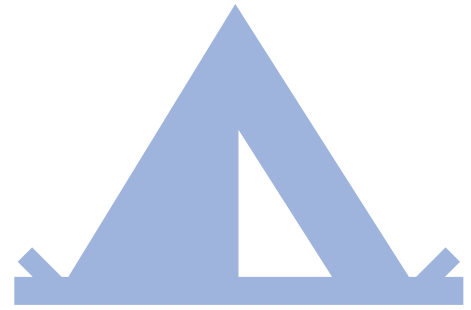


# 6

# ПЛАН УКРИТТЯ



План укриття допоможе вам підготуватися до різних безпечних місць після стихійного лиха. Незалежно від того, чи укриваєтеся ви на місці, перебуваєте поза домом, у громадському укритті або у родини чи друзів, потрібно бути готовими провести в укритті до двох тижнів після стихійного лиха.

## ШВИДКІ КРОКИ ДЛЯ ПОЧАТКУ

- Як підвищити безпечність свого житла
- Укриття вдома
- Укриття вдома поза домом
- Контрольний список для евакуації тварин
- Заходи безпеки

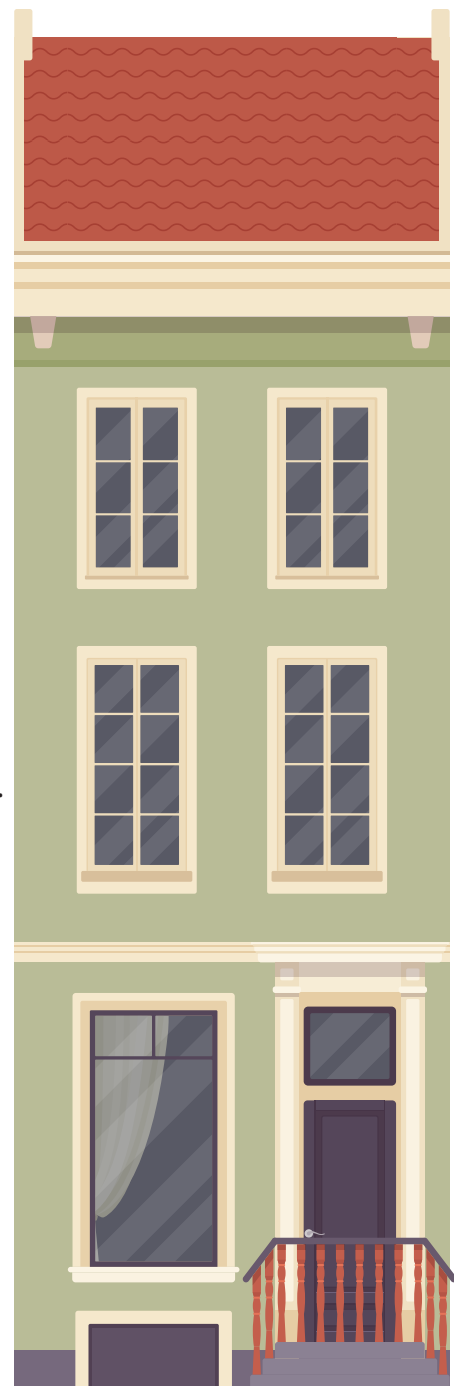
## ЯК ПІДВИЩИТИ БЕЗПЕЧНІСТЬ СВОГО ЖИТЛА

Звертайте увагу на можливі небезпеки у вашому житлі. Коли ви визначите можливі небезпеки, ви зможете вжити заходів, щоб зробити своє житло безпечнішим. Наприклад, щоб зменшити ризик під час землетрусу, закріпіть такі предмети, як книжкові шафи та комоди, до стіни, а також зафіксуйте коліщата великої побутової техніки або меблів. Найзручніше розділити свої завдання на три категорії:

1. Те, що ви можете зробити одразу.
2. Те, що ви можете зробити, маючи трохи більше часу та ресурсів, наприклад, гроші або обладнання.
3. Те, що потребуватиме ще більше часу та ресурсів, наприклад, співпраця з орендодавцем або підрядником.

## УКРИТТЯ НА МІСЦІ

Укриття на місці означає, що ви залишаєтеся там, де зазвичай живете, і суттєво обмежуєте або повністю припиняєте пересування поза житлом. Вас можуть закликати укритися на місці в разі пандемії, витоку небезпечних речовин або радіаційного інциденту. Багато з того, що ви вже опанували в попередніх розділах, поєднується в плані укриття.



Окрім запасів, передбачених вашим планом дій у надзвичайній ситуації, планом харчування, планом забезпечення водою та планом забезпечення гігієни та поведіння з відходами, підготуйте також таке:

### Варіанти для освітлення:



- Ліхтарики з повністю зарядженими батареями та запасними батареями.
- Налобні ліхтарі з повністю зарядженими батареями та запасними батареями, щоб руки були вільні.
- Ліхтарі на сонячній енергії або з ручним приводом, які не потребують елементів живлення.



### Аптечка першої допомоги:

- Зберіть власну аптечку або придбайте вже готову.

### Карти:



- Майте карту місцевості, де ви проживаєте, а також карту місць, куди ви евакуюватиметеся, якщо доведеться залишити житло. Можливо, що вам доведеться шукати інший маршрут через місто через повалені дерева або затоплені вулиці.
- Передбачте варіант, який не залежить від наявності батарейок.



### Регульований розвідний або трубний ключ:

- Ці інструменти знадобляться для перекриття інженерних комунікацій.

### Багатофункціональний інструмент:



- Якісний багатофункціональний інструмент, наприклад, швейцарський армійський ніж, містить лезо ножа, викрутки, ножиці та консервний ніж і має безліч застосувань під час надзвичайної ситуації.

### Радіо:



- Якщо електромережа вийде з ладу, ви можете не мати змоги отримувати актуальні новини на своєму смартфоні. За допомогою простого метеорологічного радіо на батареях, яке приймає діапазони AM, FM і NOAA, ви зможете бути в курсі поточних погодних умов і надзвичайних ситуацій.
- Є варіанти на сонячній енергії або з ручним приводом, які не потребують батарейок.



### Скотч:

- Скотч має багато варіантів використання і може бути дуже корисним.



### Пилозахисні маски:

- Вони можуть фільтрувати забруднене повітря та захищати від захворювань, що передаються повітряно-крапельним шляхом.

### Вогнегасник:



- Деякі вогнегасники підходять лише для певних типів пожеж, наприклад, електричних, пов'язаних із жиром або газом. Вогнегасники класу ABC призначені для безпечного використання при будь-якому типі пожежі, але вони можуть гасити лише невеликі займання, наприклад, невелике сміттєве відро.
- Розмістіть по одному на кожному поверсі житла і один зовні в захищеному від погодних умов місці.
- Навчіть усіх у домогосподарстві правильно ними користуватися.
- Місцева пожежна служба може показати, як правильно користуватися вогнегасником.



### Спальні мішки та ковдри:

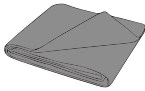
- Ідеальним варіантом є теплі спальні мішки, але скоріше за все, вони коштуватимуть дорожче, ніж ковдри.

### Речі для особистих потреб:



- Сформуйте запас необхідних речей для особливих потреб, таких як лікарські засоби, додаткові окуляри, розчини для контактних лінз, батарейки для слухових апаратів, засоби менструальної гігієни, речі для немовлят, наприклад, суміші, підгузки, пляшечки, пустушки, іграшки, ігри, книжки, улюблена дитяча м'яка іграшка та будь-які інші речі, характерні для вашого домогосподарства.
- Відра для туалетів на випадок надзвичайної ситуації.

### Поліетиленова плівка:



- Її можна використовувати для забезпечення приватності під час сушіння одягу або користування туалетом.
- Для герметизації дверей і вікон, вентиляційних отворів або будь-яких щілин, через які може проникати повітря, рекомендується застосовувати поліетиленову плівку товщиною від 4 до 6 міл (0,004 до 0,006 дюйма) або більше.

### Тривожна сумка:



- Усі члени домогосподарства повинні мати тривожну сумку з мінімальним набором необхідних речей, яку можна легко взяти у випадку, якщо доведеться швидко евакуюватися. Багато предметів, які мають бути у тривожній сумці, наведені вище.
- Переконайтеся, що сумка не надто важка, щоб її можна було легко нести.
- Забезпечте швидкий доступ до тривожної сумки, щоб полегшити процес евакуації та укриття в іншому місці.
- Дивіться сторінку ХХ, щоб отримати додаткову інформацію про те, як зібрати тривожну сумку.

Іноді небезпечно залишатися в приміщенні після стихійного лиха, і може виникнути потреба розміститися на задньому дворі або в найближчому відкритому громадському просторі. Вам знадобиться все, що зазначено вище, а також такі речі:

### Намети або брезент:



- Намет або брезент, закріплений між деревами, парканами, тощо, захистить вас від вітру та погодних умов, незалежно від того, чи йде дощ, сніг або стоїть спека.

### Мотузка:



- Мотузки можуть бути корисними для різних цілей, зокрема для облаштування укриття на відкритому повітрі.
- Мотузку не можна використовувати біля відкритого вогню.

### Сірники у водонепроникному контейнері:



- Сірники дозволять не покладатися на потенційно небезпечні рідкі або газові види палива для приготування їжі або розведення вогнища на відкритому повітрі.

Озирніться у своєму житті, і, швидше за все, ви побачите, що вже маєте багато з цих речей.

## УКРИТТЯ ВДОМА ПОЗА ДОМОМ

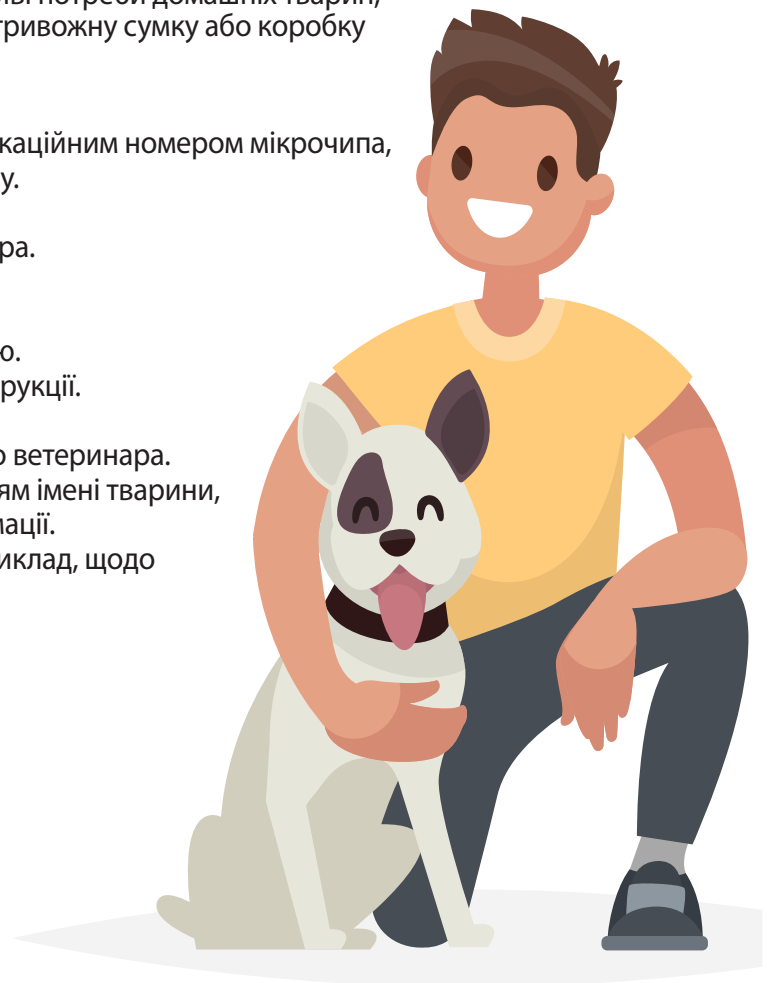
Хоча залишатися у своєму житлі або поруч із ним завжди краще, стихійні лиха можуть вимагати укриття в іншому безпечному місці. Це може бути громадське укриття або житло когось із рідних чи друзів. Вам слід заздалегідь визначити кілька варіантів, щоб підготуватися до майже будь-якої ситуації. Ось що потрібно зробити, якщо вам доведеться укриватися поза домом:

- Дізнайтеся про місця розташування кількох громадських укриттів.
- Заздалегідь обговоріть можливу потребу в укритті з родиною та друзями, які живуть в іншому місці.
- Беріть із собою лише найнеобхідніше. В укриттях буде їжа, вода та туалети, але вам знадобляться особисті речі. Це особливо важливо для дітей і людей з особливими потребами.
- Зареєструйтеся в органах управління з надзвичайних ситуацій вашого округу або плеїнної громади, щоб отримувати місцеві екстрені сповіщення. Відвідайте [www.oralert.gov](http://www.oralert.gov).
- Увімкніть бездротові екстрені сповіщення (WEA) на своєму мобільному телефоні.
- Заздалегідь визначте, куди ви та члени вашого домогосподарства підете і як туди дістатися.
- Визначте маршрути евакуації з дому, роботи, школи та навколишніх районів.
- Роздрукуйте карту і позначте щонайменше два альтернативні маршрути до роботи, школи, дитячого садка та додому, і тримайте її у своїй тривожній сумці.

## КОНТРОЛЬНИЙ СПИСОК ДЛЯ ЕВАКУАЦІЇ ТВАРИН

Тварини часто відчують небезпеку раніше, ніж люди, і можуть поводитися неспокійно перед наближенням стихійного лиха. Дізнайтеся, де розташовані притулки для тварин у вашій громаді та за її межами. Також врахуйте будь-які особливі потреби домашніх тварин, наприклад, рептилій або птахів. Підготуйте тривожну сумку або коробку для тварини, яка містить таке:

- Переноска, якщо потрібно.
- Нашийник з ім'ям тварини, ідентифікаційним номером мікрочипа, ім'ям власника та номером телефону.
- Поводок.
- Улюблена іграшка та невелика ковдра.
- Корм щонайменше на два тижні.
- Миски для годування.
- Пакети для прибирання за твариною.
- Лікарські засоби, добавки та всі інструкції.
- Письмове підтвердження щеплень.
- Ім'я та контактна інформація вашого ветеринара.
- Фотографія з підписом із зазначенням імені тварини, імені власника та контактної інформації.
- Будь-яка важлива інформація, наприклад, щодо алергії або страхів.



## ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

Припустіть, що стався землетрус, і члени вашого домогосподарства виконали захисні дії, такі як *впасти, сховатися та триматися*, або альтернативні дії для людей з обмеженими можливостями та функціональними потребами. Щойно поштовхи припиняться, вам потрібно переконатися, що залишатися всередині безпечно і можна укриватися на місці. Ось заходи безпеки, яких слід дотримуватися:

### Перевірте стан усіх у вашому житлі та надайте необхідну допомогу у разі травм:

- З'ясуйте, де перебувають члени вашого домогосподарства. Повідомте одне одного, чи є ви в безпеці та чи потребуєте негайної допомоги.
- Якщо хтось перестав дихати, дотримуйтеся рекомендацій Американського Червоного Хреста щодо серцево-легеневої реанімації на веб-сайті [www.redcross.org/take-a-class/cpr/performing-cpr/cpr-steps](http://www.redcross.org/take-a-class/cpr/performing-cpr/cpr-steps).
- Якщо є кровотеча, зупиніть її, натиснувши прямо на рану.
- Якщо у когось серйозні травми, не переміщуйте цю людину, якщо вона не перебуває у безпосередній небезпеці подальшого травмування.
- Накрийте постраждалих ковдрами, щоб зберегти тепло.

### Слідкуйте за екстреними повідомленнями та новинами:

- Аварійне радіо повідомлятиме про непроїзні дороги, якщо вам буде потрібно евакуюватися; рекомендації щодо кип'ятіння води у разі можливого забруднення водопостачання; а також про інші важливі установи, які можуть бути недоступними через пошкодження, наприклад, лікарні, продуктові магазини тощо.



### Не забувайте про інші небезпеки, наприклад, афтершоки та цунамі:

- **Афтершоки** можливі після сильного землетрусу. Зазвичай ці повторні поштовхи менш інтенсивні, ніж основний землетрус, але можуть бути достатньо сильними та спричинити додаткові руйнування. Перебування всередині може бути небезпечним саме через афтершоки, навіть якщо спочатку ви визначили, що це безпечно.
- **Цунамі** можливі, якщо ви проживаєте в прибережній зоні. Якщо ви відчули, що земля тремтить, вважайте, що наближається серія небезпечних хвиль. Якщо ви поблизу узбережжя, якнайшвидше перемістіться вглиб суходолу на підвищену місцевість.

### Носіть взуття:

- Взуття допоможе уникнути травм від осколків розбитих предметів. Перш ніж перевіряти безпеку як усередині, так і зовні, взуйтеся.
- Тримайте пару взуття під ліжком, щоб його можна було швидко дістати під час надзвичайної ситуації.

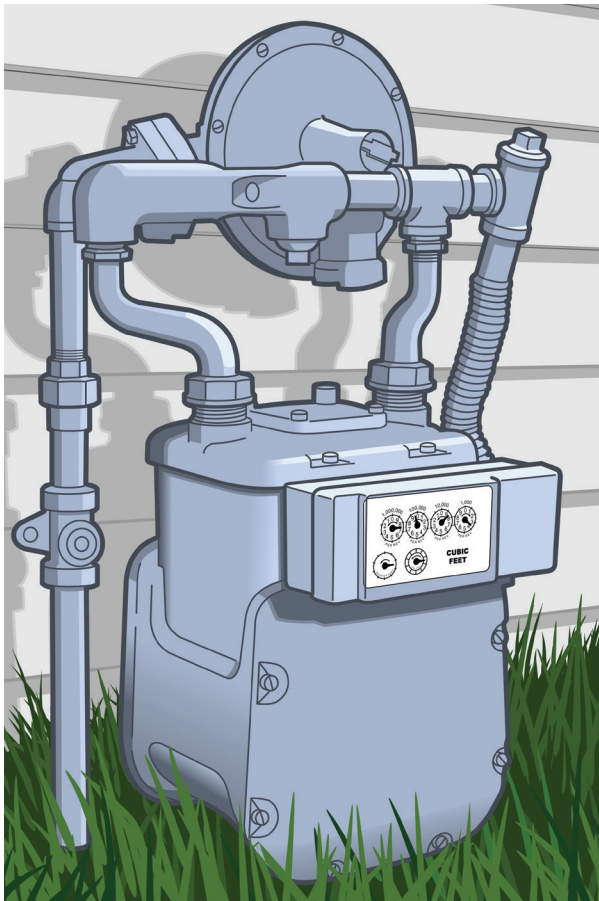
### Загасіть невеликі пожежі або евакуюйтеся в безпечне місце:

- Негайно евакуюйтеся, якщо пожежу загасити неможливо.
- Спробуйте зв'язатися з пожежною службою, але майте на увазі, що під час великих стихійних лих вони можуть не встигнути дістатися до вас.
- Попередьте сусідів про пожежу, особливо якщо поруч є газові мережі або джерела газу.



## Вмикайте ліхтарики ТІЛЬКИ ЗОВНІ:

- Елементи живлення можуть створити іскру, яка здатна запалити газ, що просочується всередині житла.



## Перекрийте інженерні комунікації:

- У разі землетрусу вам можуть сказати перекрити інженерні комунікації. Навчіть спроможних і відповідальних членів домогосподарства користуватися вентилями і головними вимикачами, щоб перекрити газ, електроенергію та воду.
- Якщо ви відчуваєте запах газу або бачите пошкоджену трубу, перекрийте головний вентиль ззовні. Не вмикайте знову електроенергію, доки енергетична компанія не перевірить ваше житло.
- Якщо газ перекрито, відновлення подачі має виконувати фахівець.
- Ніколи не шукайте витоки газу за допомогою запаленого сірника.
- Перекрийте зливи у ванні та раковині, щоб запобігти підняттю стічних вод.
- Зверніться до місцевої служби комунальних послуг за додатковою інформацією ДО надзвичайної ситуації, оскільки під час неї зв'язатися з ними може бути неможливо.
- Дивіться сторінку 80, щоб дізнатися, як перекривати інженерні комунікації.

## Перевірте наявність тріщин і пошкоджень конструкції:

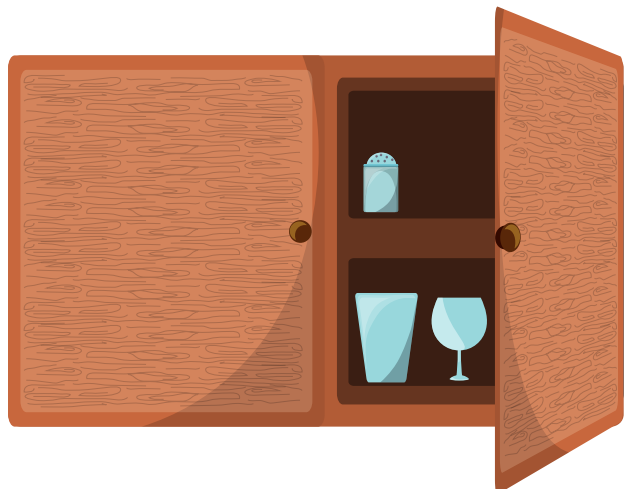
- Огляньте димоходи та кам'яні стіни.
- негайно залиште приміщення, якщо є ознаки можливого обвалу конструкції.
- Будьте обережні з розбитим склом.

## Перевірте запаси води та їжі, а також побутові прилади на наявність пошкоджень:

- Викиньте всі продукти, які могли зіпсуватися або стати забрудненими. Визначте, які продукти слід споживати в першу чергу, наприклад, молочні.
- Не використовуйте пошкоджені побутові прилади, навіть якщо є електроенергія, адже це може становити пожежну небезпеку.

## Перевірте шафи та кухонні шафи:

- Відкривайте дверцята обережно, оскільки щось може впасти з полиць.



**Приберіть розлиті лікарські засоби, відбілювач, бензин та інші легкозаймисті рідини:**

- Не кладіть у щільно закритий контейнер ганчірки, намочені бензином, оскільки це може призвести до займання.
- Забруднені ганчірки можна покласти з непридатною для пиття водою в металеву банку, наприклад, з-під кави. Якщо у вас немає зайвої води, використайте викрутку, щоб зробити отвори в дні та стінках банки для вентиляції. Покладіть ганчірки всередину і закрийте кришкою.
- Цю банку слід зберігати зовні, подалі від дітей, домашніх тварин і місць, де ви готуєте їжу.
- Особи, які курять, не повинні перебувати поруч із цими банками, щоб уникнути пожежі.
- Не ставте ці банки біля відкритого вогню.
- Не кладіть різні типи забруднених ганчірок в одну тару.
- Не закопуйте розлиті лікарські засоби і не зливайте їх у туалет або раковину для подальшої утилізації. Це може призвести до забруднення водопостачання. Покладіть їх в одноразову тару або пакет, щоб здати на утилізацію у безпечний пункт прийому пізніше.



**Не користуйтеся автомобілем, якщо немає потреби евакуюватися:**

- Не їздіть оглядати пошкоджені райони, оскільки це заважатиме рятувальним службам.
- Переконайтеся, що на вулиці немає перешкод для проїзду екстрених служб.

Складання плану укриття охоплює багато аспектів. Рухайтесь поступово, крок за кроком, і робіть те, що можете, коли маєте на це час. У вас усе вийде!

**ВПРАВИ: Стор. 79-82**

**BE 2 WEEKS  
READY**