

**Zarządzenie nr 65 /2011**  
**Burmistrza Szydłowca**  
**z dnia 10 czerwca 2011r.**

w sprawie : „Zasad postępowania i zachowania na wypadek zagrożeń”  
dla Urzędu Miejskiego w Szydłowcu .

Działając na podstawie art.3.1 i 4.1 Ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2009 r., Nr 178, poz. 1380 z późn. zm), oraz w związku z § 6 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. z 2010 r, Nr 109, poz.719) oraz ustawy z dnia 17 lipca 2009 roku o zmianie ustawy o zarządzaniu kryzysowym (Dz. U. Nr 131 poz.1076) **zarządza się, co następuje:**

§ 1

1. Wprowadzam w życie „Zasady postępowania i zachowania na wypadek zagrożeń” dla Urzędu Miejskiego w Szydłowcu, stanowiące załącznik do niniejszego zarządzenia.
2. Zobowiązuję naczelników wydziałów, kierowników komórek organizacyjnych urzędu, inspektorów samodzielnych stanowisk o bezzwłocznym informowaniu o wszelkich zdarzeniach mających charakter nadzwyczajnych zagrożeń Burmistrza Szydłowca za pośrednictwem inspektora zarządzania kryzysowego urzędu.

§ 2

1. Zobowiązuję naczelników wydziału, kierowników komórek organizacyjnych urzędu, inspektorów samodzielnych stanowisk do zapoznania pracowników z treścią „zasad”.

§ 3

Wykonanie zarządzenia powierza się naczelnikom wydziałów, kierownikom komórek organizacyjnych urzędu i inspektorom samodzielnych stanowisk.

§ 4

Polecam zamieszczenie załącznika na stronie internetowej urzędu.

§ 5

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

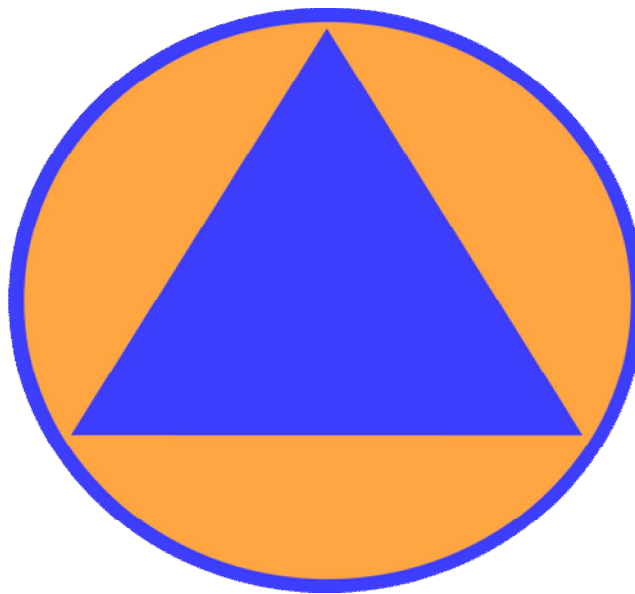
**Burmistrz Szydłowca**

**Andrzej Jarzyński**

Załącznik  
do Zarządzenia nr 65/2011  
Burmistrz Szydłowca  
z dnia 10.06.2011r.

**URZĄD MIEJSKI W SZYDŁOWCU**

**GMINNY  
ZESPÓŁ ZARZĄDZANIA  
KRYZYSOWEGO**



***Zasady postępowania i zachowania  
na wypadek różnych zagrożeń***

Opracował :

## **JAK POSTĘPOWAĆ W SYTUACJACH ZAGROŻEŃ**

### **JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ NA WYPADEK KATASTROFY LUB KLĘSKI ŻYWIOŁOWEJ**

W przypadku wystąpienia katastrofy, władze lokalne oraz służby ochrony ludności będą próbować przyjść każdemu z pomocą. Wymaga to jednak określonego czasu, zatem każdy z nas powinien być przygotowany do samoobrony.

Należy wiedzieć, co robić w przypadku pożaru, gdzie szukać schronienia w czasie huraganu, jak przygotować się do ewakuacji, jak ułatwić sobie przebywanie w pomieszczeniach do tymczasowego zakwaterowania, co zrobić w przypadkach podstawowych zagrożeń medycznych. Jak ograniczyć skutki katastrofy?. Jak zabezpieczyć dobytek przed zniszczeniem?.

### **Co należy zrobić?**

W pierwszej kolejności trzeba ustalić, co tobie i twojej rodzinie zagraża. W tym celu:

- Sprawdź, czy rejon, w którym zamieszkujesz, narażony jest na jakiegokolwiek zagrożenia. Wiadomości na ten temat szukaj we właściwym terytorialnie urzędzie gminy lub miasta.
- Dowiedz się w „komórce organizacyjnej urzędu zajmującej się sprawami ochrony ludności”, w jakiej strefie zagrożenia znajduje się twój dom i jakiego rodzaju są to zagrożenia.
- Poznaj rodzaje alarmów, sygnałów alarmowych, sposoby ich ogłaszania i odwoływania oraz naucz się zasad zachowania w przypadku ich ogłoszenia.
- Zaopatrz się w niezbędną literaturę (instrukcje, poradniki) i stosuj się do zaleceń w nich zawartych.

Będzie to podstawą do przygotowania się i sprawdzenia własnych możliwości do przetrwania w okresie pierwszych trzech dni kataklizmu. Niezależnie od powyższego **pamiętaj!!! Zawsze i w każdej sytuacji niebezpiecznej stosuj się do zaleceń lokalnego Szefa Obrony Cywilnej.**



## W obliczu powodzi...

Bądź świadomy niebezpieczeństwa powodzi, zwłaszcza, jeśli mieszkasz na niskopolożonym terenie, w pobliżu strumienia, rzeki lub poniżej zapory wodnej. Każda nawet najmniejsza rzeka może spowodować podtopienie lub zalanie terenu wokół niej. Zagrożenie powodziowe możliwe jest również na innych obszarach podczas wystąpienia obfitych opadów.

**Pogotowie przeciwpowodziowe** wprowadza się, gdy poziom wody w rzece wzrasta do poziomu ostrzegawczego i nadal się podnosi.

**Alarm powodziowy** ogłasza się (z uwzględnieniem warunków lokalnych), gdy poziom wody w rzece osiągnie stan alarmowy, a prognoza hydrologiczna przewiduje dalszy przybór wód.

### PRZEDPOWODZIĄ

- dowiedz się u władz lokalnych, jakie jest zagrożenie i ryzyko powodziowe Twojego miejsca zamieszkania, a ponadto gdzie zlokalizowane są miejsca tymczasowego zakwaterowania ewakuowanej ludności, zwierząt, pojazdów i innego mienia;
- rozważ możliwości zabezpieczenia budynku przed powodzią poprzez uszczelnienie drzwi i piwnic materiałami wodoodpornymi;
- ubezpiecz siebie i rodzinę oraz swój majątek;
- zapoznaj się z powodziowymi sygnałami ostrzegania i alarmowania zazwyczaj jest to dźwięk syreny alarmowej, gong lub specjalny sygnał dzwonów kościelnych;
- upewnij się, że wszyscy członkowie Twojej rodziny, zwłaszcza dzieci, wiedzą co robić w razie powodzi; naucz dzieci, jak i kiedy wezwać policję, straż pożarną i inne służby oraz podmioty ratownicze.

### W CZASIE ZAGROŻENIA POWODZIOWEGO

- włącz odbiornik na częstotliwość lokalnej stacji radiowej w celu wysłuchania komunikatów o zagrożeniu i sposobach postępowania;
- miejsca sypialne i najcenniejsze rzeczy przenieś na górne kondygnacje budynku;
- zabezpiecz dokumenty osobiste Twoje i Twojej rodziny, np. poprzez przywiązanie przedmiotów i urządzeń do stabilnych elementów, tak aby nie zostały zabrane przez wodę;
- zgromadź w domu niezbędne zapasy niepsującej się żywności oraz czystej wody;

- przygotuj się do ewentualnej ewakuacji prewencyjnej lub ratowniczej, zapakuj dokumenty i najcenniejsze części dobytku;
- zabezpiecz się w odpowiednią ilość źródeł światła - latarki, świece, zapasowe baterie;
- uzgodnij z domownikami sposoby porozumiewania się w razie rozdzielenia. Najlepiej przekazujcie informacje o swoim miejscu pobytu wspólnym znajomym lub rodzinie zamieszkałej poza terenem zagrożonym powodzią;
- jeśli możesz, odeślij dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce, np. do rodziny, znajomych;
- przygotuj się do ochrony swojego domu i dobytku przed skutkami powodzi (przygotuj worki z piaskiem);
- usuń z terenu posesji pojazdy i przemieść je w bezpieczne miejsce;
- usuń z najbliższego otoczenia wszystkie toksyczne substancje, takie jak pestycydy i środki owadobójcze;
- jeśli masz jakieś zwierzęta, znajdź dla nich bezpieczne miejsce; pamiętaj, aby w chwili nadejścia powodzi nie były uwiązane i w razie zaistnienia takiej potrzeby, mogły same się uratować, najlepiej jeśli pozwolisz na ich ewakuację prewencyjną;
- jeśli masz dostęp do Internetu, monitoruj prognozy pogody i stanu zagrożenia.

## W CZASIE POWODZI

- kiedy pojawi się nagle zagrożenie powodziowe, wyłącz główne zasilanie elektryczne, odłącz sieć gazową i wodociągową, a także zamknij zasuwy (zawory) sieci kanalizacyjnej, zatkać kratki ściekowe oraz uszczelnij szambo;
- jeśli posiadasz telefon komórkowy miej go pod ręką;
- włącz radioodbiornik zasilany bateriami na częstotliwość lokalnej stacji radiowej, aby uzyskać najnowsze informacje o sytuacji. Zazwyczaj radio podaje także informacje o zagrożeniu i sposobach postępowania;
- przygotuj się do ewentualnej ewakuacji. Pamiętaj, że osoby dorosłe powinny mieć przy sobie nie więcej niż 50 kg bagażu;
- miej pod ręką apteczkę pierwszej pomocy i niezbędne leki używane przez domowników, niezbędny zapas jedzenia i wody pitnej, ciepłe ubrania, śpiwory i koce (zgromadź je w górnych partiach domu, mieszkania);
- nie używaj w gospodarstwie domowym wody ze studni ani wody gruntowej;
- w przypadku niebezpieczeństwa, natychmiast przemieść się na wyżej położone tereny;
- w przypadku nakazu opuszczenia domu, zrób to natychmiast. Dzieciom znajdującym się pod Twoją opieką przypnij do ubrania karteczkę z ich imieniem i nazwiskiem oraz kontaktem do ich opiekunów;
- jeśli czas pozwoli, zostaw wiadomość dla innych z informacją dokąd i kiedy wyjechałeś, jeśli posiadasz skrzynkę na listy, to zostaw wiadomość właśnie tam;
- jeśli musiałeś opuścić swój dom, zarejestruj się w punkcie ewidencyjnym w ten sposób łatwiej odnajdzie cię rodzina;
- jeśli poruszasz się własnym samochodem i ugrzęźniesz na zalanym obszarze, szybko opuść pojazd. Najlepiej jedź tylko drogami wyznaczonymi przez władze;
- jeżeli woda szybko się przemieszcza, nie chodź po zalanych obszarach;
- postaraj się nie panikować, bądź rozsądny, zachowaj trzeźwość umysłu;
- staraj się pomagać innym, w tym podmiotom ratowniczym.

## PO POWODZI

- słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych;
- jak najdłużej pozostań poza zasięgiem wód powodziowych i zatorów lodowych;
- nie wracaj do domu dopóki władze nie ogłoszą, że jest to bezpieczne oraz nie zostanie przywrócone zaopatrzenie w wodę pitną, usprawniony system kanalizacji i usunięte odpady;
- sprawdź fundamenty Twego domu czy nie ma pęknięć lub innych uszkodzeń, a w przypadku wątpliwości zgłoś to do nadzoru budowlanego, władz samorządowych i do ubezpieczyciela;
- upewnij się, że budynek nie grozi zawaleniem - sprawdź ściany, podłogi, okna i drzwi, uważaj na poluzowane tynki i sufity. Budynki, które znalazły się w zasięgu zalania (nie tylko przy głównym nurcie), po ustąpieniu wód mogą zachowywać się niestabilnie;
- sprawdź instalację elektryczną i gazową;
- jeśli to możliwe, przed przystąpieniem do usuwania skutków powodzi w Twoim domu zrób zdjęcia, bądź zapis wideo zastanych uszkodzeń. Materiał ten przydatny będzie dla firmy ubezpieczeniowej przy ubieganiu się o odszkodowanie, pomoże udokumentować straty. Wielkość strat powodziowych zgłoś niezwłocznie w firmie ubezpieczeniowej;
- w ramach możliwości włącz się do pomocy w usuwaniu skutków powodzi;
- zalane pomieszczenia zdezynfekuj, wywietrz, wysusz i odmaluj (szczególnie jeśli przechowujesz w nich żywność, przygotowujesz posiłki lub jeżeli przebywają w nich dzieci). Meble odsuń od ścian na co najmniej 20 cm i podnieś minimum 5 cm od podłogi;
- wyrzuć całą żywność, która miała kontakt z wodą powodziową, a do celów spożywczych używaj tylko wody butelkowanej lub dowożonej beczkowozami przeznaczonymi do wody pitnej.

### TELEFONY ALARMOWE:

-  **997** Policja
-  **998** Państwowa Straż Pożarna
-  **999** Pogotowie Ratunkowe
-  **986** Straż Miejska
-  **112** wspólny telefon alarmowy

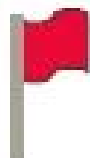
Wpisz telefon  
do władz samorządowych

Twoje notatki

## WYMACHUJĄC W CZASIE POWODZI KOLOROWĄ FLAGĄ LUB KAWĄŁKIEM MATERIAŁU, MOŻESZ PROSIĆ O POMOC



chcesz opuścić miejsce, w którym jesteś



potrzebna pomoc medyczna



prosisz o jedzenie i wodę

## ZNAKI SYGNALIZACYJNE STOSOWANE DLA PILOTÓW ŚMIGŁOWCÓW

**X**

- potrzebna pomoc medyczna

**V**

- potrzebna pomoc (YES)

**N**

- niepotrzebna pomoc (NO)

### PAMIĘTAJ!

- nie uszkadzaj wałów przeciwpowodziowych;
- nie przejeżdżaj przez wały, z wyjątkiem miejsc do tego przeznaczonych;
- nie uprawiaj gruntu przy wałach w odległości co najmniej 3 m od wału;
- nie sadź drzew na wałach;
- nie uszkadzaj umocnień;
- nie stawiaj budynków, nie kop studni, sadzawek, dołów oraz rowów w odległości mniejszej niż 50 m od stopy wału.

# **TERRORYZM**

**Terroryzm to szeroki termin na oznaczenie użycia siły lub przemocy w stosunku do osób lub własności, w celu zastraszenia, przymuszenia lub okupu.**

Terrorysty często występują z pogroźkami, by wywołać strach w społeczeństwie i przekonać obywateli, że Rząd nie jest w stanie zapobiec terrorowi. Skutki terroryzmu mogą obejmować znaczną liczbę ofiar, uszkodzenia budynków, zakłócenia w dostępie do tak podstawowych usług, jak: elektryczność, dostawy wody, komunikacja miejska, telekomunikacja i opieka medyczna.

**Możesz przygotować się na poradzenie sobie podczas ataku terrorystycznego, korzystając z tych samych sposobów, które znajdują zastosowanie podczas innych sytuacji kryzysowych:**

**3. bądź czujnym i zorientowanym w tym, co dzieje się w najbliższym otoczeniu.**

Podstawową cechą terroryzmu jest to, iż nie ma lub pojawia się mało znaków ostrzegawczych,

**4. w czasie podróży należy przedsięwziąć wszelkie możliwe środki ostrożności.**

Zwracaj uwagę na rzucające się w oczy lub po prostu nietypowe zachowania. Nie przyjmuj od obcych osób żadnych pakunków. Nie pozostawiaj bagażu bez opieki,

**5. zapamiętaj gdzie znajdują się wyjścia ewakuacyjne.**

Zawczasu pomyśl, którędy można by ewakuować się w pośpiechu z budynku, metra lub zatłoczonych miejsc. Zapamiętaj gdzie znajdują się klatki schodowe,

**6. zapamiętaj elementy z najbliższego otoczenia.**

Zwróć uwagę na ciężkie lub łatwo tłukące się przedmioty, które mogą być przesunięte, zrzucone lub zniszczone podczas wybuchu.

## **"ZASADY POSTĘPOWANIA NA WYPADEK ZAGROŻENIA ATAKIEM TERRORYSTYCZNYM"**

**W supermarketach, domach towarowych, kinach, lotniskach, dworcach itp.:**

- nie parkuj przed wyjściami z obiektów,
- pilnuj swoich dzieci,
- zwracaj uwagę na podejrzaną paczkę, nietypowe zapachy,
- zgłoś o swoich podejrzeniach służbie ochrony bądź obsłudze obiektu,



### **W przypadku, gdy usłyszysz alarm:**

2. bezwzględnie podporządkuj się poleceniom służb ochrony lub komunikatom rozgłaszanym przez głośniki,
  3. najkrótszą drogą opuść obiekt, pilnuj swojej rodziny,
  4. udziel pomocy osobom starszym lub niepełnosprawnym,
  5. nie korzystaj z wind – możesz zostać uwięziony,
  6. nie wracaj do obiektu.

### **W przypadku zdarzenia:**

- jeżeli jesteś ranny – wzywaj głosem pomocy,
- jeżeli możesz, udziel pomocy poszkodowanym, wynosząc ich poza strefę bezpośredniego zagrożenia,
  - oddychaj przez chusteczkę lub osłoń usta i nos kawałkiem materiału,
  - natychmiast opuść obiekt,
  - wykonuj polecenia ratowników, służby ochrony lub Policji.

### **Pamiętaj !!!**

W przypadku silnego zadymienia spowodowanego pożarem, najwięcej tlenu jest przy podłodze. W przypadku zadymienia poruszaj się na kolanach lub nisko schylony, w miarę możliwości wzdłuż ścian.

### **Telefony alarmowe:**

- **997 – policja**
- **998 – straż pożarna**
- **999 – pogotowie ratunkowe**
- **112 – telefon alarmowy z telefonów komórkowych**
- **48/617- 00 - 40 straż miejska**
- **48/617- 86 - 63 gminne centrum zarządzania kryzysowego ( w godzinach pracy urzędu )**

# **JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU OTRZYMANIA PRZESYŁKI NIEWIADOMEGO POCHODZENIA**

**W przypadku otrzymania jakiegokolwiek przesyłki niewiadomego pochodzenia lub budzącej podejrzenia z jakiegokolwiek innego powodu:**

- a. brak nadawcy
- b. brak adresu nadawcy
- c. przesyłka pochodzi od nadawcy lub z miejsca z którego nie spodziewamy się

**należy:**

- 1. Nie otwierać tej przesyłki!**
- 2. Umieścić tę przesyłkę w grubym worku plastikowym, szczelnie zamknąć.**
- 3. Worek ten należy umieścić w drugim grubym plastikowym worku, szczelnie należy zamknąć: zawiązać supeł i zakleić taśmą klejącą.**
- 4. Paczki nie należy przemieszczać. Należy pozostawić ją na miejscu.**
- 5. Powiadomić lokalny posterunek policji (tel. nr: 997; komórka 112) lub straż pożarną (tel. nr 998).**

Służby te podejmą wszystkie niezbędne kroki w celu bezpiecznego przejęcia przesyłki. W przypadku, gdy podejrzana przesyłka została otwarta i zawiera jakąkolwiek podejrzaną zawartość w formie stałej (pył, kawałki, blok, galaretę, pianę lub inną) należy:

- **Możliwie nie naruszać tej zawartości: nie rozsypywać, nie przenosić, nie dotykać, nie wachać, nie powodować ruchu powietrza w pomieszczeniu (wyłączyć systemy wentylacji i klimatyzacji, zamknąć okna).**
- **Należy całą zawartość umieścić w worku plastikowym, zamknąć go i zakleić taśmą lub plastrem.**
- **Należy dokładnie umyć ręce.**
- **Zaklejony worek umieścić w drugim worku, zamknąć go i zakleić.**
- **Ponownie dokładnie umyć ręce.**
- **W przypadku braku odpowiednich opakowań należy unikać poruszania i przemieszczania przesyłki.**
- **Bezwzględnie powiadomić lokalny posterunek policji (tel. nr: 997; komórka 112) lub straż pożarną (tel nr 998) i stosować się do ich wskazówek.**
- **Po przybyciu właściwych służb należy bezwzględnie stosować się do ich zaleceń.**

**Ścisłe przestrzeganie tych zaleceń pozwoli zwiększyć Twoje bezpieczeństwo i Twoich bliskich.**

# **BEZPIECZEŃSTWO W MIESZKANIACH**

Sezon zimowego ogrzewania mieszkań w budynkach wielo i jednorodzinnych, to co roku okres zwiększonej ilości pożarów.

Statystyki Państwowej Straży Pożarnej odnotowują wtedy wzrost liczby ofiar śmiertelnych i osób poszkodowanych.

Ilość strażackich interwencji rośnie z każdym rokiem.

Przyczyny pożarów od lat ciągle się powtarzają. Dominujące ich grupy, to podpalenia, nieostrożność osób zarówno dorosłych jak i nieletnich, wady lub niewłaściwa eksploatacja urządzeń i instalacji elektrycznych oraz wady i zła obsługa urządzeń grzewczych. Zapewnij bliskim i sobie spokojne święta.

## **Zapamiętaj następujące, podstawowe zasady bezpieczeństwa pożarowego.**

### **1. W zakresie eksploatacji urządzeń elektrycznych:**

- nie stosuj bezpieczników o większej mocy niż dopuszczalna, nie naprawiaj ich,
- używaj tylko tyle odbiorników prądu elektrycznego na ile obliczono moc instalacji elektrycznej - nadmierne obciążenie instalacji powoduje przegrzewanie się kabli i przewodów oraz wypalanie styków w gniazdkach i puszkach rozgałęźnych; jednoczesne włączenie opiekacza, żelazka i czajnika powoduje duże obciążenie eksploatowanej instalacji,
- nie używaj urządzeń uszkodzonych,
- zlecaj przeglądy techniczne urządzeń elektrycznych i gazowych wyłącznie osobom uprawnionym do ich wykonywania,
- nie ustawiaj sprzętu telewizyjnego i radiowego w nie wentylowanych regałach, na półkach obłożonych książkami i innymi materiałami palnymi - przez powolne i długotrwałe nagrzewanie zakurzonych przedmiotów może dojść do ich zapalenia,
- nie wykonuj prowizorycznych podłączeń do instalacji elektrycznej,
- używaj tylko urządzeń elektrycznych posiadających krajowe atesty i dopuszczenia,
- nie ustawiaj elektrycznych urządzeń grzewczych w pobliżu materiałów palnych (mebli, firanek, itp.) - zachowaj odległość minimum 50 cm.

## **2. W zakresie eksploatacji urządzeń gazowych:**

- w mieszkaniu przechowuj nie więcej niż 2 nie podłączone do urządzeń gazowych butle gazowe, o ładunku nie przekraczającym 11 kg każda,
- nie przechowuj butli w pomieszczeniach usytuowanych poniżej poziomu terenu (np. w piwnicach), ponieważ gaz propan-butan jest cięższy od powietrza, może zalegać w pomieszczeniu grożąc wybuchem,
- nie zatykaj przewodów wentylacyjnych - w urządzeniach gazowych, w przypadku braku wystarczającej ilości powietrza, nastąpi niepełne spalanie gazu, którego produktem może być trujący, niewyczuwalny tlenek węgla (CO),
- zlecaj okresowe czyszczenie kanałów kominowych i wentylacyjnych – niedrożne mogą być przyczyną śmiertelnych zatruczeń tlenkiem węgla, szczególnie podczas kąpieli w łazienkach wyposażonych w gazowe ogrzewacze wody,
- nie ogrzewaj pomieszczeń kuchnią gazową - takie praktyki mogą się skończyć poważnym zatruciem organizmu,
- używaj kuchni gazowej z wyłącznikiem przeciw wypływowym,
- używaj urządzeń gazowych posiadających krajowe atesty i dopuszczenia.

## **3. Zadbaj o warunki do ewakuacji na wypadek pożaru:**

- nie stosuj krat w drzwiach i oknach, na klatkach schodowych i przejściach między nimi oraz wyjściach na dach - krata utrudni ewakuację podczas pożaru oraz wydłuży czas oczekiwania na pomoc strażaków; jeżeli musisz, zakładaj kraty, które można otworzyć od wewnątrz. Klucz przechowuj w miejscu, znanym wszystkim domownikom; pamiętaj, że podczas pożaru może to być jedyna droga ewakuacji,
- nie zastawiaj sprzętami korytarzy i dojsz do mieszkań – może to utrudnić ewakuację oraz dojszcie ratowników.

## **4. W zakresie posługiwania się ogniem otwartym:**

- dopilnuj, by dzieci nie bawiły się ogniem, materiałami pirotechnicznymi czy urządzeniami elektrycznymi, nigdy nie pozostawiaj małych dzieci bez opieki,
- nie pal śmieci w śmietnikach i nie dopuść do zaprószenia ognia w zsywie,
- nie pal papierosów w łóżku - ludzie giną nie tylko w pożarach obejmujących całe mieszkanie; zdarza się, że zaprószenie ognia niedopałkiem papierosa po zaśnięciu, prowadzi do śmiertelnego zatrucia,
- nie zapalaj świec w pobliżu materiałów łatwo zapalnych,
- nie pozostawiaj włączonej kuchenki bez dozoru - odparowanie wody z garnka może doprowadzić do zwęglenia pozostałości, zapalenia ich i silnego zadymienia mieszkania, szczególnie niebezpiecznego dla śpiących

osób; przypadkowe wygaszenie kuchenki podczas gotowania może również doprowadzić do ulatniania się gazu i jego wybuchu,

- przestrzegaj zakazu używania wyrobów pirotechnicznych w pomieszczeniach,
- przestrzegaj instrukcji obsługi wyrobów pirotechnicznych,
- przestrzegaj wymagań prawa lokalnego w zakresie stosowania wyrobów pirotechnicznych,
- wyposaż mieszkanie w gaśnicę proszkową, minimum 2-kilogramową; taką gaśnicą będziesz mógł bezpiecznie gasić palące się urządzenia elektryczne pod napięciem,
- wyposaż mieszkanie w autonomiczną czujkę pożarową, alarmującą o powstaniu dymu (podczas każdego pożaru wydzielają się duże ilości dymu).

#### **5. Gdy opuszczasz mieszkanie:**

- sprawdź czy zostały wyłączone wszystkie odbiorniki prądu i gazu,
- przed opuszczeniem domu na dłuższy czas odłącz zasilanie prądem elektrycznym oraz zakręć zawory wody i gazu,
- u sąsiadów pozostaw informację, gdzie będziesz przebywać.

#### **6. Gdy powstanie pożar:**

- zadzwoń do straży pożarnej pod numer - 998 lub z telefonu komórkowego 112
- staraj się zejść na piętro poniżej palącego się mieszkania lub wyjść na zewnątrz budynku - pamiętaj - dym unosi się do góry, nie wolno zjeżdżać windami, nie należy otwierać drzwi, przez które wydobywa się dym, gdyż dostarczenie większej ilości tlenu może spowodować szybki rozwój pożaru i płomienie mogą nas poparzyć,
- jeżeli nie możesz opuścić mieszkania, nie otwieraj drzwi prowadzących na korytarz, uszczelnij je, wzywaj krzykiem pomocy, wykonuj polecenia strażaków,
- nie gaś wodą urządzeń elektrycznych, grozi to porażeniem prądem; staraj się wyciągnąć z gniazdka przewód zasilający (np. drewnianym kijem od szczołki), można wykręcić bezpieczniki by odłączyć dopływ prądu do mieszkania,
- powiadom o zagrożeniu sąsiadów,
- nie wdychaj dymu - zasłoń usta mokrą tkaniną; jeżeli to możliwe - zmocz swoje ubranie lub owiń ciało mokrą grubą tkaniną z naturalnych materiałów (z lnu, wełny, bawełny itp.).

#### **7. Gdy poczujesz gaz:**

- zawiadom jak najszybciej pogotowie gazowe i administrację,
- powiadom sąsiadów,

- nie włączaj światła ani żadnych urządzeń elektrycznych,
- nie zapalaj zapalek czy zapalniczek,
- zamknij zawór gazu w mieszkaniu,
- otwórz szeroko okno,
- wyjdź na zewnątrz budynku.

## **JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU WYPADKU DROGOWEGO**

**Jeżeli jesteś świadkiem wypadku drogowego to:**

### **1. Zabezpiecz miejsce zdarzenia:**

- "zastłoń" miejsce wypadku oraz osoby udzielające pomocy bryłą swojego pojazdu, który musi mieć włączone światła awaryjne i postojowe (w warunkach nocnych konieczne są włączone światła mijania, to one oświetlą miejsce wypadku),
- w odpowiedniej odległości ustaw trójkąty ostrzegawcze (własny lub z pojazdów uszkodzonych), wykorzystaj światło ostrzegawcze latarki podręcznej,
- przy pomocy telefonu komórkowego (połączenie z numerami alarmowymi 998, 997, 999, 112 jest bezpłatne) lub radia CB wezwij służby ratownicze, policję,
- jeżeli nie możesz spełnić powyższego warunku, spróbuj zatrzymać inne pojazdy bo sam możesz nie być skuteczny w działaniu,
- jeżeli nie masz szans na pomoc innych, nie trać czasu zacznij działać sam, najważniejsze dla rannych bez pulsu i oddechu są pierwsze 4 minuty, ale pomoc im udzielona musi być fachowa.

### **2. Zbliżając się do pojazdów, które uległy wypadkowi:**

- weź ze swojego pojazdu gaśnicę,
- weź ze swojego pojazdu apteczkę,
- weź ze swojego pojazdu narzędzie, którym będziesz mógł zbić szybę lub pomoże ci w otwarciu drzwi,
- weź ze swojego pojazdu nóż do cięcia pasów bezpieczeństwa lub inne ostre narzędzie, które może go zastąpić (scyzoryk, nóż myśliwski, itp.)
- oceń, czy pojazd nie ulegnie niekontrolowanemu niebezpiecznemu ruchowi lub przemieszczeniu,

- sprawdź czy z pojazdu (-ów) nie wycieka lub nie ulatnia się medium napędowe,
- zachowaj szczególną ostrożność,
- spróbuj zatrzymać inne pojazdy bo sam możesz nie być skuteczny w działaniu, jeżeli nie masz szans na pomoc innych nie trać czasu działaj sam.

### **3. Wykonaj następujące czynności jeżeli jesteś przy pojazdach:**

- sprawdź, które drzwi otwierają się i ułatwi to kontakt z poszkodowanymi,
- jeżeli drzwi nie dają się otworzyć, zbij szybę, w taki sposób, aby nie powodować dodatkowych urazów u poszkodowanych,
- zbijając szyby zachowaj szczególną ostrożność - pamiętaj, że szkło hartowane (najczęściej szyby boczne) rozpada się na małe ostre kawałki, natomiast szyby klejone (zawsze szyba przednia i w większości przypadków tylna) pękają, ale pozostają zwykle w jednym elemencie,
- dostań się do środka pojazdu, wyjmij kluczyki ze stacyjki, ale zostaw je w samochodzie, oceń czy dalsze czynności ratownicze na pewno nie zagrażają twojemu zdrowiu i życiu,
- w przypadku jeśli samochód stanie w płomieniach, użyj dostępnej Ci gaśnicy samochodowej - nie obawiaj się zbiornik paliwa nie eksploduje,
- jeśli stwierdzisz u poszkodowanych brak oznak pulsu i oddechu przystąp do ożywiania, najskuteczniejsze działania przedmedyczne wykonasz z dala od uszkodzonych pojazdów ewakuując poszkodowanych. Nie rób tego jednak, jeżeli nie umiesz zrobić tego prawidłowo, ponieważ możesz pogłębić urazy, a nawet spowodować śmierć poszkodowanego.

### **4. Zaalarmuj służby ratownicze, a w przypadku gdy:**

samochód nie jest narażony na niekontrolowany ruch lub przemieszczenie,

- nie ma wycieków paliwa,
- odłączona jest instalacja elektryczna pojazdu,
- miejsce zdarzenia jest odpowiednio zabezpieczone,
- poszkodowani dają oznaki życia, ale są uwięzieni w pojeździe, - przystąp do udzielania im pierwszej pomocy (opatrzenia ran, tamowania krwotoków, ustabilizowania kręgosłupa i kończyn ). Kontroluj oddech i czynności serca poszkodowanych, okryj ich kocem lub odzieżą w celu uniknięcia pogłębienia wstrząsu.

**Zostań przy poszkodowanych do czasu przybycia ratowników.**

**Pamiętaj aby wszystkie czynności wykonywać z rozwagą, bez niepotrzebnych emocji i dodatkowych zniszczeń, do czasu aż przybędą specjalistyczne służby ratownicze. Pamiętaj, że Ty również możesz się znaleźć w podobnej sytuacji.**

# JAK ZACHOWAĆ SIĘ W RAZIE POŻARU

## Jak zwalczać powstały pożar

1. W przypadku powstania pożaru wszyscy zobowiązani są podjąć działania w celu jego likwidacji:

- **zaalarmować niezwłocznie, przy użyciu wszystkich dostępnych środków osoby będące w strefie zagrożenia,**
- **wzwać straż pożarną.**

2. Telefoniczne alarmowanie należy wykonać w następujący sposób: **Po wybraniu numeru alarmowego straży pożarnej 998 i zgłoszeniu się dyżurnego spokojnie i wyraźnie podaje się:**

- **swoje imię i nazwisko, numer telefonu, z którego nadawana jest informacja o zdarzeniu,**
  - **adres i nazwę obiektu,**
  - **co się pali, na którym piętrze,**
  - **czy jest zagrożenie dla życia i zdrowia ludzkiego.**

**Po podaniu informacji nie odkładać słuchawki do chwili potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia.**

### **Przyjmujący może zażądać:**

- potwierdzenia zgłoszenia poprzez oddzwonienie,
- dodatkowych informacji, które w miarę możliwości należy podać.

3. Przystąpić niezwłocznie, przy użyciu miejscowych środków gaśniczych do gaszenia pożaru i nieść pomoc osobom zagrożonym w przypadku koniecznym przystąpić do ewakuacji ludzi i mienia. Należy czynności te wykonać w taki sposób aby nie doszło do powstania paniki jaka może ogarnąć ludzi będących w zagrożeniu, które wywołuje u ludzi ogień i dym.

Panika może być przyczyną niepotrzebnych i tragicznych w skutkach wypadków w trakcie prowadzenia działań ratowniczo -gaśniczych.

Dlatego prowadząc jakiegokolwiek działania w przypadku powstania pożar należy kierować się rozważą w podejmowaniu decyzji.

Do czasu przybycia straży pożarnej kierowanie akcją obejmuje kierownik zakładu pracy /właściciel obiektu/ lub osoba najbardziej energiczna i opanowana.

## **Jak ewakuować ludzi i mienie**

Celem ewakuacji ludzi jest zapewnienie osobom szybkiego i bezpiecznego opuszczenia strefy zagrożonej lub objętej pożarem. Do celów ewakuacji ludzi służą korytarze - poziome drogi ewakuacji i klatki schodowe - pionowe drogi ewakuacyjne z których istnieje możliwość bezpośredniego wyjścia na zewnątrz.



Drogi i wyjścia ewakuacyjne oznakowane muszą być pożarniczymi tablicami informacyjnymi zgodnie z PN - 92/N - 01256/02 "Znaki Bezpieczeństwa-Ewakuacja". Ewakuacją ludzi z części lub z całego obiektu zarządza kierujący akcją ratowniczo - gaśniczą.

W przypadku zaistnienia pożaru lub innego zagrożenia budynku lub jego części, osoby nie biorące udziału w akcji ratowniczej powinny opuścić strefę zagrożenia. Osoby opuszczające strefę zagrożenia kierują się do najbliższego wyjścia służącego celom ewakuacji zgodnie z oznakowaniem.

**W czasie prowadzenia ewakuacji zabronione jest:**

- dokonywanie jakichkolwiek czynności mogących wywołać panikę,
- przechodzenie w kierunku przeciwnym do kierunku ewakuacji,
- zatrzymywanie się lub tamowanie ruchu w inny sposób.

Osoby ewakuowane muszą podporządkować się poleceniom ratowników to jest osobom prowadzącym ewakuację: strażacy, pracownikom służby zabezpieczenia obiektu. Poza ewakuacją ludzi niejednokrotnie zachodzi konieczność ewakuacji mienia. Celem ewakuacji mienia jest zabezpieczenie cennych przedmiotów oraz ważnych dokumentów przed zniszczeniem lub uszkodzeniem w przypadku pożaru lub innego zagrożenia. Ewakuowane przedmioty i dokumenty należy umieszczać aby nie były narażone na zniszczenie lub uszkodzenie. Działania ewakuacyjne muszą być prowadzone w sposób skoordynowany, nie powodujący utrudnień w innych działaniach. Kierujący działaniami powinien wstępnie określić pomieszczenia z których należy wynieść mienie.

Do pomieszczeń, z których należy ewakuować mienie w pierwszej kolejności, jeśli istnieje taka możliwość bez narażenia życia i zdrowia zalicza się:

- pomieszczenia bezpośrednio zagrożone pożarem, w których jest źródło ognia,
- pomieszczenia sąsiednie ( w pionie i w poziomie) - możliwość rozprzestrzeniania się pożaru lub uszkodzenia przez działanie wysokiej temperatury i gazów po pożarowych (dymu),
- pomieszczenia pod palącym się pomieszczeniem narażone na możliwość zalania w czasie akcji gaśniczej.

## **PODSTAWOWE ZASADY POSTĘPOWANIA PODCZAS WYSTĄPIENIA HURAGANOWYCH WIATRÓW I NAWAŁNIC**

**Zachowanie w domu:**

1. Zapewnić sobie dostęp do mediów, np. poprzez przenośne radio (z bateriami) oraz awaryjne oświetlenie np. latarkę, świeczki, a także żywność, wodę oraz podstawowe lekarstwa.

2. Przemyśl ewentualne drogi i miejsca ewakuacji.
3. Bezwzględnie nie należy wychodzić z domu.
4. Należy sprawdzić zamknięcie otworów okiennych i drzwiowych oraz zabezpieczyć je skutecznie przed otwarciem (np. okiennice, sztaby).
5. Usunąć z balkonów, tarasów lekkie materiały, które mogą zostać porwane przez wiatr i stworzyć dodatkowe zagrożenie.
6. Wyłączyć urządzenia elektryczne i gazowe (zawory, bezpieczniki).
7. Unikaj korzystania z telefonów, z wyjątkiem telefonów alarmowych.
8. Nie należy podchodzić do okien, drzwi – nie obserwować zjawisk i robić zdjęć.

#### **Ewakuujemy się w przypadku:**

1. Gdy otrzymamy sygnał od władz lokalnych.
2. Gdy mieszkamy w namiotach, przyczepach – gdzie występuje brak stabilnej konstrukcji.
3. Gdy mieszkamy i przebywamy w strefie zalewowej, np. blisko rzeki.
4. Z miejsc, w których nie czujesz się bezpiecznie.

#### **W przypadku, gdy nie możesz się ewakuować:**

1. Udaj się do bezpiecznego pomieszczenia na najniższej kondygnacji domu, np. piwnic i usiądź pod ścianą nośną, z daleka od przeszklonych drzwi i okien.
2. Pozasłaniaj okna żaluzjami lub zasłonami.
3. Chwilowa bezpieczna pogoda i cisza – nie oznacza bezpieczeństwa, przed wyjściem upewnij się.

#### **W przypadku, gdy burza i deszcz zaskoczy nas w terenie:**

1. Nie należy parkować pod drzewami i słupami energetycznymi.
2. Gdy jedziemy pojazdem należy pamiętać o możliwym silnym podmuchu podczas wyjazdu z lasu, terenu zabudowanego.
3. Nie wolno chować się pod drzewa, słupy energetyczne i inne niepewne konstrukcje.
4. W czasie burz i wyładowań atmosferycznych – nie używać telefonów komórkowych.

W przypadku zbliżającego się huraganu przede wszystkim należy przygotować budynek poprzez: zabezpieczenie otworów okiennych, drzwi (najlepiej wykonać to poprzez zabicie deskami lub płytami drewnianymi). Bezwzględnie należy wyłączyć prąd w budynku, wygasić paleniska w piecach, zakręcić gaz na przyłączy do budynku.

Najbezpieczniej jest schronić się w piwnicy lub garażu domowym, w ostateczności na parterze. W żadnym wypadku nie należy podchodzić do okien, wychodzić z budynku.

W przypadku przebywania poza terenem zabudowanym nie należy ukrywać się pod drzewami (bardzo często dochodzi do uderzenia pioruna, lub złamania drzewa). Jako schronienie wykorzystać należy istniejące budowle: most, wiadukt, przepusty lub inne stałe konstrukcje. Jeżeli nie mamy możliwości ukrycia się to należy wykorzystać zagłębienia terenu (rów, głęboki dół). Nie należy zbliżać się do linii energetycznych, ponieważ jeżeli linia ulegnie zerwaniu zostaniemy porażeni prądem. Jeżeli podróżujemy samochodem należy niezwłocznie przerwać jazdę i ustawić pojazd z dala od przydrożnych drzew. Często dochodzi do przygniecenia samochodu przez powalone wiatrem przydrożne drzewa.

## **GRADOBICIE**

**Najczęstszą przyczyną występowania gradobicia jest powstawanie chmur gradowych na skutek silnych, pionowych ruchów powietrza. Zjawisko to ma miejsce najczęściej w okresie letnim. Bądź przygotowany na wystąpienie gradobicia!**

- a) Ubezpiecz swoje mieszkanie, dom, samochód, zwierzęta gospodarskie, uprawy polowe od skutków gradobicia.
- b) Zapisz i zapamiętaj numer telefonu na pogotowie ratunkowe, do służb weterynaryjnych i upewnij się, czy wszyscy członkowie rodziny je znają.
- c) Przygotuj swoje mieszkanie, swój dom:
  - zabezpiecz rynny i inne części budynku,
  - zabezpiecz lampy i inne urządzenia, które mogą ulec zniszczeniu.

### **Podczas gradobicia**

- a) Jeżeli spotka cię gradobicie z dala od domu, znajdź bezpieczne schronienie i pozostań tam do czasu jego zakończenia.
  - b) Jeżeli jesteś w domu:
    - zamknij okna, usuń z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać przechodniom,
    - pozostań w nim z dala od oszklonych okien, sufitów i drzwi,
    - w miarę możliwości pozamykaj zwierzęta domowe i hodowlane,
    - trzymaj pod ręką przygotowane latarki oraz dodatkowe baterie,
    - miej włączone radio, w celu uzyskania ewentualnych komunikatów.
- O wszystkich zdarzeniach, mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj pogotowie ratunkowe, a w przypadku zerwania linii energetycznych zgłoś to pogotowiu energetycznemu.

### **Po gradobicu**

a) Jeśli są poszkodowani to:

— udziel pierwszej pomocy rannym lub poszkodowanym osobom,

— nie przenoś ciężko rannych osób, chyba że są one bezpośrednio zagrożone doznaniem kolejnych obrażeń — wezwij pomoc.

b) Jeżeli byłeś ubezpieczony przed gradobiciem, wykonaj zdjęcia zniszczeń, zarówno domu, jak i jego wyposażenia w celu ubiegania się o odszkodowanie.

## **BURZE**

- Burze są elektrycznym zjawiskiem atmosferycznym, w naszej strefie klimatycznej występujące od zawsze. W Polsce zjawisko burzowe statystycznie występuje w okresie od maja do sierpnia i jest związane z ciepłą porą roku, ale bywa, szczególnie w ostatnich latach, że spotykamy je również w miesiącach zimowych. Zjawisko wyładowań elektrycznych jest bardzo niebezpieczne i może powodować zagrożenie dla zdrowia i życia, może być też przyczyną zniszczeń gospodarstw domowych. Olbrzymia energia błyskawicy trafiającej w dom lub obok niego może indukować przepięcie w sieci energetycznej czy telefonicznej. Grozi to uszkodzeniem wrażliwego sprzętu elektronicznego, takie jak komputery, monitory czy odbiorniki TV i sprzęt AGD.

### **Zanim uderzy piorun**

- Spoglądaj w niebo. Szukaj ciemniejących chmur, błysków światła lub narastającego wiatru. Nasłuchuj odgłosów grzmotów.
- Jeżeli usłyszysz grzmot oznacza to, że jesteś wystarczająco blisko burzy aby być uderzonym przez piorun.
- Słuchaj komunikatów meteorologicznych w radiu lub prognoz pogody w telewizji

### **Gdy burza się zbliża**

- Poszukaj schronienia w budynku lub samochodzie. Zamknij okno.
- Linie telefoniczne, metalowe rury mogą przewodzić prąd. Odłącz wszystkie odbiorniki prądu i urządzenia. Unikaj używania przyrządów zasilanych energią elektryczną. Oświetlenie możesz zostawić włączone, gdyż nie wpływa to na prawdopodobieństwo porażenia piorunem.
- Unikaj kąpieli w wannie lub pod prysznicem oraz używania bieżącej wody do celów gospodarczych.
- Wyłącz komputery i inne urządzenia elektryczne. W razie przeładowania sieci w wyniku uderzenia pioruna może nastąpić trwałe uszkodzenie urządzeń.

### **Jeżeli burza zaskoczy cię na zewnątrz**

- Jeżeli jesteś w lesie – szukaj schronienia wśród niższych drzew.
- Jeżeli pływasz lub żeglujesz – natychmiast skieruj się ku lądowi i znajdź schronienie.

### Ochrona gdy jesteś na zewnątrz

- Udaj się do nisko położonego, otwartego miejsca, z dala od drzew, słupów lub metalowych obiektów. Upewnij się, że miejsce gdzie się znalazłeś, nie zostanie zalane przez wody opadowe.
- Bądź bardzo małym celem. Przyłgnij do podłoża, rękoma chwyć kolana i umieść głowę między nimi. Skurcz się tak bardzo, jak tylko możliwe.
- Nie leż płasko na ziemi, bowiem ta pozycja robi z ciebie większy cel.

## MROZY I ZAMIECIE ŚNIEŻNE

Wielkie opady śniegu, nagłe ataki mrozu, burze i huragany, mogą sparaliżować życie w wielu miejscowościach poprzez izolacje całych osiedli lub gospodarstw domowych, brak dostawy wody, gazu, energii elektrycznej oraz brak funkcjonowania transportu kołowego, kolejowego, lotnisk itp.

Mając tego świadomość, możesz zabezpieczyć siebie i swoją rodzinę przed licznymi niebezpieczeństwami tego rodzaju klęsk żywiołowych, przygotowując się do nich z odpowiednim wyprzedzeniem.

### CO ROBIC PRZED NADEJŚCIEM DUŻYCH MROZÓW I ZAMIECI ŚNIEŻNYCH

Słuchaj prognoz pogody i komunikatów w RTV.

Zgromadź środki przydatne w czasie zimy, a przede wszystkim:

- Zapaszowe baterie radiowe i do latarek.
- Żywność, która nie wymaga gotowania.
- Zapasz wody.
- Sól kamienną, piasek.
- Zapasz opału.
- Zastępcze źródła światła i ogrzewania.

Przygotuj dom poprzez:

- Uszczelnienie ścian i poddaszy.
- Zaizolowanie i uszczelnienie drzwi i okien.
- Zainstalowanie okiennic lub pokrycie okien plastikową folią.

Przygotuj „zimowy zestaw samochodowy”, tj. łopatkę do śniegu, radio zasilane bateriami, migające światło, racje żywnościowe, rękawice, czapkę, koc, linę holowniczą, łańcuchy na koła, pojemnik z solą kamienną, odblaskową płachtę, kable do akumulatora, mapę drogową.

### CO ZROBIĆ W CZASIE ZIMOWEJ BURZY I DUŻYCH MROZÓW

**Po pierwsze** - ubieraj się ciepło, w kilka warstw odzieży tak, by łatwo było zdjąć sweter, gdy się spocisz w trakcie np. wysiłku. Załóż kałesony, nie przewiewną kurtkę z kapturem, czapkę, szalik, rękawiczki. Załóż nieprzemakalne buty.

**Po drugie** - nie wychodź na mróz głodny. Przed wyjściem zjedz kaloryczny posiłek. Możesz zabrać ze sobą termos z gorącą herbatą.

**Po trzecie** - zabezpiecz skórę twarzy i rąk przed mrozem (tłustym kremem, nie należy używać nawilżającego!)

**Po czwarte** - powiedz komuś (rodzinie, lub obsłudze w schronisku, pensjonacie, hotelu) dokąd idziesz. Oszacuj czas jaki ciebie nie będzie i poinformuj o tym kogoś, kto ewentualnie zgłosi twoje zaginięcie. Zimą chodzi się znacznie wolniej! W dodatku łatwiej zablądzić: przysypane śniegiem ścieżki. I - co ważne - nie zapomnij odmeldować się po powrocie, że wróciłeś, by uniknąć niepotrzebnych alarmów.

**Po piąte** - nie należy wybierać się na zimowe wycieczki samemu. W grupie jest bezpieczniej.

**Po szóste** - nie trzeba chodzić tam, gdzie jest niebezpiecznie.

**Po siódme** - nie forsuj się. Idąc w głębokim śniegu należy się zmieniać na prowadzeniu. Torowanie drogi - przecieranie szlaku - jest bardzo męczące.

**Po ósme** - kiedy popsuje się pogoda, poczujemy się zmęczeni, głodni, coś nam znacznie dolegać nie wychodzimy na zewnątrz. Zimą nie ma żartów.

**Po dziewiąte** - odmrożone palce można włożyć pod strumień zimnej lub letniej wody.

**Po dziesiąte** - w przypadku dużych odmrożeń należy udać się do lekarza.

**ZAWSZE, w trakcie silnych mrozów, jeśli zauważysz kogoś, kto wygląda na osłabionego zainteresuj się tą osobą, sam udzielając jej pomocy lub poinformuj odpowiednie służby o zaistniałej sytuacji, dzwoniąc pod numer 112.**

**Silny wiatr w połączeniu z temperaturą powietrza tylko nieco poniżej 0°C i znaczną wilgotnością może mieć taki sam skutek, jak stojące powietrze o temperaturze poniżej -30°C. Może być to przyczyną odmrożenia i wychłodzenia organizmu.**

**Odmrożenie** — jest skutkiem oddziaływania zimna (choć niekoniecznie mrozu). W wyniku odmrożenia mogą wystąpić trwałe uszkodzenia najbardziej narażonych odmrożeniem części ciała. Typowymi objawami tego urazu są: zaczerwienienie, utrata czucia oraz błądź palców rąk i nóg, nosa, małżowin usznych.

**Wychłodzenie** — jest stanem, gdy temperatura wewnętrzna ciała spada poniżej 35°C. Objawami wychłodzenia są: zaburzenia świadomości do śpiączki włącznie, powolna mowa, poczucie wyczerpania, zaburzenia mowy, senność. Jeżeli u kogoś podejrzewane jest wystąpienie odmrożenia lub wychłodzenia — rozpocznij powolne ogrzewanie osoby i poszukaj natychmiastowej pomocy medycznej. Rozpocznij od ogrzewania torsu tej osoby. Zdejmij przemarzniałe ubranie, ułóż osobę na suchej tkaninie i okryj całe ciało kocem, folią aluminiową — ogrzewaj go własnym ciałem. Nie uznawaj pochopnie osoby wyjębionej za zmarłą, przed próbą reanimacji. Przy odmrożeniach kończyn, zanurz je w letniej wodzie o temperaturze ciała zdrowego człowieka. Na inne odmrożone części ciała nakładaj ciepłe (nie gorące) okłady.

**Nie podawaj osobie dotkniętej odmrożeniem lub wychłodzeniem alkoholu, w szczególności gdy nie ma możliwości zapewnienia jej ciepłego schronienia. Unikaj podawania kawy ze względu na zawartość kofeiny, nie podawaj żadnych leków, bez dodatkowych wskazań. Bądź przygotowany na wystąpienie śnieżyc, zawiei i zamieci!**

## **JAZDA SAMOCHODEM W ZIMIE**

Jedną z wielu przyczyn ofiar śmiertelnych w zimie jest niewłaściwe przygotowanie pojazdu do sezonu zimowego oraz brak znajomości postępowania na wypadek unieruchomienia pojazdu lub zabłądzenia podczas podróżowania. Dlatego też, aby bezpiecznie podróżować:

- a) Sprawdź następujące elementy twojego samochodu: akumulator, płyn chłodzący, wycieraczki i płyn do spryskiwaczy szyb, układ zapłonowy, termostat, oświetlenie pojazdu, światła awaryjne, układ wydechowy, układ ogrzewania, hamulce, odmrażacz, poziom oleju (jeśli jest taka potrzeba, wymień na olej zimowy).
- b) Załóż zimowe opony i upewnij się, czy mają odpowiedni bieżnik. Uniwersalne opony radialne zazwyczaj nadają się do większości warunków zimowych. Jednakże, przepisy w niektórych krajach wymagają stosowania opon z łańcuchami lub opon śniegowych z kolcami.
- c) Miej przygotowaną skrobaczkę do szyb oraz narzędzie do usuwania śniegu.
- d) Utrzymuj co najmniej połowę pojemności zbiornika paliwa w czasie zimy.
- e) Starannie planuj długie podróże.
- f) Słuchaj komunikatów radiowych o aktualnych warunkach drogowych.
- g) Podróżuj w ciągu dnia i jeśli to możliwe w towarzystwie przynajmniej jednej osoby.
- h) W czasie burzy śniegowej staraj się korzystać z komunikacji publicznej.
- i) Ubieraj się ciepło. Noś odzież wielowarstwową, lekko dopasowaną.
- j) Na czas dłuższej podróży przygotuj wysokoenergetyczne, suche pożywienie oraz kilka butelek wody.
- k) Miej w swoim samochodzie: migające światło przenośne z zapasowymi bateriami, apteczkę pierwszej pomocy oraz niezbędne leki, śpiwór lub koc, torby plastikowe (do celów sanitarnych), zapalki, małą łopatkę — saperkę, podręczne narzędzia, przewody do rozruchu silnika, łańcuchy lub siatki do opon, jaskrawo kolorową tkaninę do użycia jako flagi sygnalizacyjnej.

## JEŚLI UTKNAŁEŚ W DRODZE

- a) Pozostań w samochodzie. Nie szukaj sam pomocy, chyba że pomoc jest widoczna w odległości 100 m.
- b) Umocuj na antenie lub dachu samochodu jaskrawą część ubrania (najlepiej koloru czerwonego) tak, aby widoczna była dla ratowników.
- c) Użyj wszelkich dostępnych środków do poprawienia izolacji samochodu. Uruchamiaj silnik co godzinę na 10 minut. W czasie pracy silnika włącz ogrzewanie oraz zewnętrzne światła samochodu.
- d) Zachowaj ostrożność z uwagi na trujące działanie tlenku węgla w spalinach. Utrzymuj rurę wydechową wolną od śniegu oraz dla wentylacji lekko uchyl okno.
- e) Zwracaj uwagę na oznaki odmrożeń lub wychłodzenia organizmu.
- f) Wykonuj lekko ćwiczenia dla utrzymania krążenia krwi. Od czasu do czasu klaskaj w dłonie, wykonuj wymachy ramionami. Staraj się nie przebywać w jednej pozycji zbyt długo. Jeśli w samochodzie jest więcej niż jedna osoba, należy spać kolejno, na zmianę.
- g) Dla utrzymania ciepła osoby powinny zgromadzić się koło siebie.
- h) Unikaj zbędnego lub nadmiernego wysiłku. Zimne otoczenie powoduje dodatkowe obciążenie dla serca. Nadmierny wysiłek, taki jak odgarnianie śniegu albo pchanie samochodu może spowodować zdrowotne dolegliwości.

## UPAŁY

**Zbyt intensywny wysiłek w czasie gorącego dnia, spędzanie zbyt długiego czasu na słońcu albo zbyt długie przebywanie w przegrzanym miejscu może spowodować uraz termiczny. Aby móc skutecznie zapobiegać podobnym przypadkom poznaj objawy i bądź gotów do udzielenia pierwszej pomocy w takich przypadkach. Uraz termiczny może przybrać postać oparzenia słonecznego lub przegrzania.**

### Oparzenia słoneczne

**Objawy:** zaczerwienienie i bolesność skóry, możliwe swędzenie, pęcherze, gorączka, ból głowy.

**Pierwsza pomoc:** weź chłodny prysznic, użyj mydła, aby usunąć olejki (kremy). Miejsca oparzone polewaj dużą ilością zimnej wody. Jeśli na skórze wystąpią pęcherze, zrób suchy, sterylny opatrunek i skorzystaj z pomocy medycznej.

### Przegrzanie

**Objawy:** osłabienie, zawroty głowy, pragnienie, nudności i wymioty, kurcze mięśni (zwłaszcza nóg i brzucha), utrata przytomności.

**Pierwsza pomoc:** połóż poszkodowaną osobę w chłodnym miejscu (nogi unieś na wysokości 20-30 cm). Poluzuj ubranie. Użyj zimnej, mokrej tkaniny jako okładu do obniżenia temperatury ciała. Podawaj do picia wodę z solą (małymi łykami). Jeśli



wystąpią wymioty, szukaj natychmiastowej pomocy medycznej. W przypadku utraty przytomności przy wyczuwalnym oddechu i tętnie, ułóż poszkodowanego na boku.

### **Bądź przygotowany na wystąpienie gwałtownego ocieplenia!**

- a) Utrzymuj chłodne powietrze wewnątrz pomieszczeń poprzez stosowanie żaluzji w drzwiach i oknach.
- b) Rozważ utrzymanie w użyciu zewnętrznych okiennic przez cały rok. Zewnętrzne okiennice latem nie dopuszczają ciepła do wnętrza domu, natomiast utrzymują ciepło w domu zimą. Sprawdź przewody urządzeń klimatyzacyjnych, czy są właściwie izolowane i szczelne.
- c) Oszczędzaj elektryczność. W okresie dużych upałów, ludzie mają tendencje do znacznie większego zużycia energii elektrycznej na potrzeby urządzeń klimatyzacyjnych, co prowadzi do niedoboru mocy lub przerw w dopływie prądu.
- d) Przebywaj wewnątrz pomieszczeń tak długo, jak to możliwe.
- e) W przypadku braku klimatyzacji, przebywaj na najniższym poziomie budynku, poza zasięgiem światła słonecznego.
- f) Spożywaj zbilansowane, lekkie posiłki.
- g) Regularnie pij duże ilości wody. Osoby cierpiące na epilepsję oraz schorzenia serca, nerek lub wątroby, będące na nisko-wodnej diecie oraz mające problemy z utrzymaniem płynów, powinny skontaktować się z lekarzem przed zwiększonym przyjmowaniem płynów.
- h) Ogranicz przyjmowanie napojów alkoholowych. Mimo, że piwo i napoje alkoholowe zdają się zaspakajać pragnienie, to zazwyczaj powodują dalsze odwodnienie organizmu.
- i) Ubieraj się w luźno dopasowane rzeczy, zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry. Lekka, o jasnych kolorach odzież odbija ciepło i promieniowanie słońca oraz pomaga utrzymać normalną temperaturę ciała.
- j) Noś okrycia głowy, które skutecznie będą chronić twarz i głowę przed nadmiernym nagrzaniem.
- k) Unikaj zbytniego nasłonecznienia. Opalenizna spowalnia zdolność do samoczynnego chłodzenia się. Użyj środków ochrony przed promieniami słonecznymi o wysokim współczynniku skuteczności ochrony.
- l) Unikaj skrajnych zmian temperatury. Zwolnij tryb życia. Zredukuj, wykreśl lub przeorganizuj wyczerpujące zajęcia. Osoby wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodnych miejscach. Stosuj tabletki solne, ale tylko wtedy, jeśli zostały zalecone przez lekarza.
- ł) Pamiętaj, że podczas upałów występuje zwiększone zagrożenie przeciwpożarowe — przebywając w lesie, na podsuszonych łąkach, ścierniskach zachowaj szczególną ostrożność i staraj się nie zaproszyć ognia.

### **Podczas suszy**

- a) **Zmniejsz zużycie wody.**
- b) **Podlewanie trawników i mycie samochodów marnotrawi wodę.**
- c) **Gdzie jest to tylko możliwe, używaj wielokrotnie tej samej wody.**

# SKAŻENIE PROMIENIOTWÓRCZE

**Wypadki radiologiczne mogą zdarzyć się wszędzie tam, gdzie materiały radioaktywne są używane, składowane lub transportowane. Ponadto mogą one mieć miejsce w elektrowniach jądrowych, szpitalach, uniwersytetach, laboratoriach badawczych, w zakładach przemysłowych, na głównych drogach, liniach kolejowych oraz w stocznjach.**

Materiały radioaktywne są niebezpieczne z powodu szkodliwego oddziaływania niektórych typów promieniowania na komórki ciała. Im dłużej dana osoba jest narażona na promieniowanie, tym większe jest zagrożenie. Są trzy czynniki, które minimalizują oddziaływanie promieniowania na twoje ciało: odległość, osłona oraz czas.

**Odległość** — im większa odległość pomiędzy tobą a źródłem promieniowania — tym mniejszą dawkę promieniowania otrzymasz. W razie poważnych awarii jądrowych, władze prawdopodobnie będą wzywać do ewakuacji, aby oddalić się od źródła promieniowania.

**Osłona** — podobnie jak odległość — im bardziej ciężkie i gęste materiały są pomiędzy tobą a źródłem promieniowania — tym lepiej. Właśnie dlatego, w czasie wypadków radiologicznych, władze będą zalecać pozostawanie wewnątrz pomieszczeń. W niektórych przypadkach, ściany twojego domu będą wystarczającym zabezpieczeniem.

**Czas** — w większości przypadków natężenie promieniowania szybko maleje. Ograniczenie czasu przebywania w zasięgu promieniowania, zmniejszy wielkość pochłoniętej dawki promieniowania. Po wystąpieniu wypadków radiologicznych, lokalne władze będą monitorować wszystkie przypadki pojawienia się promieniowania i określać, kiedy minie zagrożenie.

## **Przed zagrożeniem radiacyjnym**

a) Na wypadek katastrofy miej przygotowane następujące rzeczy:

- latarkę z zapasowymi bateriami,
- przenośne radio bateryjne z zapasowymi bateriami,
- apteczkę i podręcznik pierwszej pomocy,
- alarmowy zapas żywności i wody,
- zapas worków do przechowywania żywności,
- otwieracz do konserw,
- solidne obuwie.

b) Bądź przygotowany do ewakuacji lub schronienia się w swoim domu.

c) Opracuj plan komunikowania się na wypadek zagrożenia.

d) Przygotuj plan oraz sposoby powrotu do domu członków rodziny, jeżeli w czasie wystąpienia zagrożenia są rozdzieleni (realna możliwość w ciągu dnia, gdy dorośli są w pracy, a dzieci w szkole).

e) Poproś krewnych lub znajomych, zamieszkałych w innych miejscowościach, aby służyli jako miejsce kontaktu dla twojej rodziny. Upewnij się czy wszyscy członkowie twojej rodziny znają nazwisko, adres i numer telefonu osoby kontaktowej.

f) Jeśli prowadzisz samodzielne gospodarstwo rolne, zastanów się nad zabezpieczeniem paszy dla zwierząt hodowlanych, ujęć wody pitnej oraz pomieszczeń dla nich.

### **W czasie zagrożenia radiacyjnego**

a) zachowaj spokój:

— nie każdy wypadek, związany z uwolnieniem się substancji promieniotwórczej jest dla Ciebie niebezpieczny,

— wypadek może dotyczyć tylko terenu zakładu (elektrowni atomowej) nie powodując żadnych zagrożeń zewnętrznych.

b) Uważnie i stale słuchaj radia, oglądaj telewizję krajową lub lokalną. Komunikaty określą charakter wypadku, stopień zagrożenia oraz zasięg i szybkość rozprzestrzeniania się — wykonaj zalecenia wynikające z komunikatów.

c) Gdy powracasz do miejsca schronienia z zewnątrz:

— weź prysznic, zmień buty i odzież,

— schowaj rzeczy noszone na zewnątrz do plastikowej torby i szczelnie je zamknij.

d) Jeśli otrzymasz polecenie ewakuacji wykonuj je niezwłocznie, według zaleceń władz (służb ratowniczych):

— nasłuchuj w radiu i telewizji komunikatów o drogach ewakuacji, tymczasowych schronach i sposobach postępowania,

— zabierz przygotowane na ewakuację rzeczy.

### **Pamiętaj o swoich sąsiadach, którzy mogą potrzebować specjalnej pomocy przy małych dzieciach, starszych lub niepełnosprawnych osobach.**

e) W wypadku zaniechania ewakuacji, pozostań w domu:

— zabezpiecz i pozamykaj okna i drzwi,

— wyłącz klimatyzację, wentylację, ogrzewanie nawiewowe itp.,

— miej przy sobie cały czas włączone radio bateryjne,

— zamknij, uszczelnij zasuwy piecove i kominowe,

— udaj się do piwnicy lub innych pomieszczeń, poniżej powierzchni gruntu,

— pozostań wewnątrz pomieszczeń do czasu; aż władze (służby ratownicze) ogłoszą, że jest już bezpiecznie,

— jeśli musisz wyjść na zewnątrz, zakryj usta i nos mokrym ręcznikiem.

Bądź przygotowany do ewakuacji lub schronienia się na dłuższy czas w swoim domu.

f) Ukryj inwentarz i nakarm go przechowaną w zamknięciu paszą.

g) Nie używaj telefonu, jeśli nie jest to konieczne. Linie telefoniczne są niezbędne dla akcji ratowniczej.

h) Przechowuj żywność w szczelnych pojemnikach lub lodówce:

— nie zabezpieczoną żywność, przed schowaniem dokładnie opłucz,

— zrezygnuj ze spożywania owoców, warzyw i wody z niepewnych źródeł.

i) Dalej postępuj zgodnie z zaleceniami określonymi przez władze (służby ratownicze) do czasu odwołania zagrożenia skażeniem promieniotwórczym.

### **Po odwołaniu zagrożenia radiacyjnego**

- a) Opuść ukrycie i w razie najmniejszych podejrzeń o skażeniu poddaj siebie i rodzinę zabiegom sanitarnym.
- b) Unikaj spożywania żywności ze swojego ogrodu oraz od swoich krów i kóz, dopóki nie będą zbadane przez lokalny urząd sanitarny.
- c) W przypadku zarządzenia ewakuacji zabierz ze sobą najcenniejsze rzeczy, odzież, dokumenty i produkty żywnościowe.
- d) Zabezpiecz mieszkanie.

## **UWOLNIENIE NIEBEZPIECZNYCH ŚRODKÓW CHEMICZNYCH**

**Najczęstszą przyczyną uwolnień niebezpiecznych środków chemicznych (NŚCh) są:**

- awarie i katastrofy w obiektach przemysłowych,
- wypadki cystern kolejowych oraz autocystern,
- rozszczelnienia rurociągów przemysłowych,
- katastrofy morskich tankowców i chemikaliowców.

### **ZAPAMIĘTAJ!**

Pojazdy samochodowe przewożące substancje niebezpieczne są oznakowane pomarańczowymi prostokątnymi tablicami z czarnymi napisami cyfrowymi, oznaczającymi rodzaj niebezpiecznej substancji według międzynarodowych oznaczeń, umieszczonymi z tyłu i przodu pojazdu w następujący sposób: np. Benzyny — paliwa silnikowe. **(nr rozpoznawczy niebezpieczeństwa 1203 — nr substancji wg wykazu ONZ).**

- a) Jeżeli jesteś świadkiem wypadku z udziałem NŚCh — powiadom natychmiast w jakikolwiek sposób straż pożarną i policję. Podaj istotne dane: miejsce zdarzenia, charakter zdarzenia, swoje dane.
- b) Nie bądź kibicem zdarzenia, ale oddal się z miejsca wypadku, aby zminimalizować ryzyko zatrucia.
- c) Opuść rejon zagrożony, kierując się prostopadle do kierunku wiatru.
- d) Chroń swoje drogi oddechowe. W tym celu wykonaj filtr ochronny z dostępnych Ci materiałów (zwilżona w wodzie lub wodnym roztworze sody oczyszczonej chusteczka, szalik, ręcznik, itp.) i osłoń nim drogi oddechowe.

**e)** Jeśli jesteś w samochodzie: zamknij okna, włącz wentylację wewnętrzną, staraj się jak najszybciej opuścić strefę skażenia.

**f)** Stosuj się ściśle do poleceń służb ratowniczych lub komunikatów, przekazywanych przez lokalne środki przekazu — radio, TV, megafony.

**g)** Jeśli przebywałeś w strefie skażonej, zdejmij ubranie, które uległo zanieczyszczeniu i zamień je na czyste. Dużą ilością bieżącej wody przemyj oczy, usta, nos i weź prysznic.

**h)** Jeśli istnieje prawdopodobieństwo, że niebezpieczne środki chemiczne przenikną do Twojego domu to:

— włącz radio lub telewizor na program lokalny i stosuj się ściśle do poleceń, wydanych przez lokalne władze (służby ratownicze),

— uszczelnij wszystkie otwory okienne, wentylacyjne, drzwi — oklejając je taśmą klejącą, obkładając rulonami z mokrych ręczników czy prześcieradeł,

— oddychaj przez maseczkę wykonaną z gazy, waty, ręcznika itp.,

— zadbaj o bezpieczeństwo swoich podopiecznych, dzieci, osób niepełnosprawnych, zwierząt domowych,

— pozostań w wewnętrznej części budynku przy zamkniętych drzwiach,

— w przypadku gdy istnieje niebezpieczeństwo skażenia chlorem, udaj się na wyższe kondygnacje np. do sąsiadów,

— w przypadku amoniaku — kieruj się do pomieszczeń, położonych na niskich kondygnacjach,

— powiadom o zagrożeniu najbliższe otoczenie,

— wyłącz urządzenia elektryczne i gazowe z otwartym ogniem,

— nie jedz żywności i nie pij płynów, które mogły ulec skażeniu.

## **KATASTROFY BUDOWLANE**

**Katastrofy budowlane najczęściej powodowane są:**

— wybuchami gazu,

— obsunięciem stropów lub nadwerżeniem ważnych elementów konstrukcyjnych budynków,

— tąpnięciami,

— sabotażem,

— trzęsieniem ziemi.

**Opuszczając dom (mieszkanie):**

**a)** wyłącz instalację gazową, elektryczną, wodną,

**b)** zabierz ze sobą dokument tożsamości i inne ważne dokumenty, żywność, koce, odzież, pieniądze,

**c)** zadbaj o to, aby dom opuścili wszyscy domownicy oraz sąsiedzi,

**d)** zachowaj szczególną ostrożność — uwaga na stropy, klatki schodowe,

e) o ile nie możesz opuścić budynku (mieszkania) drzwiami wyjściowymi przez klatkę schodową z powodu zagrożenia lub innych przeszkód, uciekaj przez okno lub okna sąsiadów, jeśli to możliwe,

**Gdy nie masz możliwości opuszczenia domu wywieś w oknie białe prześcieradło lub obrus — jako znak dla ratowników, że potrzebujesz pomocy.**

**Gdy jesteś unieruchomiony (przysypany) nawiół pomocy, stukaj w lekkie elementy metalowe-ułatwi to ratownikom lokalizację.**

**Gdy opuściłeś dom (mieszkanie):**

a) powiadom kierującego akcją ratowniczą o osobach z rodziny i sąsiadach, którzy zostali jeszcze w pomieszczeniach budynku oraz o osobach, które aktualnie i na pewno przebywają poza domem (w pracy, szkole, itp.),

b) jeśli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaż je niezwłocznie służbie ratowniczej,

c) nie przeszkadzaj w pracy ratownikom,

d) nie wracaj na miejsce katastrofy, ani nie wchodź do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia służb budowlanych, które określą, czy takie wejście jest bezpieczne,

e) o ile doznałeś obrażeń (jesteś ranny) zgłoś się do punktu pomocy medycznej,

f) zgłoś swoje potrzeby do punktu pomocy społecznej lub władz terenowych,

g) dalej postępuj zgodnie z zaleceniami władz miasta, gminy.

**Gdy byłeś świadkiem katastrofy budowlanej, niezwłocznie powiadom Straż Pożarną, Policję, Pogotowie Ratunkowe.**

## **ALARMY**

### **ALARM O SKAŻENIACH**

#### **Sposoby ogłaszania alarmów - Sposoby odwoływania alarmów**

- Za pomocą syreny.
- Przy pomocy rozgłośni radiowych, ośrodków TVP i telewizji kablowej.

Dźwięk przez 3 minuty:

- Przerwy między dźwiękami powinny wynosić 25 - 30 sekund.

Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna:

**UWAGA! UWAGA!**

## Ogłaszam alarm o skażeniach

.....  
(podać rodzaj skażenia)

dla .....

## ODWOŁANIE ALARMU

Dźwięk ciągły trwający 3 minuty.

Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna:

## UWAGA! UWAGA!

### Odwołuję alarm o skażeniach

.....  
(podać rodzaj skażenia)

dla .....

### Zasady postępowania po ogłoszeniu:

- włącz odbiornik radiowy i telewizyjny na częstotliwość kanału stacji lokalnej;
- postępuj zgodnie z zaleceniami podawanymi w komunikatach;
- wykonuj polecenia organów kierujących akcją ratowniczą.

### Jeżeli jesteś w miejscu, gdzie nastąpiła awaria:

- wykonuj polecenia organów służb ratowniczych, porządkowych i obrony cywilnej.

### Jeśli jesteś w mieszkaniu:

- uszczelnij okna pomieszczenia, w którym się znajdujesz, mokrą tkaniną;
- przygotuj wilgotne tampony na nos do ochrony dróg oddechowych (najlepiej nawilżyć je wodnym roztworem sody oczyszczonej);
- nie opuszczaj mieszkania do czasu przybycia służb ratowniczych.

## ALARM O KLĘSKACH ŻYWIOŁOWYCH I ZAGROŻENIU ŚRODOWISKA

### Sposoby ogłaszania alarmów - Sposoby odwoływania alarmów

- Za pomocą syreny.
- Przy pomocy rozgłośni radiowych, ośrodków TVP i telewizji kablowej.

Dźwięk ciągły trwający 3 minuty

Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna informująca o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców.

### **ODWOŁANIE ALARMU**

Dźwięk ciągły trwający 3 minuty.

Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna:

### **UWAGA! UWAGA!**

**Odwołuję alarm o klęskach**

.....  
dla .....

### **Zasady postępowania po ogłoszeniu:**

- włącz odbiornik radiowy i telewizyjny na częstotliwość kanału stacji lokalnej;
- postępuj zgodnie z zaleceniami podawanymi w komunikatach;
- wykonuj polecenia organów kierujących akcją ratowniczą.

## **PO OGŁOSZENIU EWAKUACJI**

### **PRZED OPUSZCZENIEM MIESZKANIA ZALECA SIĘ NIEZWŁOCZNIE WYKONAĆ NASTĘPUJĄCE PRZEDSIĘWZIĘCIA:**

- zamknąć zawór gazu w mieszkaniu,
- wykręcić bezpieczniki elektryczne,
- odciąć dopływ wody do mieszkania,
- zabezpieczyć osoby niepełnoletnie w tabliczki identyfikacyjne,
- zabrać ze sobą dokumenty tożsamości,
- pozamykać okna i drzwi.