawat tao bawat araw (2L kung kasama ang mga alagang hayop) nang hindi bababa sa 3 araw.

Tubig para sa paglilinis at kalinisan: 2L bawat tao/bawat araw

Hindi nabubulok na pagkain para sa bawat tao sa loob ng hindi bababa sa isang araw, tulad ng:

- Handa nang kainin na de-latang pagkain (mga karne, mga prutas, mga gulay)
- Bar ng protina, granola o pruta
- Tuyong siryal o granola
- Trail mix
- Peanut butter
- Pinatuyong prutas
- Tapang karne
- Oatmeal
- Sarsa ng mansanas (Apple sauce)
- Mga de-latang dyus
- Hindi masisira na isterilisadong gatas
- Pagkain para sa mga sanggol

TIP

Kahit na ang mga hindi nasisirang pagkain ay may mga petsa ng pag-expire. Suriin ang iyong kit bawat taon at palitan ang pagkain kung kinakailangan.

Manwal na abrelata (kung isasama mo ang mga de-latang aytem ng pagkain) at mga kagamitan

Mga bagay na hindi maaaring wala ka, tulad ng mga gamot (na may mga kopya ng iyong mga reseta), mga karagdagang salamin sa mata o kontak, mga supply ng sanggol (lampin, pormula, pagkain, mga laruan), hearing aid, pustiso, mga supply ng diyabetes, andador, mga pagkain ng alagang hayop at mga gamot, atbp., na tumagal ng hindi bababa sa 3 araw.

Mga mahalagang dokumento – isaalang-alang ang pagsasama ng mga kopya ng:

- Mga sertipiko ng kapanganakan at kasal
- Mga pasaporte, kard ng permanenteng residente, mga kard ng estado,
- o anumang gayong mga mahalagang dokumento
- Mga kard ng kalusugan (health card)
- Mga lisensiya
- Mga testamento
- Mga kasulatan ng lupa
- Seguro

TIP

Bilang karagdagan sa pagkakaroon ng papel na mga kopya ng mga mahalagang dokumento sa isang ligtas na lokasyon (isaalang-alang ang isang ligtas na lokasyon maliban sa iyong tahanan), maaari mo ring isaalang-alang ang pagtatabi ng mga elektronikong kopya o mga larawan ng mga mahalagang dokumento sa isang ligtas na lokasyon (tulad ng isang naka-encrypt na USB, o ibang ligtas na aparato) o pag-iiwan sa isang pinagkakatiwalaang kontak.

Kopya ng iyong planong pang-emerhensiya (tingnan ang [redcross.ca/ready](https://www.redcross.ca/ready) para sa higit pang impormasyon at para mag-download ng template)

Pihitan o flashlight na pinagagana ng baterya, na may mga dagdag na baterya

Pihitan o radyong pinagagana ng baterya, na may mga dagdag na baterya

Mga karagdagang susi para sa iyong bahay at kotse

Kit ng pangunang lunas (First aid kit)

Dagdag na pera sa maliliit na perang papel at barya

Mga gamit sa personal na kalinisan

Karagdagang charger ng cell phone o battery pack

Mga supply para sa iyong alagang hayop, kabilang ang:

Pagkain

Gamot

Mga talaan ng pagbabakuna

Papel at mga panulat

Pito

MGA KARAGDAGANG AYTEM NA DAPAT ISAALANG-ALANG

Mga tradisyunal na gamot at/o madaling mabitbit na mga bagay na pang-seremonya na ginagamit mo o gustong dalhin sa iyo

Mga tradisyonal na pagkain na maaaring mahirap hanapin sa mga tindahan

Pampalit na damit at kasuotan sa paa para sa bawat tao sa iyong sambahayan

Plastik na sheeting

Mga gunting at kutsilyo na kasya sa bulsa (hindi kung lumikas sa pamamagitan ng himpapawid o papunta sa isang sentro/silungan)

Pangdisimpekta ng kamay

Mga supot ng basura at taling napipilipit

Tisyu para sa palikuran (toilet paper)

Maramihang kagamitan o pangunahing mga kasangkapan (ibig sabihin, martilyo, lyabe, distilyador, atbp.)

Duct tape

Pantulog na bag (sleeping) o mainit na kumot para sa bawat miyembro ng iyong sambahayan

Mga laruan, laro, aklat, deck ng mga baraha

Mga papel na mapa

BUMILI NG ISANG KIT

Mas gugustuhin mo bang bumili ng kit kaysa gumawa ng sarili mong kit? Maaari kang bumili ng mga kit na pang-emerhensiya ng Red Cross sa <https://products.redcross.ca>. Available ang mga kit sa iba't ibang laki batay sa bilang ng mga tao sa iyong tahanan. Kapag natanggap mo na ang iyong kit, siguraduhing magdagdag ng anumang mga aytem sa listahan sa itaas na hindi kasama sa kit na binili mo, kabilang ang tubig at hindi nabubulok na pagkain.

MAG-IMPAKE NG IYONG KIT

Inirerekomenda namin ang pag-imbak ng mga aytem na ito nang sama-sama sa isang matibay at madaling dalhin na bag, tulad ng isang backpack, na madaling magamit at dalhin sa iyo sa isang emerhensiya.

IIMBAK ANG IYONG KIT

Kapag napagsama-sama mo na ang iyong kit, itabi ito sa isang malinis at tuyo na lugar na madaling magamit kung sakaling kailanganin mong umalis nang mabilis sa iyong tahanan. Tiyaking alam ng lahat sa iyong pamilya kung nasaan ito.

Suriin ang iyong kit bawat taon upang matiyak na handa ito kung sakaling kailanganin mo ito.

➤ **Siguraduhing ibigay muli ang iyong kit pagkatapos mong gamitin ito.**

Tingnan ang [redcross.ca/ready](https://www.redcross.ca/ready) para sa higit pang mga tip sa pagiging handa.

PAGTATANGGI: Ang impormasyong magagamit sa dokumentong ito ay para sa mga layuning pang-impormasyon lamang at hindi dapat asahan bilang propesyonal na payo. Sa pamamagitan ng pag-akses sa impormasyon sa dokumentong ito, sumasang-ayon ka na ang Canadian Red Cross at ang mga ahente nito ay hindi mananagot para sa anumang pinsala, pagkawala, paghahabol o mga pinsala ng anumang uri na nagmumula sa impormasyong ito, o anumang iba pang paghahabol na direkta o hindi direktang nauugnay sa paggamit ng impormasyong ito.

