



КАЖДЫЙ ЧЛЕН СЕМЬИ ДОЛЖЕН ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ СЛЕДУЮЩУЮ КАРТОЧКУ:

**СЕМЕЙНЫЙ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЕ МАССОВОГО БЕДСТВИЯ**

Телефон местного Офиса службы помощи в чрезвычайных ситуациях (Office of Emergency Services)

---

Место встречи в случае чрезвычайной ситуации (вне вашего дома)

---

Место встречи (вне вашей округи)

---

Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_

---

Контактное лицо для семьи (имя, фамилия) \_\_\_\_\_

Телефон (дневной) \_\_\_\_\_

Телефон (вечерний) \_\_\_\_\_



Для получения дополнительной информации посетите, пожалуйста:

Governor's Office of Emergency Services  
(Губернаторский Офис службы помощи в чрезвычайных ситуациях)  
<http://www.oes.ca.gov>

California Service Corps  
(Калифорнийскую Службу сервиса)  
<http://www.csc.ca.gov>

American Red Cross  
(Американский Красный Крест)  
<http://www.redcross.org>

Fire Safe Council  
(Совет пожарной безопасности)  
<http://www.firesafecouncil.org>



Russian

Калифорния! Будь умной, будь ответственной за свои действия, будь подготовленной. Будь готова!



Первая леди Калифорнии Maria Shriver

Будете ли вы готовы, когда нагрянет массовое бедствие?

Знаете ли вы, что нужно делать? Есть ли у вас план действий? Пожарная служба, полиция и служба неотложной медицинской помощи могут реагировать с задержкой. Вы должны узнать, что надо делать, иметь план действий и быть готовы позаботиться о себе, вашей семье и вашей общине.

В Калифорнии вопрос не в том, произойдет ли массовое бедствие – будь то лесные пожары, землетрясения или снежные бури, - а в том, когда оно произойдет. Золотой Штат имеет свою долю стихийных бедствий, и он, конечно же, не имеет иммунитета против нападений террористов.

Вы должны быть готовы. Если вы готовы, Калифорния тоже готова! Спасибо вам за то, что вы делаете свое дело.

*Mark Zmes*



## ДЕЙСТВУЙТЕ СЕГОДНЯ и примите ответственность за то, чтобы быть готовым



### ОПРЕДЕЛИТЕ ВАШ РИСК

Какие опасности есть там, где вы живете и работаете? Выясните, какие стихийные или вызванные деятельностью людей бедствия представляют риск для вас. Живете ли вы или работаете в зоне затопления, вблизи крупного сейсмического разлома или в районе повышенной пожароопасности? Готовы ли вы к неожиданному бедствию, вызванному деятельностью людей, которое может произойти в любой момент? Есть ли у вашего соседа или вашей общины план действий в случае массового бедствия?

- Найдите номер телефона вашего местного Офиса службы помощи в чрезвычайных ситуациях (OES) или свяжитесь с вашим местным отделением Американского Красного Креста и будьте информированы.
- Узнайте у вашей страховой компании, не находится ли ваш дом в районе с высокой степенью риска пожара, наводнения или землетрясения. Ежегодно следите за тем, чтобы ваше страховое покрытие было на уровне последних требований.

## 2 РАЗРАБОТАЙТЕ СЕМЕЙНЫЙ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЕ МАССОВОГО БЕДСТВИЯ

**Ваша семья должна иметь план действий, который скажет каждому члену семьи:**

**Где нужно встретиться, если вы должны эвакуироваться.**

Назначьте место встречи - вне вашего дома, - куда могут направиться члены вашей семьи. На случай, если первое место встречи окажется недостижимым, имейте запасное место встречи. Убедитесь в том, что школы, которые посещают ваши дети, и лица, обеспечивающие уход за вашими детьми, имеют план действий в случае массового бедствия и что они проводят с родителями ежегодные «тренировки действий при массовом бедствии» для обеспечения безопасности ваших детей. Позвоните в ваш местный офис OES, чтобы узнать предлагаемые им места встречи в вашей округе.



**Кто ваш друг, живущий в другом штате, который будет «контактным лицом для вашей семьи»** и с которым должен будет связываться каждый член семьи: после массового бедствия часто бывает легче позвонить по междугородному телефону.

**Как можно получить важную информацию в вашей округе** и как связаться с членами вашей семьи, если вы окажетесь разьединенными. Чтобы быть полностью информированным:

- *Знайте, какая радиостанция в вашей округе оповещает о чрезвычайной ситуации. Обязательно имейте переносной радиоприемник и запасные батарейки, чтобы ваша семья имела доступ к важной информации об усилиях по ликвидации чрезвычайных ситуаций в вашей округе.*
- *Имейте телефон с тональным вызовом, который не нужно включать в электрическую розетку. Имейте надлежащий шнур, который можно включить в домашнюю телефонную розетку. После массового бедствия сотовые и беспроводные телефоны, возможно, не будут работать. Если сможете, позвоните по телефону с тональным вызовом контактного лицу для вашей семьи, живущему в другом городе. Когда вы будете звонить членам вашей семьи или вашему контактному лицу в другом штате, старайтесь говорить кратко и только по делу. Линии телефонной связи – ценные каналы связи для групп по ликвидации чрезвычайных ситуаций.*
- *Если вы едете в машине, найдите безопасное место, съезьте с дороги и оставайтесь в машине. Включите автомобильный радиоприемник, чтобы получить важную информацию о том, куда ехать и что делать.*

**Как позаботиться о ваших домашних животных.** Положите еду и воду для них в ваш набор на случай массового бедствия, обновите их регистрационный номер и позвоните в ваш местный офис OES, чтобы получить информацию о том, как и где вы можете временно поместить ваших домашних животных во время и после массового бедствия.



## 3 ОТРАБОТАЙТЕ НА ПРАКТИКЕ ВАШ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В СЛУЧАЕ СТИХИЙНОГО БЕДСТВИЯ

После того, как вы сели с членами вашей семьи и записали ваш план, отработайте его на практике. Начните со сбора членов семьи в назначенном месте вне вашего дома, как вы бы сделали после пожара или по окончании сотрясений. Знайте, как реагировать в случае массового бедствия: оставаться ли в помещении или эвакуироваться в машине. Если вашей семье нужно эвакуироваться, знайте правильный порядок эвакуации и маршруты, указанные вашим местным офисом OES.

## 4 ПРИГОТОВЬТЕ ДЛЯ ВАШЕГО ДОМА И МАШИНЫ НАБОР НА СЛУЧАЙ МАССОВОГО БЕДСТВИЯ

Если вы застряли в машине или должны надеяться только на себя до прибытия помощи, вам нужно иметь с собой набор на случай массового бедствия. В вашем наборе для дома на случай массового бедствия должны быть, по крайней мере, следующие предметы, и он должен храниться в легко переносимых или передвижных контейнерах, например, в рюкзаках, пластмассовых коробках или мусорных урнах на колесах; в вашей машине должен быть меньший набор:

- Не менее чем трехдневный запас продуктов, предназначенных для длительного хранения, консервов в металлической таре и воды для всех членов семьи. Меняйте воду каждые шесть месяцев. Не забудьте пополнять запас продуктов.
- Аптечка первой помощи.
- Фонарики с батарейным питанием и переносной радиоприемник с запасными батарейками. Регулярно заменяйте батарейки.
- Смена одежды и обуви и одеяло или спальный мешок для каждого члена семьи.
- Запасной комплект ключей зажигания, кредитная карточка и наличные.
- Запасные лекарства.
- Предметы личной гигиены (такие, как мыло, материалы для чистки, шампунь, туалетная бумага и т.п.).
- Запасные очки.
- Держите важные семейные документы в водонепроницаемом контейнере.



## 5 ПОДГОТОВЬТЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ

Поговорите с детьми о рисках и о том, что будет делать ваша семья, если нагрянет массовое бедствие. Каждые шесть месяцев отработайте на практике семейный план действий в случае массового бедствия. Разрешите детям помочь в составлении семейного плана, собрать набор на случай массового бедствия и научиться выполнять упражнения. Чем больше дети информированы и вовлечены в планирование действий в случае массового бедствия, тем лучше они будут подготовлены.

## 6 НЕ ЗАБУДЬТЕ ЛЮДЕЙ С ОСОБЫМИ НУЖДАМИ

Не должны быть забыты младенцы, пожилые люди и люди с особыми нуждами. Убедитесь в том, что в вашем наборе есть продукты и принадлежности для младенцев и что у вас есть такие предметы, как лекарства, кислородный баллон или другие медицинские принадлежности, которые могут понадобиться пожилым людям или людям с инвалидностью. Вы должны иметь достаточное количество специальных продуктов и принадлежностей, по крайней мере, на 3 дня. Убедитесь в том, что оказывающее помощь учреждение, где живет член вашей семьи, имеет план действий в случае массового бедствия и что вы знаете, где этот план находится.

## 7 НАУЧИТЕСЬ ДЕЛАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ И ОКАЗЫВАТЬ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ

Обратитесь сегодня же в ваше местное отделение Американского Красного Креста и научитесь оказывать элементарную первую помощь и делать искусственное

дыхание. Ваша подготовка может спасти жизнь любимого человека или соседа после массового бедствия.



## 8 УСТРАНИТЕ ОПАСНОСТИ У СЕБЯ ДОМА И НА РАБОТЕ

Вы должны закрепить содержимое вашего дома или офиса, чтобы снизить опасности, особенно во время сотрясений, вызванных землетрясением или взрывом. Жестко закрепите крупное электронное оборудование, закрепите двери шкафов, закрепите намертво высокие предметы мебели и закрепите такие подвесные предметы, как потолочные вентиляторы и картины.

Если вы живете в зоне повышенной пожароопасности, предпримите также необходимые меры для защиты вашего дома против лесных пожаров. Свяжитесь с вашей местной противопожарной службой или с офисом Калифорнийского департамента лесного хозяйства и пожарной защиты (California Department of Forestry and Fire Protection) и узнайте, как вы можете сделать ваш дом пожаробезопасным.

## 9 ОСОЗНАЙТЕ РИСКИ, ВОЗНИКШИЕ ПОСЛЕ 11 СЕНТЯБРЯ

В случае химического или токсического воздействия – или в случае применения бомб или взрывчатых веществ – не впадайте в панику.

- Если вы услышали взрыв, спрячьтесь под прочным столом или партой подальше от падающих предметов, а затем как можно скорее уйдите.
- В случае пожара держитесь ниже, закройте нос и рот влажной тканью и ищите безопасный маршрут эвакуации, держась подальше от жары или пламени.
- Если вы застряли среди обломков, закройте рот носовым платком или тканью, чтобы не вдыхать пыль. Свистите, чтобы уведомить спасателей, или стучите по трубе или стене. Не кричите и сохраняйте энергию.
- Если вы думаете, что вы подверглись воздействию химических или биологических веществ, как можно скорее обратитесь к врачу или в поликлинику.

## 10 ПРИМИТЕ АКТИВНОЕ УЧАСТИЕ, ПРЕДЛОЖИТЕ ПОМОЩЬ, ПРИМИТЕ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Сдайте кровь, свяжитесь с Калифорнийской службой Сервиса и вступите в местную Группу по ликвидации чрезвычайных ситуаций в округе (Community Emergency Response Team, CERT), обучите вашего соседа, станьте волонтером сегодня и вступите в ваш местный Красный Крест, Совет пожарной безопасности и другие волонтерские организации в вашем районе. Что бы вы ни делали, примите активное участие и примите ответственность за ваш штат.