

## **Инструкция для жителей о правилах поведения в случае крупномасштабного теракта или стихийного бедствия**

### **ПЕРВЫЙ ШАГ. Подготовьте «тревожный набор»**

Каждый из нас должен иметь возможность выжить в течении трех суток или более. Этот срок необходим, чтобы безвыходно находиться в доме или квартире в случае атаки с использованием химического, биологического или радиологического оружия.

#### ***В «тревожном наборе» должны быть:***

- ↪ Все основные документы членов семьи.
- ↪ Запасная одежда и спальные мешки.
- ↪ Вода. Ее запас абсолютно необходим, потому что в случае проявления нештатной ситуации могут начаться перебои с водоснабжением.

Потребность человека в воде зависит от его роста, веса, возраста и т.д. ВУ любом случае необходимо запастись, как минимум, 4,5 литра воды на сутки на каждого члена семьи. Маленьким детям и беременным женщинам требуется больше воды. В жару потребность в ней увеличивается вдвое.

Вода должна храниться в пластиковой или эмалированной таре. Ни в коем случае не используйте стеклянные бутылки, которые могут легко разбиться. Если вы храните бутилированную воду, то меняйте запас каждые полгода.

#### ↪ Продовольствие.

У вас может не оказаться возможности купить еду в магазине, приготовить ее на газовой или электроплитке, поскольку подвоз продовольствия может быть невозможен, а газовые и электрические сети могут быть повреждены. Поэтому запас продовольствия в каждом доме – насущная необходимость.

Используйте консервы (не забудьте положить к ним консервный нож), высококалорийные продукты длительного хранения (например, шоколад, печенье). Неконсервированные продукты заранее переложите в пластмассовые контейнеры с плотно закрывающейся крышкой. Полезно также иметь в запасе чай, растворимый кофе, сухое молоко, соль, сахар и т.д.

#### ↪ Аптечка. В ней должны находиться:

учебник или инструкция по оказанию первой помощи, бинты, вата, пинцет, спирт, мыло, резиновые или пластиковые перчатки, вазелин, ножницы, шприцы, термометр, аспирин, снотворное, препараты против диареи, витамины и т.д., а также запас лекарств, которые члены вашей семьи вынуждены принимать постоянно.

Кроме того, в аптечке полезно хранить запасную пару очков.

#### ↪ Инструменты и принадлежности.

Обязательны: фонарик, радиоприемник на батарейках и запасные батарейки, сигнальные факелы, свисток, маленький баллон с бензином, компас, блокноты, ручки, карандаши, будильник, пластиковые ложки, вилки, ножи, тарелки, бутылка жидкого отбеливателя (она может понадобиться для очистки воды), сухой спирт.

#### ↪ Необходимые вещи для детей и домашних животных.

«Тревожный набор» должен находиться в доступном и известном всем членам семьи, включая детей, месте. Он должен храниться в рюкзаках или сумках, которые могут быть распределены для переноски между членами

семьи. Кроме того, подобные наборы могут быть в машине и на работе у каждого взрослого.

В доме должны храниться клейкая лента и запас пластиковых мешков. Эти предметы могут понадобиться в случае, если вам придется изолировать двери и окна.

«Тревожный набор» следует перепроверять и, при необходимости, перекомплектовывать каждый сезон. Летом вам могут понадобиться одни вещи, зимой другие.

### **ВТОРОЙ ШАГ. Разработайте план связи с членами семьи.**

☞ Члены семьи могут находиться в разных местах в момент совершения атаки или начала стихийного бедствия. У каждого из вас должны быть номера телефонов, пейджеров, адреса работы и учебы ваших близких, их адреса электронной почты и т.д., поскольку неизвестно, когда и каким образом вам удастся вступить с ними в контакт.

☞ Договоритесь с вашими родственниками, друзьями и знакомыми, живущими или работающими вдали от вашего дома, о том, что в случае нужды они будут выполнять рол координаторов. У каждого члена вашей семьи должны быть адреса и телефоны этих людей.

☞ Также введите в память сотового телефона или запишите на листочке бумаги, который храните в бумажнике, номера телефонов, куда вы можете позвонить в случае тревоги: больницы, милиции, пожарные, органы власти, средства массовой информации и т.д.

Это необходимо не только, чтобы вызвать «скорую» или пожарных, но и для того, чтобы получать жизненно важную информацию, если у вас не будет работать телевизор, радиоприемник и т.д.

☞ Подготовьте безопасную комнату, в которой храните «тревожные наборы». Лучший выбор – помещение с минимальным количеством окон малого размера, которые легко герметизировать.

☞ Если у вас есть домашние животные – подумайте, как вы можете обезопасить их.

☞ Вместе с соседями обсудите, как вы можете оказать помощь больным и престарелым людям, живущим рядом с вами.

### **ТРЕТИЙ ШАГ. Узнайте больше.**

Следите за новостями!

Если ваша семья заранее знает, чего ожидать, вам будет легче избежать опасности. Знайте, как настроиться на волны местных радиостанций. Именно с их помощью местные власти будут информировать население о том, что необходимо делать далее.

Заблаговременно подготовьтесь к неожиданностям. Например, вы можете заранее узнать о правилах оказания первой помощи.