

Навчально-методичний центр  
цивільного захисту та безпеки  
життєдіяльності Хмельницької області

## ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ

*Як діяти  
за сигналами оповіщення  
про загрозу чи виникнення  
надзвичайних ситуацій*



Більше інформації:  
<http://nmckm.jimdo.com>  
тел. 2-04-40, 2-03-47

Навчально-методичний центр  
цивільного захисту та безпеки  
життєдіяльності Хмельницької області

## ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ

*Комплект  
екстрених ресурсів  
або «тривожна валіза»*



Більше інформації:  
<http://nmckm.jimdo.com>  
тел. 2-04-40, 2-03-47

Навчально-методичний центр  
цивільного захисту та безпеки  
життєдіяльності Хмельницької області

## ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ

*Сімейний план  
на випадок  
надзвичайних ситуацій*



Більше інформації:  
<http://nmckm.jimdo.com>  
тел. 2-04-40, 2-03-47

### **У сім'ї треба розробити план дій на випадок виникнення надзвичайних ситуацій.**

- В усіх членів сім'ї повинні бути номери телефонів, адреси електронної пошти, один одного для термінового зв'язку.
- Ці ж номери та адреси повинні бути у вчителів школи, де навчаються ваші діти, на роботі, у ваших родичів і близьких, знайомих.
- Подбайте про наявність коштів на телефонах та повний заряд акумуляторної батареї.
- Оберіть людину, що живе в іншому районі міста і до якої ви всі телефонуватимете в екстреній ситуації (при теракті чи НС в одному районі часто переривається зв'язок, а в інших він є).

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

Частіше спілкуйтесь з родичами, щоб знати хто де в який час знаходиться.

- Обов'язково призначте місце зустрічі після НС.

**Обов'язково носіть із собою ваші документи та тримайте наготові набір предметів першої необхідності**

У кожній сім'ї необхідно мати готовий і упакований набір предметів першої необхідності. Він допоможе вижити в разі екстреної евакуації або, якщо лихо застало вас у будинку. Для пакування речей скористайтеся водонепроникними сумками чи рюкзаками, що застібаються на «блискавки». Комплект повинен бути максимально компактним і легким.

Орієнтовний перелік речей, що забезпечують виживання протягом 72 годин:

- Документи та гроші.
- Протигази з додатковими фільтрами, дитячі протигази, киснева маска, респіратори.
- Аптечка: анальгін (знеболюючі), ацетилсаліцилова кислота, парацетамол, діазолін, антибіотик широкого спектра дії, гіпотермічний (охолоджуючий) пакет, сульфацил натрію, пакет кровоспинний, бинт стерильний та нестерильний, лейкопластир бактерицидний, серветки кровоспинні, вата, розчин брильянтового зеленого, бинт еластичний трубчастий, вата, нітрогліцерин, пристрій для проведення штучного дихання, аміаку розчин, вугілля активоване, інші сорбенти, корвалол, ножичці.
- Суха їжа (галети, печиво), енергетичні батончики, шоколад, горіхи, сухофрукти, мультівітаміни...
- Запас води
- Предмети гігієни
- Запальнички та герметично запаковані сірники, свічки, сухий спирт
- Два ліхтарі з додатковими батарейками
- Міцна довга мотузка
- Ніж, свисток
- Комплект столового приладдя, казанок
- Радіоприймач
- Дошовики, одяг, шкарпетки, шапки, рукавички, водонепроникне взуття
- Голки, нитки

В період напруженої ситуації в країні громадянин повинен бути підготовлений до дій під час оповіщення населення про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій.

### **Способи доведення сигналів оповіщення:**

- телебачення, радіоприймачі;
  - електросирени, гудки підприємств і транспортних засобів;
  - гучномовці, телефони, посильні.
- Почувши звуки сигнальних:
- увімкнути радіоприймач, телевізор на каналі місцевого віщання;
  - уважно прослухати звернення після відключення сирен, гудків, тощо;
  - продумати і виконати усі рекомендації;
  - знайти можливість сповістити про отриману інформацію сусідів та знайомих.

### **Оповіщення в умовах воєнного стану здійснюється за сигналами:**

- Ракетна і авіаційна небезпека – ПО-ВІТРЯНА ТРИВОГА;
- Радіаційне зараження – РАДІАЦІЙНЕ ЗАРАЖЕННЯ;
- Хімічне зараження – ХІМІЧНЕ ЗАРАЖЕННЯ;
- Біологічне зараження – БІОЛОГІЧНЕ ЗАРАЖЕННЯ.

Якщо ви стали очевидцем виникнення НС на території Хмельницької області, повідомте: „101” – черговим службам підрозділів ГУДСНС; 76-47-00 – оперативному черговому пункту управління з питань ЦЗН (Кризовий центр ОДА Хмельницької області).