



Всеобщая готовность! Выпуск для Филадельфии

Будьте готовы, чтобы сохранить здоровье во время чрезвычайных ситуаций

Справочник на 2019/2020 год



**Контактная информация служб быстрого
реагирования: см. на обратной стороне обложки**



Используйте этот справочник, чтобы подготовиться к чрезвычайным ситуациям, которые могут возникнуть в нашем регионе.



Крупномасштабные чрезвычайные ситуации могут затрагивать всех, но при этом для некоторых людей риски ухудшения здоровья выше вследствие физических, психических, экономических и социальных проблем. Например, в **группы повышенного риска** входят:

- Люди, страдающие астмой
- Слепые и слабовидящие
- Люди, ухаживающие за другими людьми
- Дети
- Люди, страдающие хроническими заболеваниями
- Глухие, слабослышащие или страдающие потерей слуха люди
- Люди, зависящие от работы оборудования с электропитанием
- Люди, зависящие от медицинского оборудования или рецептурных лекарственных препаратов
- Люди, зависящие от работы кислородного оборудования
- Люди, которым требуется диализ
- Бездомные





- Люди, привязанные к дому
- Люди, отбывающие или ранее отбывавшие тюремное заключение
- Люди с ограниченными умственными способностями
- Люди с ограниченными физическими возможностями
- Представители ЛГБТК-сообщества (лесбиянки, геи, бисексуалы, трансгендеры, квиры)
- Люди, страдающие от зависимости
- Люди, страдающие психическими заболеваниями
- Малообеспеченные люди
- Люди с избыточным или недостаточным весом
- Беременные женщины
- Пожилые люди
- Люди, не могущие общаться на английском языке
- Ветераны



Знайте, кто подвержен более высоким рискам



Знать, какие чрезвычайные ситуации могут возникнуть в нашем регионе.



К крупномасштабным чрезвычайным ситуациям, которые могут затронуть многих жителей Филадельфии, относятся:

- **Стихийные бедствия и экстремальные погодные условия**
(сильная жара, наводнения, ураганы, торнадо, снежные бури и т. п.)
- **Антропогенные бедствия**
(разливы нефти, крушения поездов, масштабные отключения электроэнергии, теракты и т. п.)
- **Вспышки заболеваний или другие чрезвычайные ситуации в сфере здравоохранения**
(например, новый штамм гриппа)

Дальше в этом справочнике описывается, как выполнять следующие действия, чтобы сохранить здоровье до, во время и после стихийного бедствия:





- Следите за информацией и выполняйте указания.
- Составьте план и подготовьте сумку.
- Подготовьте запасы продуктов и составьте план для медицинских нужд.
- Составьте план с учетом потребностей домашних и служебных животных.
- Сделайте прививки и закрывайте рот при кашле.
- Защищайте себя от укусов животных и насекомых.
- Принимайте меры для предотвращения заболеваний и травм.
 - Не допускайте отравления угарным газом.
 - Соблюдайте правила безопасности при использовании пищи и воды.
 - Соблюдайте правила безопасности при уборке.
- Обращайтесь за помощью для управления стрессом.
- Научитесь помогать другим.
- Заполните карточку с информацией о здоровье (в этом справочнике приведены две такие карточки).
- Следите за информацией экстренных служб Филадельфии в социальных сетях (например, в Facebook, Twitter и Instagram).



Подготовьте всё необходимое для поддержания своего здоровья





Имейте у себя в доме радиоприемник.

- В случае отключения электроэнергии вы сможете пользоваться радиоприемником.
- В радиоприемник необходимо установить батарейки, солнечные батареи или ручную динамо-машину.

Зарегистрируйтесь сегодня, чтобы получать уведомления о чрезвычайных ситуациях.

- Чтобы получать электронные письма и текстовые уведомления о чрезвычайных ситуациях, зарегистрируйтесь через Интернет в системе ReadyPhiladelphia по адресу: www.phila.gov/ready
- Чтобы получать электронные письма от Департамента здравоохранения, зарегистрируйтесь в Интернете по адресу: <http://bit.ly/HealthBulletinSignUp>

Следите за информацией, используя радио, телевидение, Интернет, телефон, читая текстовые сообщения и электронную почту.

- Слушайте по радио местные новости для получения информации о чрезвычайных ситуациях.
- Для получения актуальной информации настройте радиоприемник на канал KYW 1060 AM или переключите телевизор на правительственный кабельный телеканал 64.





Выполняйте указания государственных служащих.

Местный департамент здравоохранения, служба реагирования в чрезвычайных ситуациях и государственные служащие принимают меры для обеспечения вашей безопасности и здоровья.

Вот примеры указаний, которые вы можете получить:

- Займите ближайшее укрытие (оставайтесь внутри в безопасном месте)
- Перейдите в аварийное убежище (если оно открыто для этого случая)
- Начинайте эвакуацию (выходите из здания или зоны)
- Оставайтесь на месте и ждите дальнейших указаний
- Перейдите в указанное место для получения экстренного препарата



Следите за информацией и выполняйте указания



Составьте семейный план коммуникаций.



Составьте план коммуникации с членами вашей семьи, чтобы вы знали, как связаться друг с другом в экстренной ситуации. В вашем плане должно быть указано следующее:

- Местная и внегородская контактная информация на случай чрезвычайных ситуаций
- Важные номера телефонов, адреса электронной почты и почтовые адреса и соответствующие способы связи с членами семьи и поставщиками услуг
- Места встречи в случае эвакуации



Следите, чтобы бензобак был как минимум наполовину заполнен, на тот случай, если вам потребуется экстренно покинуть дом.

Упакуйте экстренную сумку на случай эвакуации в чрезвычайной ситуации.

Упакуйте рюкзак или небольшой чемодан для каждого члена вашей семьи, собрав то, что вы обычно берете в ночную поездку. **Возьмите все необходимое, чтобы общаться, поддерживать здоровье и чувствовать себя комфортно.**





Обязательно включите следующее:

- Запас лекарств на 3 дня
- Список лекарств и номера телефонов врачей
- Небольшая бутылка воды
- Готовые к употреблению продукты (например, арахисовое масло или злаковый батончик)
- Копии важных документов в водонепроницаемом пакете, включая:
 - Страховые карты
 - Удостоверения личности с фотографией и свидетельства о рождении
 - Документы о собственности на недвижимость и документы, подтверждающие адрес
 - Ваш план коммуникаций
- Дополнительный набор ключей от автомобиля и дома
- Наличные деньги мелкими купюрами
- Компактный радиоприемник с батарейками
- Вам также может понадобиться следующее: _____
- Зарядное устройство для мобильного телефона
- Фонарик и дополнительные батарейки
- Вспомогательные средства для повседневной жизни (дополнительные очки, слуховой аппарат, трость и т. п.)
- Предметы личной гигиены (зубная щетка, туалетная бумага, дезинфицирующее средство для рук, тампоны, прокладки и т. п.)
- Предметы для ухода за детьми (подгузники, детские смеси и другие предметы, которые используются ежедневно)
- Книги или игрушки
- Сезонная одежда
- Одна пара кроссовок и две пары носков
- Предметы для ухода за домашними животными (ошейник, поводок и т. п.)
- Свисток

Проверяйте сумки каждые шесть месяцев и заменяйте просроченные предметы.

Составьте план и подготовьте сумку



Храните дополнительные запасы в шкафу у себя в доме. Используйте их только тогда, когда вы получили указание занять ближайшее укрытие.



Обязательно уложите следующее:

- Запас лекарств на 3 дня
- Список лекарств и имена врачей
- Вода (3 галлона на человека)
- Продукты длительного хранения, соответствующие вашей диете
- Ручной консервный нож
- Свисток
- Ручка и бумага
- Аптечка первой помощи
- Пластиковые пакеты для мусора и клейкая лента
- Одеяла и подушки
- Зарядное устройство для мобильного телефона
- Фонарик и дополнительные батарейки
- Вспомогательные средства для повседневной жизни (дополнительные очки, слуховой аппарат, трость и т. п.)
- Предметы личной гигиены (зубная щетка, туалетная бумага, дезинфицирующее средство для рук, тампоны, прокладки и т. п.)
- Предметы для ухода за детьми (подгузники, детские смеси и другие предметы, которые используются ежедневно)
- Книги или игрушки
- Одна смена одежды для каждого человека

Вам также может понадобиться следующее: _____





Уложите следующие материалы, если у вас есть ребенок или член семьи с медицинскими потребностями.

Обязательно включите следующее:

- Медицинские приборы
 - Копия плана ухода за ребенком
 - Особые диетические продукты или препараты
 - Предметы для обеспечения комфорта (особые игрушки, одеяла и т. п.)
 - Адаптер переменного тока для зарядки медицинских приборов в автомобиле
 - Дополнительный медицинский браслет
 - Запасные батарейки (аккумуляторы) для медицинских приборов
 - Запасные зарядные устройства для устройств
 - Запасные лекарственные препараты и медицинские принадлежности (иглы, бинты и т. п.)
 - Мини-холодильник и пакеты со льдом для охлаждения инсулина и других лекарственных препаратов
- Вам также может понадобиться следующее: _____



Подготовьте запасы продуктов и составьте план для медицинских нужд





Многие люди с функциональными ограничениями зависят от служебных животных, которые помогают им в повседневной жизни.

Спланируйте, как будет осуществляться уход за вашими животными в экстренной ситуации:

- Служебные животные допускаются в аварийные убежища для людей. Местное агентство по чрезвычайным ситуациям предоставляет информацию об убежищах для домашних животных.
- Поговорите как минимум с двумя друзьями или членами семьи и договоритесь, чтобы они зашли за вашим питомцем или позаботились о нем в том случае, если вы не можете доехать до дома.
- Полезные советы можно найти на следующих веб-сайтах:
 - redpawemergencyreliefteam.com
 - www.asPCA.org/pet-care/disaster-preparedness
 - www.pasart.us
 - www.avma.org/disaster





Дополнительно упакуйте эти элементы/ материалы, если у вас есть домашние питомцы или служебные животные.

Обязательно включите следующее:

- Номер лицензии, идентификационной метки и микрочипа
 - Актуальный список вакцинаций
 - Питание, вода и лекарства на 3 дня
 - Ваши фотографии с питомцем
 - Чаши
 - Ошейник, поводок и намордник
 - Контейнеры или клетки для перевозки
 - Контактная информация вашего ветеринара
 - Игрушки и лакомства
 - Туалет, контейнер и совок для сбора экскрементов (при необходимости)
 - Другие элементы:
-





Заботьтесь о своем здоровье в течение всего года:



- Соблюдайте график прививок, чтобы защитить себя и членов вашей семьи от коклюша, кори, свинки и других предотвратимых заболеваний.
- Каждый год делайте прививку от гриппа. Это лучший способ предотвратить заболевание гриппом.
- Часто мойте руки. Мойте руки после использования туалета, после кашля или чихания, а также перед прикосновением к рукам других людей или к продуктам.
- При кашле или чихании закрывайтесь плечом, локтем или платком.
- Оставайтесь дома, когда вы болеете.
- Каждый год проходите медицинский осмотр.





Выполняйте следующие действия, когда вы получили соответствующие указания от медицинского работника:

- Ограничьте контакт с людьми, которые могут быть больны.
- Посетите специальный медицинский пункт, чтобы получить экстренный лекарственный препарат или прививку для предотвращения заболевания.



Вы также можете проверить стресс и эмоциональное состояние несколькими способами, используя бесплатный быстрый и анонимный скрининг.

- Посетите веб-сайт
 - <https://healthymindsphilly.org/en/screening>
- Выполните инструкции, чтобы:
 - Пройти онлайн-скрининг
 - Узнать время и место проведения медицинского скрининга в вашем районе
 - Найти киоск для прохождения скрининга состояния психического здоровья



Сделайте прививки и закрывайте рот при кашле



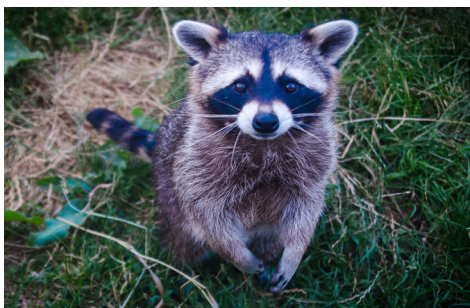


Принимайте меры защиты от заболевания бешенством. Защищайте себя от укусов животных.

- Царапины или укусы животных могут привести к серьезным и даже смертельным травмам или инфекциям.
- Бешенство — это смертельный вирус, который распространяется главным образом путем укуса зараженного животного.
- Убедитесь, что у ваших домашних животных сделаны все необходимые прививки от бешенства.
- Не приближайтесь к бездомным или диким животным и не пытайтесь их гладить или ловить.
- Если вы увидели бездомное или дикое животное или оно укусило вас, обратитесь к специалистам по контролю за животными.
- Если вас укусило или поцарапало животное, немедленно обратитесь за медицинской помощью.

В Филадельфии:

- **Звоните по телефону (215) 685-6748, чтобы сообщить об укусах животных.**
- **Звоните по телефону (267) 385-3800, чтобы сообщить о диких, агрессивных или бездомных животных.**
- **Звоните по телефону (215) 685-9000, чтобы сообщить об грызунах.**





**Принимайте меры для предотвращения лихорадки Западного Нила и других заболеваний.
Защищайте себя от укусов комаров.**

- В нашем регионе комары часто переносят вирус лихорадки Западного Нила.
- Убирайте емкости с водой, в которую комары могут откладывать яйца.
- Устанавливайте оконные и дверные сетки.
- Не держите открытыми наружные двери.
- По возможности используйте систему кондиционирования воздуха.
- Используйте репелленты от насекомых на основе одного из следующих активных компонентов:
 - DEET (диэтилтолуамид, ДЭТА)
 - Пикаридин
 - Масло лимонного эвкалипта (OLE)
- Следуйте инструкциям, приведенным на этикетке.
- Носите рубашки с длинным рукавом и длинные брюки.



В Филадельфии: Звоните по телефону (215) 685-9000, чтобы сообщить о проблемах, связанных с комарами.

Защищайте себя от укусов животных и насекомых



Не допускайте отравления угарным газом.

- Угарный газ (CO) невидим и не имеет запаха.
- **Установите** у себя в доме датчик угарного газа и проверяйте его каждые шесть месяцев.
- **Никогда** не оставляйте заведенный автомобиль в гараже.
- В случае использования генератора:
 - **Никогда** не используйте его в доме или в гараже.
 - **Никогда** не используйте его на расстоянии ближе 20 футов от открытых окон, дверей или вентиляционных отверстий.



Следите за безопасностью продуктов и воды после стихийного бедствия или экстренной ситуации.

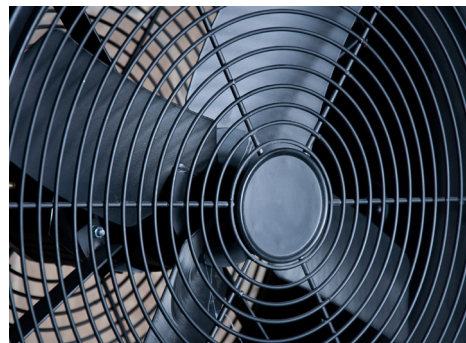
- Выбрасывайте продукты, которые могли иметь контакт с паводковыми водами.
- Выбрасывайте продукты, которые не были надлежащим образом охлаждены после отключения электроэнергии.
- После отключения электроэнергии оставляйте дверцы холодильника и морозильника закрытыми.
 - В холодильнике продукты остаются охлажденными в течение примерно 4-х часов, если дверца остается закрытой.
 - В полностью заполненном морозильнике продукты остаются замороженными в течение 48 часов (24 часа, если морозильник наполовину заполнен).
- Не пробуйте пищу, чтобы определить, безопасна ли она.
- Не используйте воду, которая может быть загрязнена.
- Сотрудники департамента здравоохранения могут дать вам указания использовать бутилированную или обработанную воду для питья, приготовления пищи и личной гигиены.





Безопасно производите уборку после штормов и наводнений.

- Надевайте прочную обувь (обувь с закрытым носком и т. п.).
- Не используйте электрические инструменты или приборы, когда стоите в воде.
- Не допускайте попадания воды в открытые раны.
- Произведите уборку и примите меры, чтобы предотвратить образование плесени после наводнения:
 - Как можно скорее просушите дом.
 - Используйте вентиляторы и направляйте их наружу.
 - Во время уборки надевайте перчатки, маску, очки, брюки и рубашки с длинными рукавами для защиты себя.
 - Выбросите все намоченные паводковой водой предметы, которые нельзя полностью очистить и высушить.
 - **Никогда не смешивайте отбеливатель и аммиак** или другие чистящие средства (они могут привести к образованию токсичных паров).
 - Протирайте поверхности водой с мылом.
- Дополнительную информацию об удалении плесени (например, о том, сколько отбеливателя следует использовать) можно найти на сайте:
<https://www.cdc.gov/mold/cleanup.htm>



Принимайте меры для предотвращения заболеваний и травм



После стихийного бедствия или травматического события обычно возможны различные реакции.



- Реакции могут длиться несколько дней, недель, месяцев и даже лет.
- Для большинства людей такие реакции являются частью обычного процесса адаптации и восстановления и со временем уменьшаются.

Вот некоторые распространенные реакции:

- Перепады настроения или неожиданные припадки плача
- Грусть
- Проблемы со сном или слишком длительный сон
- Ощущение безнадежности или беспомощности
- Физические симптомы (проблемы с желудком, головные боли)
- Чувства вины и неуверенности в себе
- Изменение успехов в работе или учебе
- Изменения в отношениях с друзьями или родственниками
- Проблемы с общением или концентрацией
- Повышение употребления наркотиков или алкоголя



После стихийного бедствия у детей могут появиться страхи, грусть или изменения поведения.

- У детей младшего возраста могут появиться ночное недержание мочи, проблемы со сном или боязнь разлуки с родителями.
- У детей старшего возраста могут появиться проявления гнева, агрессии, проблемы в школе или замкнутость.
- Дети могут испытывать стресс даже в том случае, если они только видели или слышали о стихийном бедствии по телевизору.





Обратитесь за помощью к специалистам, если реакции мешают вам жить, работать, отдыхать и играть.

Кризисные горячие линии (доступны круглосуточно):

Горячая линия Philadelphia Crisis Hotline:	(215) 685-6440
Горячая линия National Suicide Lifeline:	(800) 273-8255 (для ветеранов: нажмите «1»)
Горячая линия по опиоидным препаратам (PA Get Help Now):	(800) 662-4357
Горячая линия Филадельфии для жертв семейно-бытового насилия:	(866) 723-3014
Горячая линия SAMHSA Disaster Distress Helpline:	(800) 985-5990
Служба текстовых сообщений SAMHSA Disaster Distress Textline:	Отправьте текстовое сообщение «TalkWithUs» на номер 66746

Телефоны неэкстренных служб:

Департамент Филадельфии по вопросам психического здоровья и Отдел по услугам лечения зависимостей (Philadelphia Dept. of Behavioral Health and Office of Addiction Services):	(215) 685-5400
Управление Филадельфии по делам людей с умственными нарушениями (Philadelphia Office of Intellectual Disability Services):	(215) 685-5900
Услуги для участников Community Behavioral Health (CBH) (круглосуточно):	(888) 545-2600
Горячая линия Philadelphia Homeless Outreach Hotline:	(215) 232-1984



Узнайте, как вы можете помочь своему городу и району. Зарегистрируйтесь для прохождения обучения!



При регистрации в программах обучения обязательно спрашивайте информацию о доступности.



Присоединяйтесь к волонтерам, чтобы помогать в случае чрезвычайных ситуаций в сфере здравоохранения.

Посетите веб-сайт Philadelphia Medical Reserve Corps (MRC):

<http://bit.ly/PhillyMRC>



Пройдите обучение действиям в экстренных ситуациях.

Посетите веб-сайт Управления Филадельфии по чрезвычайным ситуациям (Philadelphia Office of Emergency Management, OEM):

www.phila.gov/ready



Пройдите обучение по введению налоксона для предотвращения смерти от передозировки наркотиков.

- Налоксон — это рецептурный лекарственный препарат, который позволяет устранить эффекты передозировки опиоидных препаратов. Он временно блокирует действие опиоидных препаратов и помогает пациенту снова начать дышать.

Посетите веб-сайт City of Philadelphia Mental & Physical Health:

<http://bit.ly/PhillyNaloxoneTraining>





Пройдите обучение по ручной сердечно-легочной реанимации (CPR).

Посетите сайт проекта Mobile CPR Project:
<https://themobilecprproject.com>



Пройдите обучение по предотвращению смертельной потери крови.

Посетите веб-сайт кампании National Stop the Bleed:
www.bleedingcontrol.org

Зарегистрируйтесь, чтобы пройти обучение Stop the Bleed.

Отправьте электронное письмо Норе Крамер (Nora Kramer) по адресу: nora.kramer@jefferson.edu или позвоните по телефону (215) 503-7201 или (215) 955-4960



Пройдите интернет-курс по национальным инициативам по обеспечению готовности.

Посетите веб-сайт FEMA Emergency Management Institute:
<https://training.fema.gov>





Будьте готовы, где бы вы ни находились.



Чрезвычайные ситуации могут произойти в любое время, и вы можете оказаться без сознания или не сможете говорить.

Сотрудники экстренных служб будут искать в вашем кошельке или бумажнике информацию о вас:

- Кто вы
- Какие у вас есть заболевания
- С кем нужно связаться в экстренной ситуации



Храните одну карточку в бумажнике или кошельке.

Передайте другую карточку ухаживающему за вами человеку, другу или члену семьи, чтобы у них была информация о вас, которая поможет сотрудникам экстренных служб в чрезвычайной ситуации.

Скачайте и распечатайте другие карточки для ваших друзей и членов семьи.



Посетите веб-сайт Health Information Card:

- <http://bit.ly/HealthInfoCards>





Карточки с информацией о здоровье

Заполните оба экземпляра карточки с информацией о здоровье, приведенные ниже, и оторвите их от страницы по пунктирным линиям.

Положите одну карточку в свой кошелек или бумажник и передайте вторую карточку кому-нибудь из ваших родных и близких.

ИНФОРМАЦИЯ О ВАС

Заполните эту карточку, обратившись за помощью к своему лечащему врачу. Храните ее в бумажнике, кошельке или другом безопасном месте.

Имя и фамилия:

Телефон:

Адрес:

Дата рождения:

Группа крови:

Основной язык:

Аллергические реакции
(лекарства, продукты и т. п.):

Заболевания (астма, диабет, эпилепсия, сердечно-сосудистые заболевания, высокое кровяное давление, заболевания легких, почек, хронический гепатит, ВИЧ-инфекция и т. п.):

Особые потребности
(слух, речь, зрение, перемещение):

**Специальное оборудование/
материалы/другие потребности:**

КОНТАКТЫ ДЛЯ ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЙ

1-й контакт в экстренной ситуации

Имя и фамилия:

Телефон:

2-й контакт в экстренной ситуации
(проживающий не в вашем городе)

Имя и фамилия:

Телефон:

Эл. почта:

Другие важные номера
(врач, поставщики услуг)

В ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ:

- Следуйте вашему плану действий в экстренной ситуации и выполняйте указания местных должностных лиц.
- Храните эту важную информацию при себе.
- Если вам придется покинуть дом, возьмите с собой лекарства и важные материалы.



Карточка с информацией о здоровье

ИНФОРМАЦИЯ О ВАС

Заполните эту карточку, обратившись за помощью к своему лечащему врачу. Храните ее в бумажнике, кошельке или другом безопасном месте.

Имя и фамилия:

Телефон:

Адрес:

Дата рождения:

Группа крови:

Основной язык:

Аллергические реакции
(лекарства, продукты и т. п.):

Заболевания (астма, диабет, эпилепсия, сердечно-сосудистые заболевания, высокое кровяное давление, заболевания легких, почек, хронический гепатит, ВИЧ-инфекция и т. п.):

Особые потребности
(слух, речь, зрение, перемещение):

**Специальное оборудование/
материалы/другие потребности:**

КОНТАКТЫ ДЛЯ ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЙ

1-й контакт в экстренной ситуации

Имя и фамилия:

Телефон:

2-й контакт в экстренной ситуации
(проживающий не в вашем городе)

Имя и фамилия:

Телефон:

Эл. почта:

Другие важные номера
(врач, поставщики услуг)

В ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ:

- Следуйте вашему плану действий в экстренной ситуации и выполняйте указания местных должностных лиц.
- Храните эту важную информацию при себе.
- Если вам придется покинуть дом, возьмите с собой лекарства и важные материалы.



Карточка с информацией о здоровье

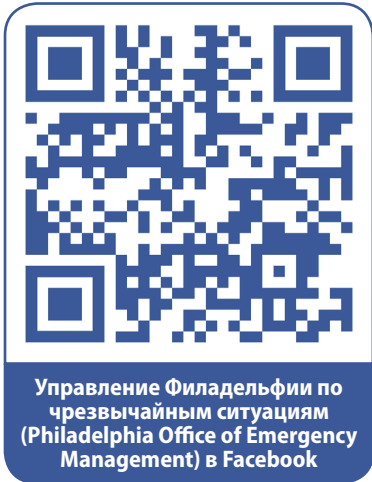
Заполнение карточки с информацией о здоровье





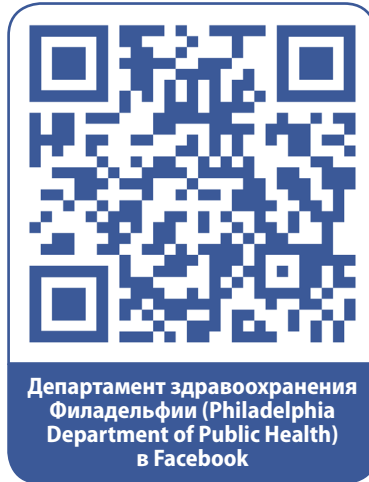
Следите за информацией этих местных агентств по чрезвычайным ситуациям в социальных сетях.

С помощью камеры смартфона отсканируйте эти QR-коды (может потребоваться сначала загрузить приложение). Можно также ввести в браузер синий текст, приведенный ниже.



Управление Филадельфии по чрезвычайным ситуациям (Philadelphia Office of Emergency Management) в Facebook

Philadelphia Office of Emergency Management



Департамент здравоохранения Филадельфии (Philadelphia Department of Public Health) в Facebook

Philadelphia Department of Public Health



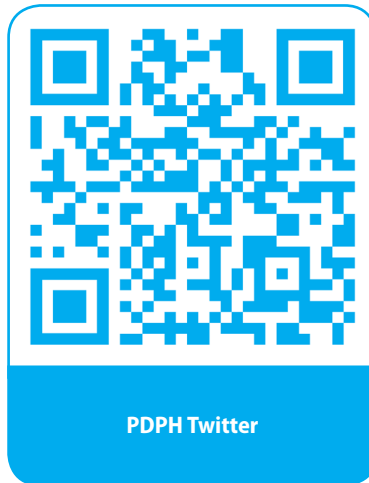
PDPH Philly Health Prepared в Facebook

Philly Health Prepared



OEM Twitter

@PhilaOEM



PDPH Twitter

@PHLPublicHealth



PDPH Philly Health Prepare Twitter

@PHLHlthPrepare

Узнайте больше о том, как подготовиться к чрезвычайным ситуациям.

Посетите эти веб-сайты:

- <https://www.cdc.gov/disasters/index.html>
- www.phila.gov/ready
- <https://www.cdc.gov/flu/protect/habits/index.htm>
- <https://www.cdc.gov/disasters/animalhazards/index.html>

Следите за новостями экстренных служб Филадельфии в социальных сетях



Сохраните эти номера телефонов

Все обо мне

Мое имя и фамилия:

Лучший способ связи со мной:

Какие предметы мне **НУЖНЫ**:

Номера для экстренной связи	Номера для обычной связи
Чрезвычайные ситуации, связанные с угрозой жизни: 911	Городские услуги: 311 или (215) 686-1776
Токсикологический центр: (800) 222-1222	Обращение в социальные службы: 211 или (866) 964-7922

Контакты для экстренных ситуаций

(укажите друзей, членов семьи, поставщиков медицинских услуг и врачей)

Имя и фамилия	Статус	Мобильный телефон	Рабочий/ школьный телефон