



Практическое руководство по  
подготовке к чрезвычайным ситуациям:  
Три шага на пути к безопасности

Как защитить себя и свою семью от  
последствий чрезвычайных ситуаций





Установлен ли в вашем  
доме датчик дыма?

Есть ли в вашем  
автомобиле запасное  
колесо?

Имеются ли в вашей  
домашней аптечке  
перевязочные  
материалы?

Если вы ответили «Да», значит у вас имеется  
опыт подготовки к чрезвычайной ситуации.  
Возможно, все это мелочи, но мелочи могут  
спасти жизнь.



Как правило, чрезвычайные ситуации (ЧС) возникают без предупреждения. Это может быть торнадо, пожар, наводнение или теракт. Никто не хочет думать о несчастных случаях или стихийных бедствиях. Однако те, кто подготовился заблаговременно, сумели действовать

правильно и защитить себя и членов своей семьи. Основная задача подготовки – принять как можно больше превентивных мер, прежде чем возникнет чрезвычайная ситуация. Именно поэтому мы составили для жителей штата Миссури руководство как действовать в чрезвычайных ситуациях. Поделитесь этой информацией с членами своей семьи, друзьями и соседями. Работая вместе, мы сможем организовать себя в критические моменты и спасти человеческие жизни.

В случае ЧС — сохраняйте спокойствие. Это самое важное. Постарайтесь получить как можно больше информации о сложившейся ситуации. Наиболее востребованными источниками новостей являются телевидение, радио и Интернет. Однако при некоторых чрезвычайных ситуациях может произойти отключение электричества, поэтому важно иметь под рукой радиоприемник на батарейках.

## READY IN 3: ТРИ ШАГА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

**М**естные и федеральные власти, а также руководство штата, имеют планы по защите населения от последствий ЧС. Однако, в случае возникновения непредвиденных обстоятельств, вам следует быть готовым к необходимости справиться со всем самостоятельно. Настоящее руководство поможет составить план действий для вас и вашей семьи на случай ЧС,

Дома, в школе, на работе, и даже в своем автомобиле, мы должны иметь план действий в чрезвычайных ситуациях и знать куда идти. Департамент штата Миссури по вопросам здравоохранения и помощи пожилым лицам разработал программу «Ready in 3» («Три шага на пути к безопасности»), чтобы помочь вам подготовиться к чрезвычайным ситуациям и стихийным бедствиям.

### Программа «Ready in 3» включает три шага.

- ▶ Составьте план действий для себя и своей семьи, а также для своего бизнеса, на случай ЧС.
- ▶ Подготовьте комплект спасательных принадлежностей для дома, работы и автомобиля.
- ▶ Изучите информации о том, что делать и куда обращаться в случае возникновения реальной чрезвычайной ситуации.

### READY IN 3: СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА

**С**оставьте план действий для себя и членов своей семьи на случай ЧС. При наступлении чрезвычайной ситуации члены вашей семьи не обязательно окажутся вместе. Соответственно, вам следует планировать, каким образом вы сможете связаться друг с другом, а также продумать свои действия в различных ситуациях.

Все члены семьи должны быть ознакомлены с этим планом. Желательно иметь в запасе несколько планов. Например, план действий на случай торнадо будет сильно отличаться от плана на случай террористического акта с применением ядовитых химических веществ.

Подумайте над возможностью, когда все члены семьи в случае наступления чрезвычайной ситуации могли бы позвонить или отправить сообщение по электронной почте одному и тому же другу или родственнику. Может оказаться, что в случае ЧС проще будет воспользоваться междугородной телефонной линией, чем совершить местный звонок. Так что, лучше, если контактным лицом для обеспечения связи

между оказавшимися порознь друг от друга родственниками станет человек, живущий в другом населенном пункте.

**Составьте два плана: один на случай, если вы остаетесь дома и второй — если уезжаете.**

Вы должны быть готовы к тому, чтобы оставаться на месте (например, у себя дома) или предпринять эвакуацию. Это зависит от обстоятельств и характера чрезвычайной ситуации. Местные органы власти могут предоставить соответствующие распоряжения о том, что вам следует предпринять.

В некоторых случаях, из-за отсутствия информации и ограниченной коммуникации, вам необходимо будет принять самостоятельное решение о том, как поступить в сложившихся обстоятельствах.

- ▶ Следите за телевизионными новостями и сообщениями по радио, чтобы получить как можно больше информации.
- ▶ Руководствуйтесь здравым смыслом.
- ▶ Сохраняйте спокойствие и постарайтесь успокоить других.

### Подготовьте укрытие на месте.

Заранее определите, какая из комнат в вашем доме будет являться наиболее безопасным убежищем в чрезвычайной ситуации. Комната должна располагаться во внутренней части дома. Выберите комнату, в которой имеется несколько окон и дверей. Учитывайте следующее:

- ▶ Помещение должно быть достаточно просторным для того, чтобы в нем разместились все члены семьи и домашние животные.
- ▶ Входные двери следует запереть.

При некоторых ЧС в воздухе могут находиться ядовитые вещества. В таких случаях следует как можно лучше герметизировать помещение, чтобы защитить себя от зараженного наружного воздуха. Для этого:

- ▶ Закройте все окна, воздухопроводы и заслонки дымоходов.
- ▶ Выключите системы кондиционирования воздуха, системы принудительного воздушного обогрева, вытяжные вентиляторы и машины для сушки белья.
- ▶ В случае соответствующих распоряжений, герметизируйте двери и воздухопроводы при помощи прочной полимерной пленки и липкой ленты.
- ▶ Храните в этой комнате все запасы на случай ЧС.
- ▶ Следить за телевизионными новостями и сообщениями по радио, для получения дополнительной информации.

### Выработайте порядок действий на случай эвакуации.

Возможны ситуации, при которых оставаться дома — небезопасно. Спланируйте свои действия по эвакуации и подумайте о том, где именно вы и члены вашей семьи встретитесь, куда направитесь и как туда попасть.

- ▶ Разработайте несколько разных маршрутов передвижения.
- ▶ Если вы передвигаетесь на автомобиле, закройте все окна и воздухозаборники, выключите систему кондиционирования воздуха и обогрев.
- ▶ Возьмите с собой предметы первой необходимости при ЧС.
- ▶ По возможности, возьмите с собой своих питомцев. Однако помните, что многие централизованные убежища не допускают внутрь животных. Заранее подумайте о том, как позаботиться в своих домашних животных, если вы не сможете взять их с собой.

## **READY IN 3: ПОДГОТОВЬТЕ ПРЕДМЕТЫ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ НА СЛУЧАЙ ЧС**

**В** случае ЧС у вас, в течение нескольких дней или даже недель, может отсутствовать доступ к продуктам питания и питьевой воде, а электричество будет отключено.

Постарайтесь подготовить трехдневный запас продуктов и питьевой воды на каждого члена семьи. Запаситесь водой из расчета один галлон на человека в день. Если на случай ЧС у вас выделена отдельная комната, следует сделать двухнедельный запас питьевой воды на каждого человека.

Помимо продуктов питания и воды, к предметам первой необходимости на случай ЧС также относятся нижеперечисленные предметы. Непременно включите их в свой набор для выживания. Сложите указанные предметы в контейнер, который удобно будет взять с собой в случае, если вам придется покинуть дом. Вы также можете воспользоваться большим мешком, пластиковым контейнером или мусорным баком с крышкой. Более подробный перечень предметов первой необходимости на случай ЧС приведен на последних страницах данного руководства.

### **Предметы первой необходимости:**

- ▶ Вода и консервированные или сухие продукты питания
- ▶ Радиоприемник на батарейках
- ▶ Фонарик
- ▶ Комплект дополнительных батареек для радиоприемника и фонарика
- ▶ Рецептурные медикаменты
- ▶ Набор для оказания первой помощи

### **Автомобильный набор предметов первой необходимости**

Постоянно возите в своем автомобиле компактный набор предметов первой необходимости на случай ЧС. Кроме того, необходимо иметь небольшой набор предметов личного пользования, включающий:

- ▶ Галлон воды
- ▶ Несколько банок консервов и ручной консервооткрыватель
- ▶ Спальный мешок или запасное одеяло
- ▶ Запас наличных денег
- ▶ Аптечку первой помощи



## READY IN 3: СЛЕДИТЕ ЗАИНФОРМАЦИЕЙ

**В** чрезвычайных ситуациях очень важно сохранять спокойствие. Постарайтесь получить как можно больше информации о сложившейся ситуации. Наиболее востребованными источниками новостей являются телевидение, радио и Интернет. Однако, при некоторых чрезвычайных ситуациях может произойти отключение электричества, поэтому необходимо иметь под рукой работающий от батареек радиоприемник, с комплектом запасных батареек.

У местных, окружных и органов власти штата имеются заранее разработанные планы реагирования на случай чрезвычайных ситуациях. В случае ЧС очень важно следовать их указаниям и рекомендациям. Кроме того, представители органов власти предоставят вам самую актуальную информацию о происходящем.

### ПЛАНИРОВАНИЕ НА СЛУЧАЙ ОСОБЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

#### Планирование действий в чрезвычайной ситуации, если ваш ребенок посещает школу

Во многих школах разработаны собственные планы действий в условиях чрезвычайной ситуации. В распоряжении администрации школы, которую посещает ваш ребенок, должна находиться ваша контактная информация, а также контактная информация других членов семьи. Убедитесь, что у них есть актуальные номера вашего рабочего, домашнего и мобильного телефонов. Также сообщите свой адрес электронной почты, если он у вас имеется.

Очень важно узнать у классного руководителя или директора школы, которую посещает ваш ребенок, как администрация школы собирается связываться с родителями учеников в случае чрезвычайной ситуации. Вы также должны знать, какие действия будут предприняты для защиты детей от последствий ЧС. Среди прочего, следует уточнить:

- ▶ Как с вами свяжутся в случае чрезвычайной ситуации?
- ▶ Проводятся ли в школе регулярные учения на случай пожара, торнадо, землетрясения или террористического акта?
- ▶ Имеется ли в школе достаточный запас питьевой воды и продуктов для всех детей?
- ▶ Какие средства для оказания первой помощи имеются в школе?
- ▶ Проходили ли преподаватели и администрация школы специализированную подготовку для экстренного обустройства временного убежища на базе школы?
- ▶ Имеется ли план на случай, если потребуется отделить учащихся, которые могли подвергнуться воздействию химических веществ, бактерий и вирусов, от остальных учащихся?
- ▶ Куда будут эвакуированы учащиеся школы в случае необходимости?

## **Планирование на случай, если чрезвычайная ситуация застала вас на рабочем месте:**

У вашего работодателя должен быть план эвакуации из здания. В некоторых компаниях регулярно проводятся учения по эвакуации на случай чрезвычайной ситуации. Вне здания должен быть назначен пункт сбора, где должны собираться эвакуированные сотрудники.

Однако не следует во всем полагаться на своего работодателя. Храните собственный запас питьевой воды и консервов в своем письменном столе или в шкафчике в раздевалке. Полезно также иметь в наличии фонарик и радиоприемник, работающий от батареек. Каждому сотруднику следует задуматься о том, чтобы держать на рабочем месте сменный комплект белья и одежды. Кроме того, следует иметь в запасе пару прочной и удобной обуви или сапог.

## **Подготовка домашних животных на случай чрезвычайной ситуации:**

Проследите за тем, чтобы ваши домашние животные имели идентификационные бирки и прошли полагающуюся их возрасту вакцинацию. Если вам придется покинуть дом, постарайтесь взять своих питомцев с собой. Заранее подготовьте комплект необходимых вещей для содержания и ухода за животными, включающий резервный запас корма, воды и медикаментов. Важно также иметь в наличии переноску и ошейник. Не забудьте включить в комплект наполнитель для кошачьего туалета.

## **Планирование на случай чрезвычайной ситуации для лиц с особыми функциональными потребностями:**

Пожилым лицам и людям, проживающим в специализированных учреждениях по уходу, следует внимательно изучить план действий данного учреждения в чрезвычайной ситуации. Уточните, где находятся принимаемые вами лекарственные препараты и медоборудование, на случай, если вам придется просить кого-либо о том, чтобы принести их вам во время эвакуации. Нанесите свое имя на специализированное оборудование, например, на инвалидные коляски, костыли, трости или ходунки.

Лица с особыми медицинскими потребностями, проживающие у себя дома, должны обозначить свой круг поддержки, т.е. людей, которые могут оказать им помощь в случае чрезвычайной ситуации. Убедитесь, что эти люди знают, где вы храните свой набор вещей и медикаментов на случай чрезвычайной ситуации. Отдайте кому-либо из круга поддержки ключ от вашего дома или квартиры, чтобы в случае чрезвычайной ситуации они могли быстро добраться до вас.

Рекомендуется носить медицинский браслет (идентификатор) с информацией о вашей диагнозе, на случай, если вам потребуется экстренная медицинская помощь. Если вам требуется диализ или другая процедура жизнеобеспечения, следует знать местонахождение нескольких учреждений, оказывающих медицинскую помощь такого рода. Комплект вещей и предметов на случай чрезвычайной ситуации для лиц с особыми функциональными потребностями должен, помимо прочего, включать:

- ▶ Перечень рецептурных и безрецептурных лекарственных средств с указанием дозировок
- ▶ У Перечень веществ, вызывающих аллергическую реакцию
- ▶ Запасные очки, и при необходимости, дополнительный комплект батареек для слуховых аппаратов
- ▶ Запасной комплект аккумуляторных батарей для инвалидного кресла и прочего специального оборудования (при необходимости)
- ▶ Перечень марок/типов и заводских номеров медицинских приборов и устройств
- ▶ Копии медицинской страховки и карточек Medicare
- ▶ Список лечащих врачей, с которыми следует связаться в случае чрезвычайной ситуации
- ▶ Список лиц, с которыми следует связаться в случае чрезвычайной ситуации, а также членов семьи
- ▶ Номера телефонов ближайших соседей, которые могут оказать помощь

## ПОХВАЛИТЕ СЕБЯ ЗА ПРОДЕЛАННУЮ РАБОТУ — И СОХРАНЯЙТЕ БДИТЕЛЬНОСТЬ

**В**ы поговорили с семьей и друзьями. Составили план действий. Собрали комплект вещей и предметов первой необходимости на случай чрезвычайной ситуации. Можете гордиться тем, что предприняли все возможные шаги для того, чтобы обезопасить себя и свою семью.

Теперь очень важно сохранять бдительность. Регулярно пересматривайте свой план на случай ЧС. Проверяйте свои запасы продуктов, питьевой воды, лекарств и т.д. Следите за их сроками годности.

Помните, чрезвычайная ситуация может произойти с каждым. Благодаря схеме «Ready in 3» в случае наступления ЧС вы сможете действовать правильно, защитив себя и членов своей семьи от ее последствий.

## КОНТРОЛЬНЫЙ СПИСОК ВЕЩЕЙ И ПРЕДМЕТОВ НА СЛУЧАЙ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

### Вода

Запас питьевой воды минимум на три дня, из расчета 1 галлон на одного человека в день. Если на случай ЧС у вас выделена отдельная комната, следует сделать двухнедельный запас питьевой воды на каждого человека. Не забывайте менять запас воды через каждые шесть месяцев.

### Консервированные или сушеные продукты

Запаситесь непортящимися продуктами (консервированными или сушеными). Не забудьте про ручной консервный нож.

- ▶ Готовые к употреблению консервированные мясо, фрукты и овощи
- ▶ Белковые или фруктовые батончики
- ▶ Сухие злаковые хлопья или мюсли
- ▶ Арахисовая паста
- ▶ Сухофрукты
- ▶ Орехи
- ▶ Крекеры
- ▶ Консервированные соки
- ▶ Пастеризованное молоко длительного хранения
- ▶ Витамины
- ▶ Продукты «для снятия стресса», например, шоколад или конфеты

### Основные запасы

- ▶ Сменная одежда и пара прочной обуви для каждого члена семьи
- ▶ Плащи-дождевики, зонты и т.п.
- ▶ Пальто, шапки и перчатки
- ▶ Спальные мешки или одеяла
- ▶ Запасная кредитная карта и некоторая сумма наличными
- ▶ Запасной комплект ключей от дома и автомобиля
- ▶ Радиоприемник на батарейках
- ▶ Фонарик
- ▶ Запасной комплект батареек для радиоприемника и фонарика
- ▶ Одноразовая посуда (бумажные тарелки, пластиковые вилки и ложки, салфетки)
- ▶ Палатка
- ▶ Прочная липкая лента (например, герметизирующая лента для воздуховодов, электроизоляционная лента)
- ▶ Ножницы
- ▶ Прочные мусорные пакеты или полиэтиленовая пленка
- ▶ Спички в водонепроницаемом коробке
- ▶ Бумага и карандаш
- ▶ Нитки и иглки
- ▶ Туалетная бумага, влажные салфетки
- ▶ Жидкое моющее средство
- ▶ Мыло/дезодорант/зубная паста
- ▶ Пластиковые мусорные пакеты с завязками
- ▶ Бытовой хлорный отбеливатель
- ▶ Пластиковое ведро с герметичной крышкой
- ▶ Дезинфицирующее средство
- ▶ Предоплаченная телефонная карточка для междугородных звонков
- ▶ Свисток для подачи сигналов о помощи

## Спецзапасы

- ▶ Рецептурные медикаменты
- ▶ Предметы первой необходимости по уходу за маленькими детьми, (подгузники, детское питания, бутылочки и т.д.)
- ▶ Предметы женской гигиены
- ▶ Запасные очки или контактные линзы, включая расходные материалы
- ▶ Средства по уходу за полостью рта
- ▶ Развлекательные материалы (книги, карты, настольные игры)
- ▶ Важные семейные документы, упакованные в водонепроницаемый контейнер, в том числе идентификационные документы, сведения о страховках, номера банковских счетов и свидетельства о рождении
- ▶ Запасы для домашних животных (корма, вода и идентификаторы ваших питомцев)

## Аптечка первой помощи

- ▶ Лейкопластыри разных размеров
- ▶ Булавки
- ▶ Мыло
- ▶ Мазь-антибиотик
- ▶ Латексные перчатки
- ▶ Салфетки из махровой ткани
- ▶ Солнцезащитный крем или лосьон
- ▶ Несколько стерильных марлевых прокладок размером 2 и 4 дюйма
- ▶ Несколько косыночных повязок (3)
- ▶ Стерильные бинты в рулоне шириной 2 дюйма (3 рулона)
- ▶ Стерильные бинты в рулоне шириной 3 дюйма (3 рулона)
- ▶ Ножницы
- ▶ Пинцеты
- ▶ Игла
- ▶ Влажные салфетки
- ▶ Антисептик
- ▶ Термометр
- ▶ Вазелин
- ▶ Аспирин или другое жаропонижающее и болеутоляющее средство
- ▶ Средства против диареи
- ▶ Средство от изжоги
- ▶ Слабительное

## Перечень вещей и предметов для хранения в автомобиле

- ▶ Карты автомобильных дорог
- ▶ Ремкомплект для шин и насос
- ▶ Провода прикуривания
- ▶ Аварийные фальшфейеры
- ▶ Фонарик
- ▶ Радиоприемник на батарейках и Запасной комплект батареек для радиоприемника и фонарика
- ▶ Огнетушитель
- ▶ Галлон воды
- ▶ Несколько банок консервов и ручной консервный нож
- ▶ Спальный мешок или запасное одеяло
- ▶ Запас наличных денег
- ▶ Аптечка первой помощи
- ▶ Гигиенический наполнитель для кошачьих туалетов или песок на случай, если автомобиль застрянет

# Департаменте штата Миссури по вопросам здравоохранения и помощи пожилым лицам

Департамент штата Миссури по вопросам здравоохранения и помощи пожилым лицам лиц обеспечивает благополучие всех жителей Миссури путем разработки и практической реализации ряда программ и систем, направленных на:

Информирование и обучение  
Эффективное регулирование и надзор  
Предоставление качественных услуг  
Санитарно-эпидемиологический контроль



Missouri Department of Health and Senior  
Services  
P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102  
573.526.4768 | health.mo.gov



Missouri State Emergency Management Agency  
P.O. Box 116 Jefferson City, MO 65102  
573.526.9100 | sema.dps.mo.gov

[www.health.mo.gov](http://www.health.mo.gov)

Экстренный номер: 1-800-392-0272.

Бесплатная «горячая» линия работает круглосуточно и без выходных.

Альтернативные варианты этой публикации для лиц с инвалидностью  
можно получить, обратившись в вышеуказанный департамент.

Телефон для лиц с нарушениями слуха 1-800-735-2966.

ЭТОТ РАБОТОДАТЕЛЬ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ И ЗАЩИЩАЕТ ИНТЕРЕСЫ ВСЕХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ  
Гарантия равенства прав и отсутствия дискриминации при предоставлении услуг





## План действий членов семьи в чрезвычайной ситуации

### Основное место проживания членов семьи

Адрес \_\_\_\_\_

Номер телефона экстренных медицинских/пожарных служб \_\_\_\_\_ Номер телефона \_\_\_\_\_

### Информация о членах семьи

Имя, фамилия						
Дата рождения						
Номер социального страхования						
Обычное место пребывания в будние дни						
Лечащий врач						
Особая медицинская информация						
Сведения о медицинской страховке						

\_\_\_\_\_ Место работы \_\_\_\_\_ Место работы \_\_\_\_\_ Место работы

Адрес \_\_\_\_\_ Адрес \_\_\_\_\_ Адрес \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Учебное заведение \_\_\_\_\_ Учебное заведение \_\_\_\_\_ Учебное Заведение

Адрес \_\_\_\_\_ Адрес \_\_\_\_\_ Адрес \_\_\_\_\_

елефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

### Ближайший родственник

Имя \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

**Определите способ связи для членов вашей семьи в случае, если они окажутся порознь при наступлении чрезвычайной ситуации. Выберите два пункта сбора:**

**Место встречи** (на безопасном расстоянии от вашего дома) **Альтернативный вариант** (место вне вашего района) \_\_\_\_\_

Название места встречи \_\_\_\_\_ Название места встречи \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Адрес \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

**Укажите друга или родственника, проживающего в другом населенном пункте, с которым все члены семьи должны связаться в случае чрезвычайной ситуации.**

Имя, фамилия \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_

Телефон (домашний) \_\_\_\_\_ Телефон (рабочий) \_\_\_\_\_

Мобильный телефон \_\_\_\_\_

**Выделите комнату в доме на случай, если придется оставаться там в течение нескольких дней.**

Комната \_\_\_\_\_ (Храните в этой комнате свой неприкосновенный запас на случай чрезвычайной ситуации)

**Выберите место, где члены вашей семьи смогут провести несколько дней в случае эвакуации.**

Название пункта \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

## Контрольный список вещей и предметов на случай чрезвычайной ситуации

Нижеуказанные предметы являются частью вашего неприкосновенного запаса на случай чрезвычайной ситуации. Поместите их в контейнер или мешок, который легко можно взять с собой при необходимости покинуть жилище.

- Запас бутилированной воды минимум на три дня (из расчета один галлон воды на человека в день).
- Консервы или сушеные продукты (трехдневный запас непортящихся продуктов питания на одного человека. Не забудьте про ручной консервный нож).
- Радиоприемник на батарейках
- Фонарик
- Запасной комплект батареек для радиоприемника и фонарика
- Аптечка первой помощи
- Рецептурные лекарственные средства
- Сменная одежда и пара прочной обуви
- Запасная кредитная карта
- Некоторая сумма наличными
- Прочные мусорные мешки
- Молочная смесь и детское питание, если с вами проживает маленький ребенок

## Следите за информационными сообщениями

В случае реальной чрезвычайной ситуации внимательно следите за информационными сообщениями. У местных, окружных и органов власти штата имеются заранее разработанные планы реагирования на случай чрезвычайных ситуаций. При возникновении такой ситуации важно придерживаться всех указаний и рекомендаций.

### Дополнительные меры:

- Ознакомьтесь с планом эвакуации и правилами поведения в чрезвычайной ситуации на рабочем месте. (Храните в своем письменном столе или шкафчике в раздевалке запас питьевой воды, консервы, фонарик, радиоприемник на батарейках, сменную одежду и пару прочной обуви).
- Пожилые лица и люди с особыми медицинскими потребностями, проживающие в учреждениях сестринского ухода, должны ознакомиться с планом эвакуации и правилами поведения в чрезвычайных ситуациях такого учреждения.
- Лица с особыми медицинскими потребностями, проживающие у себя дома, должны обозначить свой круг поддержки, т.е. людей, которые могут оказать им помощь в случае чрезвычайной ситуации.
- Ознакомьтесь с планами поведения в чрезвычайных ситуациях школы или дошкольного учреждения, которые посещает ваш ребенок. (Убедитесь, что в распоряжении администрации этих учреждений имеется ваша актуальная контактная информация, а также контактная информация других членов семьи).
- Постоянно держите в своем автомобиле небольшой резервный запас, компактно собранный в одном месте, на случай чрезвычайной ситуации. (Такой запас должен включать галлон воды, несколько банок консервов, ручной консервный нож, спальный мешок или запасное одеяло, некоторую сумму наличных денег и аптечку первой помощи).
- При подготовке к чрезвычайной ситуации обязательно позаботьтесь о своих домашних питомцах.

## Обсудите эту информацию со всеми членами семьи.

Чтобы получить дополнительную информацию о подготовке к чрезвычайной ситуации, свяжитесь с местным департаментом здравоохранения.

Missouri Department of Health and Senior Services  
P.O. Box 570, Jefferson City, MO 65102  
573.526.4768 | health.mo.gov

Missouri State Emergency Management Agency  
P.O. Box 116, Jefferson City, MO 65102  
573.526.9100 | sema.dps.mo.gov



#838 -R06-20