

У разі кризи або війни

Вам потрібно знати наступне

- якщо зникнуть інтернет, електроенергія та телефонний зв'язок
- якщо вам доведеться шукати притулок
- про власну готовність

Читайте, готуйтеся та обговорюйте разом.

Інформація від муніципалітету Осло. Будь ласка, збережіть цю брошуру.

Власна готовність та спільнота

Більшості людей у кризовій ситуації доведеться покладатися на власні сили, тому слід підготуватися до цього заздалегідь.

Взяти на себе відповідальність

Готовність до надзвичайних ситуацій починається вдома. Поговоріть із сусідами, друзями або родичами про те, як ви зможете допомогти одне одному, якщо щось трапиться. Знайдіть собі товариша на випадок надзвичайної ситуації.

Товариші на випадок надзвичайної ситуації можуть допомогти одне одному з наступним:

- зі спільним використанням обладнання та речей
- з житлом або помешканням
- з рішенням практичних питань
- з доглядом і підтримкою

Почніть із найважливішого:

- питна вода: бажано 20 літрів на людину
- тепло: складіть план, як зберегти тепло
- їжа, засоби гігієни, ліки, аптечка першої допомоги, ліхтарик, цифровий радіоприймач (DAB) та готівка

Пам'ятайте, що багато з того, що вам знадобиться, ви вже маєте у себе вдома.

Зберігайте критичне мислення.

Довіряйте перевіреним інформації від офіційних органів влади.

У разі ядерної аварії

Людям віком до 40 років, а також вагітним жінкам слід приймати таблетки йоду, як рекомендують органи влади. У школах, дитячих садках та інших установах є запас таблеток йоду для швидкої видачі в разі потреби.

Додаткову інформацію можна знайти:

- oslo.kommune.no/beredskap
- sikkerhverdag.no

Якщо зникнуть інтернет, електроенергія та телефонний зв'язок

Зв'язатися з пожежною службою, швидкою допомогою чи поліцією буде дуже складно. Ви можете звернутися по допомогу в інформаційні пункти. Звертайтеся до них лише в разі крайньої необхідності.

Муніципалітет Осло зобов'язаний у першу чергу допомагати тим, хто потребує цього найбільше. Більшості людей доведеться справлятися самотійно. У разі гострої потреби в невідкладній медичній допомозі звертайтеся до відділення екстреної медичної допомоги.

Дізнайтеся, де знаходиться найближчий до вас інформаційний пункт.

Інформаційний пункт:

1. **Oslo Katedralskole**, Ullevålsveien 31
2. **Fagerborg skole**, Pilestredet 109
3. **Oslo Handelsgym**, Parkveien 65
4. **Ullern videregående**, Ullernchausseen 66
5. **Nydalen videregående skole**, Nydalsveien 30C
6. **Bentsebrua skole**, Treschows gate 16
7. **Foss videregående skole**, Steenstrups gate 20
8. **Bjerke videregående skole**, Statsråd Mathiesens vei 25
9. **F21 videregående skole**, Fyrstikkalléen 21
10. **Hellerud videregående skole**, Wilhelm Stenersens vei 6
11. **Ulsrud videregående skole**, Tor Jonssons veg 5
12. **Persbråten videregående skole**, Gamle Hovsetervei 1
13. **Apalløkka skole**, Tjernveien 12
14. **Stovner videregående skole**, Karl Fossums vei 25
15. **Lambertseter videregående skole**, Cecilie Thoresens vei 6
16. **Holmlia skole**, Nordåsveien 3

Що мені робити, якщо спрацював сигнал повітряної тривоги?

У разі повітряної загрози сигнал повітряної тривоги попередить вас про необхідність шукати укриття. Виберіть найближчий до вас.

Якщо ви перебуваєте у приміщенні

- шукайте укриття там, де ви знаходитесь, наприклад, у підвалі, на сходовій клітці або в кімнаті без вікон
- не виходьте на вулицю, щоб знайти притулок

Якщо ви перебуваєте на вулиці

- знайдіть найближче безпечне місце, наприклад:

в канаві;

під мостом або за стіною;

у підвалі, паркінгу або станції метро

або

у притулку

Ілюстрації та фотографії: муніципалітет Осло. Жовтень 2026 року