

**URZĄD GMINY**  
02-130 WRĘCZYCA WIELKA  
ul. Stanisłowska I wcz. Alapuzo  
tel. 04-317-00-65 fax 04-317-00-18  
pocz. tel. 04-377-0400

# **Czy wiesz jak zachować się w czasie zagrożenia ?**

## RODZAJE ALARMÓW, SYGNAŁY ALARMOWE

Lp.	Rodzaj alarmu	Sposób ogłoszenia alarmów		
		akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu	wizualny sygnał alarmowy
1.	Ogłoszenie alarmu	Sygnal akustyczny-modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.)..... dla .....	Znak żółty w kształcie trójkąta lub w uzasadnionych przypadkach innej figury geometrycznej
2.	Odwołanie alarmu	Sygnal akustyczny - ciągły dźwięk syreny w okresie trzech minut	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.)..... dla .....	

## KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE

Lp.	Rodzaj komunikatu	Sposób ogłoszenia komunikatu		Sposób odwołania komunikatu	
		akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu	akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu
1.	Upředzenie o zagrożeniu skażeniami		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Osoby znajdujące się na terenie ..... około godz. .... min. .... może nastąpić skażenie ..... (podać rodzaj skażenia) w kierunku .....(podać kierunek)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj skażenia) dla .....
2.	Upředzenie o zagrożeniu zakażeniami		Formę i treść komunikatu upředzenia o zagrożeniu zakażeniami ustalają organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj zakażenia) dla .....
3.	Upředzenie o klęskach żywiołowych i zagrożeniu środowiska		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców ..... (podać rodzaj zagrożenia, spodziewany czas wystąpienia i wytyczne dla mieszkańców)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj klęski) dla .....

## Szanowni Mieszkańcy

Prawie codziennie środki masowego przekazu informują nas o katastrofach, klęskach żywiołowych i innych niebezpiecznych zdarzeniach – nie towarzyszą nam na co dzień. Pojawiają się nagle i niespodziewanie, jak na przykład powódź, pożar, zaskakując swą grozą. Patrząc na ilość i skalę zagrożeń występujących we współczesnym świecie nasuwa się pytanie „co możemy w tej sprawie zrobić?”.

Czy możemy skutecznie przewidywać i przeciwdziałać zagrożeniom?

Czy istnieje sposób redukcji i minimalizacji strat?

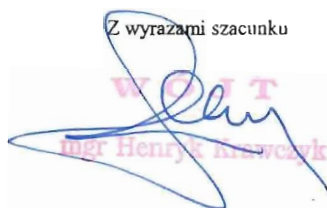
Nie sposób dokładnie, mimo wspaniałego rozwoju wiedzy, techniki i technologii, przewidzieć gdzie, kiedy i w jakich rozmiarach wystąpią. Niektórym zagrożeniom, choć można je wcześniej rozpoznać po poprzedzających symptomach, człowiek nie jest jeszcze w stanie skutecznie się przeciwstawić.

W tych dramatycznych chwilach zazwyczaj dopiero wówczas uświadamiamy sobie, jak ważne jest wcześniejsze przygotowanie się na wypadek katastrofy lub klęski żywiołowej. Najczęściej właśnie stan tych przygotowań decyduje o rozmiarach tej klęski. Możemy za to poważnie ograniczyć ich niszczyielskie skutki poprzez świadome podejmowanie ryzyka, dobre przygotowanie sił i środków do zagrożenia, a także szeroką edukację społeczeństwa w zakresie zachowania się przed, w czasie i po wystąpieniu kataklizmu, katastrofy, zdarzenia. Właśnie taką rolę edukacyjną ma spełniać niniejsza broszurka, zawierająca praktyczne wskazówki, jak zabezpieczyć się przed ewentualnym zagrożeniem, aby w jak najmniejszym stopniu było ono dla nas zaskoczeniem i pozwoliło uniknąć dramatycznych sytuacji w chwili zaistnienia zagrożenia.

Mam nadzieję, że broszurka, którą Państwo otrzymaliście, choć w minimalnym stopniu przyczyni się do zrozumienia pojęć związanych z otaczającymi nas zagrożeniami i przyczyni się do poprawy Waszego bezpieczeństwa.

Zachęcając Mieszkańców Gminy do zapoznania się z treścią tejże broszurki, jednocześnie życzę aby nigdy nie nastąpiły okoliczności, by treści te okazały się przydatne w praktyce.

Z wyrazami szacunku



mgr Henryk Krawczyk

## WOJEWÓDZKIE CENTRUM ZARZĄDZANIA KRYZYSOWEGO

	Telefony całodobowe	Faks	e-mail
<b>Służba dyżurna</b>	32 256 56 01	32 256 22 13	<a href="mailto:czkws@katowice.uw.gov.pl">czkws@katowice.uw.gov.pl</a>
	32 255 21 95		
	32 207 71 01		

## POWIATOWE CENTRUM ZARZĄDZANIA

Służba dyżurna	Telefony całodobowe	Faks	e-mail
W godz. 7.30 – 15.30 Starostwo Powiatowe	34 317 36 34	34 317 36 28	<a href="mailto:pczk.klobuck@wpn.pl">pczk.klobuck@wpn.pl</a>
Po godzinach pracy Starostwa Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Kłobucku	34 317 22 65 34 3172 416 998	34 317 20 71	<a href="mailto:psk@strazklobuck.pl">psk@strazklobuck.pl</a>

## GMINNE CENTRUM ZARZĄDZANIA NA BAZIE SEKRETARIATU URZĘDU

Urząd Miejski w Krzepicach	Nr telefonu	Faks	e-mail
czynny w godz. : 7.30 – 15.30 – poniedziałek, środa, czwartek 7.30 – 17.00 – wtorek 7.30 – 14.00 - piątek	34 317 51 72 34 317 50 24 34 317 50 46	34 317 51 72	<a href="mailto:umig@krzepice.pl">umig@krzepice.pl</a> <a href="mailto:so@krzepice.pl">so@krzepice.pl</a>
<b>Urząd Gminy Wręczyca Wielka</b> czynny w godz. : Poniedziałki, środy, czwartki i piątki od godz. 7 <sup>15</sup> - 15 <sup>15</sup> Wtorki od godz. 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup>	34 317 02 45 34 377 84 00	34 317 02 15	<a href="mailto:ug@wreczyca-wielka.pl">ug@wreczyca-wielka.pl</a>
<b>Urząd Gminy Panki</b> czynny w godz. : 7.30 – 15.30 – poniedziałek- piątek	34 317 90 35	34 317 90 62	<a href="mailto:sekretariat@panki.pl">sekretariat@panki.pl</a>
<b>Urząd Gminy Przystajń</b> czynny w godz. : Poniedziałek: 9.00-17.00 Wtorek-piątek: 7.30-15.30	34 319-11-53 34 319-11-54	34 319-17-32	<a href="mailto:ug@gminaprzystajn.pl">ug@gminaprzystajn.pl</a> <a href="mailto:sko@gminaprzystajn.pl">sko@gminaprzystajn.pl</a>

## OBRONA CYWILNA

Obrona cywilna w Polsce stanowi system o sprecyzowanych zadaniach, strukturach i formach działania. Jest zespolona ze wszystkimi szczeblami administracji państwowej i samorządowej, podmiotami gospodarczymi (niezależnie od osobowości prawnej), organizacjami społecznymi oraz z całym społeczeństwem. Siłą obrony cywilnej jest jej powszechność, oznacza to, że wszyscy obywatele naszego kraju uczestniczą w ochronie grup ludzi, którzy znaleźli się w sytuacji zagrożenia.

### ZADANIA OBRONY CYWILNEJ W CZASIE POKOJU

- planowanie przedsięwzięć w zakresie ochrony przed skutkami działań zbrojnych zarówno ludności, jak i zakładów pracy i urzędów użyteczności publicznej oraz dóbr kultury,
- wykrywanie zagrożeń i stwarzanie warunków do ostrzegania i alarmowania ludności,
- przygotowanie schronów i ukryć dla ludności oraz utrzymywanie ich w gotowości do użycia,
- gromadzenie i przechowywanie indywidualnych środków ochrony informacji obrony cywilnej i ludności,
- wyposażenie formacji obrony cywilnej w specjalistyczny sprzęt ratowniczy, przyrządy i aparaturę do wykrywania różnego rodzaju zagrożeń,
- systematyczne szkolenie w zakresie OC:
  - kadr kierowniczych administracji rządowej i samorządowej,
  - jednostek OC,
  - ludności w ramach powszechnej samoobrony,

Współdziałanie w zwalczaniu klęsk żywiołowych i zagrożeń środowiska oraz usuwanie ich skutków.

Decyzję o włączeniu sił obrony cywilnej do działań podejmują terenowi szefowie OC.

### ZADANIA OBRONY CYWILNEJ W CZASIE WOJNY

- ✓ organizuje ewakuację ludności,
- ✓ organizuje i prowadzi akcję ratunkową, udziela pomocy przedmedycznej poszkodowanym,
- ✓ organizuje pomieszczenia i zaopatrzenie dla poszkodowanej ludności,
- ✓ zaopatruje ludność w sprzęt i środki ochrony indywidualnej,
- ✓ prowadzi likwidację skażeń i zakażeń,
- ✓ pomaga w przywracaniu i utrzymaniu porządku w strefach dotkniętych klęskami,
- ✓ pomaga w budowie i odbudowie awaryjnych ujęć wody pitnej,
- ✓ pomaga w ratowaniu żywności i innych dóbr niezbędnych do przetrwania,
- ✓ udziela doraźnej pomocy w grzebaniu zmarłych.

## POŻAR

Ogień – rozprzestrzenia się szybko i najczęściej nie ma czasu na zabieranie kosztownych rzeczy czy telefonowanie. Po 2 minutach ogień może stać się groźny dla życia. W ciągu 5 minut cały dom może stanąć w płomieniach.

Wysoka temperatura i dym są tak samo niebezpieczne jak płomień. Zachłyśnięcie się bardzo gorącym powietrzem może spowodować poparzenie górnych dróg oddechowych i płuc.

Pożar wytwarza trujące gazy, które mogą zakłócić orientację człowieka i spowodować osłabienie czynności ruchowych oraz ospałość.

### NIE DOPUŚĆ DO POWSTANIA POŻARU !!!

- ostrożnie używaj zastępczych źródeł grzewczych (np. przenośne grzejniki elektryczne, gazowe, piecyki na drewno i węgiel),
- nie używaj kuchenki gazowej do ogrzewania,
- utrzymuj w stałej technicznej sprawności instalację elektryczną, przedłużacze, kable, gniazdko, instalację gazową, przewody kominowe i wentylacyjne, w odpowiednich miejscach umieść detektory gazu i tlenu węgla (czadu)
- nie przeciążaj sieci elektrycznej, korzystaj z rozgałęźnika z bezpiecznikiem, a unikniesz iskrzenia i krótkich spięć,
- nie umieszczaj grzejników elektrycznych, kuchenek mikrofalowych i innych urządzeń elektrycznych pobierających dużą moc w pobliżu firan i innych łatwopalnych materiałów,
- nie używaj otwartego ognia (zapalniczek, świec, papierosów) w pobliżu łatwopalnych materiałów,
- nie gromadź i nie używaj wewnątrz budynku benzyn, paliw, nafty itp. Można je przechowywać tylko w odpowiednich pojemnikach w dobrze wentylowanych pomieszczeniach,
- popiół gromadź w oddalonym od budynku metalowym pojemniku,
- zaopatr mieszkanie, dom i obejścia w podręczny sprzęt gaśniczy i naucz rodzinę posługiwać się nim. Przestrzegaj terminów badania sprawności i ich legalizacji,
- zainstaluj w miarę możliwości wykrywacze dymu, które dwukrotnie zwiększą szansę przeżycia,
- naucz dzieci jak informować o pożarze przez telefon.

### W CZASIE POWSTANIA POŻARU:

- zaalarmuj niezwłocznie, przy użyciu wszystkich dostępnych środków osoby będące w strefie zagrożenia,
- wezwij straż pożarną,
- przystąp niezwłocznie, przy użyciu miejscowych środków gaśniczych do gaszenia pożaru i niesienia pomocy osobom zagrożonym w przypadku koniecznym przystąp do ewakuacji ludzi i mienia. Czynności te wykonuj 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 pożaru kieruj się rozwagą w podejmowaniu decyzji,
- jeśli ubranie pali się na Tobie zatrzymaj się, połóż na ziemi i obracaj do chwili zduszenia ognia, ucieczka spowoduje tylko zwiększenie płomienia,
- jeśli ubranie pali się na osobie spróbuj użyć koca gaśniczego (jeśli jest) lub użyj do stłumienia ognia swojego ubrania,
- nie gaś urządzeń elektrycznych wodą mogą być pod napięciem, postaraj się odłączyć zasilanie elektryczne (główne wyłączniki prądu),

- nie próbuj gasić ognia, którego nie jesteś w stanie opanować. Wyprowadź wszystkie osoby zagrożone w bezpieczne miejsce i w razie potrzeby udziel pierwszej pomocy,
- gdy pożar i swąd dymu obudzi Cię ze snu zbadaj czy drzwi są ciepłe, jeśli tak, to nie otwieraj ich, lecz użyj innych dróg, by opuścić pomieszczenie (np. przez okno jeśli jest to możliwe),
- jeśli nie możesz wyjść z pomieszczenia, uszczelnij drzwi, kanały wentylacyjne by nie przedostał się przez nie dym, otwórz okno i wzywaj pomoc,
- jeśli musisz wyjść przez pomieszczenie zadymione, to zakryj usta i nos ręcznikiem lub innym materiałem najlepiej wilgotnym, okryj się czymś nie palnym lub mokrym kocem i przemieszczaj się tuż przy podłodze, dym i gorące powietrze unosi się do góry, a dołem powietrze jest bardziej czyste i chłodne,
- opuszczając mieszkanie, zabierz ze sobą wszystkich domowników. Dzieci potrafią chować się przed ogniem w miejscach, z których ich nie widać: w szafie, pod łóżkiem, pod pościelą itp.

### PO POŻARZE

- nie wchodź do zniszczonego przez ogień budynku zanim służby ratownicze nie stwierdzą, że jest bezpieczny pod względem budowlanym, energetycznym, itp., dachy i stropy mogą być osłabione i wymagać naprawy,
- gdy potrzebujesz mieszkania, żywności lub straciłeś w pożarze osobiste przedmioty, zwróć się do gminy lub skontaktuj się z organizacjami wspomagającymi poszkodowanych,
- wezwij agenta ubezpieczeniowego przed wyrzuceniem zniszczonych przedmiotów. Jeśli jesteś dzierżawcą lub lokatorem wezwij właściciela,
- wyrzuć żywność, napoje, leki, które narażone były na wysoką temperaturę i dym,
- jeśli posiadasz sejf lub maszyną metalową szkrzynię nie próbuj jej otwierać, może ona utrzymywać wysoką temperaturę przez wiele godzin. Jeśli otworzysz drzwi przed jej wychłodzeniem, powietrze z zewnątrz w połączeniu z wysoką temperaturą wewnątrz sejfu może spowodować zapalenie się zawartości,
- jeśli inspektor budowlany stwierdzi, że budynek jest niebezpieczny i musisz opuścić dom:
  - poproś Policję, Straż Miejską o pilnowanie Twojego domu podczas nieobecności,
  - zabierz ze sobą dokumenty tożsamości, rzeczy osobiste, polisę ubezpieczeniową,
- poinformuj przyjaciół, krewnych, agenta ubezpieczeniowego, pracodawcę, szkołę, urząd pocztowy o miejscu Twojego tymczasowego zakwaterowania.

### **WICHURY**

(silne wiatry i huragany)

*WYSTĘPUJĄ POWODOWANE NAJCZĘŚCIEJ SZYBKO PRZEMIESZCZAJĄCYMI SIĘ AKTYWNYMI NIŻAMI. NA IKORZYSTNIEJSZĄ FORMĘ PRZYJMUJĄ ONE W OKRESIE WIOSENNYM I JESIENNYM.*

WICHURY – wiatry wiejące z prędkością powyżej 75 km/h. W Polsce występujące coraz częściej. Mogą powodować uszkodzenie budynków, łamać i wyrwać drzewa z korzeniami oraz paraliżować transport

HURAGANY – wiatry wiejące z prędkością powyżej 120 km/h. Powodują rozległe spustoszenia w strefie swojego oddziaływania.

### PRZED NADEJŚCIEM WICHURY:

- słuchaj prognozy pogody oraz komunikatów podawanych przez rozgłośnie radiowe i telewizyjne,
- sprawdź, czy poszycie na dachu jest solidnie przymocowane,
- gruntownie oceń stan okien, pozamykaj je szczelnie. Jeżeli uznasz to za konieczne dodatkowo zabezpiecz je odpowiednio.

- uprzątnij z obejścia przedmioty, które mogłyby narobić szkód w przypadku porwania ich przez wiatr,
- pozamykaj zwierzęta oraz odpowiednio zabezpiecz pomieszczenia, w których się znajdują,
- upewnij się, czy twoje radio i latarka działają jak należy. Miej zapas naładowanych baterii,
- sprawdź stan apteczki pierwszej pomocy. Zaopatr się w materiały i leki,
- zaopatr się w paliwo do samochodu. Może być potrzebny,
- upewnij się, czy Twój najbliżsi sąsiedzi zdają sobie sprawę z powagi sytuacji.

#### W CZASIE SILNYCH WIATRÓW:

- zachowaj spokój. Nie wychodź na zewnątrz, jeśli nie jest to absolutnie konieczne,
- jeśli znajdziesz się z dala od domu, pozostań tam, gdzie jesteś, dopóki wichura nie przejdzie. Nie zatrzymuj się pod trakcjami elektrycznymi, planszami reklamowymi i drzewami. Nie spaceruj też pod balkonami - spadające doniczki, kwietniki lub szyby okienne mogą Cię dotkliwie poranić. Najlepiej położyć się płasko w rowie,
- w czasie wichury bądź trąb powietrznych nie stawaj samochodem pod wiaduktami i mostami - wiatr zwiększa tam prędkość i można zostać wysysanym,
- wyłącz główny wyłącznik prądu – ograniczy to możliwość powstania pożaru,
- schowaj się w środkowych częściach budynku z dala od okien,
- słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych- przestrzegaj przekazywanych zasad zachowania się,
- jeśli służby ratownicze zalecą ewakuację;
  - wyrusz tak szybko, jak to możliwe,
  - opuszczając mieszkanie wyłącz energię elektryczną, główny zawór wody i gazu oraz zabezpiecz dom,
  - zawiadom kogoś poza zasięgiem wichury, dokąd się ewakuujesz,
  - zabierz przygotowany wcześniej podręczny bagaż oraz ciepłą odzież.

#### PO PRZEJŚCIU SILNYCH WIATRÓW:

- zorganizuj pomoc, w tym medyczną, dla poszkodowanych,
- uprzątnij zniszczony sprzęt i dokonaj niezbędnych napraw w swoim domu,
- nie próbuj usuwać zwalonych drzew, które upadły na linie energetyczne. Nie dotykaj zerwanych przewodów,
- jeśli jesteś ubezpieczony wykonaj zdjęcia zniszczeń, zarówno domu, jak i jego wyposażenia,
- sprawdź instalację (gazową, elektryczną, wodociągową i ściekową) w zniszczonym domu - jeśli jest uszkodzona powiadom odpowiednie służby i zabezpiecz teren przed dostępem osób postronnych,
- zgłoś się w swoim miejscu pracy – możesz być potrzebny.

O wszystkich zdarzeniach, mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj służby dyżurne:

- Straży Pożarnej,
- Policji,
- Pogotowia energetycznego,
- Pogotowia gazowego,
- i inne.



## POWÓDŹ

*WODA – jeden z najgroźniejszych żywiołów. Doświadczenia ostatnich lat dowodzą, że zagrożenie powodzią może wystąpić praktycznie wszędzie. Groźne są nie tylko duże rzeki, ale także intensywne opady oraz niewielkie ciekły wodne.*

### PRZYGOTUJ SIĘ DO POWODZI ZANIM ONA CIEBIĘ ZASKOCZY!!!

- poznaj podstawowe pojęcia związane z zagrożeniem powodziowym:
  - Pogotowie przeciwpowodziowe – wprowadza się, gdy poziom wody w rzece wzrasta do poziomu ostrzegawczego i według prognoz będzie się podnosić.
  - Alarm przeciwpowodziowy – ogłasza się, gdy poziom wody zbliża się do stanu alarmowego lub go przekracza, a prognozy przewidują dalszy jego wzrost.
- nie planuj budowy w miejscu, o którym wiadomo, że położone jest na terenie zagrożonym zalaniem ze strony pobliskiego zbiornika lub ciekłu wodnego,
- zorientuj się w Urzędzie czy mieszkasz na terenie zagrożonym powodzią i czy Twój dom położony jest powyżej czy poniżej powodziowych poziomów wody. Pomoże Ci to ocenić ryzyko. Dowiedz się jak zabezpieczyć miejsce Twojego zamieszkania przed powodzią,
- ubezpiecz mienie na wypadek powodzi, co pozwoli przynajmniej częściowo zrekompensować straty nią spowodowane,
- przechowuj polisy ubezpieczeniowe, dokumenty, wartościowe przedmioty w bezpiecznym miejscu,
- naucz domowników sposobu odłączania zasilania w energię elektryczną oraz odcinania dopływu gazu,
- zgromadź materiały i podstawowe narzędzia budowlane, przydatne do zabezpieczenia budynku przed niewielkim zagrożeniem powodziowym (worki, piasek, folia plastikowa, gwoździe).

### PO OGŁOSZENIU STANU POGOTOWIA LUB ALARMU A TAKŻE W CZASIE POWODZI:

- nasłuchuj komunikatów radiowych i telewizyjnych na temat pogody, stanu wód i rozwijającej się sytuacji powodziowej,

W czasie wystąpienia zagrożenia Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej Oddział Katowice (bezpłatnie) udostępni dane meteorologiczne na stronie internetowej [www.imgw.katowice.pl](http://www.imgw.katowice.pl) oraz na stronie głównej Urzędu Miejskiego w Krzepicach po rozwinięciu zakładki „Informator” dostępny jest link do Regionalnego Systemu Ostrzegania.
- stosuj się do zaleceń, przekazywanych przez lokalne władze odnośnie sposobu postępowania,
- przygotuj w części budynku nie narażonej na zalanie zapasy umożliwiające przetrwanie; w postaci żywności, wody pitnej, apteczki pierwszej pomocy z podstawowymi lekami, awaryjnego oświetlenia i przenośnego radia z zapasowymi bateriami, butli gazowej itp.,
- napełnij czystą wodą wanny i inne możliwe zbiorniki i naczynia, by zwiększyć zapas wody do celów spożywczych i sanitarnych,
- zabezpiecz instalację sanitarną przed ewentualnym wyciekami nieczystości podczas zalania aby zminimalizować zanieczyszczenie środowiska i przedostanie się nieczystości do wód gruntowych,
- przenieś cenne przedmioty i wyposażenie domu na wyższe kondygnacje budynku, by zabezpieczyć je przed zniszczeniem,
- przygotuj się do ewentualnej ewakuacji; zapakuj dokumenty i najcenniejsze części dobytku,
- jeśli jest taka potrzeba lub wydane zostało zalecenie, odemnij dopływ energii elektrycznej i gazu do budynku,
- rozdzielcze urządzenia elektryczne i zawory gazowe zabezpiecz folią plastikową lub innymi materiałami przed zanieczyszczeniem,

- w przypadku niebezpieczeństwa natychmiast przemieszczaj się na wyżej położone obszary. Nie czekaj na wezwanie do ewakuacji,
- przebywając wewnątrz budynku ulokuj się na najwyższej kondygnacji, w pobliżu zgromadzonych zapasów i dobytku, przeznaczonego do zabrania w razie ewakuacji. Do zabezpieczenia domu wykorzystaj worki z piaskiem, folię lub inne materiały podóręczne. Z posesji wszystkie rzeczy schowaj w budynku lub je przywiąż do czegoś stabilnego, aby nie popłynęły,
- nie używaj w gospodarstwie domowym wód gruntowych mogą być skażone,
- nie chodź po obszarach zalanych wodą, jeśli woda przemieszcza się szybko. Fala powodziowa o głębokości kilkunastu centymetrów może przewrócić dorosłego człowieka,
- jeśli musisz przekroczyć zalany obszar, użyj tyczki do badania gruntu przed sobą. Do przejścia wybieraj miejsca bez prądu powodziowego,
- w miarę możliwości zapobiegaj tworzeniu się atmosfery paniki, bądź rozsądny, zachowaj trzeźwość umysłu to połowa sukcesu,
- jeśli jest spodziewana duża powódź, dopuść swobodny wlew wód powodziowych do Twojego domu, lub sam napełnij ją czystą wodą. Unikniesz w ten sposób zagrożenia uszkodzenia fundamentów domu przez ciśnienie napierających wód powodziowych.

*Zgłoś się ochotniczo do pomocy w walce z powodzią. Do tego celu nie są potrzebne specjalne kwalifikacje. Twoja pomoc może się przyczynić do znacznego zminimalizowania strat spowodowanych powodzią. Informacje o tym, gdzie możesz być potrzebny, znajdziesz w lokalnym Komitecie przeciwpowodziowym.*

#### PO POWODZI

- słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych i nie wracaj do domu, dopóki nie będziesz miał pewności, że jest to bezpieczne,
- jak najdłużej pozostań poza zasięgiem wód powodziowych gdyż mogą być skażone np. ropopochodnymi, nie oczyszczonymi ściekami itp. Mogą być także pod napięciem z uszkodzonych linii elektrycznych lub podziemnych,
- bądź ostrożny, gdy wjeżdżasz na tereny dotknięte powodzią. Drogi mogą być osłabione i nie wytrzymywać ciężaru Twojego samochodu (ciągnika), czy innego pojazdu,
- po powrocie do domu dokonaj jego szczegółowych oględzin. Sprawdź stan fundamentów, ścian, podłóg, sufitów, drzwi i okien. Upewnij się, że budynek nie grozi zawaleniem. Sprawdź także stan przewodów elektrycznych i gazowych. W razie jakichkolwiek wątpliwości odnośnie bezpieczeństwa przy włączaniu zasilania skorzystaj z pomocy fachowców,
- przed korzystaniem z instalacji wodno-kanalizacyjnej sprawdź całość rur wodociągowych i funkcjonowanie systemu odprowadzania ścieków,
- sprawdź stan techniczny i sprawność zbiorników sanitarnych i szamb, by uniknąć niebezpieczeństwa zakażeń i zatrucia,
- do wypompowywania wody z piwnic przystąp, gdy poziom wody w gruncie będzie niższy niż w zalanej piwnicy i nie ma pęknięć, osiadania lub odchylenia od pionu ścian budynku,
- zalane piwnice odpompowuj stopniowo, nie więcej niż kilka cm na godzinę oraz 1/3 pierwotnego poziomu wody dziennie, by uniknąć uszkodzenia struktury fundamentów,
- jeśli jest to możliwe, uruchom ogrzewanie budynku lub skorzystaj z przenośnych urządzeń grzewczych,
- by uniknąć rozwoju grzybów i pleśni, ściany i sufity odkaż za pomocą mleka wapiennego z wapna palonego oraz pomaluj farbami z wapna palonego,
- zalane przez powódź studnie, ujęcia wody, ustępy, łazienki oraz urządzenia sanitarne oczyść, wysusz i odkaż za pomocą wapna chlorowanego, by uniknąć zakażeń chorobami zakaźnymi. Dezynfekcję studni wykonaj wielokrotnie za pomocą chloru lub chloraminy przy każdorazowym wypompowywaniu zawartości, po tych zabiegach daj wodę do badania do sanepidu,

- wyrzucić całą żywność, która miała kontakt z wodą powodziową. Usunąć także padłe w wyniku powodzi zwierzęta (w tym celu skontaktuj się z urzędem gminy),
- wodę do picia, płukania owoców i warzyw spożywanych na surowo oraz do mycia zębów gotuj przed użyciem,
- poinformuj odpowiednie służby o zerwanych liniach energetycznych, nieszczelności rurociągu gazowego lub o innych zagrożeniach występujących na Twoim terenie,
- mieszkanie i wszystkie sprzęty, które przydatne są do dalszego użytkowania, trzeba zdezynfekować.

## **BURZA**

NAJCZĘSTSZĄ PRZYCYNĄ JEGO WYSTĘPOWANIA JEST POWSTANIE CHMUR BURZOWYCH NA SKUTEK SILNYCH, PIONOWYCH RUCHÓW POWIETRZA, ZJAWISKO TO MA MIEJSCE NAJCZĘŚCIEJ W OKRESIE LETNIM. BURZY CZĘSTO TOWARZYSZĄ WYŁADOWANIA ATMOSFERYCZNE, ULEWY I GRADOBICIA

### **BĄDŹ PRZYGOTOWANY NA WYSTĄPIENIE BURZY:**

- ubezpiecz swoje mieszkanie, dom, samochód, zwierzęta gospodarskie, uprawy polowe od skutków burzy,
- przygotuj swoje mieszkanie (dom);
  - zabezpiecz rynny i inne części budynku,
  - zabezpiecz lampy i inne urządzenia, które mogą ulec zniszczeniu,
  - sprawdź drożność studzienek kanalizacyjnych i rowów.
  - przed burzą postaraj się wyłączyć instalację elektryczną wewnątrz budynku,
  - pozamykaj okna,

### **PODZAS BURZY:**

- jeżeli spotka Cię burza z dala od domu, znajdź bezpieczne schronienie i pozostań do czasu jej zakończenia
- jeśli jesteś w domu:
  - zamknij okna, usuń z parterów 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 zapoznania się z aktualnymi komunikatami,
  - wyłącz z gniazdek wszystkie zbędne urządzenia elektryczne oraz anteny,
- jeżeli jesteś w samochodzie stań na poboczu i przeczekaj ulewę, unikaj zatrzymywania się pod drzewami, przewodami elektrycznymi itp.

O wszystkich zdarzeniach mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj straż pożarną, a w przypadku zerwania linii energetycznych zgłoś to pogotowiu energetycznemu.

### **PO BURZY**

- udziel pierwszej pomocy rannym lub poszkodowanym osobom,
- nie przenoś ciężko rannych osób, chyba że są one bezpośrednio zagrożone doznaniem kolejnych obrażeń – wezwij pomoc,
- jeżeli byłeś ubezpieczony przed gradobicie, wykonaj zdjęcia zniszczeń, zarówno domu, jak i jego wyposażenia.

## 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.

Upał – intensywne oddziaływanie promieni słonecznych na nas i nasze otoczenie.

Zjawisku temu towarzyszy wysoka temperatura powietrza, często przekraczająca 30°C.

- Objawami oparzenia słonecznego są zaczerwienienie i pieczenie skóry, możliwe swędzenie, gorączka, ból głowy.

Pierwsza pomoc: weź chłodny prysznic, zmyj olejki (kremy). Miejsca oparzone polewaj dużą ilością zimnej wody. Jeśli na skórze występują pęcherze, zrób suchy, sterylny opatrunek – w razie braku sterylnego opatrunku użyj własnego ubrania (koszulki) posiada Twoje Ph i skorzystaj z pomocy medycznej.

- Objawy przegrzania są następujące: osłabienie, zawroty głowy, pragnienie, nudności i wymioty, skurcze mięśni (zwłaszcza nóg i brzucha), utrata przytomności.

Pierwsza pomoc: połóż poszkodowaną osobę w chłodnym miejscu (nogi unieś na wysokość 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 nudności, odstaw wodę. Jeśli wystąpią wymioty, szukaj natychmiastowej pomocy medycznej. W przypadku utraty przytomności przy wyczuwalnym oddechu i tętnie, ulóż poszkodowanego na boku.

### BĄDŹ PRZYGETOWANY NA WYSTĄPIENIE GWALTOWNEGO OCIEPLENIA:

- ogranicz do niezbędnego minimum przebywanie na słońcu zwłaszcza w okresie najintensywniejszego działania jego promieni,
- utrzymuj chłodne powietrze wewnątrz pomieszczenia, stosując żaluzje w drzwiach i oknach,
- rozważ montaż zewnętrznych okiennic. Zewnętrzne okiennice latem nie dopuszczają ciepła do wnętrza domu, natomiast utrzymują ciepło w domu zimą,
- przebywaj wewnątrz pomieszczeń tak długo, jak to możliwe. Jeśli jest brak klimatyzacji, przebywaj na najniższym poziomie budynku, poza zasięgiem światła słonecznego,
- spożywaj zbilansowane, lekkie posiłki,
- regularnie pij duże ilości wody. Osoby cierpiące na epilepsję oraz schorzenia serca, nerek lub wątroby, będące na niskowodnej diecie oraz mające problemy z utrzymaniem płynów, powinny skontaktować się z lekarzem przed zwiększonym przyjmowaniem płynów,
- ogranicz przyjmowanie napojów alkoholowych. Mimo, że piwo i napoje alkoholowe zdają się zaspokajać pragnienie, to zazwyczaj powodują dalsze odwodnienie organizmu,
- ubieraj się w luźno dopasowane rzeczy, zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry. Lekka, o jasnych kolorach odzież odbija ciepło i promieniowanie słońca oraz pomaga utrzymywać normalną temperaturę ciała,
- noś nakrycia głowy, które skutecznie będą chronić twarz i głowę przed nadmiernym nagraniem,
- unikaj zbytniego nasłonecznienia. Opalenizna spowalnia zdolność do samoczynnego chłodzenia się. Użyj środków ochrony przed promieniami słonecznymi o wysokim współczynniku skuteczności,
- unikaj skrajnych zmian temperatury. Zwolnij tryb życia. Zredukuj oraz ogranicz wyczerpujące zajęcia. Osoby wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodnych miejscach. Stosuj tabletki solne, ale tylko wtedy, jeśli zostały zalecone przez lekarza,

- pamiętaj, że podczas upałów występuje zwiększone zagrożenie przeciwpożarowe, przebywając w lesie, na poduszonych łąkach, ściemiskach, zachowaj szczególną ostrożność i staraj się nie zaprószyć ognia.

#### PODCZAS SUŠZY:

- zmniejsz zużycie wody. Podlewanie trawników i mycie samochodów marnotrawi wodę,
- gdzie tylko to możliwe, używaj wielokrotnie tej samej wody.

#### **MROZY I ZAMIECIE ŚNIEŻNE**

*Odmrożenie* – jest skutkiem oddziaływania zimna (choć niekoniecznie mrozu!). w wyniku odmrożenia mogą wystąpić trwale uszkodzenia najbardziej narażonych na odmrożenie części ciała. Typowymi objawami tego urazu są: znaczne wychłodzenie, zaczerwienienie, utrata czucia oraz błądź palców 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. Jeśli u kogoś podejrzewane jest wystąpienie odmrożenia lub wychłodzenia – rozpocznij powolne ogrzewanie osoby. Zdejmij przemarznęte ubranie, ułóż osobę na suchej tkaninie i okryj całe ciało kocem, folią aluminiową – ogrzewaj go własnym ciałem.

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

Nie uznawaj pochopnie osoby wyziębionej za zmarłą, przed próbą reanimacji. Przy odmrożeniach kończyn zanurz je w letniej wodzie o temperaturze ciała zdrowego człowieka. Na inne części ciała nakładaj ciepłe (nie gorące) okłady.

Nie podawaj alkoholu osobie dotkniętej odmrożeniem lub wychłodzeniem, 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.

#### BADŹ PRZYGOTOWANY NA WYSTĄPIENIE ŚNIEŻYC, ZAWIEI I ZAMIECI:

- słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych,
- w czasie opadów pozostań w domu,
- jeśli musisz wyjść na zewnątrz, ubierz się w ciepłą odzież wielowarstwową i powiadom kogokolwiek o docelowym miejscu podróży oraz przewidywanym czasie dotarcia na miejsce przeznaczenia,
- zachowaj ostrożność poruszając się po zaśnieżonymi oblodzonym terenie, zwróć uwagę na zwisające sople, zwąły śniegu na dachach budynków,
- oszczędzaj zapasy energii poprzez stopniowe obniżanie temperatury w domu i okresowe wyłączanie ogrzewania w niektórych pomieszczeniach,
- jeśli używasz piecyków, zapewnij wentylację pomieszczeń, zabezpiecz inwentarz i paszę przed zamarznięciem.

#### **PODRÓŻOWANIE W ZIMIE:**

**PAMIĘTAJ**, że jedną w 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.

- jeśli musisz wyruszyć w podróż, rozważ wykorzystanie publicznych środków transportu. Jeśli podróżujesz samochodem podróżuj w dzień, nie podróżuj samotnie, informuj innych o swoim planie podróży. Używaj głównych dróg, unikaj bocznych dróg i skrótów,
- przygotuj swój samochód do zimy,

- trzymaj „zimowy zestaw” w bagażniku swojego samochodu (łopatkę do śniegu, migające światło, rękawice, czapkę, koc, linę holowniczą, łańcuchy na koła, pojemnik z solą kamienną, kable do akumulatora).
- pamiętaj, że działania służb drogowych mają na celu jedynie łagodzenie skutków zimy na drogach.
- jeśli znajdziesz się na bezludnych obszarach leśnych lub rolnych, rozpnij dużą płachtę najlepiej jaskrawą na śniegu by zwrócić uwagę ratowników, lub samolotów ratunkowych, co pewien czas dawaj sygnały światłami i klaksonem,
- jeśli śnieg uwięzi Cię w twoim samochodzie:
  - zjedź z głównego pasa, włącz migające światła alarmowe i wywieś jaskrawą tkaninę na antenie samochodu lub przez okno,
  - pozostań w swoim samochodzie by ratownicy mogli łatwiej Cię znaleźć. Nie wychodź z samochodu o ile nie masz w zasięgu widoczności budynków, w których mógłbyś znaleźć schronienie. Bądź ostrożny, odległość obserwowana przez zamieć śnieżną może być myląca, nawet niewielka odległość może być niemożliwa do pokonania w głębokim śniegu i zamieci,
  - Wyłączaj silnik i ogrzewanie na dziesięć minut w ciągu każdej godziny w celu utrzymania ciepła. Kiedy silnik pracuje, lekko otwórz okno w celu wentylacji. Uchroni Cię to przed zatruciem tlenkiem węgla. Okresowo usuwaj śnieg i lód z rury wydechowej,
  - Wykonuj ćwiczenia w celu rozgrzania organizmu lecz unikaj przemęczenia. Ogrzewaj się przykrywając się z innymi pasażerami wierzchnim ubraniem i kocami,
  - wymieniaj się z innymi w czasie snu. Jedna osoba musi stale czuwać by obudzić wszystkich, gdy zauważy nadchodzącą pomoc,
  - bądź ostrożny, nie nadużywaj akumulatora. Ogranicz potrzeby zużycia energii, używaj światła, ogrzewania i radia zależnie od możliwości,
  - w nocy, włącz wewnętrzne oświetlenie, by ratownicy mogli Cię zobaczyć.

## KATASTROFY KOLEJOWE

*WYSTĘPUJĄ STOSUNKOWO RZADKO. JEDNAK OLBRZYMLA ILOŚĆ PRZEWOŻONYCH PASAŻERÓW. WIELKOŚĆ I RÓŻNORODNOŚĆ NIEBEZPIECZNYCH ŁADUNKÓW (CHEMICZNE, TOKSYCZNE, ŁATWOPALNE I INNE) ZWIĘKSZAJĄ SKALĘ I ROZMIAR ZAGROZEŃ, KTÓRE W RÓWNEJ MIERZE MOGĄ DOTKNAĆ PASAŻERÓW JAK I MIESZKAŃCÓW MIEJSCOWOŚCI W POBLIŻU SZLAKÓW KOLEJOWYCH.*

### DO PODSTAWOWYCH ZASAD NALEŻY:

- powiadomienie służb ratowniczych (Straż Pożarna, Pogotowie Ratunkowe),
- udzielenie pomocy lżej poszkodowanym, gdy nie grozi to pożarem, wybuchem i gdy nie ma innych zagrożeń,
- stosowanie się do poleceń służb ratowniczych,
- oddalić się jak najszybciej, gdy jest podejrzenie wycieku niebezpiecznej substancji lub wybuchu,
- w przypadku katastrofy kolejowej jeśli są to cysterny bądź wagony z nieznaną Ci substancją nie podchodź do nich, w czasie powiadamiania służb staraj się przekazać co pisze na cysternach lub wagonach,
- ostrzeganie innych przypadkowych świadków zdarzenia,
- jeśli byłeś uczestnikiem katastrofy nie opuszczaj miejsca zdarzenia bez przebadania przez lekarza, ponieważ skutki mogą się ujawnić dopiero po kilku godzinach.

## KATASTROFY BUDOWLANE

*NAJ CZĘŚCIEJ POWODOWANE SĄ: WADAMI KONSTRUKCYJNYMI I TECHNOLOGICZNYMI, WYBUCHAMI GAZU, SZKODAMI GURNICZYMI*

### PRZED KATASTROFĄ BUDOWLANA

- zainstaluj w domu czujniki (wykrywacze gazu),
- wszelkie awarie w sieci gazowej pozostaw fachowcom,
- zapoznaj się z położeniem zaworów instalacji gazowej, wyłączników energii elektrycznej i bezpieczników, sposobu ich wyłączenia w razie zagrożenia,
- naucz domowników (dzieci) numerów telefonów: "pogotowia gazowego" straży pożarnej, policji.

### W CZASIE:

- przed opuszczeniem domu wyłącz instalację gazową i elektryczną, opuszczając pomieszczenie,
- zabierz ważne dokumenty, żywność, koce, odzież, pieniądze, uważaj na stropy, klatki schodowe – mogą ulec zawaleniu,
- w wypadku gdy nie możesz opuścić budynku przez klatkę schodową uciekaj oknem,
- słuchaj komunikatów nadawanych przez służby ratownicze, powiadom o osobach, które pozostały w budynku, lub o których wiesz na pewno, że ich nie ma (np. są w pracy),
- jeżeli katastrofie towarzyszy pożar zachowuj się wówczas tak jak nakazuje postępowanie dla zagrożenia pożarowego,

### Gdy nie możesz opuścić domu

- wywieś w oknie białe prześcieradło lub obrus – to znak dla ratowników o potrzebie pomocy

### Gdy jesteś unieruchomiony

- nawołuj pomocy, stukaj w lekkie elementy metalowe – ułatwisz ratownikom Swoją lokalizację
- jeśli jesteś uwięziony a posiadasz kontakt ze służbami poinformuj ich czy istnieje ryzyko dalszego zawalenia się budynku, porażenia prądem lub czy wyczuwasz zapach gazu

### PO KATASTROFIE

- 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.),
- jeśli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaz je niezwłocznie służbie ratowniczej,
- nie przeszkadzaj w pracy ratownikom,
- w przypadku doznanych obrażeń udaj się do punktu pomocy medycznej,
- zgłoś swoje potrzeby do punktu pomocy społecznej,
- powiadom firmę ubezpieczeniową w celu uzyskania odszkodowania,
- nie wracaj i nie wchodź do ruin budynku bez zezwolenia służb budowlanych.

*Kiedy jesteś świadkiem katastrofy budowlanej, natychmiast powiadom Państwową Straż Pożarną, Pogotowie Ratunkowe*

## WYPADKI RADIOLOGICZNE

*MOGĄ ZDARZYĆ SIĘ WSZĘDZIE TAM GDZIE, MATERIAŁY RADIOAKTYWNE SĄ UŻYWANE, SKŁADOWANE LUB TRANSPORTOWANE. TAKIE WYPADKI MOGĄ ZDARZYĆ SIĘ W ELEKTROWNIACH JĄDROWYCH, SZPITALACH, UNIWERSYTETACH, LABORATORIACH BADAWCZYCH, W ZAKŁADACH PRZEMYSŁOWYCH, NA GŁÓWNYCH DROGACH, LINIACH KOLEJOWYCH.*

Wypadki radiologiczne są niebezpieczne z powodu szkodliwego oddziaływania niektórych typów promieniowania na komórki ciała. Im dłużej dana osoba jest narażona na promieniowanie, tym większe jest zagrożenie.

Promieniowanie nie jest wykrywalne przez wzrok, węch ani też przez żaden inny organ zmysłu. By zminimalizować skutki promieniowania musisz wiedzieć, że istnieją trzy czynniki, które o tym decydują, a mianowicie:

**Odległość** – im jest większa 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.

**Oslona** – podobnie jak odległość im bardziej ciężkie i gęste materiały pomiędzy Tobą a źródłem promieniowania tym lepiej. Dlatego władze lokalne mogą doradzić Ci pozostanie w domu, o ile wypadek nie wydarzył się w pobliskiej elektrowni atomowej. W wielu przypadkach ściany Twojego domu są wystarczającą osłoną w celu zabezpieczenia Twojego zdrowia.

**Czas** – większość zdarzeń radioaktywności stosunkowo szybko traci natężenie promieniowania. Ograniczenie czasu przebywania w zasięgu zagrożenia zmniejszy pochłoniętą dawkę promieniowania. Po wystąpieniu zagrożeń radiologicznych, lokalne władze będą monitorować wszystkie wypadki pojawienia się promieniowania i określać, kiedy minie.

### *PRZED ZAGROŻENIEM RADYACYJNYM*

- 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.
- Bądź przygotowany do ewakuacji lub schronienia się w swoim domu.
- Opracuj plan komunikowania się na wypadek zagrożenia.
- 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).
- Poproś krewnych lub znajomych zamieszkających w innych miejscowościach, aby służyli jako miejsce kontaktu dla Twojej rodziny. Upewnij się czy wszyscy członkowie Twojej rodziny znają nazwisko, adres i nr telefonu osoby kontaktowej.
- Jeżeli prowadzisz samodzielnie gospodarstwo rolne, zastanów się nad zabezpieczeniem paszy dla zwierząt hodowlanych, ujęć wody pitnej oraz pomieszczeń dla nich.

### *W CZASIE ZAGROŻENIA RADYACYJNEGO*

- Zachowaj spokój nie każdy wypadek, związany jest z wydostaniem się substancji promieniotwórczej jest dla Ciebie niebezpieczny. Wypadek może dotyczyć tylko terenu zakładu (elektrowni atomowej) i może nie powodować żadnych zagrożeń zewnętrznych.



- Uważnie i stale słuchaj radia, oglądaj telewizję krajową lub lokalną. Komunikaty określą charakter wypadku, stopień zagrożenia oraz jego zasięg i szybkość rozprzestrzeniania się – wykonaj zalecenia wynikające z komunikatów.
- W przypadku zaniechania ewakuacji, pozostaj w domu:
  - zabezpiecz zwierzęta lub weź je do domu,
  - zabezpiecz i pozamykaj drzwi oraz okna,
  - wyłącz wentylację, ogrzewanie nawiewowe itp.,
  - udaj się do piwnicy lub innych pomieszczeń poniżej powierzchni gruntu i pozostaj w nich do czasu, aż władze 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,
- Przechowuj żywność w szczelnych pojemnikach lub lodówce;
  - niezabezpieczoną żywność przed schowaniem dokładnie opłucz,
  - zrezygnuj ze spożywania owoców, warzyw i wody z niepewnych źródeł,
- Gdy powracasz do miejsca schronienia z zewnątrz:
  - gdy wracasz ze strefy radiacji spróbuj przeprowadzić wstępną dekontaminację za pomocą dostępnych środków (lizol, jodyna, spirytus) spłucz i zmień odzież oraz obuwie,
  - dokładnie umyj całe ciało,
  - włóż rzeczy noszone na zewnątrz do plastikowej torby i szczelnie ją zamknij.
- Postępuj zgodnie z zaleceniami określonymi przez władze (służby ratownicze) do czasu odwołania zagrożenia skażeniem promieniotwórczym.

#### *PO WYDARZENIU*

- gdy bezpośrednie zagrożenie minęło, opuść ukrycie i w razie najmniejszych podejrzeń o skażeniu poddaj siebie i rodzinę zabiegom sanitarnym,
- unikaj spożywania żywności z Twojego ogrodu oraz mleka od Twoich krów i kóz, dopóki nie będą zbadane przez terenową stację sanitarno-epidemiologiczną,
- w przypadku zarządzenia ewakuacji zabierz ze sobą najcenniejsze rzeczy, odzież, dokumenty i produkty żywnościowe. Zabezpiecz mieszkanie.

#### **EWAKUACJA**

*TO NATYCHMIASTOWA KONIECZNOŚĆ PRZEMIESZCZENIA LUDNOŚCI Z REJONÓW, W KTÓRYCH WYSTĄPIŁO BEZPOŚREDNIE ZAGROŻENIE DLA ŻYCIA I ZDROWIA. W TEJ SYTUACJI WŁADZE LOKALNE(ORGANIZATORZY EWAKUACJI) POPRZEZ ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU LUB RADIOWOZY STRAŻY POŻARNEJ I POLICJI POWIADAMIAJĄ CIĘ O SPOSOBIE JEJ PRZEPROWADZENIA*

Ewakuując się musisz być przygotowany na trzydniową samowystarczalność i mieć ze sobą niezbędne wyposażenie. Czas, w którym powinienes się ewakuować zależy od rodzaju zagrożenia. Jeśli zagrożenie można monitorować masz zwykle dzień lub dwa na przygotowanie się do ewakuacji. Lecz w większości sytuacji, ewakuującym się starcza czasu jedynie na zabranie najpotrzebniejszych rzeczy. Dlatego trzeba być zawsza przygotowanym.

#### PLANOWANIE EWAKUACJI:

- zwróć się do władz lokalnych o plan ewakuacji Twojego obszaru i naucz się przebiegu przewidzianych tam dróg ewakuacji. Jeśli nie posiadasz samochodu uzgodnij zawczasu możliwość swojej ewakuacji z sąsiadami lub władzami lokalnymi,

- omów ze swoją rodziną możliwość i ewentualną konieczność ewakuacji w sytuacji zagrożenia. Zaplanuj, gdzie się udasz jeśli będziesz musiał się samo-ewakuować. Zdecyduj się jak tam się dostaniesz,
- ustal miejsce, gdzie Twoja rodzina ma się spotkać jeśli zostaniecie rozdzieleni w sytuacji zagrożenia. Poproś swoich znajomych mieszkających poza obszarem Twojego zamieszkania, by zgodzili się pełnić rolę „punktu informacyjnego” gdzie odseparowany od rodziny możesz zadzwonić i poinformować, gdzie jesteś i jaka jest Twoja sytuacja,
- dowiedz się, gdzie ewakuowane będą Twoje dzieci, jeśli taka konieczność zajdzie w czasie ich pobytu w szkole,
- zgromadź zestaw rzeczy niezbędnych do ewakuacji: zasilane bateriami radio, latarki, zapasowe baterie, żywność, wodę i odzież. Pamiętaj, że czasami trzeba się ewakuować w ciągu kilku minut,
- jeśli jest konieczność ewakuacji napełnij bak swego samochodu. Stacje benzynowe mogą być zamknięte w czasie katastrofy.

#### CO ROBIĆ JEŚLI OTRZYMASZ INFORMACJE O EWAKUACJI:

Słuchaj stale baterijnie zasilanego radia i realizuj przekazywane tą drogą instrukcje. Jeśli zagrożenie związane jest z uwolnieniem się niebezpiecznych substancji chemicznych ewakuuj się natychmiast:

- wykorzystaj zalecane drogi ewakuacji, nie korzystaj ze skrótów, ponieważ mogą być one zablokowane, bądź uważny i nie przejeżdżaj przez obszary zalane, trzymaj się z dala od zerwanych linii elektrycznych.

W innych przypadkach na ogół zdążysz przed wyjazdem wykonać następujące czynności:

- zabrać zapasy: wody, żywności, ubrania, dokumenty, polisy ubezpieczeniowe i pieniądze,
- zabezpieczyć dom. Zamknąć okna, wyłączyć z kontaktów urządzenia elektryczne,
- zamknąć główny zawór wody i wyłącznik prądu i gazu,
- poinformować rodzinę, gdzie się udajesz.

### SYGNAŁY ALARMOWANIA

Jednym z przedsięwzięć Obrony Cywilnej jest organizacja systemów alarmowych, które mają ostrzegać ludność przed groźącym niebezpieczeństwem napadu z powietrza oraz skażeniem promieniotwórczym i chemicznym, a także o klęskach żywiołowych i zagrożeniu Środowiska w celu umożliwienia jej odpowiedniego zareagowania.

Do ogłaszania i odwoływania alarmów wykorzystuje się:

- syreny wchodzące w skład centralnych systemów alarmowych miast,
- rozgłośnie radiowe i ośrodki telewizyjne,
- radiowęzły radiofonii przewodowej,
- syreny nie włączone do miejskich systemów alarmowych (zakładów pracy, ochotniczych straży pożarnych),
- zastępcze środki alarmowania (syreny ręczne, gongi, pojazdy z urządzeniami nagłaśniającymi).

### POSTĘPOWANIA PO OGŁOSZENIU

#### SYSTEMÓW ALARMOWYCH

##### ALARM POWIETRZNY:

- ubrać się, zabrać dokumenty osobiste, zapas żywności, indywidualne środki ochrony przed skażeniami, środki opatrunkowe, latarkę elektryczną, koc, odbiornik radiowy,
- wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne i gazowe,

- zamknąć okna i zabezpieczyć mieszkanie,
- zawiadomić o alarmie sąsiadów,
- udać się do najbliższego schronu lub ukrycia,
- podporządkować się ściśle poleceniom organów i służb obrony cywilnej,
- prowadzący pojazdy mechaniczne po ustyszeniu sygnału powinni je utrzymać.  
Pojazdy ustawić tak, aby nie blokowały ciągów komunikacyjnych i wejść do ukryć.  
Osoby, które z jakichkolwiek przyczyn nie zdążyły udać się do budowli ochronnych, ukrywają się w zagłębieniach terenu lub za innymi trwałymi osłonami.

#### ALARM O SKAŻENIACH:

- włączyć odbiornik radiowy i telewizyjny na częstotliwości kanału stacji lokalnej,
- postępować zgodnie z zaleceniami podawanymi w komunikatach,
- wykonywać polecenia organów kierujących akcją ratowniczą.

# KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE

RODZAJ KOMUNIKATU	SPOSÓB OGŁOSZENIA KOMUNIKATU		SPOSÓB ODWOŁANIA KOMUNIKATU	
	AKUSTYCZNY SYSTEM ALARMOWY	ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU	AKUSTYCZNY SYSTEM ALARMOWY	ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU
UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU SKAŻENIAMI		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga!</b> Osoby znajdujące się na terenie ..... około godz. .... min. .... może nastąpić skażenie ..... (podać rodzaj skażenia) w kierunku ..... (podać kierunek)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga!</b> Odwoluję uprzedzenie o zagrożeniu ..... (rodzaj skażenia) dla .....
UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU ZAKAŻENIAMI		Formę i treść komunikatu uprzedzenia o zagrożeniu zakażeniami ustalają organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga!</b> Odwoluję uprzedzenie o zagrożeniu ..... (rodzaj zakażenia) dla .....
UPRZEDZENIE O KLĘSKACH ŻYWIŁOWYCH I ZAGROŻENIU ŚRODOWISKA		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców</b>		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga!</b> Odwoluję alarm o klęskach ..... dla .....

RODZAJ ALARMU	SPOSÓB OGŁOSZENIA ALARMÓW	
	AKUSTYCZNY SYSTEM ALARMOWY	ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU
<p><b>OGŁOSZENIE ALARMU</b></p>  <p><b>WIZUALNY SYGNAŁ ALARMOWY</b></p> <p>ZNAK ŻÓŁTY W KSZTAŁCIE TRÓJKĄTA LUB W USADNIONYCH PRZYPADKACH INNEJ FIGURY GEOMETRYCZNEJ</p>	<p><b>SYRENY</b></p>  <p>Sygnal akustyczny - modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut</p>	 <p>Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga! Uwaga!</b> Ogłaszam alarm (proszę podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) ..... dla .....</p>
<p><b>ODWOŁANIE ALARMU</b></p>	 <p>Sygnal akustyczny - ciągly dźwięk syreny w okresie trzech minut</p>	<p>Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: <b>Uwaga! Uwaga! Uwaga!</b> Odwoluję alarm (proszę podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) ..... dla .....</p>

# TELEFONY ALARMOWE

<b>TELEFON ALARMOWY Z TEL.KOM.</b>		<b>112</b>
	<b>STRAŻ POŻARNA</b>	<b>998</b>
	<b>POLICJA</b>	<b>997</b>
	<b>POGOTOWIE RATUNKOWE</b>	<b>999</b>
	<b>STRAŻ MIEJSKA</b>	<b>986</b>

## POGOTOWIE

	<b>ENERGETYCZNE</b>	<b>991</b>
	<b>GAZOWE</b>	<b>992</b>
	<b>CIEPŁOWNICZE</b>	<b>993</b>
	<b>WODOCIĄGOWE</b>	<b>994</b>