

Dezastrele naturale vin pe nepoftite.  
Nu lăsa norocul să îți decidă viitorul.



**Pregătit  
pentru orice!**

# 5 pași pentru a fi mai pregătit în fața dezastrelor naturale:

## 1 Fă-ți un plan și o echipă

Primul pas pentru a fi mai pregătit pentru situații neprevăzute este să discuți despre ele. Chiar dacă este un subiect neplăcut, încearcă să deschizi discuția cu familia sau cu prietenii tăi: ce ați putea face chiar astăzi ca să vă pregătiți dacă o inundație, un cutremur, o furtună, un incendiu sau o înzăpezire v-ar afecta mâine și pe voi? Cum v-ați hrăni, cum ați comunica, cum v-ați orienta? Împreună deveniți o echipă: aveți un plan și știți ce aveți de făcut!



## 2 Pregătește o trusă de dezastre

Ajută-ți familia să își pregătească o trusă cu provizii suficiente timp de minim 3 zile pentru toți membrii familiei, inclusiv animalele de companie. Adună-le și păstrează-le într-un loc sigur, uscat și ușor accesibil. Lista o găsești în coloana din dreapta; bifează fiecare lucru pe care îl adaugi la trusă!



## 3 Repetă

Simulează o situație de dezastru împreună cu echipa ta. În situații de criză, fiecare minut contează. Repetând, înveți să reacționezi mai repede și mai bine la o anumită situație. Pare un joc, însă poate salva vieți! Nu uitați să discutați în echipă, la final, despre ce a funcționat și ce se poate îmbunătăți.



## 4 Ajută-i și pe cei din jur să fie mai pregătiți în fața neprevăzutului

Provocare: fiecare din echipa ta să ajute alte 3 persoane să își pregătească o trusă de dezastre acasă. Nu uita că cei vulnerabili – bolnavi sau bătrâni - au cea mai mare nevoie de ajutor! Puteți de asemenea invita la școală sau în comunitate specialiști care să vă vorbească despre pregătirea pentru dezastre sau puteți participa la cursuri de prim ajutor.



## 5 Bucură-te că ești pregătit pentru...aproape orice!

Pentru că ești mai pregătit, ești unul dintre cei care îi va putea ajuta și pe cei din jurul său, la nevoie. Acum și tu ai puterea de a salva vieți - viața ta și a celor din jur!



# Trusa cu provizii pentru cel puțin 3 zile, pentru toată familia:

-  apă potabilă
-  mâncare uscată sau la conservă
-  trusă de prim ajutor
-  haine de schimb
-  pături sau saci de dormit
-  chibrituri
-  lanternă și baterii
-  telefon mobil
-  fluier (pentru a solicita ajutor)
-  aparat radio (pentru a recepționa știri vitale)
-  hărți (pentru orientare mai ușoară)
-  listă cu numere de telefon
-  copii după actele importante

PROIECTUL

# PIESA DE REZISTENȚĂ

De la spectator la actor!

Împreună cu un grup de voluntari din București,  
am dus în câteva județe din țară o piesă de teatru interactivă  
despre...situațiile neprevăzute din viață.



Vintileasca, jud. Vrancea

Berca, jud. Buzău



Comănești, jud. Bacău

Agăș, jud. Bacău



**Scopul nostru?**  
Să arătăm oamenilor rolul pe care  
fiecare îl poate juca în pregătirea pentru dezastre  
și salvarea de vieți.



Trust for Civil Society  
in Central & Eastern Europe

