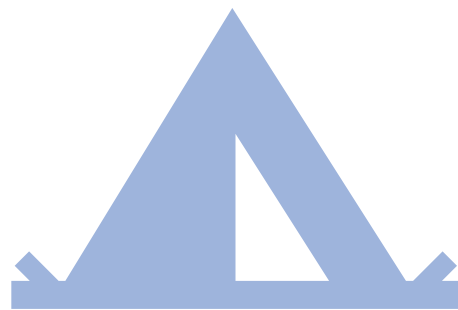


# 6

# ПЛАН УКРЫТИЯ



План укрытия поможет вам подготовиться к поиску различных безопасных мест после стихийного бедствия. Независимо от того, укрываетесь ли вы внутри своего дома или за его пределами, в общественном приюте или с семьей и друзьями, вы должны быть готовы к нахождению в укрытии на срок до двух недель после стихийного бедствия.

## ШАГИ БЫСТРОГО СТАРТА

- Как сделать свое место более безопасным
- Укрытие на месте
- Укрытие вдали от дома
- Контрольный список для эвакуации домашних животных
- Меры обеспечения безопасности

## КАК СДЕЛАТЬ СВОЕ МЕСТО БОЛЕЕ БЕЗОПАСНЫМ

Будьте осведомлены о любых опасностях в своем месте. Как только вы узнаете, что представляет для вас опасность, вы сможете предпринять шаги, чтобы сделать свое место более безопасным. Например, для снижения риска во время землетрясения вам следует прикрепить такие предметы, как книжные шкафы и комоды, к стене и зафиксировать ролики любой крупной бытовой техники или предметов мебели. Проще всего разбить свои проекты на три категории:

1. Вещи, которые вы можете сделать прямо сейчас.
2. Вещи, которые вы можете сделать, затратив немного больше времени и ресурсов, таких как деньги или оборудование.
3. Вещи, которые потребуют еще больше времени и ресурсов, такие как работа со своим арендодателем или подрядчиком.

## УКРЫТИЕ НА МЕСТЕ

Укрытие на месте означает, что вы укрываетесь там, где обычно живете, и строго ограничиваете или исключаете поездки за пределы места проживания. Вас могут попросить укрыться на месте в случае пандемии, утечки опасных материалов или радиологического инцидента. Многие из того, чему вы уже научились в предыдущих разделах, объединено в плане укрытия.



В дополнение к запасам, указанным в вашем плане действий в чрезвычайных ситуациях, плане организации питания, плане обеспечения водой и плане избавления от отходов и соблюдения гигиены, вам потребуется собрать следующее:

#### **Варианты для освещения вашего пути:**



- Фонарики с полностью заряженными батареями и резервными аккумуляторами.
- Налобные фонарики с полностью заряженными аккумуляторами и резервными батареями для обеспечения возможности их использования без рук.
- Фонари на солнечных батареях или с ручным управлением, которые не требуют батареек.



#### **Комплект для оказания первой помощи:**

- Соберите свой собственный комплект или купите готовый.

#### **Карты:**



- Имейте при себе как карту района, в котором вы живете, так и карту районов, в которые вы будете эвакуироваться, если вам понадобится уехать. Поваленные деревья или затопленные улицы могут вынудить вас искать другой путь через весь город.
- Есть опция, которая не зависит от заряда батареи.



#### **Разводной трубный или серповидный ключ:**

- Они понадобятся для отключения коммунальных служб.



#### **Многофункциональный инструмент:**

- Хороший многофункциональный инструмент, такой как швейцарский армейский нож, включает в себя лезвие ножа, отвертки, ножницы и консервный нож, что обеспечивает бесчисленное количество применений в чрезвычайных ситуациях.

#### **Радио:**



- Если отключится электросеть, вы, возможно, не сможете получать последние новости на свой смартфон. Простое метеорологическое радио на батарейках, работающее в диапазонах AM, FM и NOAA, поможет вам быть в курсе текущей погоды и чрезвычайных ситуаций.
- Существуют варианты с солнечной батареей и ручным приводом, для которых не нужны батарейки.

#### **Клейкая лента:**



- Эта универсальная лента может быть очень полезной.

#### **Пылезащитные маски:**



- Они могут помочь отфильтровать загрязненный воздух и защитить от болезней, передающихся воздушно-капельным путем.

#### **Огнетушитель:**



- Некоторые огнетушители подходят только для определенных типов пожаров, таких как электрические, масляные или газовые. Огнетушители ABC предназначены для безопасного использования при любом типе пожара, но они могут тушить только небольшие очаги возгорания (например, небольшую мусорную корзину).
- Установите по одному на каждом этаже своего жилища и по одному снаружи помещения, защищенного от непогоды.
- Научите всех в доме, как правильно ими пользоваться.
- Ваша местная пожарная служба может показать вам, как правильно пользоваться огнетушителем.



### Спальные мешки и одеяла:

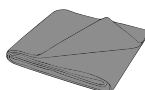
- Утепленные спальные мешки — идеальный вариант, но, скорее всего, они будут стоить дороже одеял.

### Предметы для личных нужд:



- Запаситесь предметами для особых нужд, такими как лекарства, дополнительные очки, растворы для контактных линз, батарейки для слуховых аппаратов, средства гигиены на время менструации, товары для младенцев (молочные смеси, подгузники, бутылочки, пустышки), игрушки, игры, книги, любимая мягкая игрушка ваших детей и любые другие предметы, уникальные для вашей семьи.
- Ведро для аварийных туалетов.

### Пластиковое покрытие:



- Его можно использовать для обеспечения уединения при сушке одежды или посещения туалета.
- Рекомендуется использовать пластиковое покрытие толщиной от 4 до 6 миллиметров (0,004-0,006 дюйма) или больше для герметизации дверей и окон, вентиляционных отверстий отопления или любых отверстий, которые могут пропускать воздух.

### Дорожная сумка:



- Все жильцы должны иметь при себе дорожную сумку с минимально необходимыми предметами в пределах легкой досягаемости на случай, если вам потребуется быстро эвакуироваться. Многие предметы, которые должны быть в вашей дорожной сумке, перечислены выше.
- Будьте осторожны, чтобы не сделать их слишком тяжелыми для переноски.
- Быстрый доступ к своей дорожной сумке немного облегчит эвакуацию и укрытие в другом месте.
- Обратитесь к странице 81 для получения дополнительной информации о том, как собрать дорожную сумку.

Иногда вам небезопасно оставаться в помещении после стихийного бедствия, и вам, возможно, придется разбить лагерь на заднем дворе или в близлежащем общественном месте на открытом воздухе. Вам понадобится все, что описано выше, а также следующие расходные материалы:

### Палатки или брезент:



- Палатка или брезент, натянутые между деревьями, заборами и т.д., помогут защитить вас от ветра и непогоды, независимо от того, идет ли дождь, снег или стоит жара.

### Верёвка:



- Бельевые веревки могут быть полезны для многих целей, включая установку навесов на открытом воздухе.
- Никогда не следует использовать веревку вблизи открытого огня.

### Спички в водонепроницаемом контейнере:



- Они помогут ограничить вашу зависимость от потенциально летучих источников жидкого или газообразного топлива для приготовления пищи или разведения костра на открытом воздухе.

Если вы осмотритесь у себя дома, то обнаружите, что у вас, скорее всего, уже есть многие из этих предметов.

## УКРЫТИЕ ВДАЛИ ОТ ДОМА

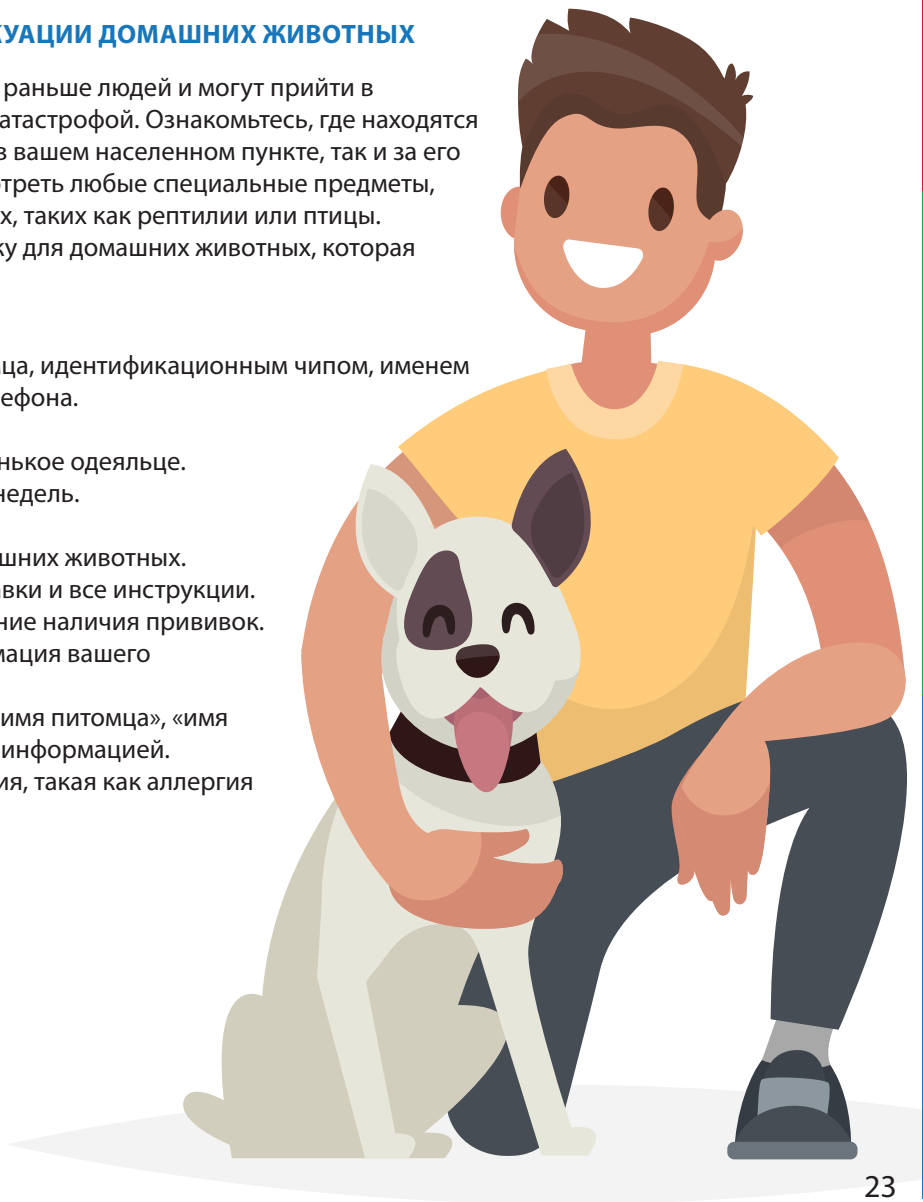
Хотя всегда предпочтительнее оставаться в своем собственном жилом помещении или рядом с ним, стихийные бедствия могут потребовать от вас укрыться в безопасном месте где-либо ещё. Это может быть общественный приют или дом родственника или друга. У вас должно быть определено множество вариантов, чтобы быть готовым практически к любой ситуации. Вот что вам нужно сделать, если вам необходимо укрыться вдали от дома:

- Ознакомиться с расположением нескольких общественных приютов.
- Заранее обсудить возможную необходимость в укрытии с родственниками и друзьями, которые живут в другом месте.
- Взять с собой только самое необходимое. В приютах будут запасы еды и воды, а также туалетные принадлежности, но вам понадобятся личные вещи. Это справедливо в отношении детей и лиц с особыми потребностями.
- Зарегистрироваться в управлении по чрезвычайным ситуациям своего округа или племени, чтобы получать местные оповещения о чрезвычайных ситуациях в своем регионе: Посетите веб-сайт [www.oralert.gov](http://www.oralert.gov).
- Включите беспроводное оповещение о чрезвычайных ситуациях (WEA) на своем мобильном телефоне.
- Определитесь, куда вы отправитесь со своей семьей и как вы туда доберетесь.
- Определите маршруты эвакуации из дома, с работы, из школы и близлежащих районов.
- Распечатайте карту и выделите, по крайней мере, два альтернативных маршрута к своей работе, школе, детскому саду и дому, и храните ее в своей дорожной сумке.

## КОНТРОЛЬНЫЙ СПИСОК ДЛЯ ЭВАКУАЦИИ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ

Животные часто чувствуют опасность раньше людей и могут прийти в возбуждение перед надвигающейся катастрофой. Ознакомьтесь, где находятся приюты для домашних животных как в вашем населенном пункте, так и за его пределами. Вам также следует рассмотреть любые специальные предметы, необходимые для домашних животных, таких как рептилии или птицы. Создайте дорожную сумку или коробку для домашних животных, которая включает в себя:

- Ящик (если применимо).
- Ошейник с именем питомца, идентификационным чипом, именем владельца и номером телефона.
- Поводок.
- Любимая игрушка и маленькое одеяльце.
- Питание на срок до двух недель.
- Тарелки для кормления.
- Пакеты для отходов домашних животных.
- Лекарства, пищевые добавки и все инструкции.
- Письменное подтверждение наличия прививок.
- Имя и контактная информация вашего ветеринара.
- Фотография с надписью «имя питомца», «имя владельца» и контактной информацией.
- Любая важная информация, такая как аллергия или фобии.



## МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

Предположим, произошло землетрясение, и люди в вашем доме предприняли защитные действия, такие как *упасть, укрыться и удержаться*, или альтернативные меры для лиц с ограниченными возможностями доступа и функциональными потребностями. Как только тряска прекратится, вам нужно убедиться в том, что оставаться внутри безопасно, и укрыться на месте. Вот меры безопасности, которые вам следует принять:

### Проверьте всех в своем доме и примите меры в случае травм:

- Найдите, где могут находиться члены вашей семьи. Дайте друг другу знать, находитесь ли вы в опасности или нуждаетесь в немедленной помощи.
- Если кто-то перестал дышать, следуйте рекомендациям Американского Красного Креста по искусственному дыханию, приведенным на сайте [www.redcross.org/take-a-class/cpr/performing-cpr/cpr-steps](http://www.redcross.org/take-a-class/cpr/performing-cpr/cpr-steps).
- Остановите любое кровоточащее повреждение, непосредственно надавив на рану.
- Не перемещайте тяжелораненых, если только им не угрожает непосредственная опасность дальнейших травм.
- Накройте раненых одеялами, чтобы они не замерзли.



### Следите за экстренными сообщениями и новостными репортажами:

- Ваше аварийное радио сообщит вам о непроходимых дорогах (на случай, если вам потребуется эвакуироваться), о рекомендациях по кипячению воды (на случай, если местные источники водоснабжения могут быть загрязнены) и о других важных объектах, которые могут быть недоступны из-за повреждений, таких как больницы, продовольственные магазины и т.д.

### Будьте осведомлены о других опасностях, таких как подземные толчки и цунами:

- **Повторные толчки**, вероятно, произойдут после сильного землетрясения. Эти вторичные землетрясения обычно менее сильны, чем первоначальное землетрясение, но они могут быть достаточно сильными, чтобы нанести дополнительный ущерб. Возможно, из-за подземных толчков вам небезопасно укрываться внутри, даже если поначалу вы решили, что это безопасно.
- **Цунами** возможны, если вы живете в прибрежной зоне. Если вы почувствуете сотрясение земли, предположите, что приближается серия опасных волн. Если вы находитесь недалеко от береговой линии, как можно быстрее переместитесь вглубь материка на возвышенность.

### Будьте в обуви:

- Это поможет вам избежать травм, которые вы могли бы получить, наступив на острые предметы, которые упали и разбились. Наденьте обувь, прежде чем проверять территорию на предмет безопасности (как внутри помещения, так и снаружи).
- Держите под кроватью пару обуви, до которой вы сможете дотянуться во время стихийного бедствия.

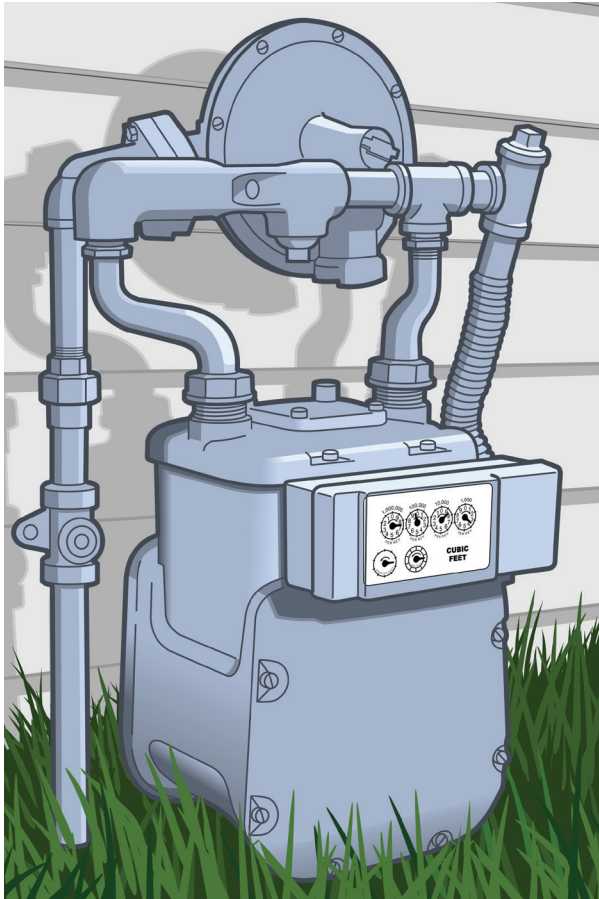


### Потушите небольшие пожары или эвакуируйтесь в безопасное место:

- Если потушить пожар невозможно, вы должны немедленно эвакуироваться.
- Попробуйте связаться с пожарной службой, но поймите, что они могут не успеть вовремя добраться до вас во время масштабных стихийных бедствий.
- Предупредите своих соседей о пожаре, особенно если поблизости есть газоснабжение или линии электропередачи.

## Включайте фонарики ТОЛЬКО НА УЛИЦЕ:

- Батареи могут вызвать искру, которая может воспламенить утечку газа внутри вашего жилища.



## Отключите коммунальные системы:

- В случае землетрясения вам может быть дано указание отключить коммунальные системы. Научите способных и ответственных членов своей семьи как отключать газ, электричество и воду с помощью клапанов и главных выключателей.
- Если вы почувствуете запах газа или увидите обрыв трубопровода, перекройте главный клапан снаружи. Не включайте электричество снова до тех пор, пока энергетическая компания не осмотрит ваш дом.
- Если газ отключен, специалист должен восстановить работу системы.
- Никогда не ищите утечку газа с помощью зажженной спички.
- Заткните сливные отверстия ванны и раковины, чтобы предотвратить скопление канализационных вод.
- Обратитесь в местное предприятие коммунального обслуживания, если вам нужна дополнительная информация ДО наступления стихийного бедствия, поскольку вы, возможно, не сможете связаться с ними во время стихийного бедствия.
- Инструкции по отключению ваших коммунальных услуг приведены на странице 80.

## Проверьте, нет ли трещин и повреждений в конструкции:

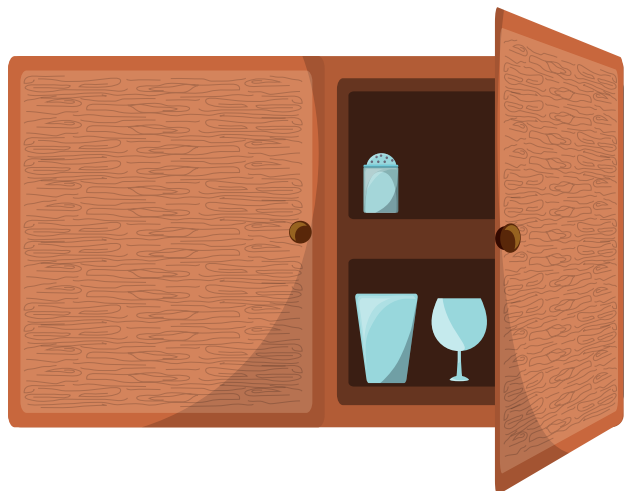
- Осмотрите дымоходы и каменную кладку стен.
- Немедленно уходите, если вам кажется, что сооружение может рухнуть.
- Остерегайтесь битого стекла.

## Проверьте запасы воды, продуктов питания и бытовую технику на предмет повреждений:

- Выбросьте все продукты, которые могут быть испорчены или загрязнены. Определите приоритеты по поводу того, что следует употреблять в первую очередь, например, молочные продукты.
- Не используйте поврежденные электроприборы, даже если у вас все еще есть электричество, так как это может привести к пожару.

## Проверьте шкафы и буфеты:

- Осторожно открывайте дверцы, так как предметы могут упасть с полок.





**Уберите просыпанные лекарства, пролитый отбеливатель, бензин и другие легковоспламеняющиеся жидкости:**

- Не кладите пропитанные бензином тряпки в плотно закрытую емкость, так как это может привести к возгоранию.
- Вы можете добавить загрязненные тряпки с непригодной для питья водой в металлическую банку, например, из-под кофе. Если у вас нет лишней воды, вы можете с помощью отвертки проделать отверстия в дне и стенках банки для вентиляции. Положите тряпки внутрь и закройте крышкой.
- Эту банку следует хранить на улице, вдали от детей, домашних животных и в любом другом месте, где вы можете готовить.
- Никто из курящих не должен находиться рядом с этими банками, чтобы избежать возгорания.
- Не ставьте эти банки вблизи костров.
- Не смешивайте разные виды загрязненной ветоши в одном контейнере.
- Не закапывайте просыпанные лекарства и не выбрасывайте их в унитаз или раковину для последующей утилизации. Это может привести к загрязнению источников водоснабжения. Положите их в одноразовый контейнер или пакет для последующей утилизации в безопасном месте.



**Не пользуйтесь своим автомобилем, если только вы не должны эвакуироваться:**

- Не осматривайте поврежденные районы, так как это мешает усилиям по оказанию помощи.
- Следите за тем, чтобы улицы были свободными для проезда машин скорой помощи.

Необходимо многое знать о составлении плана укрытия. Делайте это понемногу за раз и делайте то, что вы можете, когда сможете. Вы добьетесь своего!

**ДЕЙСТВИЯ:** Страницы 79-82

**BE 2 WEEKS  
READY**