



Практичний посібник з підготовки  
до надзвичайних ситуацій:  
Три кроки на шляху до безпеки

Як захистити себе та свою родину від  
наслідків надзвичайних ситуацій





Чи встановлений у  
вашому будинку  
датчик диму?

Чи возите ви у своєму  
автомобілі запасне  
колесо?

Чи є у вашій домашній  
аптечці перев'язочні  
матеріали?

Якщо ви відповіли «Так», це означає, що у вас є  
досвід підготовки до надзвичайної ситуації.

Можливо, все це дрібниці, проте дрібниці  
можуть врятувати життя.



Зазвичай, надзвичайні ситуації (НС) виникають без попередження. Це може бути торнадо, пожежа, повінь або теракт. Ніхто не хоче думати про нещасні випадки або стихійні лиха. Однак ті, хто підготувався завчасно, зуміли діяти правильно та захистити себе і членів своєї родини. Основне завдання підготовки полягає у тому, щоб прийняти якомога більше превентивних заходів, перш ніж виникне надзвичайна ситуація. Саме тому ми склали для жителів штату Міссурі посібник як діяти у надзвичайних ситуаціях. Поділіться цією інформацією з членами своєї родини, друзями та сусідами. Працюючи разом, ми зможемо організувати себе у критичні моменти та врятувати людські життя.

У випадку НС — зберігайте спокій. Це найважливіше. Намагайтеся отримати якомога більше інформації щодо ситуації, яка склалася. Найбільш затребуваними джерелами новин є телебачення, радіо та Інтернет. Однак за деяких надзвичайних ситуацій електропостачання може бути припинено, тому важливо мати під рукою радіоприймач на батарейках.

## READY IN 3: ТРИ КРОКИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

Місцева та федеральна влада, а також керівництво штату, мають плани захисту населення від наслідків НС. Однак, у разі виникнення непередбачених обставин, вам слід бути готовим до необхідності впоратися з усім самостійно. Цей посібник допоможе скласти план дій для вас та членів вашої родини на випадок НС.

Вдома, у школі, на робочому місці, і навіть у своєму автомобілі, ми повинні мати план дій на випадок надзвичайних ситуацій і знати куди йти. Департамент штату Міссурі з питань охорони здоров'я та допомоги літнім особам розробив програму «Ready in 3» («Три кроки на шляху до безпеки»), щоб допомогти вам підготуватися до надзвичайних ситуацій і стихійних лих.

### Програма «Ready in 3» включає три кроки.

- ▶ Складіть план дій для себе і членів своєї родини, а також для свого бізнесу, на випадок НС.
- ▶ Підготуйте комплект рятувального приладдя для будинку, роботи та автомобіля.
- ▶ Вивчіть інформацію щодо того, що слід робити і куди звертатися в разі виникнення реальної надзвичайної ситуації.

### READY IN 3: СКЛАДАННЯ ПЛАНУ

**С**кладіть план дій для себе і членів своєї родини на випадок НС. У випадку надзвичайної ситуації члени вашої родини не обов'язково перебуватимуть разом. Відповідно, вам слід спланувати, яким чином ви зможете зв'язатися один із одним, а також продумати свої дії у різних ситуаціях.

Всі члени родини мають бути ознайомлені з цим планом. Бажано мати в запасі кілька планів. Наприклад, план дій на випадок торнадо сильно відрізнятиметься від плану на випадок терористичного акту із застосуванням отруйних хімічних речовин.

Розгляньте можливість того, що у випадку надзвичайної ситуації, всі члени родини телефонуватимуть або надішлють електронного листа певному другу чи родичу. Може статися, що у випадку НС легше буде скористатися міжміського телефонного лінією, ніж зробити місцевий дзвінок. Тож краще, якщо контактною особою для забезпечення зв'язку між членами родини у випадку НС, стане особа, яка мешкає в іншому населеному пункті.

### Складіть два плани: один на випадок, якщо ви залишаєтеся вдома та другий — якщо їдете.

Ви повинні бути готові до того, щоб залишатися на місці (наприклад, у себе вдома) або ж до евакуації. Це залежить від обставин і характеру надзвичайної ситуації. Місцеві органи влади можуть надавати відповідні розпорядження про те, що вам слід робити.

Проте у деяких випадках, через відсутність інформації та обмеження комунікації, вам необхідно буде самостійно вирішити, як вчинити в обставинах, що склалися.

- ▶ Стежте за телевізійними новинами та повідомленнями по радіо, щоб отримати якомога більше інформації.
- ▶ Керуйтеся здоровим глуздом.
- ▶ Зберігайте спокій та намагайтеся заспокоїти інших.

## Підготуйте укриття на місці.

Заздалегідь визначте, яка з кімнат у вашому будинку буде найбільш безпечною у випадку надзвичайної ситуації. Кімната має розташовуватись у внутрішній частині будинку. Оберіть кімнату з кількома вікнами та дверима. Враховуйте наступне:

- ▶ Приміщення має бути досить просторим для того, щоб у ньому могли розміститися всі члени родини та домашні тварини.
- ▶ Вхідні двері слід замкнути.

У деяких НС у повітрі можуть знаходитись отруйні речовини. У таких випадках слід якомога краще загерметизувати приміщення, щоб захистити себе від зараженого зовнішнього повітря. Для цього:

- ▶ Зачиніть всі вікна, повітроводи та заслінки димоходів.
- ▶ Вимкніть системи кондиціонування повітря, системи примусового обігріву повітря, витяжні вентилятори та сушарки для білизни.
- ▶ У випадку відповідних розпоряджень, загерметизуйте двері та повітроводи за допомогою міцної полімерної плівки і липкої стрічки.
- ▶ Зберігайте у цій кімнаті всі запаси на випадок НС.
- ▶ Стежити за телевізійними новинами та повідомленнями по радіо, щоб отримати додаткову інформацію.

## Визначте порядок дій на випадок евакуації.

Можливі ситуації, в яких залишатися вдома — небезпечно. Сплануйте свої дії на випадок евакуації та поміркуйте про те, де саме ви зустрінетеся з членами вашої родини, куди вирушите далі та як туди потрапити.

- ▶ Розробіть кілька різних маршрутів пересування.
- ▶ Якщо ви пересуваєтеся на автомобілі, зачиніть всі вікна та повітрозабірники, вимкніть систему кондиціонування повітря і обігрів.
- ▶ Візьміть з собою предмети першої необхідності на випадок НС.
- ▶ За можливості, візьміть з собою домашніх тварин. Проте пам'ятайте, що багато міських сховищ не допускають всередину тварин. Заздалегідь подумайте про те, як подбати про домашніх тварин, якщо ви не зможете взяти їх з собою.

## **READY IN 3: ПІДГОТУЙТЕ ПРЕДМЕТИ ПЕРШОЇ НЕОБХІДНОСТІ НА ВИПАДОК НС**

**У** випадку НС у вас, протягом декількох днів або навіть тижнів, може не бути доступу до продуктів харчування та питної води, а електропостачання може бути припинено.

За можливості підготуйте триденний запас продуктів та питної води на кожного члена родини. Запасіться водою з розрахунку один галон на людину в день. Якщо на випадок НС у вас виділена окрема кімната, слід зробити в ній двотижневий запас питної води на кожну людину.

Крім продуктів харчування та води, до речей першої необхідності на випадок НС також відносяться наведені нижче предмети. Обов'язково включити їх до свого набору для виживання. Складіть зазначені предмети у контейнер, який зручно буде взяти з собою у випадку, якщо вам доведеться залишити будинок. Ви також можете скористатися великим мішком, пластиковим контейнером або баком для сміття з кришкою. Більш докладний перелік предметів першої необхідності на випадок НС наведено на останніх сторінках цього посібника.

### **Предмети першої необхідності:**

- ▶ Вода та консервовані або сушені продукти
- ▶ Радіоприймач на батарейках
- ▶ Ліхтарик
- ▶ Комплект запасних батарейок для радіоприймача та ліхтарика
- ▶ Рецептурні медикаменти
- ▶ Набір для надання першої допомоги

### **Автомобільний набір предметів першої необхідності**

Постійно возіть у своєму автомобілі компактний набір предметів першої необхідності на випадок НС. Також, слід мати невеликий набір предметів особистого користування, що включає:

- ▶ Галон води
- ▶ Кілька банок консервів та ручний консервний ніж
- ▶ Спальний мішок або запасну ковдру
- ▶ Запас готівки
- ▶ Аптечку першої допомоги



## READY IN 3: СТЕЖТЕ ЗА ІНФОРМАЦІЄЮ

**У** надзвичайних ситуаціях дуже важливо зберігати спокій. Намагайтесь отримати якомога більше інформації щодо ситуації, яка склалася. Найбільш затребуваними джерелами новин є телебачення, радіо та Інтернет. Однак, у деяких надзвичайних ситуаціях електропостачання може бути припинено, тому слід мати під рукою радіоприймач, що працює від батарейок та комплект запасних батарейок до нього.

У місцевих, окружних та органів влади штату є заздалегідь розроблені плани на випадок надзвичайних ситуаціях. У випадку НС дуже важливо дотримуватися їхніх вказівок та рекомендацій. Крім того, представники органів влади нададуть вам найактуальнішу інформацію щодо ситуації, яка склалася.

### ПЛАНУВАННЯ НА ВИПАДОК ОСОБЛИВИХ ОБСТАВИН

#### План дій у надзвичайній ситуації, якщо ваша дитина відвідує школу

Багато шкіл мають власні плани дій у надзвичайних ситуаціях. Повідомте адміністрації школи, яку відвідує ваша дитина, вашу контактну інформацію, а також контактну інформацію інших членів родини. Переконайтеся, що вони мають актуальні номери вашого робочого, домашнього та мобільного телефонів. Також повідомте їм свою адресу електронної пошти, якщо вона у вас є.

Дуже важливо дізнатися у класного керівника або директора школи, яку відвідує ваша дитина, як адміністрація школи збирається зв'язуватися з батьками учнів у випадку надзвичайної ситуації. Ви також повинні знати, який план дій передбачений для захисту дітей від наслідків НС. Окрім іншого, слід дізнатися:

- ▶ Як із вами планують зв'язатися у випадку надзвичайної ситуації?
- ▶ Чи проводяться у школі регулярні навчання на випадок пожежі, торнадо, землетрусу або терористичного акту?
- ▶ Чи має школа достатній запас питної води та продуктів для всіх учнів?
- ▶ Які засоби для надання першої допомоги є в школі?
- ▶ Чи проходили викладачі та адміністрація школи спеціалізовану підготовку для екстреного облаштування тимчасового притулку на базі школи?
- ▶ Чи має адміністрація школи план дій на випадок, якщо потрібно буде відокремити учнів, які могли зазнати впливу хімічних речовин, бактерій та вірусів, від інших дітей?
- ▶ Куди будуть евакуйовані учні школи у разі такої потреби?

## **План дій на випадок, якщо надзвичайна ситуація застала вас на робочому місці:**

У вашого роботодавця повинен бути план евакуації з будівлі. У деяких компаніях регулярно проводяться навчання з евакуації на випадок надзвичайної ситуації. Поза приміщенням повинен бути облаштований пункт, де збиратимуться співробітники після евакуації.

Проте не слід у всьому покладатися на свого роботодавця. Зберігайте власний запас питної води та консервів у своєму письмовому столі або у шафі в роздягальні. Корисно також мати кишеньковий ліхтарик і радіоприймач, що працює від батарейок. Кожному співробітнику варто тримати на робочому місці змінний комплект білизни та одягу. Крім того, слід мати у запасі пару міцного та зручного взуття або чобіт.

## **Підготовка домашніх тварин на випадок надзвичайної ситуації:**

Простежте за тим, щоб ваші домашні тварини мали ідентифікаційні бирки та пройшли всю вакцинацію, відповідно до їхнього віку. Якщо вам доведеться залишити оселю, намагайтеся взяти своїх улюбленців із собою. Заздалегідь підготуйте комплект необхідних речей для утримання та догляду за тваринами, що включає резервний запас корму, води і медикаментів. Також важливо мати при собі засоби для перенесення тварин та нашійник. Не забудьте включити у комплект гігієнічний наповнювач для котячого туалету.

## **План дій на випадок надзвичайної ситуації для осіб із особливими функціональними потребами:**

Особам похилого віку та людям, які проживають у спеціалізованих установах сестринського догляду, слід уважно вивчити план дій такої установи у надзвичайних ситуаціях. Дізнайтеся, де знаходяться лікарські препарати, які ви приймаєте, та медичне обладнання, на випадок, якщо вам доведеться просити про те, щоб вам принесли їх під час евакуації. Нанесіть своє ім'я на спеціалізоване обладнання, наприклад, на інвалідні коляски, милиці, палиці та ходунки.

Особи з особливими медичними потребами, які проживають у себе вдома, повинні визначити своє коло підтримки, тобто людей, які можуть надати їм допомогу у випадку надзвичайної ситуації. Переконайтеся, що цим людям відомо, де ви зберігаєте свій набір речей та медикаментів на випадок надзвичайної ситуації. Віддайте комусь із кола підтримки ключ від вашого будинку або квартири, щоб у випадку надзвичайної ситуації вони могли швидко дістатися до вас.

Рекомендується носити медичний браслет (ідентифікатор) з інформацією про ваш діагноз, на випадок, якщо вам знадобиться екстрена медична допомога. Якщо ви потребуєте діалізу або іншої процедури життєзабезпечення, слід дізнатися адресу кількох установ, які надають таку медичну допомогу. Комплект речей та предметів на випадок надзвичайної ситуації для осіб із особливими функціональними потребами має, крім іншого, включати:

- ▶ Перелік рецептурних та безрецептурних лікарських засобів із зазначенням дозувань
- ▶ Перелік речовин, що викликають алергічну реакцію
- ▶ Запасні окуляри і, за потреби, додатковий комплект батарейок для слухових апаратів
- ▶ Запасний комплект акумуляторних батарей для інвалідного візка та іншого спеціального обладнання (за потреби)
- ▶ Перелік марок/типів та заводських номерів медичних приладів і пристроїв
- ▶ Копії медичної страховки та карток Medicare
- ▶ Список лікарів, з якими слід зв'язатися у випадку надзвичайної ситуації
- ▶ Список осіб, з якими слід зв'язатися у випадку надзвичайної ситуації, а також членів родини
- ▶ Номери телефонів найближчих сусідів, які можуть надати допомогу

## ПОХВАЛІТЬ СЕБЕ ЗА РОБОТУ — ТА ЗБЕРІГАЙТЕ ПИЛЬНІСТЬ

**В**и поговорили з родиною та друзями. Склали план дій. Зібрали комплект речей та предметів першої необхідності на випадок надзвичайної ситуації. Можете пишатися тим, що зробили все можливе для того, щоб вберегти себе та свою родину.

Тепер дуже важливо зберігати пильність. Регулярно переглядайте свій план на випадок НС. Перевіряйте свої запаси продуктів, питної води, ліків і т.д. Слідкуйте за термінами їх придатності.

Пам'ятайте, надзвичайна ситуація може трапитися з кожним. Завдяки схемі «Ready in 3» у випадку НС ви зможете діяти правильно, захистивши себе та членів своєї родини від її наслідків.

## КОНТРОЛЬНИЙ СПИСОК РЕЧЕЙ ТА ПРЕДМЕТІВ НА ВИПАДОК НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

### Вода

Запас питної води мінімум на три дні, з розрахунку 1 галон на одну людину в день. Якщо на випадок НС у вас виділена окрема кімната, слід зробити в ній двотижневий запас питної води на кожну людину. Не забувайте міняти запаси води кожних шість місяців.

### Консервовані або сушені продукти

Запасіться продуктами, що довго не псуються (консервованими або сушеними). Не забудьте про ручний консервний ніж.

- ▶ Готові до вживання консервовані м'ясо, фрукти та овочі
- ▶ Білкові або фруктові батончики
- ▶ Сухі злакові пластівці або мюслі
- ▶ Арахісова паста
- ▶ Сухофрукти
- ▶ Горіхи
- ▶ Крекери
- ▶ Консервовані соки
- ▶ Пастеризоване молоко тривалого зберігання
- ▶ Вітаміни
- ▶ Продукти «для зняття стресу», наприклад, шоколад або цукерки

### Основні запаси

- ▶ Змінний одяг та пара міцного взуття для кожного члена родини
- ▶ Плащі-дошовики, парасольки тощо
- ▶ Пальто, шапки і рукавиці
- ▶ Спальні мішки або ковдри
- ▶ Запасна кредитна картка та певна сума готівкою
- ▶ Запасний комплект ключів від будинку та автомобіля
- ▶ Радіоприймач на батарейках
- ▶ Ліхтарик
- ▶ Запасний комплект батарейок для радіоприймача та ліхтарика
- ▶ Одноразовий посуд (паперові тарілки, пластикові виделки та ложки, серветки)
- ▶ Намет
- ▶ Міцна липка стрічка (наприклад, герметезуюча стрічка для повітроводів, електроізоляйна стрічка)
- ▶ Ножиці
- ▶ Міцні сміттєві пакети або поліетиленова плівка
- ▶ Сірники у водонепроникній коробці
- ▶ Папір і олівець
- ▶ Нитки та голки
- ▶ Туалетний папір, вологі серветки
- ▶ Рідкий миючий засіб
- ▶ Мило/дезодорант/зубна паста
- ▶ Пластикові пакети для сміття із зав'язками
- ▶ Побутовий хлорний відбілювач
- ▶ Пластикове відро з герметичною кришкою
- ▶ Дезінфікуючий засіб
- ▶ Передплатена телефонна картка для міжміських дзвінків
- ▶ Свисток для сигналів про допомогу

## Спецзапаси

- ▶ Рецептурні медикаменти
- ▶ Предмети першої необхідності по догляду за маленькими дітьми, (підгузки, дитяче харчування, пляшечки і т.д.)
- ▶ Предмети жіночої гігієни
- ▶ Запасні окуляри або контактні лінзи, включаючи витратні матеріали
- ▶ Засоби по догляду за ротовою порожниною
- ▶ Розважальні матеріали (книги, карти, настільні ігри)
- ▶ Важливі сімейні документи, упаковані у водонепроникний контейнер, зокрема ідентифікаційні документи, відомості про страховки, номери банківських рахунків та свідоцтва про народження
- ▶ Запаси для домашніх тварин (корми, вода та ідентифікатори ваших улюбленців)

## Аптечка першої допомоги

- ▶ Лейкопластир різних розмірів
- ▶ Булавки
- ▶ Мило
- ▶ Мазь-антибіотик
- ▶ Латексні рукавички
- ▶ Серветки з махрової тканини
- ▶ Сонцезахисний крем або лосьйон
- ▶ Кілька стерильних марлевих прокладок розміром 2 і 4 дюйма
- ▶ Кілька косиначних пов'язок (3)
- ▶ Стерильні бинти у рулоні шириною 2 дюйма (3 рулони)
- ▶ Стерильні бинти у рулоні шириною 3 дюйма (3 рулони)
- ▶ Ножиці
- ▶ Пінцети
- ▶ Голка
- ▶ Вологі серветки
- ▶ Антисептик
- ▶ Термометр
- ▶ Вазелін
- ▶ Аспірин або інший жарознижувальний та болезаспокійливий засіб
- ▶ Засоби проти діареї
- ▶ Засоби проти печії
- ▶ Проносне

## Перелік речей та предметів для зберігання в автомобілі

- ▶ Карти автомобільних доріг
- ▶ Ремкомплект для шин та насос
- ▶ Дріт прикурювання
- ▶ Аварійні фальшфейери
- ▶ Ліхтарик
- ▶ Радіоприймач на батарейках
- ▶ Запасний комплект батарейок для радіоприймача та ліхтарика
- ▶ Вогнегасник
- ▶ Галон води
- ▶ Кілька банок консервів і ручний консервний ніж
- ▶ Спальний мішок або запасна ковдра
- ▶ Запас готівки
- ▶ Аптечка першої допомоги
- ▶ Гігієнічний наповнювач для котячих туалетів або пісок на випадок, якщо автомобіль застрягне

# Про Департаменті штату Міссурі з питань охорони здоров'я та допомоги літнім особам

Департамент штату Міссурі з питань охорони здоров'я та допомоги літнім особам осіб забезпечує добробут всіх жителів Міссурі шляхом розробки і практичної реалізації низки програм та систем, спрямованих на:

Інформування та навчання

Ефективне регулювання та нагляд Надання якісних послуг

Санітарно-епідеміологічний 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)

Екстрений номер: 1-800-392-0272.

Безкоштовна «гаряча» лінія працює цілодобово та без вихідних.

Альтернативні варіанти цієї публікації для осіб з інвалідністю можна отримати, звернувшись до вищевказаного департаменту.

Телефон для осіб з порушеннями слуху 1-800-735-2966.

ЦЕЙ РОБОТОДАВЕЦЬ НАДАЄ РІВНІ МОЖЛИВОСТІ І ЗАХИЩАЄ ІНТЕРЕСИ ВСІХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ  
Гарантія рівності прав та відсутності дискримінації при наданні послуг

# 193 - R05-20





# План дій членів родини на випадок надзвичайної ситуації

## Основне місце проживання членів родини

Адреса \_\_\_\_\_  
Номер телефону екстрених медичних/протипожежних служб Номер \_\_\_\_\_ телефону \_\_\_\_\_

## Інформація про членів родини

Ім'я, прізвище							
Дата народження							
Номер соціального страхування							
Місце перебування у будні дні							
Персональний лікар							
Особлива медична інформація							
Відомості про медичну страховку							

\_\_\_\_\_ Місце роботи \_\_\_\_\_ Місце роботи \_\_\_\_\_ Місце роботи  
Адреса \_\_\_\_\_ Адреса \_\_\_\_\_ Адреса \_\_\_\_\_  
Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Навчальний заклад \_\_\_\_\_ Навчальний заклад \_\_\_\_\_ Навчальний заклад  
Адреса \_\_\_\_\_ Адреса \_\_\_\_\_ Адреса \_\_\_\_\_  
Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

## Найближчий родич

Ім'я, прізвище \_\_\_\_\_  
Адреса \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Визначте спосіб зв'язку для членів вашої родини у випадку, якщо під час надзвичайної ситуації вони знаходитимуться нарізно.

Виберіть два пункти збору:

Місце зустрічі (на безпечній відстані від вашого будинку) Альтернативний варіант (місце поза вашого району) \_\_\_\_\_

Назва місця зустрічі \_\_\_\_\_ Назва місця зустрічі \_\_\_\_\_  
Адреса \_\_\_\_\_ Адреса \_\_\_\_\_  
Телефон \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Вкажіть друга або родича, який проживає в іншому населеному пункті, та з яким всі члени вашої родини повинні будуть зв'язатися у надзвичайній ситуації.

Ім'я, прізвище \_\_\_\_\_  
Адреса \_\_\_\_\_  
Телефон (домашній) \_\_\_\_\_ Телефон (робочий) \_\_\_\_\_  
Мобільний телефон \_\_\_\_\_

Виділіть кімнату в будинку на випадок, якщо доведеться залишатися там протягом декількох днів.

Кімната \_\_\_\_\_ (Зберігайте у цій кімнаті свій запас на випадок надзвичайної ситуації)

Оберіть місце, де члени вашої родини зможуть провести кілька днів у випадку евакуації.

Назва пункту \_\_\_\_\_  
Адреса \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

## Контрольний перелік речей та предметів на випадок надзвичайної ситуації

Наведені нижче предмети є частиною вашого недоторканного запасу на випадок надзвичайної ситуації. Помістіть їх у контейнер або мішок, які легко можна взяти з собою, якщо вам доведеться залишити оселю.

- Запас бутильованої води мінімум на три дні (з розрахунку один галон води на людину в день).
- Консерви або сушені продукти (триденний запас продуктів, що довго не псуються на кожну людину).
- Не забудьте взяти з собою ручний консервний ніж).
- Радіоприймач на батарейках
- Ліхтарик
- Запасний комплект батарейок для радіоприймача та ліхтарика
- Аптечка першої допомоги
- Рецептурні лікарські засоби
- Змінний одяг і пара міцного взуття
- Запасна кредитна картка
- Певна сума готівкою
- Міцні пакети для сміття
- Молочна суміш та дитяче харчування, якщо з вами проживає маленька дитина

## Стежте за інформаційними повідомленнями

У випадку реальної надзвичайної ситуації уважно стежте за інформаційними повідомленнями. У місцевих, окружних та органів влади штату є заздалегідь розроблені плани на випадок надзвичайних ситуацій. У випадку такої ситуації важливо дотримуватися всіх вказівок та рекомендацій.

### Додаткові заходи:

- Ознайомтеся з планом евакуації і правилами поведінки у надзвичайних ситуаціях на робочому місці. (Зберігайте у своєму письмовому столі або у шафі в роздягальні запас питної води, консерви, ліхтарик, радіоприймач на батарейках, змінний одяг та пару міцного взуття).
- Літні особи та люди з особливими медичними потребами, які проживають в установах сестринського догляду, повинні ознайомитися з планом евакуації та правилами поведінки у надзвичайних ситуаціях такого закладу.
- Особи з певними медичними потребами, які проживають у себе вдома, повинні визначити своє коло підтримки, тобто людей, які можуть надати їм допомогу у випадку надзвичайної ситуації.
- Ознайомтеся з планами поведінки у надзвичайних ситуаціях школи або дошкільного закладу, які відвідує ваша дитина. (Переконайтеся, що адміністрація цих установ має вашу актуальну контактну інформацію, а також контактну інформацію інших членів родини).
- Постійно тримайте у своєму автомобілі невеликий резервний запас речей, компактно зібраний в одному місці, на випадок надзвичайної ситуації. (Такий запас повинен включати галон води, кілька банок консервів, ручний консервний ніж, спальний мішок або запасну ковдру, певну суму готівково та аптечку першої допомоги).
- Під час підготовки до надзвичайної ситуації обов'язково подбайте про своїх домашніх улюбленців.

## Обговоріть цю інформацію з усіма членами сім'ї.

Щоб отримати додаткову інформацію про підготовку до надзвичайної ситуації, зв'яжіться з місцевим департаментом охорони здоров'я.

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

