## Готовность ко всем опасностям с программой ESP!



Вы готовы противостоять крупному землетрясению, цунами, пожару, наводнению, террористическому акту или другой катастрофе?

Данная брошюра программы «Основы выживания в чрезвычайных ситуациях» (Emergency Survival Program, ESP) предлагает вашему вниманию простые в исполнении контрольные списки, которые помогут обеспечить вашу готовность. Следуя этим понятным указаниям, вы поможете вашей семье, району, предприятию или школе подготовиться, чтобы самостоятельно продержаться в случае следующей катастрофы.

В ежегодных информационных брошюрах программы ESP на веб-сайте www.espfocus.org представлена бесплатная информация о рекомендуемых ежемесячных мероприятиях. Также вашему вниманию предлагаются публикации специальных выпусков.

Не позвольте следующему землетрясению или катастрофе застать вас врасплох! Присоединяйтесь к программе ESP и будьте готовы к чрезвычайным ситуациям.

«Основы выживания в чрезвычайных ситуациях» (ESP) — это программа повышения информированности населения

#### Готовность — главное условие!



с целью обеспечения готовности к чрезвычайной ситуации дома, в районе, на работе и в школе.

Программа ESP была разработана округом Лос-Анджелес в 1989 г., ее координируют представители пятнадцати округов (Контра-Коста, Империал, Иньо, Керн, Лос-Анджелес, Марин, Моно, Ориндж, Риверсайд, Сан-Бернардино, Сан-Диего, Сан-Луис-Обиспо, Санта-Барбара, Санта-Крус и Вентура); Служба ликвидации последствий ЧС при губернаторе штата Калифорния (Governor's Office of Emergency Services); компания Southern California Edison; Центр по изучению землетрясений в южной Калифорнии; и Американский Красный Крест.

Позвоните в окружную службу ликвидации последствий ЧС и узнайте, как можно присоединиться к этой важной общественной информационной кампании, либо посетите веб-сайт www.espfocus.org.









Настоящий документ подготовлен благодаря гранту, предоставленному Дирекцией грантовых программ (Grants Programs Directorate) Федерального агентства по чрезвычайным ситуациям (Federal Emergency Management Agency, FEMA) Министерства национальной безопасности США (U.S. Department of Homeland Security). В данном документе отражены точки зрения и мнения авторов, которые необязательно совпадают с позицией или политикой Дирекции грантовых программ Федерального агентства США по чрезвычайным ситуациям Министерства национальной безопасности США. (Грант UASI 2007)

# КОНТРОЛЬНЫЕ СПИСКИ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ

10 жизненно важных пунктов





Опубликовано Службой по управлению чрезвычайными ситуациями округа Лос-Анджелес (Los Angeles County Office of Emergency Management)

www.espfocus.org

Ред.: октябрь 2010 г.

# План действий на случай ЧС Контрольный список 10 жизненно важных действий

1.		Узнайте, какие угрозы существуют в
		вашем районе.
2.		Определите места встречи.
	•	За пределами вашего дома
	•	За пределами вашего района
3.		Выберите контактное лицо,
		проживающее в другом штате.
4.		Изучите пути эвакуации.
	•	Выходы и альтернативные пути выхода
		из дома
<b>5.</b>		Узнайте, где расположена запорная
		арматура для коммуникаций.
	•	Водопровод
	•	Газ
	•	Электричество
6.		Ознакомьтесь с правилами школ,
		центров дневного ухода и ухода за
		взрослыми.
	•	Убежище/аварийные запасы в случае
		чрезвычайной ситуации
	•	Транспортировка
<b>7.</b>		Определите в каждой комнате
		безопасные места, где при
		необходимости можно укрыться.
	•	Под прочными столами
	•	У внутренних стен
8.		Запас лекарственных средств.
9.		Подготовьте специальные запасы для:
	•	Детей
	•	Пожилых людей
	•	Домашних животных
	•	Лиц с инвалидностью
	•	Лиц, не говорящих по-английски
10.		Составьте график ежегодных учений по
		подготовке к чрезвычайным ситуациям.

# Аварийный комплект Контрольный список 10 жизненно важных предметов

#### Аварийный комплект

1.		Вода (трехнедельный запас, не забудьте про домашних животных).
		•
2.	ш	Продукты питания (трехнедельный
		запас непортящихся продуктов и ручной
		консервный нож, не забудьте про
		домашних животных).
3.		Медицинская аптечка и руководство по
		оказанию первой помощи.
4.		Фонари (и запасные батарейки).
<b>5.</b>		Радио (и запасные батарейки).
6.		Лекарства (безрецептурные препараты,
		рецептурные препараты и списки
		рецептурных препаратов).
<b>7.</b>		Наличные деньги и важные документы
		(мелкие купюры и монеты, договоры,
		страховые документы, медицинские
		карты и т. п.).
8.		Одежда и прочная обувь.
9.		Инструменты (регулируемый гаечный
		ключ, огнетушитель, прочные перчатки,
		-
	_	свисток).
10.	Ш	Запас санитарно-гигиенических средств.



См. www.espfocus.org для получения более подробной информации

## Эвакуация Контрольный список 10 жизненно важных пунктов

- 1. Аварийный комплект.
- 2. Список контактных лиц, проживающих в другом штате.
- 3. Наличные деньги и кредитные карты.
- 4. Важные документы.
  - □ Карта социального обеспечения
  - □ Водительское удостоверение
  - □ Паспорт
  - □ Медицинская карта и медицинские документы
  - □ Страховая информация
- 5. Сменная одежда.
  - □ Для каждого члена семьи
- 6. Предметы личной гигиены.
  - □ Зубная щетка и зубная паста
  - □ Шампунь и мыло
  - □ Лосьон
  - □ Дезодорант
  - □ Туалетная бумага и салфетки «Клинекс»
- 7. Семейные фотографии.
- ·· comembre poror paymin
- 8. Предметы ухода за младенцами.
  - □ Подгузники
  - □ Молочная смесь
  - □ Продукты питания
  - □ Сменная одежда
- 9. Предметы для лиц с особыми потребностями.
  - □ Инвалидная коляска, трости и приспособления для ходьбы
  - □ Лекарственные средства
  - $\hfill \square$  Слуховые аппараты (и запасные
  - батарейки)
- 10. Предметы ухода за домашними животными.
  - □ Идентификационные документы и список прививок
  - □ Сумка для переноски животных или клетка
  - □ Намордник и поводок
  - □ Кормивода