

Rucsac de urgenta

Lista printabila pentru pregatirea unui rucsac de urgenta pentru 24-72 de ore, util in protectie civila, evacuare rapida si intreruperi de utilitati.

Utilitate

Checklist utilitati, documente, apa, hrana si echipamente de baza

Format

Checklist printabil si arhivabil

Branding

ARYA RO



CHECKLIST

Apa si hrana

Punct 1

Apa pentru minim 24-72 de ore, impartita in recipiente usor de transportat.

Observatii

Punct 2

Alimente neperisabile, usor de deschis si consumat fara gatire complicata.

Observatii

Punct 3

Deschizator, lingura/furculita, cana metalica sau recipient usor.

Observatii

CHECKLIST

Documente si bani

Punct 1

Copii ale actului de identitate, politei medicale, documentelor importante si numerelor utile.

Observatii

Punct 2

Lista scurta cu contacte de urgenta si punct de intalnire.

Observatii

Punct 3

Bani cash in cupiuri mici.

Observatii

CHECKLIST

Lumina, energie si informare

Punct 1

Lanterna, baterii de rezerva si/sau frontala.

Observatii

Punct 2

Power bank, cabluri si incarcator compact.

Observatii

Punct 3

Radio portabil cu baterii sau manivela, daca este disponibil.

Observatii

CHECKLIST

Protectie personala si igiena

Punct 1

Haine de schimb, pelerina, patura usoara sau folie termoizolanta.

Observatii

Punct 2

Articole de igiena, servetele umede, saci rezistenti, manusi.

Observatii

Punct 3

Medicamente personale, ochelari de rezerva si consumabile esentiale.

Observatii

CHECKLIST

Echipamente utile

Punct 1

Trusa de prim ajutor, briceag simplu, fluier, banda adeziva si carnet cu pix.

Observatii

Punct 2

Masti, manusi de lucru si obiecte de protectie simple, dupa contextul familiei sau al locului de munca.

Observatii

Punct 3

Chei de rezerva si eticheta cu date de contact.

Observatii

SURSE OFICIALE

Repere folosite pentru aceasta fisa

FiiPregatit - Rucsacul de urgenta

Reper oficial DSU / fiipregatit.ro pentru logica unui rucsac pregatit inainte de eveniment.

Accesat pentru redactare: 19 mai 2026

DSU - Ghid pentru situatii de urgenta

Material institutional cu recomandari de pregatire, kit minim si conduita in situatii de protectie civila.

Accesat pentru redactare: 19 mai 2026

DISCLAIMER