

## Рекомендуемые средства для основного набора необходимого:

- Вода** - один галлон (4.5 литра) на человека в день, для питья и санитарной гигиены.
- Продукты питания** - по меньшей мере, трехдневный запас непортящихся продуктов.
- Работающий от батареек радиоприемник и дополнительные батарейки.**
- Карманный фонарик и дополнительные батарейки.**
- Набор для оказания первой помощи.**
- Свисток, с помощью которого можно было бы подать сигнал о помощи.
- Фильтрующая маска** или хлопчатобумажная футболка, для фильтрации воздуха.
- Влажные салфетки в санитарно-гигиенических целях.
- Гаечный ключ или плоскогубцы, чтобы перекрыть водо- или теплоснабжение.
- Ручной открыватель консервов (если Ваш набор включает в себя консервированные продукты).
- Листы полиэтилена и клейкую ленту, для создания убежища по месту пребывания.
- Влажные салфетки, мешки Мешки для мусора и пластмассовые крепления для завязывания мусорных мешков, в целях обеспечения личной гигиены.
- Средства с учетом дополнительных потребностей Вашей семьи** – например, ежедневные лекарства, принимаемые согласно рецепту, заменитель материнского молока для грудных детей или подгузники, важные документы, касающиеся Вашей семьи.

Общие рекомендации призваны положить начало процессу изучения необходимых критериев в деле обеспечения личной готовности к возможным чрезвычайным ситуациям. За текущей информацией или рекомендациями обращайтесь на веб-сайт [www.ready.gov](http://www.ready.gov).

Distributed in partnership with:



  
**Ready**  
Prepare. Plan. Stay Informed.®



**О важности  
подготовки.  
Займитесь  
подготовкой  
уже сейчас.**

  
**Ready**  
Prepare. Plan. Stay Informed.®



FEMA R-3 / Catalog No. 09077-1 RUSSIAN



**FEMA**

[www.ready.gov](http://www.ready.gov)

## О важности подготовки.

Вероятность того, что Вам и Вашей семье удастся благополучно выбраться из горящего дома, в равной мере зависит как от умения пожарных, так и от наличия исправного детектора задымления и продуманного плана по выходу из здания. Аналогичное утверждение справедливо и в отношении террористического нападения или иных чрезвычайных ситуаций.

В нашем распоряжении должны быть инструменты и планы, позволяющие справляться с ситуацией самостоятельными силами по крайней мере, в течение определенного периода времени, где мы ни находились в момент наступления чрезвычайной ситуации. Подобно наличию исправно работающего детектора, подготовка к непредвиденным событиям – исключительно важный фактор.

### Займитесь подготовкой уже сейчас.

## 1 Подготовьте набор предметов первой необходимости на случай чрезвычайной ситуации

Будьте готовы к импровизации и использованию подручных средств с тем, чтобы продержаться без посторонней помощи **по меньшей мере** три дня, возможно – в течение более долгого времени. При том, что Вам пригодились бы многие вещи – в первую очередь позаботьтесь о свежей питьевой воде, продуктах питания и обеспечении возможности дышать чистым воздухом.

Подумайте о возможной подготовке двух наборов необходимых средств. В первый набор поместите все то, что понадобится Вам, чтобы оставаться на своем прежнем месте и самостоятельно обеспечивать себя всем необходимым. Другой набор должен представлять собой более легкий, уменьшенный вариант первого – так, чтобы Вы могли взять его с собой при необходимости покинуть место своего пребывания.

Вам понадобится галлон (4.5 литра) **воды** на человека в день, для питья и санитарной гигиены. Включите в свой набор трехдневный запас непортящихся **продуктов питания**, которые не требовали бы особых условий хранения и специальных усилий при приготовлении – например, протеин-батончики, сухофрукты или консервированные продукты. Если Вы живете в холодном климате, добавьте сюда **теплую одежду** и спальный мешок на каждого члена семьи.

В некоторых случаях при террористических нападениях в воздух может подниматься мелкая микроскопическая “пыль”. Многие из веществ такого рода способны причинить вред лишь при попадании внутрь организма – соответственно, Вам следует подумать о возведении возможного барьера, который отделял бы Вас от зараженной внешней среды. Хорошо иметь что-то, из расчета на каждого члена семьи, что позволяло бы закрыть **рот и нос** – например, сложенные в два или три слоя хлопчатобумажную футболку, носовой платок или полотенце либо **фильтрующую маску**, которую можно приобрести в хозяйственно-бытовых магазинах. Очень важно, чтобы маска или другой материал плотно прилегла к Вашему лицу, таким образом, чтобы большая часть воздуха при дыхании проходила бы через маску, а не вокруг нее. Постарайтесь добиться того, чтобы маска как можно плотнее прилегла и при ее использовании детьми.

Также, добавьте в набор **клеякую ленту** и **плотные мешки для мусора или полиэтиленовые листы**, которые можно использовать для того, чтобы запечатать окна и двери, создавая барьер, который отделял бы Вас от потенциально загрязненной внешней среды.

## 2 Подготовьте план действий в чрезвычайной ситуации.

Заранее планируйте Ваши действия в чрезвычайной ситуации. Будьте готовы к тому, чтобы оценить ситуацию. Используйте здравый смысл и имеющиеся ресурсы для того, чтобы защитить себя и членов Вашей семьи.

### Разработайте план обеспечения связи с членами семьи.

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 подумать о возможных действиях в различных ситуациях. Подумайте над возможным планом, 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 легче связаться с кем-то по междугородной связи – таким образом такой человек за пределами города и, соответственно, территории, пострадавшей от чрезвычайной ситуации, может быть более удачным решением для обеспечения связи между оказавшимися порознь друг от друга родственниками. Убедитесь, что все знают номер, по которому нужно звонить, и у каждого есть монеты или предоплаченная телефонная карта, чтобы позвонить по такому телефону. Дозвониться может быть нелегко или же телефонная сеть может не работать вообще – однако наберитесь терпения.

В зависимости от Ваших обстоятельств и характера нападения, первое важнейшее решение заключается в том, следует ли Вам оставаться на месте или же предпринять эвакуацию. Вы должны понимать оба варианта и соответственно планировать свои действия. Постарайтесь определить, угрожает ли Вам непосредственная опасность, руководствуясь при этом здравым смыслом и информацией, которую Вы получаете из наших материалов. Следите за телевизионными и радиопередачами на предмет возможных инструкций, по мере их появления.

### Подготовьте план обеспечения возможного укрытия непосредственно на месте.

Возможны обстоятельства, при которых Ваши шансы на выживание могут быть обусловлены возможностью остаться на месте и возвести барьер, отделяющий Вас от потенциально зараженного внешнего воздуха – процесс, который можно описать при помощи слов “укрытие на месте” и “запечатать помещение”. Если в воздухе наблюдается серьезное присутствие пыли или других посторонних веществ, или если представители местных правоохранительных органов власти сообщают о значительном загрязнении воздуха – Вам, вероятно, следует обеспечить “укрытие на месте” и постараться “запечатать помещение”. Подумайте над возможностью заранее разрезать пластиковые листы таким образом, чтобы их можно было бы использовать, чтобы запечатать окна, двери и вентиляционные шахты. Каждый отрезок должен на несколько сантиметров превышать длину участка, который Вы хотели бы им закрыть, чтобы такой материал можно было бы прикрепить клейкой лентой к ровному участку стены. Обозначьте каждый подготовленный отрезок, указав участок для его использования.

Для оценки ситуации применяйте доступную информацию. Если в воздухе наблюдается серьезное присутствие пыли или других посторонних веществ, или если представители местных правоохранительных органов власти сообщают о значительном загрязнении воздуха – Вам, вероятно, следует обеспечить “укрытие на месте”. Быстро приведите внутрь всех членов семьи и животных; закройте двери и окна, вентиляционные решетки и дымоотводы каминов. Немедленно выключите системы кондиционирования воздуха, воздушного отопления, вытяжные вентиляторы и сушку стиральной машины. Достаньте средства, подготовленные Вами для чрезвычайной ситуации, и следуйте в выбранное Вами помещение. Запечатайте все окна, двери и вентиляторы. Помните, что попытка запечатать комнату – временная мера, призванная обеспечить барьер между Вами и зараженным воздухом вне помещения. Для дальнейших инструкций – смотрите телевизионные материалы, слушайте радио или ищите нужную информацию через Интернет.

**Планируйте действия по эвакуации.** Планируйте, каким образом Вы соберете все необходимое для Вашей семьи, а также подумайте о том, куда именно Вы будете стараться попасть после эвакуации. Выберите несколько различных направлений движения, таким образом, чтобы иметь различные варианты действий в чрезвычайной

ситуации. Если у Вас есть машина, старайтесь постоянно поддерживать ее бак в хотя бы наполовину заправленном состоянии. Изучите альтернативные выезды, а также иные альтернативные варианты транспортировки, которые позволяли бы покинуть Ваш район. Если у Вас нет машины – планируйте, каким образом при необходимости Вы могли бы покинуть свою территорию. Возьмите с собой набор предметов первой необходимости на случай чрезвычайной ситуации – если только у Вас нет оснований полагать, что набор был заражен или загрязнен опасными веществами, и замкните за собой дверь. Если Вы получили распоряжение об эвакуации, возьмите с собой домашних животных – однако помните, что если Вы собираетесь использовать централизованное убежище, животных туда могут не допускать. Если Вы полагаете, что воздух может быть загрязнен опасными веществами, передвигайтесь с поднятыми стеклами, вентилятором, с выключенными системами кондиционирования или отопления. Слушайте радио для дальнейших инструкций.

### Узнайте о планах действий в чрезвычайной ситуации, подготовленных в школе и на работе.

Подумайте о тех местах, где члены Вашей семьи проводят свое время: школа, работа, иные места частого посещения. Поговорите о существующих планах на случай чрезвычайной ситуации в школе Вашего ребенка и у себя на работе. Узнайте о том, каким образом при наступлении чрезвычайной ситуации такие учреждения намерены поддерживать связь с поднятыми членами семьи. Если Вы выступаете в роли работодателя – помните о важности иметь собственный план предприятия на случай чрезвычайной ситуации. Периодически изучайте такой план и проводите мероприятия по его практической отработке со своими сотрудниками. Слаженные действия соседей в чрезвычайной ситуации также исключительно важны. Поговорите со своими соседями о том, каким образом Вы могли бы совместно работать в таком направлении.

## 3 Следите за информацией о том, какие именно чрезвычайные ситуации могут иметь место.

Некоторые возможные шаги, которые Вы можете предпринять с тем, чтобы подготовиться к неожиданным событиям, такие как подготовка набора необходимых средств или разработка плана для поддержания в чрезвычайной ситуации связи с другими членами семьи, не различаются в зависимости от того, носило ли происшествие стихийный характер или же было вызвано действиями человека. Тем не менее, существуют серьезные различия между разными видами потенциальной террористической угрозы – такие как биологическое или химическое нападение, применение взрывных, ядерных или радиологических веществ, от чего могут зависеть принимаемые Вами решения и действия. Положив начало работе по ознакомлению со спецификой таких конкретных угроз, Вы готовитесь к тому, чтобы правильно отреагировать на чрезвычайную ситуацию. Обращайтесь на веб-сайт [www.ready.gov](http://www.ready.gov) для того, чтобы больше узнать о потенциальных террористических угрозах и иных чрезвычайных ситуациях, или позвоните по тел. 1-800-BE-READY (1-800-237-3239) для получения бесплатной брошюры.

Будьте готовы к тому, чтобы применить полученную информацию в соответствии с Вашими личными обстоятельствами, а также обязательно следуйте всем инструкциям, полученным со стороны представителей правоохранительных органов власти, находящихся на месте происшествия. Благодаря этим несложным приготовлениям Вы будете готовы к неожиданным событиям.

Займитесь подготовкой уже сейчас.

## 4 Примите участие в организации более широкой подготовки.

Существив необходимые приготовления к наступлению чрезвычайной ситуации для себя и своей семьи, сделайте следующий шаг и примите участие в организации более широкой подготовки. Присоединяйтесь к организации “Citizen Corps”, активно работающей над тем, чтобы еще больше обезопасить наши города и нашу страну в целом, сделав ее сильнее – в сочетании с дополнительной подготовкой. Перед нами стоит задача по защите своих городов от различных чрезвычайных ситуаций. Организация “Citizen Corps” активно работает на том, чтобы помочь людям в организации надлежащей подготовки, в обучении, а также – поиске возможностей для приложения своих сил в рамках такого процесса. Обращайтесь на веб-сайт [www.citizen corps.gov](http://www.citizen corps.gov) за дополнительной информацией и для непосредственного участия в этой работе.