



İlk Yardım Çantası Kontrol Listesi

Bu kontrol listesi, deprem ve diğer afetlerde hayat kurtaracak ilk yardım çantanızı hazırlarken kullanabilirsiniz. Her maddeyi kontrol edin ve işaretleyin.

1. Su ve Gıda

- Su (kişi başı 4 litre/gün)
- Uzun ömürlü konserve gıdalar
- Kuru meyve ve kuruyemiş
- Çikolata ve enerji barları
- Bebek maması (varsa)
- Özel diyet gıdalar (gerekirse)

2. İlk Yardım Malzemeleri

- İlk yardım kitleri
- Reçeteli ilaçlar (2 haftalık)
- Ağrı kesiciler ve ateş düşürücüler
- Sargı bezi ve yapışkanlı bant
- Antiseptik solüsyonlar
- Eldiven ve maske

3. Araç ve Ekipmanlar

- Pil el feneri ve yedek piller
- Portatif radyo
- Çok amaçlı İsviçre çakısı
- İp ve bant
- Yangın söndürücü
- Para ve önemli belgeler

4. Kişisel Eşyalar

- Değiştirme kıyafetleri
- Uyku tulumu veya battaniye
- Kişisel hijyen malzemeleri
- Önemli telefon numaraları listesi
- Kimlik belgeleri kopyaları

Önemli Notlar

- Çantanızı kolay erişilebilir bir yerde saklayın
- Malzemeleri düzenli olarak kontrol edin
- Son kullanma tarihlerini takip edin
- Aile bireylerinin özel ihtiyaçlarını göz önünde bulundurun
- Çantanızı mevsimsel olarak güncelleyin

Bu kontrol listesi Anlık Deprem ([anlikdeprem.com](#)) tarafından hazırlanmıştır.

Oluşturulma tarihi: 06.09.2025 17:36