



# РУКОВОДСТВО ПО ПОДГОТОВКЕ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ ШТАТА ПЕНСИЛЬВАНИЯ

Планируйте заранее. Будьте готовы.

[www.ReadyPA.org](http://www.ReadyPA.org)  
1-888-973-2397

RUSSIAN



Ready® PA

## Содержание

<b>СОДЕРЖАНИЕ</b> .....	Стр. 2
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	Стр. 3
<b>10 САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ</b> .....	Стр. 3-5
Наводнения • Пожары • Зимние бури • Тропические ураганы, торнадо и грозы	
• Пандемический грипп • Чрезвычайные ситуации, связанные с выбросом химически опасных веществ • Землетрясения и оползни • Ядерная угроза	
• Прорывы плотин • Терроризм	
<b>БУДЬТЕ ГОТОВЫ — СОСТАВЬТЕ ПЛАН</b> .....	Стр. 6
Как составить семейный план действий в чрезвычайной ситуации	
<b>ЧТО ВХОДИТ В ДОМАШНИЙ КОМПЛЕКТ НА СЛУЧАЙ ЧС</b> .....	Стр. 7-9
Дополнительные специальные принадлежности	
<b>ГОТОВНОСТЬ ТРАНСПОРТНОГО СРЕДСТВА</b> .....	Стр. 10
Как подготовиться	
<b>ПЕРЕЧЕНЬ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ НА СЛУЧАЙ ЧС, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ В ТРАНСПОРТНОМ СРЕДСТВЕ</b> .....	Стр. 10
<b>ГОТОВНОСТЬ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ</b> .....	Стр. 11
Как подготовиться	
<b>ПЕРЕЧЕНЬ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ НА СЛУЧАЙ ЧС, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ</b> .....	Стр. 11
<b>ПЛАНИРОВАНИЕ ОСОБЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ</b> .....	Стр. 12-17
Планирование для пожилых жителей Пенсильвании и людей с особыми медицинскими потребностями • Планирование для людей с ограниченными возможностями • Планирование для глухих или слабослышащих людей	
• Планирование для людей ограниченными умственными возможностями	
• Планирование для слепых или слабовидящих людей • Планирование для детей • Люди, которые могут помочь • Планирование для домашних животных, животных-поводырей и скота	
<b>ПОСЛЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ</b> .....	Стр. 18
<b>КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ВОПРОСАМ ПОДГОТОВКИ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ</b> .....	Стр. 19-20
Список контактов Агентства по чрезвычайным ситуациям/ Департамента здравоохранения	
<b>ФОРМА ПЛАНА ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ</b> .....	Стр. 21-23
Форма контактных лиц на случай чрезвычайной ситуации • Форма для указания аллергий и врачей • Лица с ограниченными возможностями	

## Почему необходимо готовиться к чрезвычайным ситуациям прямо сейчас?

Службы реагирования на чрезвычайные ситуации будут оказывать помощь в чрезвычайной ситуации, но они не смогут помочь сразу всем. Вот почему важно быть готовыми к самостоятельному выживанию в чрезвычайной ситуации в течение как минимум трех дней. Это означает наличие дополнительного укрытия, продуктов, воды, аптечки и других предметов первой необходимости. Мы не можем контролировать стихийные бедствия, чрезвычайные ситуации или террористические атаки, но мы можем подготовиться к ним и узнать, что нам следует делать, чтобы позаботиться о себе и своих близких. Это руководство поможет вам лучше подготовиться к чрезвычайной ситуации. Из него вы узнаете:

- О различных видах чрезвычайных ситуаций
- Как составлять планы действий в чрезвычайной ситуации и комплекты на случай ЧС для дома, транспортного средства и рабочего места
- Как составлять план на тот случай, если у вас есть особые потребности



## 10 самых распространенных чрезвычайных ситуаций

### № 1 НАВОДНЕНИЯ



Наводнения — самое распространенное стихийное бедствие в Пенсильвании, и они могут происходить по разному. Некоторые наводнения начинаются медленно в течение долгого

периода дождей либо когда после сильного снегопада начинается потепление. Другие, такие как ливневый паводок, могут начинаться очень быстро. Даже небольшие реки и высохшие русла ручьев могут переполниться водой и начнется наводнение.

Независимо от того, где вы живете, вы всегда должны быть готовы к наводнению. Узнайте, как подготовиться к наводнениям и что делать в случае наводнения, независимо от того, находитесь ли вы дома, в автомобиле или на работе, на веб-сайте [www.readypa.org](http://www.readypa.org).

### № 2 ПОЖАРЫ



Пожары могут распространяться быстро, поэтому они могут начать угрожать жизни и уничтожить дом за пять минут. Во время горения в воздух испаряются ядовитые газы, которые могут вызвать сонливость и потерю

контроля над мыслями и движениями. Основная причина гибели людей во время пожаров связана с отравлением дымом (вдыхание дыма), а не с ожогами. Узнать, как подготовиться и предотвратить пожар, можно на веб-сайте [www.readypa.org](http://www.readypa.org).

### № 3 ЗИМНИЕ БУРИ



Национальная метеорологическая служба называет зимние бури «обманчивыми убийцами», так как большинство смертельных случаев не являются непосредственным результатом бурь. Люди получают

травмы или погибают в дорожно-транспортных происшествиях на обледеневших дорогах или страдают от гипотермии (низкой температуры тела) из-за пребывания на холоде в течение длительного времени. Еще одна опасность, связанная с бурями, заключается в том, что они могут приводить к сбоям в электроснабжении.

Узнайте, как можно подготовиться к зимней погоде до того, как она наступит, посетите веб-сайт [www.readypa.org](http://www.readypa.org).

### № 4 ТРОПИЧЕСКИЕ УРАГАНЫ, ТОРНАДО И ГРОЗЫ



Тропические ураганы, торнадо и грозы могут быть причиной многочисленных разрушений и очень опасных погодных условий. Тропические ураганы могут

сопровождаться сильными ветрами, а иногда – серьезными наводнениями. Мощные торнадо могут возникать неожиданно и без предупреждения – иногда их невозможно заметить до тех пор, пока не появится воронкообразное облако. Грозы сопровождаются опасными молниями – одной из основных причин ежегодных смертей, связанных с погодными условиями, в США.

Узнайте, как подготовиться самим и подготовить свою семью к опасностям, которые несут с собой тропические ураганы, торнадо и грозы, на веб-сайте [www.readypa.org](http://www.readypa.org).

### № 5 ПАНДЕМИЧЕСКИЙ ГРИПП

Так же как и сезонный грипп, которым люди заболевают ежегодно, пандемический грипп



передается от больных людей, которые кашляют, чихают или прикасаются к таким поверхностям, как дверные ручки, кнопки лифтов и т. д. Но в отличие от сезонного гриппа, люди плохо защищены или совсем не защищены от нового вируса гриппа, вызывающего эпидемию, поэтому

заболеет очень много людей. Когда придет эпидемия

гриппа, она, с большой вероятностью, будет длиться в течение какого-то периода времени, приводя к изменениям во многих сферах нашей повседневной жизни, включая школу, работу, транспорт и другие коммунальные службы. Во время эпидемии гриппа у здоровых людей повышается риск серьезных заболеваний или осложнений.

Узнайте, что следует делать, чтобы подготовиться к эпидемии гриппа, на веб-сайте [www.readypa.org](http://www.readypa.org) и защитите себя и близких вам людей.

### № 6 ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ, СВЯЗАННЫЕ С ВЫБРОСОМ ХИМИЧЕСКИ ОПАСНЫХ ВЕЩЕСТВ



Химически опасные вещества – это вещества (такие как химикаты, жидкости или газы), которые при выбросе или неправильном

использовании могут представлять угрозу для окружающей среды или здоровья людей. В связи с тем, что химически опасные вещества ежедневно транспортируются по нашим автострадам, железным дорогам, водным путям и трубопроводам, чрезвычайная ситуация, связанная с выбросом химически опасных веществ, может произойти в любом месте, и вам нужно быть готовыми на тот случай, если это произойдет рядом с вами.

Узнайте, как подготовиться и что делать во время происшествия, связанного с выбросом химически опасных веществ, на веб-сайте [www.readypa.org](http://www.readypa.org).

### № 7 ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ И ОПОЛЗНИ



Землетрясения и оползни – это разрушительные катастрофы природного характера.

Землетрясение – это внезапное, быстрое колебание земной поверхности, вызванное

разрушением и сдвигом горной породы глубоко под землей.

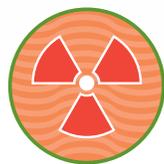
Если землетрясение происходит на территории, где находится много людей, оно может привести к многочисленным смертям и травмам. Несмотря на то, что большинству людей на ум приходит западное побережье нашей страны, когда они думают о землетрясениях, в действительности в США риск землетрясения высок в 45 штатах и территориях

США (включая Пенсильванию).

Оползни случаются во всех 50 штатах. Во время оползня большие массы горной породы, земли и пр. сползают вниз по склону (холма, горы и т. д.). Оползни могут быть вызваны ливнями, землетрясениями, пожарами и деятельностью человека. Оползни могут возникать внезапно и двигаться с очень большой скоростью, практически не оставляя времени на предупреждение. Также они могут перемещаться на несколько километров от места возникновения и увеличиваться в размере по мере попадания в них деревьев, валунов, автомобилей и других материалов.

В связи с быстротой и внезапностью возникновения землетрясений и оползней важно, чтобы вы и члены вашей семьи подготовились к ним заранее. Чтобы узнать, как это сделать, посетите веб-сайт [www.ready.gov](http://www.ready.gov).

#### № 8 ЯДЕРНАЯ УГРОЗА



Атомные электростанции используют ядерную тепловую энергию для превращения воды в пар, с помощью которого вырабатывается электричество. Несмотря на то, что Комиссия по ядерной энергетике

(Nuclear Regulatory Commission, NRC) осуществляет тщательное наблюдение за этими станциями, аварии на атомных станциях не исключаются. Такая авария может означать опасные уровни радиации, которые могут повлиять на здоровье и безопасность людей, проживающих вблизи атомной электростанции. Хотя риск возникновения аварии не высок, зная, как действовать во время такой чрезвычайной ситуации, вы можете уменьшить риск получения повреждений.

Жители, проживающие в 10-километровой зоне атомной электростанции, должны знать маршруты эвакуации в своем районе и иметь под рукой план действий в чрезвычайной ситуации.

Узнайте, как подготовиться к аварии на ядерном объекте, на веб-сайте [www.ready.gov](http://www.ready.gov).

#### № 9 ПРОРЫВЫ ПЛОТИН



При прорыве плотины большой поток с огромной скоростью устремляется вниз по течению. При прорыве плотин может быть очень мало времени на предупреждение, иногда это несколько часов после первых

признаков прорыва. В США около 80 000 плотин, и примерно одна треть из них имеет «высокую» или «значительную» степень опасности для жизни и имущества людей в случае прорыва. Но если вы подготовитесь и будете знать, что делать в случае прорыва плотины, вы можете значительно сократить риск для вас и вашей семьи.

Узнайте, как подготовиться к прорыву плотины, на веб-сайте [www.ready.gov](http://www.ready.gov).

#### № 10 ТЕРРОРИЗМ



Терроризм определяется как использование насилия и запугивания для достижения цели. Террористы, как правило, планируют свои нападения таким образом, что они приобретают

публичный характер (освещение в новостях) и сеют страх среди людей. К актам терроризма относятся угрозы терроризма; убийство высокопоставленных деятелей; похищение людей; захват (транспортного средства); сообщения о заложенном взрывном устройстве и подкладывание бомб; кибер-атаки (с помощью компьютера); использование химического, биологического, ядерного и радиологического оружия. Терроризм — это планируемое заранее преступное деяние. Для его предотвращения мы все должны осознавать его опасность и принимать меры для того, чтобы быть готовыми к нему заранее.

Чтобы узнать, как это сделать, посетите веб-сайт [www.ready.gov](http://www.ready.gov).

## Готовность дома

В чрезвычайной ситуации важно иметь план действий для вас и вашей семьи. Составление списка контактов на случай ЧС, составление плана действий для вашей семьи и наличие комплекта на случай ЧС под рукой — это самое важное, что вы можете сделать, чтобы быть готовыми.

### КАК СОСТАВИТЬ СЕМЕЙНЫЙ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

Члены вашей семьи могут быть разлучены в чрезвычайной ситуации, поэтому важно знать, как вы будете связываться друг с другом, как вы объединитесь вновь и что вы будете делать в чрезвычайной ситуации. Ниже приведены советы, которые помогут составить план действий в чрезвычайной ситуации для вашей семьи. Помните о том, что вы должны изучать и обновлять свой план действий в чрезвычайной ситуации несколько раз в год.

1. Соберитесь всей семьей и обсудите факторы риска при различных чрезвычайных ситуациях, включая наводнения, экстремальные погодные условия, аварии на атомных станциях и пандемии гриппа.
2. Обсудите, как вы и члены вашей семьи будете реагировать на каждую возможную чрезвычайную ситуацию.
3. Обсудите заранее, кто будет забирать детей и других зависящих от вас членов семьи, если ваша семья не будет вместе во время чрезвычайной ситуации, а также где вы встретитесь в случае получения указаний об эвакуации. Вы должны запланировать встречу как можно дальше от опасной зоны.
4. Обсудите, что вы будете делать в случае отключения электроэнергии или если кто-то получит травму.
5. Составьте поэтажный план (карту) вашего дома. Укажите маршруты эвакуации из каждой комнаты.
6. Узнайте, как отключать воду, газ и электричество с помощью главных выключателей у вас дома. Если по какой-либо причине вы отключили подачу природного газа в ваш дом, позвоните в вашу газовую компанию для возобновления подачи после чрезвычайной ситуации. Не пытайтесь возобновить подачу самостоятельно.
7. Разместите номера телефонов контактных лиц возле всех телефонов. Запрограммируйте номера телефонов в телефонные аппараты с функцией автоматического набора номера.
8. Научите детей, как и когда следует набирать 9-1-1, чтобы получить помощь в чрезвычайной ситуации.
9. Научите детей, как звонить другу или родственнику, которому вы доверяете, на тот случай, если вы будете разлучены во время чрезвычайной ситуации. В связи с тем что в чрезвычайной ситуации междугородные звонки часто сделать легче, чем местные, кто-то один из ваших контактных лиц на случай ЧС, должен находиться за пределами вашего района.
10. Скажите членам своей семьи о необходимости включить радио, метеорадио или телевизор для прослушивания информации о чрезвычайной ситуации.
11. Выберите два места встречи — место около вашего дома и место за пределами вашего района — на тот случай, если вы не сможете вернуться домой после чрезвычайной ситуации.
12. Пройдите обучение на курсах оказания первой помощи и сердечно-легочной реанимации. Для получения дополнительной информации обратитесь в отделение Американского Красного Креста: [www.redcross.org](http://www.redcross.org) или по тел.: 1-800-REDCROSS (1-800-733-2767). Обучение в районной службе реагирования на чрезвычайные ситуации (Community Emergency Response Team, CERT) также можно получить через Агентство по чрезвычайным ситуациям штата Пенсильвания (Pennsylvania Emergency Management Agency, PEMA), тел. 717-651-2141.
13. Храните важные семейные документы и последние фотографии (включая фотографии домашних животных) в водонепроницаемом и негорючем сейфе. Недорогие сейфы можно приобрести в большинстве хозяйственных магазинов. Ежегодно делайте фотокопии лицевой и обратной сторон карточек в вашем бумажнике и помещайте копии в сейф и в ваш комплект на случай ЧС.



Инструменты и принадлежности

- Контейнер/нейлоновая сумка/поясная сумка
- Комплект столовых принадлежностей или бумажные стаканчики, тарелки, пластиковая посуда
- Неэлектрический консервный нож
- Кухонная плита, работающая на пропане
- Кастрюля и сковорода для приготовления пищи
- Алюминиевая фольга
- Универсальный набор инструментов/универсальный нож
- Небольшой огнетушитель
- Бумага и карандаш/ручка
- Палатка
- Полимерная пленка и клейкая лента для создания укрытия на месте (используются после получения указаний)
- Плоскогубцы/гаечные ключи
- Монтировка
- Компас
- Осветительные палочки
- Сигнальная ракета
- Свисток
- Иголки и нитки
- Ножницы
- Спички в водонепроницаемом контейнере или сумке
- Пластиковые контейнеры для хранения или пластиковые пакеты для хранения
- Медицинская пипетка
- Противопылевой респиратор (для защиты от пыли/осколков)
- Каска
- Рабочие перчатки
- Вентилятор с батарейным питанием

Запасные ключи от автомобиля и дома

Нейлоновая веревка

Портативный генератор, если возможно

Краскораспылитель

Туалетная бумага/носовые платки/бумажные полотенца

Влажные салфетки

Средства личной гигиены — зубная щетка, зубная паста, дезодорант и т. д.

Женские принадлежности

Пластиковые мешки для мусора и завязки

Дезинфицирующее средство

Мыло

Полотенца/мочалка

Бытовой хлорсодержащий отбеливатель

Маленькая лопата

Пластмассовое ведро с плотно закрывающейся крышкой (для использования в качестве туалета)



## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

### Для детей:

- Молочная смесь/детское питание как минимум на три дня
- Подгузники как минимум на три дня
- Бутылочки как минимум на три дня
- Сухое молоко как минимум на три дня
- Медицинские препараты как минимум на неделю
- Игры/принадлежности для активных игр
- Специальная игрушка (игрушки) для успокоения
- Влажные салфетки
- Дополнительные комплекты одежды (проверяйте размеры каждые три месяца)
- Мазь против высыпаний
- Контактная информация на случай ЧС, если вы будете разлучены с близкими людьми во время чрезвычайной ситуации
- Одежда

### Для взрослых:

- Как минимум недельный запас любых отпускаемых по рецепту препаратов (сердечные средства, средства для снижения артериального давления, инсулин и т. д.)
- Стоматологические средства
- Контактные линзы и средства по уходу за ними
- Запасные очки
- Игральные карты и книги
- Бальзам для губ и солнцезащитный крем

### Для людей с особыми потребностями и пожилых жителей Пенсильвании

- Как минимум недельный запас отпускаемых по рецепту препаратов с информацией о дозировке (включая ингаляторы, инсулин и т. д.)
- Медицинское оборудование с руководством по эксплуатации
- Запасные очки, контактные линзы и слуховые аппараты
- Запасные батарейки для медицинского оборудования (слуховых аппаратов, инвалидной коляски, портативных баллонов с кислородом)

### Для домашних животных/животных-поводырей:

- Как минимум трехдневный запас корма для животных, вода в бутылках и принадлежности для вашего животного-поводыря или домашнего питомца
- Медицинские препараты и медицинские документы
- Аптечка для домашних животных
- Запасной ошейник и поводок с идентификационными бирками
- Тарелки/миски
- Гигиенический наполнитель для кошачьих туалетов/лоток
- Копии удостоверений
- Фамилия, имя и номер телефона ветеринара
- Номер микрочипа или татуировки
- Игрушки
- Угощения
- Подстилка
- Бумажные полотенца и мешки для экскрементов

### Папка с важными документами в водонепроницаемом контейнере:

- Последние семейные фотографии, включая фотографии домашних питомцев
- Копии карточек Medicare/Medicaid и карточек медицинского страхования
- Копии свидетельств о рождении
- Копии водительских удостоверений
- Копии полисов страхования собственного жилья и автомобиля
- Номера банковских счетов
- Наличные деньги
- Карты района и штата
- Предоплаченные телефонные карточки



## Готовность транспортного средства

Чтобы действовать быстро во время любого стихийного бедствия, ваш план действий в чрезвычайной ситуации должен включать все варианты. Чрезвычайная ситуация может произойти в то время, как вы управляете автомобилем, или вам может потребоваться эвакуация по первому требованию. Важно составить план действий в чрезвычайной ситуации применительно к вашему транспортному средству.

### КАК ПОДГОТОВИТЬ ВАШЕ ТРАНСПОРТНОЕ СРЕДСТВО К ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

1. В вашем автомобиле должен находиться комплект принадлежностей на случай чрезвычайной ситуации. В данный комплект должны входить продукты питания, вода, принадлежности для оказания первой помощи и другие запасы. Полный перечень принадлежностей на случай ЧС для вашего транспортного средства находится ниже.
2. В вашем плане действий в чрезвычайной ситуации должно быть указано, как связаться и воссоединиться с вашей семьей, если вы будете разлучены во время стихийного бедствия.
3. Залейте полный бак бензина в автомобиль на тот случай, если существует возможность или вероятность эвакуации. Заправочные станции могут быть закрыты в чрезвычайной ситуации и могут не заливать бензин в случае прекращения подачи электроснабжения. Запланируйте использовать одну машину на семью, чтобы сократить движение и пробки на дорогах.
4. Если вы эвакуируетесь в своем транспортном средстве:
  - Запланируйте выехать заранее, чтобы не оказаться в ловушке из-за плохих погодных условий или плохой видимости.
  - Следуйте рекомендуемым маршрутам эвакуации (избегайте сокращенных путей, так как они могут быть заблокированы).
  - Будьте внимательны: возможно обвисание линий электропередач, размыв дорог и мостов.**Никогда не заезжайте на затопленные территории.**

## Перечень принадлежностей на случай ЧС для транспортного средства

- Фонарик и батарейки
- Радиоприемник на батарейках
- Кабель для запуска двигателя от внешнего источника питания
- Запасной аккумулятор и зарядное устройство для сотового телефона
- Лопата для снега
- Спички и свечи
- Принадлежности для оказания первой помощи
- Одежда, запасная теплая одежда, перчатки и ботинки
- Скребок для льда
- Песок
- Вода в бутылках и нескорпортящиеся продукты
- Все остальное, что может потребоваться другим людям в автомобиле (специальные медицинские препараты, детские принадлежности, корм для животных и т. д.)



## Готовность на рабочем месте

Чрезвычайная ситуация может застать любого, в любое время, в любом месте. Вам нужно составить план на тот случай, если стихийное бедствие произойдет, пока вы будете на работе.

### КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

1. Ознакомьтесь с планом эвакуации и системой оповещения на работе.
2. Принимайте участие в пожарных учениях и не игнорируйте пожарную тревогу.
3. Убедитесь в том, что вы знаете, как добраться до выходов на лестницу.
4. Узнайте, кто отвечает за противопожарную безопасность в вашем офисе.
5. Храните комплект на случай ЧС (см. ниже) на рабочем месте.
6. Узнайте местонахождение типового оборудования на случай ЧС, включая:
  - Автоматические внешние дефибрилляторы (AED)
  - Аптечка первой помощи
7. Пройдите обучение на курсах оказания первой помощи и сердечно-легочной реанимации.

## Перечень принадлежностей на случай ЧС, которые необходимо иметь на рабочем месте

Обсудите со своими коллегами, какие принадлежности на случай ЧС может предоставить ваша компания, если таковые имеются, а также какие из них вам нужно иметь при себе. Рекомендуемые принадлежности на случай ЧС включают следующее:

- Вода в бутылках — каждому человеку нужно как минимум 4,5 л воды для питья и умывания
- Продукты питания — как минимум трехдневный запас нескорпортящихся продуктов
- Радиоприемник на батарейках и запасные батарейки
- Фонарик с запасными батарейками
- Аптечка первой помощи
- Свисток для подачи сигнала о помощи
- Противопылевой или фильтрующий респиратор
- Влажные салфетки
- Гаечный ключ или плоскогубцы для отключения коммунального оборудования
- Ручные консервные ножи (если комплект содержит консервы)
- Полимерная пленка и клейкая лента для герметизации помещения при получении указаний
- Мешки для мусора с пластиковыми завязками



## Планирование особых потребностей

Некоторым людям может потребоваться дополнительное планирование до возникновения чрезвычайной ситуации с тем, чтобы обеспечить удовлетворение особых потребностей во время чрезвычайной ситуации. Оно потребуется, среди прочего, для маленьких детей, пожилых жителей Пенсильвании и людей с особыми медицинскими потребностями. Информация данного раздела также поможет вам составить план для удовлетворения потребностей ваших домашних животных, животных-поводырей и скота.

### ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ ПЕНСИЛЬВАНИИ И ЛЮДЕЙ С ОСОБЫМИ МЕДИЦИНСКИМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

#### Лекарства

- У вас всегда должен быть как минимум трехдневный запас всех ваших медицинских препаратов.
- Храните ваши медицинские препараты в одном месте в оригинальной упаковке.
- Составьте список всех ваших лекарств с указанием названия, дозы, частоты приема и имени и фамилии назначившего их врача.

#### Медицинские принадлежности

- Если вы используете такие медицинские принадлежности, как бинты, калоприемники или шприцы, у вас должен быть дополнительный трехдневный запас.

#### Оборудование для внутривенных вливаний и зондового питания

- Поинтересуйтесь, есть ли у вашего насоса для вливаний дополнительная батарея и как долго она будет действовать в чрезвычайной ситуации.
- Узнайте у своего поставщика медицинских услуг на дому, как делать вливания без электричества в случае прекращения электроснабжения.
- Прикрепите письменные инструкции по эксплуатации ко всему оборудованию.

#### Кислородно-дыхательная аппаратура

- Если вы используете кислород, у вас должен быть дополнительный запас на случай ЧС (на три или более дня).
- Кислородные баки должны быть прочно закреплены, чтобы они не опрокинулись. Узнайте в своей компании по поставке медицинского оборудования инструкции по их закреплению.
- Если вы используете дыхательную аппаратуру, у вас должен быть запас трубок, растворов, лекарственных препаратов на три или более дня.

#### Электрическое медицинское оборудование

- Узнайте в своей компании по поставке медицинского оборудования информацию относительно запасных источников электропитания, таких, как аккумулятор или генератор, для всего электрического медицинского оборудования, такого как кровати, дыхательная аппаратура или насосы для вливания.
- Узнайте в местной коммунальной компании, правильно ли установлено дополнительное оборудование.

#### Дежурный чемоданчик с предметами первой необходимости на случай ЧС

Упакуйте чемоданчик на тот случай, если вам потребуется покинуть свой дом, следующим:

- Список медицинских препаратов.
- Медицинские принадлежности как минимум на три дня.
- Копии важных медицинских документов, таких как страховые удостоверения, предварительное распоряжение, доверенность и т. д.
- Когда вы будете покидать свой дом, удостоверьтесь в том, что вы взяли охлажденные лекарственные препараты и растворы.

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

### Медицинские принадлежности

- Если вы пользуетесь инвалидной коляской с батарейным питанием, системой обеспечения жизнедеятельности или другим оборудованием, работающим от источника питания, позвоните в свою энергокомпанию до того, как произойдет отключение электроэнергии. Во многих коммунальных компаниях есть список лиц, которые зависят от электроснабжения, и карта мест, где они проживают, на случай чрезвычайной ситуации. Узнайте у них, какие еще варианты доступны в вашем районе. Обратитесь в отдел обслуживания клиентов местных коммунальных компаний, чтобы узнать, доступна ли эта услуга в вашем районе.
- Если вы пользуетесь моторизованной инвалидной коляской или мотороллером, у вас должен быть запасной аккумулятор. В инвалидной коляске также можно использовать автомобильный аккумулятор, но его срок службы не такой длительный, как у аккумулятора для инвалидной коляски. По возможности у вас в запасе должна быть легкая инвалидная коляска с ручным управлением.

### ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ЛЮДЯМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ВО ВРЕМЯ СТИХИЙНОГО БЕДСТВИЯ

- Людям с ограниченными возможностями часто требуется больше времени, чем остальным, для выполнения всех необходимых во время стихийного бедствия действий.
- В связи с тем, что о стихийном бедствии часто предупреждают с помощью звуковых методов (которые легко услышать), таких как сирены и радиообъявления, глухие или слабослышащие люди могут не получить ранних сигналов предупреждения о стихийном бедствии и инструкций по действиям в чрезвычайной обстановке. Будьте для них источником информации о чрезвычайной ситуации по мере того, как о ней сообщают по радио и телевидению.
- Некоторые люди с проблемами со зрением, особенно пожилые, могут не захотеть покинуть свой дом, если об эвакуации сообщит незнакомец.
- Животное-поводырь может испытывать замешательство или дезориентацию во время стихийного бедствия. Слепые или люди с ослабленным зрением могут зависеть от других людей или от животного-поводыря во время стихийного бедствия.
- Животным-поводырям разрешается находиться во временных укрытиях вместе с владельцами. Для получения дополнительной информации проконсультируйтесь с сотрудниками местного отделения Американского Красного Креста или с сотрудниками агентства по чрезвычайным ситуациям.
- Люди, не могущие самостоятельно передвигаться, часто беспокоятся о том, что их могут уронить, когда будут поднимать или переносить. Узнайте, как лучше всего перемещать людей в инвалидной коляске и каким путем лучше всего выйти из здания.
- Некоторые люди с ограниченными умственными возможностями могут не понимать, что произошла чрезвычайная ситуация и могут быть дезориентированы или находиться в замешательстве относительно правильного способа реагирования.
- Многие заболевания дыхательной системы могут ухудшиться из-за стресса. В чрезвычайной ситуации кислородное и респираторное оборудование может быть недоступно.
- Люди, страдающие эпилепсией, болезнью Паркинсона и другими заболеваниями, часто имеют очень жесткие медицинские потребности, удовлетворение которых не может быть прервано без серьезных последствий. Некоторые могут быть неспособны сообщить эту информацию в чрезвычайной ситуации.

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ГЛУХИХ ИЛИ СЛАБОСЛЫШАЩИХ ЛЮДЕЙ

### Медицинские принадлежности

- В вашем комплекте на случай ЧС должны быть запасные батарейки для слуховых аппаратов и имплантатов.
- У вас должны быть батарейки для телефона с текстовым индикатором (TTY) (указаны в руководстве по эксплуатации).
- Храните запасные батарейки для TTY и светового сигнализатора телефонных звонков. См. руководство по эксплуатации для получения информации о надлежащем хранении батареек.
- Храните слуховой (ые) аппарат (ы) и принадлежности к нему (ним) в одном месте, чтобы их можно было быстро найти и использовать во время стихийного бедствия.
  - Например, их можно хранить в водонепроницаемом контейнере около кровати, прикрепленном к прикроватной тумбочке или стойке кровати с помощью веревки или липучки. Утерянные или поврежденные слуховые аппараты будет трудно заменить или отремонтировать сразу после крупномасштабного стихийного бедствия.

### Общение

- Определите, как вы будете связываться со службами реагирования на чрезвычайные ситуации в случае отсутствия переводчика или слуховых аппаратов. Положите дополнительную ручку и карандаши в ваш комплект на случай ЧС.
- Подумайте о том, чтобы носить с собой копию сообщений, состоящих из ключевых фраз, таких как «Я говорю на американском языке жестов и мне нужен переводчик», «Я не умею писать и читать по-английски», «Если вы будете делать объявления, мне необходимо, чтобы вы написали их или показали с помощью жестов».
- Установите звуковую (которую легко услышать) и визуальную дымовую пожарную сигнализацию с батарейным питанием.

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ УМСТВЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

### до, во время и после стихийного бедствия

- Потренируйтесь в действиях, которые вы будете делать во время и после стихийного бедствия. Потренируйтесь покидать места, где вы проводите время (работу, дом, школу и т. д.) до тех пор, пока вы не будете уверены в том, что знаете, что делать во время и после стихийного бедствия.
- Держите письменный план действий в чрезвычайной ситуации при себе и еще в нескольких местах. Убедитесь в том, что ваш план действий в чрезвычайной ситуации можно легко прочитать и понять.
- После стихийного бедствия информация часто поступает очень быстро. Продумайте способы выполнения действий, которые вам потребуется выполнять после стихийного бедствия. Небольшой магнитофон, календарь с местом для записей, список текущих дел и т. д. помогут вам вспомнить, что вам нужно сделать.
- Предоставьте копии вашего письменного плана действий в чрезвычайной ситуации людям в вашей личной сети поддержки.

### Коммуникация

- Подумайте о том, что нужно будет знать о вас спасателю, и будьте готовы кратко рассказать об этом или держите при себе письменную копию, где написано, например:
  - «Я не умею читать. Я слышу только с помощью слухового аппарата. Я могу показать простые картинки или ключевые слова, которые вы найдете в моем бумажнике или комплекте на случай ЧС».
  - «Мне может быть трудно понять то, что вы говорите мне, пожалуйста, говорите, медленнее и используйте простые слова».
  - «У меня плохая память. Пожалуйста, запишите информацию для меня».

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ЛЮДЕЙ

### Медицинские принадлежности

- Если вы пользуетесь тростью, у вас должны быть дополнительные трости, которые помогут вам перемещаться, на работе, дома, в школе, добровольческой организации и т. д.
- Запасная трость должна быть в вашем комплекте на случай чрезвычайной ситуации.
- Если это поможет, пометьте принадлежности на случай ЧС с помощью крупного шрифта, флуоресцентной ленты или шрифта Брайля.

### Дополнительные советы по обеспечению мобильности

- Если у вас плохое зрение, разместите охранное освещение с батарейным питанием в каждой комнате для освещения вашего пути. Такое освещение подключается к электрическим настенным розеткам и включается автоматически в случае отключения электричества. Оно будет, в зависимости от типа, работать автоматически в течение одного-шести часов и может быть отключено вручную и непродолжительно использоваться в качестве фонаря.
- Храните фонари большой мощности с широкими лучами и запасные батарейки.
- Если вы носите мягкие контактные линзы, которые необходимо очищать с использованием электричества, вам следует придумать другой способ их очистки во время отключения электричества.
- Животные-поводыри могут испытывать замешательство, панику, испуг или дезориентацию во время и после стихийного бедствия. Держите их в безопасных местах либо на цепи или поводке. Цепь/поводок — это важная часть управления нервным или расстроенным животным. Будьте готовы использовать другие средства передвижения, пока ваше животное-поводырь не успокоится.
- Приготовьтесь к возможной потере слуховых подсказок, на которые вы обычно полагаетесь, после крупного стихийного бедствия, таких как шумный перекресток и т. д.

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

- Убедитесь в том, что ваш комплект на случай ЧС включает достаточное количество молочной смеси, детского питания, подгузников, бутылочек, игрушек и игр для обеспечения безопасности и комфорта детей после стихийного бедствия.
- Если дети посещают детский сад, центры дневного ухода за детьми или школу, важно, чтобы родители или опекуны знали план действий учебного заведения в чрезвычайной ситуации. Часто изучайте и обновляйте информацию в карточке вашего ребенка на случай чрезвычайной ситуации.
- Разрешите другу или родственнику, которому вы доверяете и который живет поблизости, забирать ваших детей из школы в случае, если вы не сможете добраться до школы после стихийного бедствия.
- Попросите соседей, которым вы доверяете, позаботиться о ваших детях, если они будут одни дома, когда произойдет стихийное бедствие.



## ЛЮДИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОМОЧЬ

- Важная часть подготовки к стихийному бедствию – это планирование заранее вместе с семьей, друзьями и соседями. Узнайте, кто может прийти к вам домой и помочь вам, если общественный транспорт, например автобусы, не работает.
- Обсудите свои планы действий в чрезвычайной ситуации с вашим поставщиком медицинских услуг на дому.
- Узнайте в местной противопожарной службе или в агентстве по чрезвычайным ситуациям, есть ли у них список людей с особыми медицинскими потребностями. Если есть, удостоверьтесь, что информация, которая у них есть о вас, является актуальной.
- Если вам необходимо электричество для вашего медицинского оборудования, уведомите об этом свою энергетическую компанию, прежде чем произойдет стихийное бедствие. Некоторые компании сначала оказывают помощь людям с особыми медицинскими потребностями во время стихийного бедствия.
- Составьте список (имена и номера телефонов) людей, которые могут помочь:
  - Родственники и друзья
  - Соседи
  - Врач/поставщик медицинских услуг
  - Аптека
  - Местная больница
  - Поставщики медицинского оборудования и материалов

## ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ, ЖИВОТНЫХ-ПОВОДЫРЕЙ И СКОТА

Если у вас есть домашние животные, животные-поводыри или скот, важно включить их в ваш план действий в чрезвычайной ситуации. По мере того, как вы начинаете думать о готовности ваших животных, помните о том, что то, что хорошо для вас, хорошо и для ваших питомцев. Если вы эвакуируете свой дом, НЕ оставляйте своих животных. Однако, в связи с тем что многие государственные приюты не принимают животных, за исключением животных-поводырей, вам следует запланировать заранее различные варианты укрытия, которые подойдут и вам, и вашим животным. Ниже представлены некоторые указания, которые помогут вам подготовить своих домашних животных, животных-поводырей и скот к чрезвычайной ситуации.

- Для домашних животных и животных-поводырей включите следующие принадлежности в ваш комплект на случай ЧС:
  - Достаточный запас корма для животных и воды в бутылках как минимум на три дня (если возможно, на одну-две недели)
  - Лекарственные препараты
  - Ветеринарные документы для каждого из ваших домашних животных (включая запись, разрешающая спасателям предоставить вашему питомцу лечение при необходимости)
  - Документы о регистрации и (или) взятии животного из приюта
  - Список контактных лиц на случай ЧС
  - Гигиенический наполнитель для кошачьих туалетов/лоток или мешки
  - Ручной (неэлектрический) консервный нож
  - Миски для корма и воды
  - Ложка
  - Аптечка для животных
  - Тканевое или термоодеяло
  - Ошейник и поводок с биркой
  - Угощения и любимая игрушка (игрушки)



- Обсудите с ветеринаром эвакуацию и уход за животными в чрезвычайной ситуации.
- Создайте систему взаимопомощи, состоящую из соседей, друзей и родственников, которым можно доверять, чтобы быть уверенным, что кто-нибудь позаботится о ваших питомцах, если вы будете не в состоянии это сделать.
- Для целей здравоохранения многие временные укрытия не принимают животных. Во время подготовки вашего плана действий в чрезвычайной ситуации удостоверьтесь в том, что вы нашли укрытие для животных в вашем районе (гостиницы для животных, близлежащие фермы, местные ярмарочные площади или ярмарочные площади штата, Служба спасения животных штата Пенсильвания и т. д.)
- Узнайте заблаговременно, какие отели примут животных.
- Приготовьте переносную клетку, ошейник и поводок для своего питомца.
- Своевременно сделайте все вакцинации (прививки).
- Убедитесь в том, что у вас имеется более одного способа идентификации ваших питомцев (например, удостоверение и микрочип у собаки). На идентификационных бирках должна быть указана актуальная информация и они должны быть прочно прикреплены к ошейнику животного. По возможности также прикрепите бирку с указанием адреса и (или) номера телефона в месте вашей эвакуации. Также вы можете попросить ветеринара установить вашим питомцам микрочипы и (или) сделать татуировки как более надежный способ их идентификации.
- Сделайте копии медицинских документов и составьте список необходимых медицинских препаратов. Составьте отдельный список для каждого из ваших питомцев.
- Если вы вынуждены оставить животных дома, разместите знак в верхней части дома (например, на окне или на двери), чтобы спасатели могли легко его заметить. На знаке должны быть указаны вид и количество оставленных животных. Оставьте животным большое количество корма и воды с указаниями по кормлению для спасателей. Держите животных в самой безопасной части вашего дома в соответствии с видом чрезвычайной ситуации, которую вы ожидаете. Например, если вероятно наводнение, не размещайте животных в подвале.

#### **Домашний скот**

- Составьте план эвакуации домашнего скота. Ваш план должен включать список ресурсов, таких как грузовики, автомобильные прицепы, пастбище и (или) корма, которые могут потребоваться в случае эвакуации. Также в плане должно быть указано лицо или лица (а также их номера телефонов), которые смогут открыть ворота и двери, чтобы спасатели могли добраться до ваших животных.
- Приготовьте недоуздки и поводки.
- Сделайте копии медицинских документов и составьте список необходимых медицинских препаратов. Составьте отдельный список для каждого животного.
- Если вы вынуждены оставить животных дома, разместите знак в верхней части дома (например, на окне или двери), чтобы спасатели могли легко его заметить. На знаке должны быть указаны вид и количество оставленных животных. Оставьте животным большое количество корма и воды с указаниями по кормлению для спасателей.

#### **Дополнительная информация**

- Группы, чьи потребности не могут быть удовлетворены традиционными поставщиками услуг, могут обратиться в Службу спасения животных штата Пенсильвания. Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт <http://sart.psu.edu/>.



## После чрезвычайной ситуации

Опасность может оставаться и после окончания чрезвычайной ситуации. При планировании ваших действий до и во время чрезвычайной ситуации обязательно составьте план действий и после чрезвычайной ситуации. Ваши действия могут спасти вашу жизнь и жизнь других людей:

- Сохраняйте спокойствие. Помогите членам семьи и соседям, которые могут нуждаться в помощи.
- Убедитесь в безопасности близлежащей территории. В случае биологической, химической или радиологической угрозы слушайте указания по местному радио или телевидению о безопасных местах эвакуации.
- Некоторые стихийные бедствия, такие как сильные ураганы или землетрясения, могут продолжаться в течение следующих нескольких дней. Продолжайте сохранять спокойствие и следуйте указаниям относительно безопасности.
- Настройте свой радиоприемник или телевизор на местный канал оповещения о чрезвычайных ситуациях. После крупных катастроф информация может меняться быстро, поэтому регулярно слушайте последние новости. Если электроснабжение не восстановлено, слушайте радиоприемник или телевизор на батарейках либо автомобильное радио.
- Промойте небольшие раны водой с мылом. Для предотвращения инфицирования используйте бинты и меняйте их, если они загрязнились, повредились или пропитались водой.
- Если нет указаний об эвакуации из вашего района, оставайтесь вдали от дорог, чтобы аварийно-спасательные автомобили (например, машины скорой помощи и пожарные машины) могли быстро добраться туда, куда им требуется.
- Постарайтесь не пользоваться телефоном (сотовым или стационарным), если большинство домов в вашем районе подверглись воздействию стихийного бедствия. Телефонные линии должны быть доступны, чтобы службы реагирования на чрезвычайные ситуации могли быстро помочь людям. В течение периода времени непосредственно после стихийного бедствия используйте телефон только для того, чтобы сообщить о состояниях, представляющих угрозу для жизни, и позвонить вашему контактному лицу на случай чрезвычайной ситуации, находящемуся за пределами города.
- Отключите чувствительное электронное оборудование, такое как компьютеры, DVD-плееры и телевизоры, во избежание его повреждения во время возобновления подачи электроэнергии. Также вам следует отключить все крупные электрические и газовые приборы (печи, холодильники и стиральные машины), которые были включены во время прекращения подачи электроэнергии во избежание скачков напряжения во время восстановления подачи электроэнергии.
- Держите дверцы холодильника и морозильника закрытыми как можно дольше для сохранения холода. Дополнительную информацию о безопасности продуктов питания и воды после стихийного бедствия можно получить в [Центрах по контролю и профилактике заболеваний](#).
- Не используйте плиту для обогрева дома — это может привести к пожару или утечке газа.
- Будьте предельно внимательны при управлении автомобилем. Если светофоры не работают, относитесь к каждому сигналу как к знаку остановки — останавливайтесь на каждом перекрестке и смотрите по сторонам, прежде чем пересечь его.
- НЕ звоните 9-1-1, чтобы узнать об отключении электроэнергии или получить другую информацию о чрезвычайной ситуации. Даже во время или после стихийного бедствия телефон 9-1-1 должен использоваться только для сообщения о чрезвычайной ситуации. В случае отключения электроэнергии используйте оборудование с батарейным питанием, чтобы прослушать последние новости по радио или телевидению.



## ДЕТЯМ ТРЕБУЕТСЯ ВНИМАНИЕ ПОСЛЕ СТИХИЙНОГО БЕДСТВИЯ

- Поощряйте детей говорить о своих страхах. Позволяйте им задавать вопросы и говорить вам, как они себя чувствуют. По возможности выслушайте, что они как члены семьи говорят.
- Успокаивайте их с любовью.
- Убедите их в том, что они в безопасности, и отвечайте на их вопросы честно.
- Расскажите им простым языком о том, что произошло. Скажите им, что они не несут ответственность за случившееся. Ограничьте количество прослушиваемых ими по радио или просматриваемых по телевизору новостей.
- Часто держите их на руках и обнимайте.
- Когда они снова пойдут в школу, поощряйте их также говорить о своих проблемах с учителями или школьными психологами и играть в игры, кататься на велосипеде и делать все то, чем они занимались до стихийного бедствия.

## Важная контактная информация

### В случае чрезвычайной ситуации позвоните 9-1-1

Вы можете сделать многое для того, чтобы помочь вашей семье и району подготовиться к чрезвычайной ситуации. Для получения дополнительной информации позвоните в Департамент здравоохранения (Department of Health, DOH) штата Пенсильвания по тел. 1-877-PA-HEALTH, 1-877-724-3258, посетите веб-сайт [www.health.state.pa.us](http://www.health.state.pa.us) или обратитесь в окружной/муниципальный отдел здравоохранения, указанный ниже:

- Горячая линия штата Пенсильвания ReadyPA: 1-888-9-ReadyPA, 1-888-973-2397, [www.readypa.org](http://www.readypa.org)
- Департамент здравоохранения штата Пенсильвания: 1-877-PA-HEALTH, 1-877-724-3258, [www.health.state.pa.us](http://www.health.state.pa.us)
- Агентство по чрезвычайным ситуациям штата Пенсильвания: [www.pema.state.pa.us](http://www.pema.state.pa.us)
- Американский Красный Крест: 1-800-435-7669, [www.redcross.org](http://www.redcross.org)
- Компания Ready America: [www.ready.gov](http://www.ready.gov)
- Токсикологические центры штата Пенсильвания: 1-800-222-1222

### Список контактов Агентства по чрезвычайным ситуациям (Emergency Management Agency, EMA)/ Департамента здравоохранения (Department of Health, DOH)

Важно знать, кто в вашем районе сможет оказать вам помощь во время стихийного бедствия, в частности, если у вас есть особые потребности. Агентство по чрезвычайным ситуациям вашего округа может помочь вам подготовиться к чрезвычайным ситуациям до того, как они произойдут.

### Список контактов на случай чрезвычайной ситуации (форма для заполнения)

Составьте список контактов на случай ЧС. Попросите несколько друзей или родственников, живущих за пределами вашего района, быть контактными лицами для получения информации о вас и вашей семье после стихийного бедствия. Часто легче сделать междугородный телефонный звонок за пределы штата из зоны стихийного бедствия, чем позвонить другим людям в вашем районе. Все члены вашей семьи должны знать, что им следует позвонить контактному лицу и рассказать, где они находятся и как себя чувствуют. Контактное лицо, в свою очередь, должно связаться с вашими остальными друзьями и родственниками. Это также поможет ограничить количество входящих и исходящих звонков в зоне стихийного бедствия после восстановления телефонной связи.

- Стр. 20 — Контактная информация округа
- Стр. 21–23 — Образец плана действий в чрезвычайной ситуации для людей с особыми потребностями

## Список контактов ЕМА/DOH

Важно знать, кто в вашем районе сможет оказать вам помощь во время стихийного бедствия, в частности, если у вас есть особые потребности. Агентство по чрезвычайным ситуациям вашего округа может помочь вам подготовиться к чрезвычайным ситуациям до того, как они произойдут:

### Округ Adams

717-334-8603

### Округ Allegheny

412-473-2550

### Округ Armstrong

724-548-3431

### Округ Beaver

724-775-1700

### Округ Bedford

814-623-9528

### Округ Berks

610-374-4800

### Округ Blair

814-940-5900

### Округ Bradford

570-265-5022

### Округ Bucks

215-340-8700

### Округ Butler

724-284-5211

### Округ Cambria

814-472-2050

### Округ Cameron

814-486-9352

### Округ Carbon

570-325-3097

### Округ Centre

814-355-6745

### Округ Chester

610-344-5000

### Округ Clarion

814-226-6631

### Округ Clearfield

814-765-5357

### Округ Clinton

570-893-4090

доб. 209

### Округ Columbia

570-389-5720

### Округ Crawford

814-724-2552

### Округ Cumberland

717-240-6400

### Округ Dauphin

717-558-6800

### Округ Delaware

610-565-8700

### Округ Elk

814-776-5314

### Округ Erie

814-451-7920

### Округ Fayette

724-430-1277

### Округ Forest

814-755-3541

### Округ Franklin

717-264-2813

### Округ Fulton

717-485-3201

### Округ Greene

724-627-5387

### Округ Huntingdon

814-643-6613/6617

### Округ Indiana

724-349-9300

### Округ Jefferson

814-849-5052

### Округ Juniata

717-436-7730

### Округ Lackawanna

570-961-5511

### Округ Lancaster

717-664-1200

### Округ Lawrence

724-656-4927

доб. 3701

### Округ Lebanon

717-272-7621

### Округ Lehigh

610-782-4600

### Округ Luzerne

570-820-4400

### Округ Lycoming

570-433-9063

доб. 4732

### Округ McKean

814-887-5070

доб. 13

### Округ Mercer

724-662-6100

доб. 2442

### Округ Mifflin

717-248-9645/9607

### Округ Monroe

570-992-4113

### Округ

Montgomery

610-631-6530

### Округ Montour

570-271-3047

### Округ

Northampton

610-746-3194

доб. 226

### Округ

Northumberland

570-988-4217

### Округ Perry

717-582-2131

доб. 2256

### Округ Philadelphia

215-686-1450

### Округ Pike

570-296-6714

### г. Pittsburgh

412-255-2633

### Округ Potter

814-274-8900

### Округ Schuylkill

570-622-3739

### Округ Snyder

570-372-0535

### Округ Somerset

814-445-1515/1516

### Округ Sullivan

570-946-5010

### Округ

Susquehanna

570-278-4600

доб. 250

### Округ Tioga

570-724-9110

### Округ Union

570-523-3201

### Округ Venango

814-677-0325

### Округ Warren

814-563-2220

### Округ Washington

724-228-6911

### Округ Wayne

570-253-1622

### Округ

Westmoreland

724-600-7301

### Округ Wyoming

570-836-2828

### Округ York

717-840-2990

Сеть учреждений здравоохранения штата Пенсильвания состоит из 60 центров здоровья штата и 10 окружных и муниципальных отделов здравоохранения. Для получения информации о готовности к чрезвычайной ситуации, позвоните в свой отдел здравоохранения, указанный ниже.  
1-877-PA-HEALTH  
(1-877-724-3258)

**Отдел здравоохранения округа Allegheny**  
412-578-8026

**Отдел здравоохранения Allentown**  
610-437-7760

**Бюро здравоохранения Bethlehem**  
610-865-7087

**Отдел здравоохранения округа Bucks**  
215-345-3318

**Отдел здравоохранения округа Chester**  
610-344-6225

**Отдел здравоохранения округа Erie**  
814-451-6700

**Отдел здравоохранения округа Montgomery**  
610-278-5117

**Отдел здравоохранения Philadelphia**  
215-685-5670

**Отдел здравоохранения г. Wilkes-Barre**  
570-208-4268

**Бюро здравоохранения г. York**  
717-849-2252/2299

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ И ПОЖИЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ  
ПЕНСИЛЬВАНИИ**



Удостоверьтесь в том, что у вас, ваших родственников и друзей есть план на случай чрезвычайной ситуации. Прежде чем произойдет чрезвычайная ситуация, обсудите, как вы будете связываться друг с другом, с какими вопросами, связанными с передвижением и медицинскими препаратами, вам придется иметь дело, и что вы будете делать в чрезвычайной ситуации. Положите копию этого плана в свой комплект принадлежностей на случай ЧС или в другое безопасное место, где вы сможете легко его найти во время стихийного бедствия.

**КОНТАКТНЫЕ ЛИЦА НА СЛУЧАЙ ЧС**

Имя и фамилия первого контактного лица  
\_\_\_\_\_  
Номер телефона  
\_\_\_\_\_  
Адрес эл. почты  
\_\_\_\_\_  
Кем вам приходится  
\_\_\_\_\_

Имя и фамилия второго контактного лица  
\_\_\_\_\_  
Номер телефона  
\_\_\_\_\_  
Адрес эл. почты  
\_\_\_\_\_  
Кем вам приходится  
\_\_\_\_\_

**ОСОБЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ПОТРЕБНОСТИ ИЛИ ПОТРЕБНОСТИ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
(например, диабет, эпилепсия, заболевание сердца, высокое артериальное давление и т. д.)**

Особые медицинские потребности / Потребности людей с ограниченными возможностями  
\_\_\_\_\_  
Особые медицинские потребности / Потребности людей с ограниченными возможностями  
\_\_\_\_\_

Особые медицинские потребности / Потребности людей с ограниченными возможностями  
\_\_\_\_\_  
Особые медицинские потребности / Потребности людей с ограниченными возможностями  
\_\_\_\_\_

**МЕДИЦИНСКИЕ ПРЕПАРАТЫ**

Название медицинского препарата  
\_\_\_\_\_  
Причина приема  
\_\_\_\_\_  
Дозировка и частота приема  
\_\_\_\_\_  
Название медицинского препарата  
\_\_\_\_\_  
Причина приема  
\_\_\_\_\_  
Дозировка и частота приема  
\_\_\_\_\_

Название медицинского препарата  
\_\_\_\_\_  
Причина приема  
\_\_\_\_\_  
Дозировка и частота приема  
\_\_\_\_\_  
Название медицинского препарата  
\_\_\_\_\_  
Причина приема  
\_\_\_\_\_  
Дозировка и частота приема  
\_\_\_\_\_

**В СЛУЧАЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ НАБЕРИТЕ 911**

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ И ПОЖИЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ  
ПЕНСИЛЬВАНИИ**



**АЛЛЕРГИИ**

Аллергия

Аллергия

Что происходит

Что происходит

Аллергия

Аллергия

Что происходит

Что происходит

**ИСПОЛЬЗУЕМОЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

(сюда могут относиться инвалидная коляска, костыли, аппарат для диализа на дому, респиратор, кислород и т. д.)

Вид оборудования

Вид оборудования

Вид оборудования

Вид оборудования

**ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

**НОМЕР ТЕЛЕФОНА**

**НОМЕР ПОЛИСА (если необходимо)**

Имя и фамилия врача

Другой врач

Фармацевт

Медицинская страховка

Страхование собственного жилья /  
Страхование арендуемого жилья

Ветеринар /  
Гостиница (для животных)

**В СЛУЧАЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ НАБЕРИТЕ 911**

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ И ПОЖИЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ ПЕНСИЛЬВАНИИ**



Удостоверьтесь в том, что у вас, ваших родственников и друзей есть план на случай чрезвычайной ситуации. Заполните эти карточки и раздайте каждому из них, чтобы быть уверенным, что они знают, кому звонить и какие действия выполнять в случае чрезвычайной ситуации.

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ		Ready PA		ВАЖНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ	
Имя и фамилия первого контактного лица	Телефон	Медицинские препараты			
Имя и фамилия второго контактного лица	Телефон	Аллергии			
Врач	Телефон	Используемое оборудование			
Особые медицинские потребности / потребности людей с ограниченными возможностями					
<b>В СЛУЧАЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ НАБЕРИТЕ 911</b>					

^  
МЕСТО  
ДЛЯ СГИБА  
v

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ		Ready PA		ВАЖНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ	
Имя и фамилия первого контактного лица	Телефон	Медицинские препараты			
Имя и фамилия второго контактного лица	Телефон	Аллергии			
Врач	Телефон	Используемое оборудование			
Особые медицинские потребности / потребности людей с ограниченными возможностями					
<b>В СЛУЧАЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ НАБЕРИТЕ 911</b>					



pennsylvania



Ready® PA

Планируйте заранее. Будьте готовы.

[www.ReadyPA.org](http://www.ReadyPA.org)

1-888-973-2397