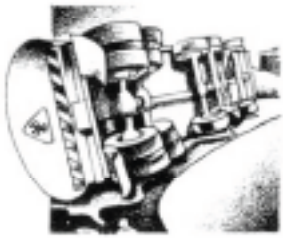
БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ

Вашият
Семеен комплект за бедствия

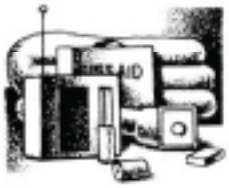
Бедствия се случват навсякъде и по всяко време. В случай на бедствие е възможно да нямате достатъчно време да реагирате.



Разлив на опасни материали може да изисква незабавна евакуация.

Буря през зимата може да принуди цялото семейство да остане вкъщи. Земетресение, наводнение или каквото и да било друго бедствие би могло да прекъсне основните услуги, като снабдяване с газ, водоснабдяване, електроснабдяване и телефон, в продължение на дни.

След бедствие местните власти и оказващите помощ ще пристигнат на мястото, но има възможност да не успеят да достигнат до всички незабавно. Възможно е помощта да пристигне след няколко часа, но понякога може да отнеме и дни. Семейството ви подготвено ли е да се справи с бедствена ситуация до пристигането на помощта?



Най-добрият начин да се справите е да се подготвите за бедствие, преди то да се е случило. Един от начините за подготовка е да приготвите комплект за бедствия. В случай на бедствие няма да имате време да пазарувате или да търсите продукти. Но ако се сдобиете с тези продукти предварително, семейството ви ще може да се справи при евентуална евакуация или изолация в къщи.

За да подготвите комплекта

- Прегледайте списъка, предложен в настоящата брошура;
- Набавете материалите и продуктите, които са изброени. Може да са ви нужни, ако се наложи семейството да остане вкъщи;
- Поставете продуктите и материалите, които ще са Ви необходими при евакуация, в леснопреносим съд. Тези материали са обозначени със звездичка (*).

ЗАПАСИ

БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ

Шестте неща, които трябва да съхранявате в къщи, са: вода, храна, материали за първа помощ, дрехи и постелъчно бельо, инструменти, материали за спешни случаи и специфични предмети. Съхранявайте нещата, които най-вероятно ще са ви необходими при евакуация, в леснопреносим съд - тук се отнасят материалите, които са отбелязани със звездичка (*).

Такива съдове например са:

голяма пластмасова кофа

туристическа раница

голям сак

Вода

Препоръчително е да съхранявате бутилирана минерална вода. Обикновено човек с нормална активност се нуждае поне от 2 литра вода на ден. Високите температури и физическото натоварване биха могли да доведат до удвояване на необходимото количество. Децата, кърмачките и болните хора се нуждаят от по-голямо количество вода за пиене.

- Съхранявайте 4 литра вода за човек на ден (2 литра за пиене и 2 за готвене и хигиенни нужди)*
- Съхранявайте вода за поне три дни за всеки член от семейството.

Храна

Съхранявайте храна поне за три дни, предимно трайни продукти. Подберете продукти, които не изискват съхранение в хладилник, не изискват готварска обработка и малко или никаква вода. Ако храната трябва да се притопля вкъщи и нямате възможност да използвате камина, печка на въглища или туристически котлон, пригответе достатъчно количество сух спирт. Подберете хранителни продукти, които са компактни и леки.

*Включете следните хранителни продукти в комплекта за бедствия:

- Месо, плодове и зеленчуци, готови за консумация, в консерви;
- Консервирани сокове, мляко, супа (ако тези продукти са на прах, се налага да ги подложите на обработка);
- Висококалорични храни - конфитюр, тестени изделия, нишесте, фъстъчено масло, бисквити;
- Витамини;
- Храни за деца, възрастни хора или лица, спазващи специална диета;
- Храна, която се консумира при стресови състояния - бисквити, бонбони за смучене, подсладени зърнени храни, захарчета, кафе, чай в торбички.

Набор за първа помощ

Набавете набор за първа помощ за вкъщи и по един за всеки автомобил. Наборът за първа помощ * трябва да включва:

- Стерилен цитопласт;
- Стерилни марли с размер 5/10 см - 5 бр.;
- Стерилни марли с размер 10/10 см - 5 бр.;
- Санпласт (хипоалергичен);
- Триъгълни кърпи - 3 бр.;
- Стерилни бинтове с размер 5/10 см - 3 бр.;
- Стерилни бинтове с размер 10/10 см - 3 бр.;
- Стерилен памук - 50 гр;
- Есмарх (гумена лента);
- Ножица;
- Пинсети;
- Спирт (лавандулов или медицински), антисептични материали: пудра, крем или унгвент;
- Термометър;
- Различни размери безопасни игли - 10 бр.;
- Сапун - 3 бр.;
- Гумени ръкавици - 2 чифта;
- Марлени маски - 3 бр.

За повече информация относно курсове по първа помощ, се обръщайте към местния клон на Българския Червен кръст във вашата община.

Инструменти и материали

- Пластмасови прибори за еднократна употреба - чаши, чинии и др.*;
- Радио на батерии и резервни батерии *;
- Фенерче и резервни батерии*;
- Пари в брой: банкноти и монети*;
- Отварачка за консерви и джобно ножче *;
- Воден (или прахов) пожарогасител;
- Палатка;
- Клещи;
- Тиксо;
- Компас;
- Кибрит в непромокаем съд;
- Алуминиево фолио;
- Хартия и молив;
- Игла и конец;
- Капкомер;
- Гаечен ключ за прекъсване на газта и водата в дома;
- Свирка;
- Найлонов постелъчен материал;
- Карта на областта за откриване на местата за подслон;

Санитарно-хигиенни материали

- Тоалетна хартия и кърпички*;
- Сапун и течно почистващо средство* (веро);
- Дамски превръзки*;
- Специфични хигиенни материали за всеки член от семейството*;
- Найлонови торбички за отпадъци, връзки (за лични санитарни нужди);
- Пластмасова кофа с плътен капак;
- Белина.

Дрехи и спално бельо

*Набавете поне един допълнителен чифт дрехи и чорапи на човек.

- Здрави обувки*;
- Дъждобрани*;
- Одеяла или спални чували*;
- Шапки и ръкавици;
- Топло бельо;
- Слънчеви очила.

Специални предмети, храни и медикаменти

Помнете, че членовете на семейството имат специфични нужди (например малките деца, възрастните хора и инвалидите).

За бебета

- Изкуствено мляко;
- Памперси;
- Бутилки (биберон);
- Сухо мляко;
- Лекарства.

За възрастни

Лекарствени средства, за които не се изисква рецепта

- Парацетамол, аспирин;
- Противодиарийни медикаменти;
- Слабителни медикаменти;
- Активен въглен.

Лекарства, предписани от лекар:

- За кръвно налягане;
- Диабет;
- Алергии;
- Стоматологични лекарства;
- Контактни лещи - комплект;
- Допълнителен чифт очила;

За развлечение: игри и книги;

Важни семейни документи:

- Съхранявайте тези документи във водоизолиран съд.
- Завещания, застрахователни полици, договори, акции;
- Паспорти, здравни книжки;
- Номера на банкови сметки;
- Списък на важните предмети в дома, важни телефонни номера;
- Семейни документи - свидетелства за раждане, за сключване на брак, смъртни актове.

ПРЕДЛОЖЕНИЯ И ПОДСЕЩАНЕ

БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ

- **Съхранявайте комплекта на удобно място, за което знае цялото семейство. Съхранявайте подобен опростен комплект в багажника на колата.**

- **Съхранявайте предметите в запечатващи се пликове.**
- **Подменяйте водата на всеки 6 месеца.**
- **Проверявайте резервната храна на всеки три месеца и обръщайте специално внимание на сроковете на годност.**
- **Преразглеждайте съдържанието на комплекта поне веднъж в годината. Подменяйте батериите и дрехите.**
- **Поискайте информация от личния си лекар относно съхранението на медикаменти, за които не се изисква рецепта, както и за предписаните ви лекарства.**

СЕМЕЕН ПЛАН ЗА ДЕЙСТВИЕ ПРИ БЕДСТВИЕ

За начало…

Свържете се с представителите на местните дирекции Гражданска защита или с местната структура на Българския Червен кръст

- Информирайте се за най-често срещаните бедствия във вашия регион.
- Попитайте по какъв начин ще бъдете уведомени, ако се случи бедствие.
- Информирайте се по какъв начин да се подготвите за всяко едно бедствие.

Съберете семейството

- Обсъдете видовете бедствия, които могат да се случат;
- Разяснете начините за подготовка и реакция;
- Упражнете това, което сте разисквали.

Планирайте по какъв начин семейството ще поддържа връзка, ако бъдете разделени поради бедствена ситуация

- Изберете две места за среща:
  1. Място на безопасно разстояние от дома.
  2. Място извън квартала, ако нямате възможност да се завърнете в дома си.
- Изберете приятел, който живее извън града, като човек, с когото ще се свързвате при бедствие.

Следвайте следните стъпки:

- Залепете спешни телефонни номера до всеки телефон.
- Определете членовете на семейството, които ще отговарят за спиране на водата, газта и електричеството.
- Инсталирайте противодимна аларма (ако такава се намира) на всеки етаж от дома Ви, особено в близост до спални помещения, изпробвайте я ежемесечно и сменяйте батериите два пъти годишно.
- Свържете се с местната пожарна служба за повече информация по домашните пожари.
- Преминете обучение по първа помощ. Свържете се с местния клон на БЧК за информация, свързана с подобни курсове.

Срещнете се със съседите

Планирайте как вашите съседи биха могли да работят заедно в случай на бедствие. Опознайте уменията на съседите си (медицински, технически). Обсъдете как бихте могли да помогнете на ваши съседи със специални нужди - възрастни хора, инвалиди. Направете планове как да се погрижите за децата, в случай че родителите не могат да се върнат вкъщи.

Помнете, че трябва да упражнявате плана и да го поддържате.

За повече информация се обърнете към местната структура на БЧК и областното управление на "Пожарна безопасност и защита на населението"

Брошурата е издадена с финансовата подкрепа на Американския Червен кръст.

www.redcross.bg

ЗЕМЕТРЕСЕНИЯ • ПОЖАРИ • НАВОДНЕНИЯ • ЗЕМЕТРЕСЕНИЯ • ПОЖАРИ • НАВОДНЕНИЯ

Вашият
Семеен комплект за бедствия

БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ

СНЕЖНИ БУРИ • СИЛНИ ВЕТРОВЕ • СУША • СНЕЖНИ БУРИ • СИЛНИ ВЕТРОВЕ • СУША