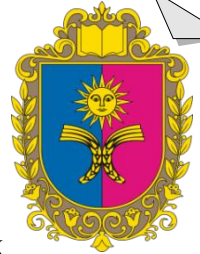




# ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ

## ЯК ПІДГОТУВАТИСЬ ДО НС



У сім'ї треба розробити план дій на випадок виникнення надзвичайних ситуацій чи обставин. В усіх членів сім'ї повинні бути номери телефонів, адреси електронної пошти, один одного для термінового зв'язку. Подбайте про наявність коштів на телефонах. Ці ж номери та адреси повинні бути у вчителів школи, де навчаються ваші діти, на роботі, у ваших родичів і близьких, знайомих.

Необхідно домовитися про те, кому дзвонити в екстреній ситуації. Краще всього вибрати родича, що живе на іншому кінці міста, тому що при теракті або при НС в мікрорайоні часто переривається зв'язок, внаслідок чого додзвонитися один до одного неможливо.

Родичу, який живе в іншій частині міста (села), у разі лиха треба повідомити, де ви знаходитесь, в якому ви стані, чи все з вами гаразд. Він передасть це членам вашої родини.

Обов'язково призначте місце зустрічі, де ви зможете зустрітися з членами вашої родини в екстреній ситуації. У разі евакуації, обов'язково візьміть із собою ваш набір предметів першої необхідності та документи.

### ***Набір для виживання***

У кожній сім'ї необхідно мати готовий і упакований набір предметів першої необхідності. Він може суттєво допомогти виживанню в разі екстреної евакуації або забезпечити виживання сім'ї, якщо лихо застало її у будинку.

Для пакування речей скористайтеся водонепроникними сумками чи рюкзаками, що застібаються на «блискавки». Комплект повинен бути максимально компактним, щоб його легко можна було захопити з собою.

***Орієнтовний перелік речей, які можуть забезпечити виживання, щонайменше протягом 72 годин:***

- Протигази з додатковими фільтрами, дитячі протигази, киснева маска, респіратори.
- Аптечка: анальгін, ацетилсаліцилова кислота, гіпотермічний (охолоджуючий) пакет, сульфацил натрію, пакет кровоспинний, бинт стерильний, бинт нестерильний, лейкопластир бактерицидний, серветки кровоспинні, розчин брильянтового зеленого, бинт еластичний трубчастий, вата, нітрогліцерин, пристрій для проведення штучного дихання, аміаку розчин, вугілля активоване, корвалол, ножиці.
- Суха їжа (галети, печиво), енергетичні батончики, горіхи, мультивітаміни...
- Казанок
- Запас води
- Предмети гігієни
- Запальнички та герметично запаковані сірники, свічки, сухий спирт
- Два ліхтарі з додатковими батарейками
- Міцна довга мотузка
- Ніж
- Комплект столового приладдя
- Радіоприймач
- Дошовики, одяг, шкарпетки, капелюхи, сонцезахисні окуляри, рукавички, водонепроникне взуття
- Голки, нитки



**Навчально – методичний центр цивільного захисту  
та безпеки життєдіяльності Хмельницької області**