

Набор предметов первой необходимости, продолжение...

- Мыло или антибактериальный гель
- Туалетная бумага
- Женские гигиенические средства
- Предметы личной гигиены, такие как зубная щетка и паста
- Полиэтиленовые мусорные пакеты
- Хлорка
- Наличные деньги (мелкие банкноты и монеты; если электричество будет отключено, вы не сможете пользоваться банкоматами или кредитными картами)

Запасы для домашних животных

- Еда
- Вода
- Медикаменты
- Поводок
- Идентификационные жетоны для животных
- Ящик с песком
- Справки о прививках

Одежда и постельные принадлежности

Сюда входит по крайней мере одна полная смена одежды и крепкая пара обуви.

- Одеяла или спальные мешки

Специальные принадлежности

- Молочная смесь
- Подгузники
- Бутылочки
- Контактные линзы и средства по уходу за ними
- Запасные очки
- Предметы развлечения — игры, книги

Важные семейные документы

Храните следующие документы в водонепроницаемом переносном контейнере

- Завещания, страховые полисы, договоры, юридические документы, акции и облигации
- Паспорта, карточки социального обеспечения, справки о прививках
- Номера банковских счетов
- Номера счетов кредитных карт и имена кредиторов
- Перечень ценных предметов, важные телефонные номера
- Документы, фиксирующие гражданское состояние (свидетельства о рождении, браке, смерти)

Американский Красный Крест Большого Лос-Анджелеса и Департамент здравоохранения округа Лос-Анджелес желают, чтобы отдельные лица и целые семьи были подготовлены ко всем видам чрезвычайных ситуаций. Мы считаем, что готовность к чрезвычайным ситуациям может спасти много жизней, и мы советуем всем последовать максимально возможному количеству советов, приведенных в данной брошюре, для обеспечения собственной безопасности.



Для получения дополнительной информации о готовности к чрезвычайным ситуациям посетите сайт: www.redcrossLA.org, www.labt.org или www.lapublichealth.org

This publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

Семейный набор предметов первой необходимости



Что может вам понадобиться в случае бедствия?



Набор предметов первой необходимости

Чрезвычайные ситуации могут произойти в любой момент, и в таких случаях семьям часто приходится в течение нескольких дней обходиться собственными средствами. В чрезвычайной ситуации уже слишком поздно начинать планировать, каким образом вы и ваша семья справитесь с ней, или собирать вещи, необходимые для выживания. В случае крупного бедствия, службы спасения могут быть перегружены и способны реагировать только на ситуации, угрожающие жизни. Если вам придется ждать помощи несколько часов или даже дней, будет ли ваша семья готова справиться с ситуацией?

Заблаговременная подготовка к чрезвычайной ситуации — это самый надежный путь к спасению. И важным шагом здесь является составление набора предметов первой необходимости. Заранее собрав эти запасы, ваша семья будет гораздо лучше подготовлена к эвакуации или вынужденному длительному пребыванию дома.

Вначале о главном.

Подберите подходящую тару, в которой вы будете хранить свои запасы, с расчетом на соответствующее количество людей. Тара должна быть годной для поднятия или транспортировки на колесах в случае эвакуации. Например, можно использовать большой мусорный бак с крышкой, пластмассовый ящик или рюкзак.

Определите место для хранения вашего набора.

Храните ваш набор предметов первой необходимости в доступном месте, известном всем членам вашей семьи.



Храните компактный набор предметов первой необходимости в багажнике вашего автомобиля.



Перечень запасов, входящих в набор предметов первой необходимости

Важнейшими вещами в таком наборе являются как минимум трехдневные запасы еды и питья на человека, средства для оказания первой медицинской помощи, одежда и постельные принадлежности, инструменты, необходимые вещи и средства, а также предметы для особых нужд.

Пересматривайте состав вашего набора каждые шесть месяцев. Обновляйте еду и питье и добавляйте определенные вещи по мере необходимости этого для вашей семьи.

Вода

- Запаситесь водой из расчета один галлон (3,78 литра) на человека (или животное) в день.
- Храните воду в пластмассовых сосудах, таких как бутылки для безалкогольных напитков. Воздержитесь от использования бьющихся сосудов, например, стеклянных бутылок.

Еда

Выбирайте продукты, не требующие заморозки, предварительной обработки или готовки, а также практически или совсем не требующие использования воды. Выбирайте компактные и легкие продукты. И, что важнее всего, выбирайте те продукты, которые нравятся вам и вашей семье.

- Готовые к употреблению мясные, фруктовые и овощные консервы
- Консервированные соки, молоко, супы
- Высококалорийные продукты, такие как арахисовое масло, джем, галеты, батончики из гранолы, фруктово-ореховые смеси
- Специальное питание для младенцев, пожилых людей или людей, придерживающихся особой диеты
- Любимые лакомства, например, печенье, конфеты и т.д.

Аптечка

Соберите домашнюю и дорожную аптечку для каждого автомобиля.

- Бактерицидный лейкопластырь разных размеров
- 2-дюймовые стерильные марлевые салфетки (4-6)
- 4-дюймовые стерильные марлевые салфетки (4-6)
- Гипоаллергенная клейкая лента
- Косыночные повязки (3)
- 2-дюймовый стерильный бинт (3 рулона)
- 3-дюймовый стерильный бинт (3 рулона)
- Ножницы
- Пинцет
- Иголка, нитки

- Влажные салфетки
- Антисептическое средство
- Термометр
- Шпатель (2)
- Вазелин или другое смазывающее вещество
- Английские булавки разных размеров
- Моющее средство/мыло
- Перчатки медицинские (2 пары)
- Солнцезащитное средство

Лекарства, отпускаемые без рецепта/ по рецепту

- Аспирин или другое болеутоляющее средство
- Закрепляющее средство
- Антацидное средство (при расстройстве желудка)
- Сироп ипекакуаны (используется для вызывания рвоты, в соответствии с рекомендациями Токсикологического центра (Poison Control Center))
- Слабительное средство
- Активированный уголь (используется в соответствии с рекомендациями Токсикологического центра)

- Лекарства, отпускаемые по рецепту

Инструменты и необходимые средства

- Столовые принадлежности, чашки и тарелки
- Радиоприемник с батарейным питанием, с ручным управлением или работающий на солнечных батарейках, а также запасные батарейки
- Электрический фонарь и запасные батарейки
- Ручной консервный нож
- Свисток
- Полиэтиленовая пленка
- Изоляционная лента
- Карта
- Перчатки
- Гаечный ключ (для перекрытия газа и воды)
- Лом