

# EKSTREMALIOS SITUACIJOS ATMINTINĖ

Pasiruošk ekstremalioms situacijoms šiandien, kad tu ir tavo artimieji būtų saugūs rytoj.

Visą būtiniausių informaciją rasi šioje atmintinėje.



## DOKUMENTAI

Pasiruošk ir pasitikrink dokumentus, sudėk juos visus į vieną vietą. Rekomenduojama turėti skaitmeninę ir popierinę dokumentų versijas.

### Būtiniausių dokumentų sąrašas:

- Asmens tapatybę patvirtinantys dokumentai.
- Gimimo ir santuokos liudijimai.
- Vairuotojo pažymėjimas.
- Turto nuosavybės dokumentai.



## MAISTAS

Pasirūpink maisto atsargomis jau dabar ir laikyk jas namie, vienoje, sausoje ir tamsioje vietoje:

**Mėsos konservai.**



**Daržovių konservai**  
(ankštinės daržovės – itin vertingas pasirinkimas).

**Birios kruopos.**  
(rekomenduojama greitai paruošiamos).



**Aliejus.**

**Cukrus, druska prieskoniai**  
(žolelių mišiniai, ryškių skoninių savybių prieskoniai).



**Druska.**

**Medus.**



**Arbata.**

**Vanduo.** Vienam asmeniui 72 val. – 12 l vandens. Išpilstyk vandenį į mažos talpos buteliukus – taip vanduo ilgiau išliks švarus.



Nepamiršk ir mėgstamų maisto produktų (šokolado, saldainių), jų vartojimas padės jaustis geriau.



## IŠVYKIMO KREPŠYS

Būtinausių daiktų kuprinė turėtų būti užpildyta šiais daiktais:

- Svarbūs dokumentai.
- Artimųjų nuotraukos.
- Žibintuvėlis su papildomais elementais.
- Mobilusis telefonas.
- Nešiojami kompiuterių ir telefonų įkrovikliai (*PowerBank*).
- Mechaninis konservų atidarytuvas.
- Maisto davinyš 72 val.
- Šeimos nariams būtini medikamentai.
- Akiniai ar kiti regai bei klausai reikalingi daiktai.
- Kaukė ar respiratorius.
- Maistas kūdikiams, sauskelnės, drėgnos servetėlės.
- Žaislai ir (ar) knygos vaikams.
- Pieštukas ir popierius.
- Drabužiai persirengti** (termo rūbai, patogūs batai, neperšlampama ir nuo vėjo apsauganti striukė, megztiniai, šiltos kelnės).
- Šilta antklodė ir (ar) kompaktiškas miegmaišis.
- Tualetiniai reikmenys – rankšluostis, muilas, dantų šepetėlis, tualetinis popierius ir kt.
- Degtukai, sudėti į vandeniui atsparią dėžutę.
- Grynieji pinigai ir juvelyriniai dirbiniai (išskirstyk ir saugiai juos paslėpk tarp kitų daiktų).
- Cigaretės (kritiniu atveju jos naudojamos kaip mainų objektas).



## EVAKUACIJA IŠ NAMŲ

Evakuodamasis iš namų nepamiršk:

- Išjungti elektros.
- Užsukti vandens ir dujų sklendžių.
- Uždaryti visus langus.
- Jei turi, kartu su savimi pasiimti naminius gyvūnus!
- Apie evakuaciją pranešti artimiesiems.

