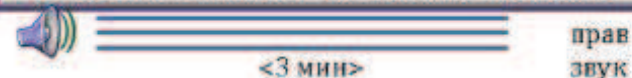


## ! Какво да правиш при сигнал за тревога?



- Намери безопасно място
- Слушай националното радио
- Не използвай телефона
- Не отивай в училище за децата
- Увери се, че всички около теб изпълняват указанията



Когато чуеш сигнала за края на тревогата, провери какво трябва да правиш оттук нататък

## ✎ Запиши своите лични данни

Име:

Фамилия:

Адрес:

Град:  Пощ код:

Телефон:

Личен лекар:

Алергии:

## 📞 Спешни номера

Европейски спешен номер: 112

Пожарна: 166 Полиция: 150

Контакт при произшествие:

Телефон:

## Научи се да оказваш първа помощ

- Защита:** Не излагай живота си на риск
- Обади се на спешните служби:** 112 или местните спешни номера
- Обилно кървене:** Притисни, за да спреш кървенето
- Безсъзнание:** Постави пострадалия странично стабилно положение
- Изгаряне:** Полей със студена вода
- Рани:** Пази раната чиста
- Фрактури:** Обездвижи счупения крайник



Невинаги можеш да разчиташ, че спешните служби ще се отзоват веднага. Затова ти и семейството ти трябва да сте подготвени да реагирате в случай на опасност.

## Какво да правя при опасност?

- Има ли опасност?
- ДА**
- Можеш ли да се справиш с нея? **НЕ**  **ДА**  Премахни опасността
- Има ли застрашени хора? **НЕ**  **ДА**  Помогни да се евакуират хората
- Съобщия опасността и се обади на спешните служби



**БЪЛГАРСКИ  
ЧЕРВЕН КРЪСТ**

**Самозащита  
Какво да правим**

Как да подготвим  
семейството си за  
рисковете



с подкрепата на  
Инструмента за гражданска  
защита на ЕС



## За мен и моите близки

Запознат съм с рисковете, на които може да съм изложен и съм взел необходимите предпазни мерки.

ДА

НЕ

- Получавам информация от:
  - Кметството
  - Местната власт
  - Пожарната
  - Червения кръст
  - Личния лекар

Знам кои са спешните служби, с които да се свържа в случай на инцидент или бедствие.

НЕ

- Уча се да разпознавам предупредителните сигнали.
- Следя информацията за потенциални рискове в моята среда.

ДА

При произшествие имам (семеен) план

- вкъщи
- в училище
- в работата

НЕ

- Знам как да изключа водата, газта и електричеството в къщи.
- Знам, че се грижат за децата в училище.
- Запознат съм с инструкциите за спешни случаи на работното ми място.
- Определям сборен пункт, ако семейството ми се раздели при бедствие.
- Уверявам се, че всички знаят телефона на човека или хората, на които да се обадят ако се случи нещо, или се разделим.

ДА

Мога да окажа помощ.

НЕ

- Включвам се в курс по първа помощ.

ДА

Имам бедствен комплект.

НЕ

- Търся информация от местната власт, или от Червения кръст.
- Трябва да имам запас от храна и вода, за да се грижа за семейството си поне 3 дни.

ДА

Намалявам финансовия риск при произшествие.

НЕ

- Застраховам семейството и вещите си за колкото мога повече произшествия.
- Винаги държа пари в брой за всеки случай.

Помислил съм за специфичните нужди - болести, увреждания, възраст или езикова бариера в моето семейство, приятели или съседи.

## Направи си свой комплект за спешни случаи.

### Трябва да включва:

- 1 Принадлежности за първа помощ
- 2 Елементи за безопасност
- 3 Предупредително оборудване
- 4 Вода
- 5 Храна



### Комплект за първа помощ

#### Какво трябва да включва:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Лейкопласт         | <input type="checkbox"/> Марля                      |
| <input type="checkbox"/> Латексови ръкавици | <input type="checkbox"/> Бандажен тампон            |
| <input type="checkbox"/> Ножица             | <input type="checkbox"/> Бинт                       |
| <input type="checkbox"/> Триъгълна кърпа    | <input type="checkbox"/> Антисептичен препарат      |
| <input type="checkbox"/> Фолио за бедствия  | <input type="checkbox"/> Разтвор за промивка на очи |
| <input type="checkbox"/> Крем за изгарания  | <input type="checkbox"/> Безопасна игла             |
| <input type="checkbox"/> Маска за обдишване | <input type="checkbox"/> Изстудяващ компрес         |

### Комплект за бедствия

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Свещи                     | <input type="checkbox"/> Свирка              |
| <input type="checkbox"/> Водоустойчив кибрит       | <input type="checkbox"/> Швейцарско ножче    |
| <input type="checkbox"/> Знак SOS                  | <input type="checkbox"/> Светеща пръчка      |
| <input type="checkbox"/> Макетно ножче             | <input type="checkbox"/> Запалка             |
| <input type="checkbox"/> Водоустойчив плик         | <input type="checkbox"/> Работни ръкавици    |
| <input type="checkbox"/> Торба за боклук           | <input type="checkbox"/> Фолио за бедствия   |
| <input type="checkbox"/> 5 литров контейнер        | <input type="checkbox"/> Еднолитрова бутилка |
| <input type="checkbox"/> Химикалка и хартия        | <input type="checkbox"/> За вода             |
| <input type="checkbox"/> Комплект за лична хигиена | <input type="checkbox"/> Кърпички            |
| <input type="checkbox"/> Водопречистващи таблетки  | <input type="checkbox"/> Храна               |
| <input type="checkbox"/> Радио и фенер с динамо    |  |