



Be
Red Cross
Ready
КАРТА КОНТАКТОВ
НА СЛУЧАЙ
ЧРЕЗВЫЧАЙНОГО
ПРОИСШЕСТВИЯ

fold here

fold here

Be Red Cross Ready

Составление плана | Подготовка аварийного
комплекта | Осведомленность

1 (888) 4-HELP-BAY
1 (888) 443-5722
www.redcrossbayarea.org

fold here

fold here

Участок эвакуации по месту нахождения школы / детского сада

Участок эвакуации по месту нахождения работы

За пределами вашего района

Около дома

Места встречи в случае чрезвычайного происшествия

Имя главного контактного лица

Имя главного контактного лица

**Контактные лица на случай чрезвычайного происшествия,
находящиеся в ВАШЕМ РЕГИОНЕ**

Имя главного контактного лица

Имя главного контактного лица

**Контактные лица на случай чрезвычайного происшествия,
находящиеся за пределами ВАШЕГО РЕГИОНА**

fold here

fold here

Be Red Cross Ready

СОСТАВЛЕНИЕ
ПЛАНА
ПОДГОТОВКА
АВАРИЙНОГО
КОМПЛЕКТА
ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ

Вы готовы?

Как вы свяжетесь со своей семьей и друзьями после серьезного чрезвычайного происшествия? Есть ли у вас все необходимое в аварийном комплекте на случай чрезвычайного происшествия? Вы знаете, что делать в случае землетрясения? Небольшие подготовительные меры помогут вам обеспечить безопасность вас и ваших близких в случае чрезвычайного происшествия.

Составление плана

Заблаговременное планирование — это первый шаг для обеспечения готовности вашей семьи к возможному чрезвычайному происшествию.

- **Составление плана связи:** часто после серьезного чрезвычайного происшествия проще дозвониться до абонента, находящегося в другом городе, поэтому в качестве контактного лица следует выбрать человека, находящегося не в вашем регионе. Каждый член семьи должен будет сообщить ему о своей ситуации. Держите под рукой координаты контактных лиц на случай локального происшествия.
- **Определение места встречи после чрезвычайного происшествия:** необходимо выбрать место встречи около дома и за пределами вашего района на случай, если вы не сможете вернуться домой. Узнайте, где находятся участки эвакуации по месту расположения вашей работы, школы и детского сада.
- **Проверка и отработка плана**

Подготовка аварийного комплекта

Подготовьте необходимые запасы, которых вашей семье должно хватить как минимум на три дня. Подготовьте аварийные комплекты для дома, работы и машины.

- Непортящаяся еда и один галлон воды на человека в день
- Фонарик, радиоприемник с батарейками или заводной рукояткой, карты и необходимые инструменты
- Аптечка первой помощи и медикаменты
- Одежда и крепкая обувь
- Личные вещи и гигиенические принадлежности
- Деньги в мелких купюрах
- Контактная информация на случай чрезвычайного происшествия

Осведомленность

Узнайте правила обеспечения собственной безопасности до, во время и после чрезвычайного происшествия.

- **Землетрясение.** Находясь в здании, необходимо ЛЕЧЬ на пол, СПРЯТАТЬСЯ под крепким предметом мебели или около внутренней стены, прикрыть голову и ОСТАВАТЬСЯ в таком положении до окончания толчков. Находясь на улице, необходимо отбежать от зданий и деревьев, ЛЕЧЬ на землю, УКРЫТЬСЯ и ОСТАВАТЬСЯ на месте.
- **Пожар.** Необходимо выбраться наружу. Перед тем как открыть дверь, убедитесь в том, что она не нагрета. В случае задымления лягте на пол и передвигайтесь ползком. Если вы попали в ловушку, подайте сигнал о помощи через окно. Если вы выбрались из здания, оставайтесь на улице.
- **Пройдите инструктаж по оказанию первой помощи и технике искусственного дыхания:** записаться на занятия можно на веб-сайте www.redcrossbayarea.org.
- **Точная информация** передается на частоте 740 AM, 810 AM и 88,5 FM в области залива. Следуйте инструкциям представителей местной власти.