

## Информация для подготовки личного плана действий в чрезвычайной ситуации Personal Emergency Plan Information

Используйте эту форму, чтобы отработать план действий на случай чрезвычайной ситуации. Составьте план с членами семьи, друзьями и лицами, которые ухаживают за вами, и определите, каким образом вы будете поддерживать связь друг с другом, где вы встретитесь, и что будете делать в чрезвычайной ситуации. **Храните копию этого плана в вашем «аварийном комплекте» или в другом надежном месте, к которому вы сможете легко получить доступ в чрезвычайной ситуации.** Не возвращайте эту форму менеджеру, который ведет ваше дело.

Личная контактная информация				
ВАШЕ ИМЯ И ФАМИЛИЯ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ		
АДРЕС ПРОЖИВАНИЯ		БЛИЖАЙШАЯ ПЕРЕСЕКАЮЩАЯ УЛИЦА		
Контактная информация в чрезвычайной ситуации				
Имена и фамилии, номера телефонов и адреса электронной почты лиц, с которыми следует связаться в чрезвычайной ситуации.				
МЕСТНОЕ КОНТАКТНОЕ ЛИЦО (ИМЯ И ФАМИЛИЯ)		КЕМ ПРИХОДИТСЯ		
НОМЕР ТЕЛЕФОНА	НОМЕР МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ		
МЕСТНОЕ КОНТАКТНОЕ ЛИЦО (ИМЯ И ФАМИЛИЯ)		КЕМ ПРИХОДИТСЯ		
НОМЕР ТЕЛЕФОНА	НОМЕР МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ		
КОНТАКТНОЕ ЛИЦО В ДРУГОМ ГОРОДЕ (ИМЯ И ФАМИЛИЯ)		КЕМ ПРИХОДИТСЯ		
НОМЕР ТЕЛЕФОНА	НОМЕР МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ		
При наступлении чрезвычайной ситуации, кто будет проверять, все ли с вами в порядке?				
ИМЯ И ФАМИЛИЯ	КЕМ ПРИХОДИТСЯ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ	
ИМЯ И ФАМИЛИЯ	КЕМ ПРИХОДИТСЯ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА	АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ	
Места встречи в случае наступления чрезвычайных ситуаций				
Места для встречи с членами семьи, друзьями и лицами, осуществляющими уход при наступлении чрезвычайной ситуации				
ПУНКТЫ ЭВАКУАЦИИ		НОМЕР ТЕЛЕФОНА		
МЕСТО ВСТРЕЧИ В ВАШЕМ МИКРОРАЙОНЕ		НОМЕР ТЕЛЕФОНА		
РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕСТО ВСТРЕЧИ		НОМЕР ТЕЛЕФОНА		
Важная медицинская контактная информация				
ОСНОВНОЙ ЛЕЧАЩИЙ ВРАЧ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА	НАЗВАНИЕ ЛЕКАРСТВА	ДОЗА	ЧАСТОТА ПРИЕМА
ФАРМАЦЕВТ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА			
<b>Медицинское оборудование, необходимо вам при наступлении чрезвычайной ситуации:</b>				
<b>Что должны знать о вас и вашем жилье люди, которые придут на помощь в чрезвычайной ситуации?</b>				

## Советы по составлению плана действий в чрезвычайной ситуации

### Будьте готовы

Люди, позаботившиеся о том, чтобы составить план действий в чрезвычайных ситуациях, повышают свои шансы выжить и дожидаться помощи.

При наступлении чрезвычайной ситуации власти штата и местная администрация могут порекомендовать вам оставаться дома. Все население должно быть готово позаботиться о себе в своем доме в течение, как минимум, трех дней. Возможно, ваш дом должен будет служить вам единственным убежищем, пока не придет помощь. Этот контрольный листок поможет вам подготовиться к чрезвычайной ситуации.

Слушайте последние официальные сообщения, чтобы узнать, оставаться ли вам дома или покинуть его. Радиоприемник, работающий от батареек - самый надежный способ узнавать последнюю информацию, поскольку электричество и телефонная связь могут не работать.

Не надейтесь только на помощь. Составьте собственный план действий в чрезвычайной ситуации. Если вам потребуется поддержка в чрезвычайной ситуации, включите в ваш план тех, кто будет вам помогать. Регулярно связывайтесь с ними, чтобы убедиться, что они все еще готовы оказать вам помощь в случае чрезвычайной ситуации.

Убедитесь в том, что ваш план соответствует актуальным условиям, а также контролируйте срок хранения/годности стратегических запасов.

### Программы помощи

Специальные программы помощи могут быть доступны вам в случае чрезвычайной ситуации. Обратитесь в местную пожарную команду, отделение полиции, а также в бюро противодействия чрезвычайным ситуациям, чтобы узнать, предлагаются ли на их базе подобные программы. Если для вашего медицинского оборудования необходимо электропитание, встаньте на учет в местной компании, поставляющей электроэнергию.

### Подготовьтесь к разным типам чрезвычайных ситуаций

Составляя план, учитывайте чрезвычайные ситуации различных типов, к примеру пожары, землетрясения, ураганы или цунами. Подготовьте «аварийный комплект» с соответствующими стратегическими запасами, а также разработайте план, опирающийся на адекватные ресурсы поддержки в чрезвычайных ситуациях.

### Аварийные запасы

Позаботьтесь о том, чтобы следующие стратегические запасы на случай чрезвычайной ситуации хранились в месте, к которому вы легко сможете получить доступ при наступлении такой непредвиденной ситуации:

- Фонарик на батарейках и запасные батарейки
- Предметы личной гигиены
- Телефон, не требующий электроэнергии для работы
- Сигнальные средства, например, свисток и зеркало
- Продукты питания: 3-дневный запас простых в приготовлении фасованных пищевых продуктов на человека.
- Мини-гриль или походная плитка и сверхпрочная алюминиевая фольга
- Водонепроницаемые спички, свечи и топливо для приготовления пищи
- Фонарик и запасные батарейки
- Спальные мешки и дополнительные одеяла
- Необходимые в быту предметы
- Консервный нож
- Двухнедельный запас медикаментов, которые вам необходимо принимать
- Бумажные тарелки и пластмассовые приборы
- Копии важных документов (информация о страховке, удостоверение личности и т.п.)
- Универсальный инструмент
- Комплект средств оказания первой помощи /аптечка
- Наличные деньги (монеты и мелкие купюры)
- Специализированные продукты питания
- Вода: 1 галлон на человека в день - минимум на 3 дня
- Пища и вода для ваших животных
- Смена одежды, перчатки и прочная обувь
- Игрушки, книги, головоломки, игры
- Медицинские принадлежности