



Poradnik

Bezpieczeństwo i ja



Bi# pill!



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Tytuł projektu: „Odnowa funkcjonalna podobszarów rewitalizacji w Puławach służąca zwiększeniu aktywności różnych grup mieszkańców oraz poprawie bezpieczeństwa i funkcjonalności terenów publicznych”
współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego Programu Operacyjnego
Województwa Lubelskiego na lata 2014-2020

Bezpieczeństwo to ciągły proces doskonalenia ludzi, struktur ratowniczych i sprzętu.

Drodzy Mieszkańcy!

Przekazujemy Państwu po raz kolejny poradnik „Bezpieczeństwo i ja” opracowany przez Wydział Zarządzania Kryzysowego i Ochrony Ludności Urzędu Miasta Puławy. Poradnik został wzbogacony o nowe informacje potrzebne w ciągle zmieniającym się świecie. Bezpieczeństwo nas wszystkich w dużym stopniu zależy od nas samych - od tego, jak się przygotujemy do ewentualnych zagrożeń, jak będziemy reagować w sytuacjach niebezpiecznych i jak będziemy współpracować z zespołami ratowniczymi.

W dzisiejszych czasach, nadal mimo ogromnego rozwoju technologii i wiedzy, nie jesteśmy w stanie przewidzieć dokładnego czasu i miejsca katastrofy czy klęski żywiołowej, ani ich całkowicie wyeliminować. Możemy jednak, dzięki dobrej współpracy i edukacji społecznej, właściwie zachowywać się przed, w trakcie i po wystąpieniu zagrożenia, a dzięki temu ograniczyć cierpienie naszych bliskich i zmniejszyć straty w naszym mieniu. Mam nadzieję, że poradnik będzie przydatny w codziennym życiu i pozwoli Państwu uniknąć wielu zagrożeń i niebezpieczeństw.

Z wyrazami szacunku
Prezydent Miasta Puławy
Andrzej Kępczyński



SPIS TREŚCI

TELEFONY ALARMOWE I INFORMACYJNE	5
KATALOG ZAGROŻEŃ - PODEJMOWANE DZIAŁANIA	6
PRZYGOTOWANIE NA WYPADEK NAGŁEGO ZDARZENIA	7
DOM I ZABEZPIECZENIE FINANSOWE	8
PRZYGOTOWANIE ZWIERZĄT NA WYPADEK NAGŁEGO ZDARZENIA	8
NOTOWANIE PODEJRZANYCH DZIAŁAŃ	8
TERRORYZM.....	9
ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE I CHEMICZNE	10
NIEBEZPIECZNA PRZESYŁKA.....	10
BRAK ENERGII ELEKTRYCZNEJ	10
UTRZYMYWANIE CIEPŁA	11
INFORMACJE NA TEMAT NIEBEZPIECZEŃSTW	11
EWAKUACJA	12
DZIECI W SZKOLE	12
INFORMOWANIE OSÓB STARSZYCH	13
BĄDŹ NA BIEŻĄCO - UAKTUALNIANIE INFORMACJI	13
SPOSOBY ZACHOWANIA SIĘ W PRZYPADKU RÓŻNEGO RODZAJU ZAGROŻEŃ	14
1. ZACHOWANIE W CZASIE POWODZI.....	14
2. POSTĘPOWANIE PODCZAS MROZÓW I ZAMIECI ŚNIEŻNYCH	17
3. POSTĘPOWANIE PODCZAS ZAGROŻENIA WICHURĄ, HURAGANEM I GRADOBICIEM	20
4. ZACHOWANIE W PRZYPADKU ZAMACHU TERRORYSTYCZNEGO	21
5. ZACHOWANIE W CZASIE ZAGROŻENIA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNEGO ...	22
6. POSTĘPOWANIE PODCZAS POWSTANIA POŻARU.....	24
7. POSTĘPOWANIE W RAZIE WYPADKU KOMUNIKACYJNEGO	26
8. ZASADY ZACHOWANIA PODCZAS KATASTROFY BUDOWLANEJ	27
9. ZASADY ZACHOWANIA SIĘ PO UŻĄDLENIU LUB UKĄSZENIU.....	28
10. POSTĘPOWANIE PODCZAS ZAGROŻENIA EKOLOGICZNO-CHEMICZNEGO.....	29
11. POSTĘPOWANIE W CZASIE UPAŁÓW	31
12. POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU ZNALEZIENIA NIEWYBUCHU LUB NIEWYPAŁU	33
13. PODSTAWOWE „TECHNICZNE” ZASADY CYBERBEZPIECZEŃSTWA W DOMU I W SZKOLE	34
14. POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU KRYZYSU I WOJNY	35
JAK POSŁUGIWAĆ SIĘ PODRĘCZNYM SPRZĘTEM GASNICZYM	42
RODZAJE SYGNAŁÓW ALARMOWYCH I KOMUNIKATÓW OSTZEGAWCZYCH	43
POSTĘPOWANIE PO OGŁOSZENIU SYGNAŁÓW ALARMOWYCH	44
SZCZEGÓŁOWE ZASADY POSTĘPOWANIA PO AWARII CHEMICZNEJ W ZA „PUŁAWY” S.A.....	47



TELEFONY ALARMOWE I INFORMACYJNE

NUMER ALARMOWY - 112 STRAŻ POŻARNA - 998 POGOTOWIE RATUNKOWE - 999

POLICJA - 997

DRUŻYNA WOPR NR 13 PUŁAWY - 508 131 415

SZPITALNY ODDZIAŁ RATUNKOWY - 81 450 21 59, 81 450 21 62

STRAŻ MIEJSKA - 986

81 458 61 55 - KIEROWNIK ZMIANY STRAŻY MIEJSKIEJ 81

458 61 42 - OBSŁUGA MONITORINGU POGOTOWIE GAZOWE -

992 POGOTOWIE ENERGETYCZNE - 991

POGOTOWIE WODNO-KANALIZACYJNE - 81 458-68-44, 607 535 666

POGOTOWIE CIEPLNE - 81 887 40 87, 695 616 216 POGOTOWIE

DŹWIGOWE - 81 887 11 06

DYSPOZYTOR MZK PUŁAWY - 81 886 87 53 - 24H

APLIKACJA MOBILNA ALARM 112 DLA OSÓB NIESŁYSZĄCYCH (szczegóły na stronie Polskiego Związku Głuchych)

Po wykręceniu numeru alarmowego i zgłoszeniu się dyspozytora spokojnie i wyraźnie powiedz:

1. Co się stało.
2. Czy są poszkodowani - jeśli tak jaki jest ich stan (czy są przytomni, czy oddychają).
3. Określ miejsce zdarzenia (adres, nazwa obiektu, charakterystyczne cechy miejsca).
4. Podaj swoje imię i nazwisko, numer telefonu, z którego dzwonisz.

Pamiętaj! Dyspozytor zawsze odkłada słuchawkę pierwszy!



KATALOG ZAGROŻEŃ - PODEJMOWANE DZIAŁANIA

KATASTROFY NATURALNE

powodzie i zatopienia (opadowe i roztopowe)

monitorowanie, ostrzeganie i alarmowanie ludności, ewakuacja ludzi i zwierząt, zaopatrzenie w żywność, wodę pitną i leki, szczepienia ochronne, usuwanie skutków

pożary

ostrzeganie i alarmowanie ludności, ewakuacja ludzi i zwierząt, zaopatrzenie w żywność, wodę pitną, usuwanie skutków

Zakażenia biologiczne ludzi i zwierząt

ostrzeganie ludności, pomoc medyczna, szczepienia ochronne ludzi i zwierząt, likwidacja skażeń i zakażeń

Anomalie pogodowe (silne wiatry, mrozy, długotrwałe opady śniegu, susze)

ostrzeganie ludności, usuwanie skutków awarii, odbudowa uszkodzonej infrastruktury, zakwaterowanie poszkodowanej ludności, udzielenie niezbędnej pomocy socjalnej, przygotowanie zapasowych ujęć wody (studni głębinowych), dowóz wody pitnej do miejsc zagrożonych, ostrzeganie ludności, odśnieżanie dróg, pomoc medyczna, pomoc socjalna

epidemie, epizootie

ostrzeganie ludności, szczepienia ochronne, pomoc medyczna i weterynaryjna

plagi zwierzęce

ostrzeganie ludności, szczepienia ochronne, pomoc weterynaryjna, utylizacja padłych zwierząt

ruchy tektoniczne (osunięcie ziemi, trzęsienie ziemi)

ewakuacja ludzi, zabezpieczenie obiektów

KATASTROFY TECHNICZNE

Zagrożenia chemiczne

monitorowanie, ostrzeganie i alarmowanie ludności, ewakuacja ludzi i zwierząt



Zagrożenia środowiska naturalnego (skażenia wód bieżących i stojących)

monitorowanie, ostrzeganie i alarmowanie ludności, udzielenie niezbędnej pomocy społecznej, przygotowanie zapasowych ujęć wody (studni głębinowych)

Katastrofy budowlane obiektów inżynierskich

usuwanie skutków awarii, odbudowa uszkodzonej infrastruktury, zakwaterowanie poszkodowanej ludności, udzielenie niezbędnej pomocy społecznej

AKTY TERRORU I INNE ZAGROŻENIA

podłożenia ładunków wybuchowych

ewakuacja ludzi z zagrożonych obiektów, likwidacja zagrożenia **Umysłne spowodowanie katastrofy**

technicznej ewakuacja ludzi z zagrożonych obiektów, likwidacja zagrożenia **Umysłne skażenia i zakażenia**

ostrzeżenie ludności, pomoc medyczna, szczepienia ochronne ludzi i zwierząt, likwidacja skażeń i zakażeń

Destrukcyjne działania grup ludzi (demonstracje, zamieszki, strajki, blokady dróg) ostrzeżenie ludności, skierowanie transportu do objazdów zagrożonych rejonów, negocjacje i usuwanie zagrożenia

Doręczenie podejrzanej przesyłki niewiadomego pochodzenia

zabezpieczenie materiałów potencjalnie niebezpiecznych, dochodzenie epidemiologiczne, udzielenie pomocy chorym

PRZYGOTOWANIE NA WYPADEK NAGŁEGO ZDARZENIA

Należy zaopatrzyć się w wystarczającą ilość jedzenia, wody, lekarstw i innych niezbędnych artykułów, z których Twoja rodzina będzie mogła korzystać przez trzy dni.

Ważne jest przygotowanie odpowiedniego zapasu wody dla całej rodziny - najlepiej wody mineralnej w oryginalnych plastikowych pojemnikach. Powinny to być przynajmniej 4 litry wody na każdego członka rodziny. Nie wolno zapomnieć o naszych zwierzętach - jeżeli je mamy, im też będzie się chciało pić.

- Przygotuj plan działania na wypadek ewakuacji Twojego domu. Przygotuj zestaw potrzebny w razie nagłego zdarzenia; najlepiej zrób listę, żebyś o niczym nie zapomniał: o woda butelkowana; o niepsująca się żywność; o lekarstwa; o radiodbiornik na baterie; o latarka; o świeczka, zapalniczka; o telefon komórkowy; o pieniądze; o ubrania; o pościel; o artykuły pierwszej pomocy; o narzędzia; o przybory i artykuły do higieny; o ważne dokumenty; o maseczka ochronna i rękawiczki jednorazowe.
- Przygotuj plan ucieczki (ewakuacji), obejmujący co najmniej dwa miejsca spotkania w czasie niebezpieczeństwa. Wybierz jedno miejsce poza domem na wypadek nagłego niebezpieczeństwa, takiego jak np. pożar. Wybierz co najmniej jedno miejsce poza najbliższym sąsiedztwem na wypadek, gdybyś nie mógł wrócić do domu.
- Przygotuj plan kontaktowania się podczas niebezpieczeństwa. Wybierz jedną osobę spoza swojej miejscowości, która będzie osobą kontaktową dla Ciebie i członków Twojej rodziny na wypadek, gdybyście zostali rozdzieleni.

Zaopatrzyć się w informację na temat planów działań podejmowanych przez szkoły i zakłady pracy w czasie wspomnianych zagrożeń.

DOM I ZABEZPIECZENIE FINANSOWE

Niezależnie od tego, czy wynajmujesz mieszkanie, czy jest ono Twoją własnością, istnieje kilka rzeczy, które można zrobić, by je ochronić. Możesz zwiększyć swoje bezpieczeństwo, obniżając jednocześnie koszty związane z ubezpieczeniem, poprzez:

- Dokładne umocowanie dużych lub ciężkich elementów, mogących spaść i wyrządzić szkody;
- Zabezpieczenie okien;
- Przeniesienie dobytku w bezpieczniejsze miejsca, gdy masz pewność, iż zbliża się zagrożenie;
- Wyłączenie odbiorników i wszelkich urządzeń elektrycznych;
- Dokonanie spisu dobytku, co będzie pomocne podczas postępowania odszkodowawczego w towarzystwie ubezpieczeniowym, gdy mienie ulegnie uszkodzeniu lub zniszczeniu;
- Wykonanie kopii pokwitowań i rachunków w przypadku cenniejszych przedmiotów;
- Przechowywanie w bezpiecznym miejscu oryginałów wszystkich ważnych dokumentów finansowych i rodzinnych, takich jak: akty urodzenia i ślubu, testamenty, akty notarialne.

PRZYGOTOWANIE ZWIERZĄT NA WYPADEK NAGŁEGO ZDARZENIA

Pamiętaj o zwierzętach. Przygotuj wcześniej listę przyjaciół, członków rodziny lub schronisk, którzy będą mogli zaopiekować się Twoim podopiecznym podczas ewentualnego zagrożenia. Przygotuj wspólny zestaw pomocy dla Twoich zwierząt, który zabierzesz gdy będziecie w pośpiechu opuszczać dom. Zalecany skład zestawu:

- dokumenty zwierzęcia;
- dodatkowe zapasy pokarmu dla zwierząt;
- zapas czystej wody;
- miski.

NOTOWANIE PODEJRZANYCH DZIAŁAŃ

Mieszkańcy powinni zwiększyć czujność i informować policję o każdym podejrzanym zachowaniu w okolicy. Oto sytuacje, o których obok informacji o ludziach, samochodach i okolicznościach wyglądających na niezwykle, powinieneś powiadomić policję:

- osoby zaglądnące do domów lub samochodów;
- powtarzającą się obecność nietypowych pojazdów w sąsiedztwie;
- osoby manipulujące przy instalacjach elektrycznych, gazowych, wodociągowych i kanalizacyjnych pomimo, że nie posiadają ubrania roboczego z logiem firmy dostarczającej usługi;
- wzrost liczby wypadków w pobliżu domów lub bloków mieszkalnych;
- domy lub inne budynki, gdzie nie można zauważyć obecności i aktywności właściciela lub bezpośredniego najemcy - praca w ogrodzie, malowanie, sprząatanie itp.;
- dziwne zapachy ulatniające się lub dające się odczuć wokół domów lub innych budynków;
- podejrzanе osoby pukające od drzwi do drzwi lub inne obserwujące okolicę;
- chodzące po okolicy osoby, wyglądające, jakby zajmowały się obserwowaniem.

ZAWIADOM POLICJĘ

Jeśli podejrzewasz, że ma miejsce przestępstwo lub może do niego dojść, zadzwoń pod numer policji 997 lub numer alarmowy 112 i opisz szczegółowo sytuację. Nie panikuj, nie wystawiaj też siebie na ryzyko. Nie musisz podawać swojego nazwiska. Gdybyś jednak chciał, aby policjant się z Tobą skontaktował, poproś o to funkcjonariusza i podaj swoje nazwisko, adres oraz numer telefonu. Informacje te są chronione.

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 w społeczeństwie strach i przekonać obywateli, że rząd nie jest w stanie zapobiec terrorowi. Skutki takich działań mogą obejmować znaczną liczbę ofiar, uszkodzenia budynków, a także zakłócenia w dostępie do tak podstawowych usług jak: elektryczność, dostawy wody, komunikacja miejska, telekomunikacja i opieka medyczna.

Korzystając z tych samych sposobów, które znajdują zastosowanie podczas innych sytuacji

kryzysowych, możesz przygotować się na to, by poradzić sobie podczas ataku terrorystycznego:

- Bądź czujny i zorientowany w tym, co się dzieje w najbliższym otoczeniu. Podstawową cechą terroryzmu jest to, że nie wysyła znaków ostrzegawczych lub ujawnia ich niewiele.
- W czasie podróży należy przedsięwziąć wszelkie możliwe środki ostrożności. Zwracaj uwagę na nietypowe zachowania. Nie przyjmuj od obcych osób żadnych pakunków. Nie pozostawiaj bagażu bez opieki.
- Zapamiętaj, gdzie znajdują się wyjścia ewakuacyjne i klatki schodowe. Pomyśl wcześniej o ewentualnej drodze ewakuacji, z budynku, metra lub zatłoczonych miejsc.
- Zapamiętaj elementy z najbliższego otoczenia. Zwróć uwagę na ciężkie lub łatwo tłukące się przedmioty, które mogą zostać przesunięte, zrzucone lub zniszczone podczas wybuchu.



ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE I CHEMICZNE

Większość zagrożeń o charakterze biologicznym i chemicznym może się pojawić, gdy nastąpi uwolnienie do środowiska niebezpiecznych ilości substancji toksycznych. Narażony możesz być na działanie tych substancji poprzez:

- wdychanie ich;
- spożywanie skażonego jedzenia, wody lub lekarstw;
- dotykanie skażonych rzeczy lub wchodzenie z nimi w jakikolwiek inny kontakt.

Może się zdarzyć, że nie będziesz w stanie zobaczyć lub wyczuć niczego nietypowego. Możesz znajdować się w bezpośrednim sąsiedztwie zdarzenia i nie zdawać sobie sprawy z niebezpieczeństwa.

W czasie niebezpieczeństwa o charakterze chemicznym lub biologicznym władze wydadzą Ci odpowiednie instrukcje. Możesz zostać poproszony o ewakuowanie się, udanie się na wyżej położony obszar, ustawienie się pod wiatr, pozostanie w mieszkaniu lub udanie się w wyznaczone miejsce.

Gdy zauważysz ludzi wymiotujących, w konwulsjach lub zdezorientowanych - natychmiast poinformuj służby medyczne, opuść to miejsce i szukaj pomocy lekarskiej.

NIEBEZPIECZNA PRZESYŁKA

W przypadku, gdy otrzymasz podejrzany list lub paczkę (np. bez danych nadawcy przesyłki):

- Nie otwieraj jej;
- Nie potrząsaj, nie rzucaj nią i nie wączaj;
- Zakryj ją lub umieść w plastikowej torbie;
- Starannie umyj ręce wodą z mydłem;
- Zadzwoń na policję.

W większości przypadków Twoje informacje na temat nieotwartego listu lub paczki pomogą policji doradzić Ci, co masz robić. Jeśli przesyłka nie spełnia określonych kryteriów i obawiasz się jej otwarcia, policja może doradzić pozbycie się jej. Straż pożarna przyjmuje doniesienia na temat substancji niebezpiecznych w celu dokonania oceny i ich właściwego usunięcia. W przypadku jakiegokolwiek wątpliwości dzwoń:

112 - numer alarmowy

997 - policja

998 - straż pożarna

BRAK ENERGII ELEKTRYCZNEJ

Zakłócenia w dostawie prądu mogą być wynikiem wielu czynników, najczęściej awarii spowodowanej:

- burzą;
- huraganem;
- złodowaceniem i ciężkim śniegiem;
- technicznym lub celowym uszkodzeniem instalacji.

Dostawy prądu zazwyczaj przywracane są w krótkim czasie. Od czasu do czasu jednakże mogą zdarzyć się poważniejsze przerwy w dostawie energii. Gdy nie ma elektryczności, powinienes:

- Sprawdzić, czy Twoi sąsiedzi mają prąd. Gdy i oni pozbawieni są prądu, zadzwoń do miejscowego zakładu energetycznego. Do oświetlenia używaj latarek;
- Wyłączyć urządzenia elektryczne znajdujące się w domu. Lodówki i zamrażarki powinny być zamknięte tak długo, jak to tylko możliwe. Gdy drzwi urządzeń są zamknięte, jedzenie może być przechowywane dzień lub dwa;
- Ostrożnie używać przenośnych generatorów prądu. Nigdy nie uruchamiaj przenośnych urządzeń gazowych w domu lub garażu, ponieważ mogą one wywołać pożary oraz zaccadzenie. Generatory powinny zostać zainstalowane zgodnie z instrukcjami;
- Być przygotowany na korzystanie z alternatywnych źródeł wody, (np. studnia lub zbiornik) do czasu, gdy przywrócony zostanie dopływ prądu;
- Zdawać sobie sprawę z tego, że urządzenia gazowe mogą nie funkcjonować w czasie, gdy nie będzie prądu, ponieważ energia elektryczna może okazać się niezbędna do tego, by móc uruchomić zapłon;
- Osuszyć pompy, przewody, termy i bojery, zlewozmywaki, umywalki, pralki oraz zmywarki. Instalacje z zimną wodą mogą zamarzać, gdy nie ma prądu. Zakręć zawory, by uniknąć poważnego zalania, kiedy wzrośnie temperatura;
- Sporządzić listę zasilanych prądem urządzeń podtrzymujących życie członkom rodziny (respiratory, wyposażenie tlenowe i inne urządzenia);
- Mieć zawsze plan awaryjny, obejmujący alternatywne źródła zasilania w odniesieniu do urządzeń i ewakuowanych osób.



UTRZYMYWANIE CIEPŁA

- Wybierz jeden pokój w domu taki, w którym może mieszkać cała rodzina; najlepiej słoneczny.
- Ostrożnie korzystaj z kominka i piecyków na drewno, pilnując ich zawsze, gdy się palą. Upewnij się, czy kominek działa właściwie i czy jest regularnie poddawany przeglądowi. Nigdy nie używaj węgla drzewnego jako surowca do ogrzewania domu - węgiel drzewny wydziela trujący gaz, tj. tlenek węgla.
- Ubieraj się „na cebulę”, aby dłużej utrzymać ciepło.
- W domach z ogrzewaniem gazowym otwory wentylacyjne należy oczyszczać ze śniegu i lodu.

INFORMACJE NA TEMAT NIEBEZPIECZEŃSTW

W czasie burz i innych zagrożeń sprawdzaj, jak radzą sobie Twoi krewni i sąsiedzi, a przede wszystkim osoby starsze i niepełnosprawne. Nawiąż kontakty z najbliższymi sąsiadami, zanim coś się zdarzy. Spytaj najbliższą rodzinę lub sąsiadów, czy uważają, że poradzą sobie w czasie zagrożenia.

Utrzymuj kontakty z rodziną i sąsiadami, a także innymi osobami:

- Podziel się swoimi kontaktami telefonicznymi z gospodarzem (zarządcą) budynku, w którym mieszkasz z sąsiadami oraz rodziną na wypadek niebezpieczeństwa.
- Stwórz listę kontaktową, bazującą na informacjach od sąsiadów.
- Poinformuj sąsiadów, rodzinę, znajomych, że mogą na Ciebie liczyć w razie niebezpieczeństwa.
- Naucz osoby, które mają pomagać Ci w razie niebezpieczeństwa, jak obchodzić się z niezbędnym sprzętem. Upewnij się, że osoby te będą osiągalne.
- Jeśli podlegasz domowej opiece medycznej ustal z opiekującą się Tobą instytucją sposób postępowania w razie pojawienia się niebezpieczeństwa.
- Jeśli masz problemy z poruszaniem się poinformuj o swoich szczególnych potrzebach miejscową policję, straż pożarną i służby ratownicze.

EWAKUACJA

Z powodu szczególnego ryzyka władze lokalne mogą zarządzić ewakuację z obszarów, na których przebywasz. Gdy zostaniesz powiadomiony o ewakuacji, zachowaj spokój, słuchaj uważnie wskazówek i postępuj zgodnie z nimi.

- Jeśli jest to możliwe skontaktuj się z rodziną i poinformuj dokąd się udajesz i kiedy dotrzesz we wskazane miejsce.
- Odetnij dopływ wody i elektryczności.
- Zabierz z sobą: środki medyczne, latarkę, baterie, radiodiodownik, zestaw pierwszej pomocy, wodę butelkowaną, odzież na zmianę, śpiwór, materac oraz poduszkę dla każdego członka rodziny, a także klucze od domu i samochodu.
- W przypadku podróży samochodem zapoznaj się z alternatywnymi trasami, na wypadek zablokowania głównych arterii.
- Słuchaj radia - lokalne stacje będą przekazywały informacje na temat ruchu na drogach.
- W samochodzie przechowuj zimowy zestaw ratunkowy, który powinien zawierać: koce, latarkę, łopatę, przewody rozruchowe, sól lub popiół do posypywania nawierzchni, lokalne mapy drogowe, wysokokaloryczne pożywienie (tj. produkty zawierające duże ilości słoju, ziarna sezamowego, rodzynki, suszonych owoców, płatków zbożowych, orzechów i miodu), a także puszkę z sokami.
- Pamiętaj o zabraniu telefonu komórkowego i ładowarki. Nawet w przypadku nieopłaconych usług skontaktujesz się z numerem alarmowym 112.

DZIECI W SZKOLE

W przypadku zdarzenia o charakterze lokalnym lub ogólnokrajowym, a także podczas ewakuacji lub w razie konieczności chronienia się we własnym domu - rodzice powinni słuchać doniesień lokalnych mediów. Informacje na temat zmian w pracy szkół, przedszkoli czy żłobków są rozpowszechniane przez większość stacji radiowych i telewizyjnych.

Dopóki nie ogłoszą ewakuacji w poszczególnych szkołach, uczniowie zazwyczaj w nich pozostają. Ponieważ w czasie lokalnego kryzysu szkoła może okazać się najlepszym miejscem dla dzieci, więc nie zaleca się zabierania ich ze szkoły przez rodziców. Gdyby jednak jakiś rodzic zgłosił się po dziecko, musi być przygotowany na okazanie wymaganego przez władze szkolne dokumentu tożsamości (zazwyczaj ze zdjęciem). Pamiętaj, że jeśli placówka oświatowa jest przygotowana na udzielenie bezpiecznego schronienia dzieciom, nikomu nie pozwoli się na wejście do szkoły lub jej opuszczenie do czasu, gdy niebezpieczeństwo minie. Rodzice powinni śledzić doniesienia lokalnych mediów oraz informacje ze szkoły o decyzjach jej władz.

INFORMOWANIE OSÓB STARSZYCH

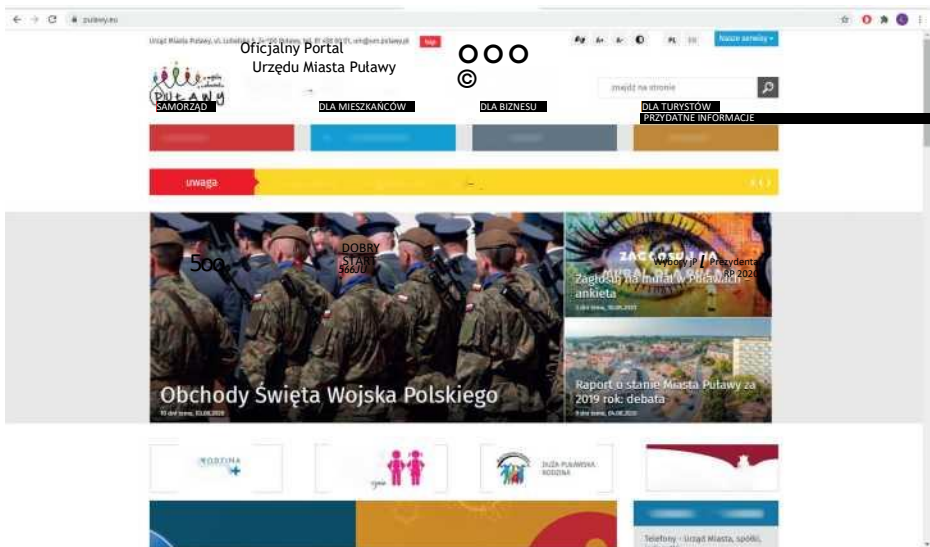
Osoby starsze powinny mieć **indywidualny plan działania** na wypadek wystąpienia zagrożenia, który powinien być przygotowany z wyprzedzeniem. W sytuacji zagrożenia pozostań w kontakcie ze swoją rodziną oraz sąsiadami aby móc dzielić się z innymi informacjami na temat groźnych zdarzeń.

BĄDŹ NA BIEŻĄCO - UAKTUALNIANIE INFORMACJI

Dostęp do informacji podczas sytuacji kryzysowej jest bardzo istotny, a zyskuje na znaczeniu zwłaszcza wtedy, gdy zachodzi potrzeba ewakuacji. Mimo, że technika przez lata posunęła się naprzód, cel polegający na wykorzystywaniu mediów do jak najszybszego informowania ludności o niebezpieczeństwie nie zmienił się. Osoby odpowiedzialne za kierowanie działaniami podczas zagrożeń mogą dostarczać społeczeństwu informacji na temat sytuacji kryzysowych oraz instrukcje postępowania.

Oficjalny portal internetowy Urzędu Miasta Puławy. Na stronie rządowej www.pulawy.eu znajdują się rzetelne, potwierdzone i aktualne informacje o najważniejszych wydarzeniach z życia miasta i regionu.

Koronawirus - postępowanie w czas



Samorządowy Informator SMS.

W 2013 roku Puławy wprowadziły system o nazwie Samorządowy Informator SMS. Jego zadaniem jest przekazywanie mieszkańcom informacji o sprawach ważnych dla życia miasta, ale także ważnych dla ich bezpieczeństwa. SISMS jest systemem mającym zapewnić skuteczną komunikację urzędu z mieszkańcami we wszystkich obszarach funkcjonowania, szczególnie zaś w tych, które mają wpływ na nasze bezpieczeństwo. Najważniejszym celem, jaki chcemy uzyskać, jest odpowiednio wczesne ostrzeżenie przed mogącym pojawić się zagrożeniem.

Podstawą sprawnego funkcjonowania systemu SISMS jest zarejestrowanie się w nim jak największej liczby mieszkańców, którzy będą otrzymywać informacje z urzędu. Rejestracja jest bardzo prosta i sprowadza się do wysłania jednego SMS-a o odpowiedniej treści. Państwa numery telefonów będą chronione według najwyższych standardów. Warto dodać, że nigdy przy użyciu systemu nie otrzymacie Państwo reklam bądź spamu.

Po wysłaniu **SMS-a** na numer **661 000 112**, którego koszt jest zgodny z ceną zwykłego SMS-a w planie taryfowym i otrzymaniu potwierdzenia rejestracji, każdy mieszkaniec będzie na bieżąco otrzymywał informację z wybranych przez siebie czterech kategorii:

Zarządanie Kryzysowe proszę wysłać SMS o treści **Tak.lpu01zk** - kategoria zawierająca np. ostrzeżenia przed niebezpiecznymi zjawiskami pogodowymi, zagrożeniami.

Wydarzenia proszę wysłać SMS o treści **Tak.lpuOlw** - informacje związane z koncertami, uroczystościami, imprezami turystycznymi itp.

Informacja Prezydenta Miasta proszę wysłać SMS o treści **Tak.lpuOlipm** - informacje o podpisanych porozumieniach, realizowanych inwestycjach, ważnych decyzjach dla życia miasta.

Stacje radiowe i telewizyjne zapewniają szybszy dostęp do informacji. Zaopatrzyć się w radioodbiornik na baterie, nastawiony na lokalne wiadomości lub audycję lokalną na żywo z udziałem słuchaczy.

SPOSOBY ZACHOWANIA SIĘ W PRZYPADKU RÓŻNEGO RODZAJU ZAGROŻEŃ:

TELEFONY ALARMOWE

112 - numer alarmowy 999 - pogotowie ratunkowe 998 - straż pożarna 997 - policja 986 - straż miejska

1. ZACHOWANIE W CZASIE POWODZI

Woda jest jednym z najgroźniejszych żywiołów. Powódź najczęściej spodziewana jest w okresie jesienno-zimowym oraz zimowo-wiosennym z powodu długotrwałych bądź intensywnych opadów deszczu lub szybkiego topnienia śniegów.

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 metrów od nich.
- Nie sadź drzew na wałach.
- Nie uszkadzaj umocnień.
- Nie stawiaj budynków, nie kop studni, sadzawek, dołów oraz rowów w odległości mniejszej niż 50 metrów od stopy wału.

PRZYGOTUJ SIĘ ZANIM ZASKOCZY CIĘ POWÓDŹ!

- Poznaj podstawowe pojęcia związane z zagrożeniem powodziowym:

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

Alarm powodziowy - ogłasza się, gdy poziom wody zbliża się do stanu alarmowego.

- Zorientuj się czy mieszkasz na terenie zagrożonym powodzią i czy twój dom położony jest powyżej, czy poniżej powodziowych poziomów wody.
- Informacje takie najczęściej uzyskasz w Miejskim Centrum Zarządzania Kryzysowego w Urzędzie Miasta. To do jego zadań należy bezpośrednia ochrona przed powodzią ludności, mienia i środowiska.
- Zapoznaj się z powodziowymi sygnałami ostrzegania i alarmowania. Może to być dźwięk syreny alarmowej lub inny sygnał zwyczajowo przyjęty na terenie gminy.
- Poznaj i rozróżniaj podawane w komunikatach radiowych i telewizyjnych stany zagrożenia powodziowego, takie jak: pogotowie powodziowe i alarm powodziowy.
- Naucz domowników jak odłączyć zasilanie energią elektryczną oraz dopływ gazu.
- Omów z rodziną plan zabezpieczenia przed powodzią oraz sposób komunikacji w przypadku

zaistnienia zagrożenia. Domownicy, z uwagi na miejsce pracy i nauki mogą zostać rozdzieleni. Określ punkt kontaktowy u najbliższej rodziny lub znajomych zamieszkałych na terenach niezagrażonych.

- Bądź przygotowany do ewentualnej ewakuacji - przygotuj dokumenty i najcenniejsze części dobytku.
- Usuń z terenu posesji pojazdy i pozostaw je w bezpiecznym miejscu.
- Usuń z najbliższego otoczenia wszystkie środki, które mogłyby stać się źródłem skażenia: pestycydy i wszelkie chemikalia z piwnic, garaży oraz zabudowań gospodarczych.
- Zadbaj o zwierzęta - znajdź dla nich bezpieczne schronienie. Pamiętaj, by w chwili nadejścia powodzi nie były uwiązane i mogły same ratować swoje życie. Zapewnij zwierzętom paszę na co najmniej dwie, trzy doby.
- Omów z rodziną plan zabezpieczenia się przed kataklizmem. Upewnij się, że wszyscy członkowie twojej rodziny znają sposób postępowania na wypadek powodzi.
- Szczególną uwagę zwróć na dzieci. Naucz je jak i kiedy wezwać policję, straż pożarną, straż gminną i inne służby ratownicze oraz jak dostroić radio do określonych częstotliwości.
- W czasie zagrożeń sprawdzaj jak radzą sobie Twoi krewni i sąsiedzi, przede wszystkim zaś osoby starsze i niepełnosprawne. W miarę możliwości pomóż im zaplanować lub rozmieścić zapasy, z których będą korzystać. Skontaktuj się z lokalnymi władzami zajmującymi się opieką i zasięgnij informacji na temat pomocy dla osób starszych i niepełnosprawnych.
- Troszcz się o krewnych i sąsiadów.
- Ubezpiecz siebie i swój dobytek.

W PRZYPADKU OSTRZEŻENIA O ZAGROŻENIU POWODZIOWYM:

- Włącz radio lub telewizor i nasłuchuj komunikatów radiowych na temat pogody, stanu wód i rozwijającej się sytuacji powodziowej.
- **Postępuj zgodnie z treścią komunikatów - nie zwlekaj!**
- Jeśli możesz - odeślij dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce, np. do rodziny, znajomych.
- Ustal sposoby kontaktowania się z rodziną.



- W przypadku zanieczyszczenia wody zapewnij zapasy czystej wody. Wykorzystaj do tego celu wannę, zlewki i inne posiadane w domu naczynia.
- O ile to możliwe przenieś wartościowe rzeczy na wyższe piętra. Jeśli jest taka możliwość zabezpiecz parter. Wykorzystaj do tego celu worki z piaskiem, folię lub inne podręczne materiały.

- Bądź w gotowości do wyłączenia wszystkich instalacji domowych (energia elektryczna i gaz).
- Jeżeli masz sprzęt pływający (pontony, łódzie) utrzymuj go w sprawności i używaj wyłącznie podczas zagrożenia życia. Pamiętaj, że prąd wody może porwać sprzęt wraz z osobami.
- Zgromadź w jednym miejscu przygotowane zapasy. Jeśli zostanie zarządzona ewakuacja - nie zwlekaj, zrób to natychmiast. Słuchaj zaleceń służb porządkowych - dzięki temu zdecydowanie ułatwisz im pracę.

Po zarządzaniu ewakuacji lub zaistnieniu zagrożenia:

Z powodu szczególnego ryzyka władze lokalne mogą zarządzić ewakuację z obszaru na którym przebywasz. Gdy zostaniesz powiadomiony o ewakuacji:

- **zachowaj spokój;**
- **słuchaj uważnie;**
- **postępuj zgodnie ze wskazówkami.**

Ponadto:

- Jeśli jest to możliwe skontaktuj się z rodziną i poinformuj o miejscu do którego zmierzasz i określ przybliżony czas dotarcia na miejsce.
- Wyłącz instalacje domowe (prąd, gaz i wodę).
- Zabezpiecz swój dom.
- Słuchaj radia - lokalne stacje będą przekazywały informacje na temat ruchu na drogach.
- Zabierz ze sobą: środki medyczne, rzeczy na wypadek zagrożeń (latarka, baterie, radioodbiornik, zestaw pierwszej pomocy, woda butelkowana), odzież na zmianę, śpiwór, materac oraz poduszkę dla każdego członka rodziny, a także klucze od domu i samochodu.
- W przypadku podróży samochodem zapoznaj się z alternatywnymi trasami, na wypadek zablokowania głównych arterii.
- Pamiętaj o zabraniu telefonu komórkowego i ładowarki. Nawet w przypadku nieopłaconych usług skontaktujesz się z **numerem alarmowym 112**.
- Jeśli nie zdążyłeś ewakuować zwierząt, uwolnij je z pozamykanych pomieszczeń. Pamiętaj, że one też posiadają instynkt samozachowawczy i będą dążyć do opuszczenia zagrożonego rejonu.
- Jeżeli nie jest to konieczne nie wchodź do naniesionej przez powódź wody. Nie przekraczaj zwłaszcza nurtów wodnych.
- **pamiętaj, że nawet 15-centymetrowa warstwa wody może cię przewrócić.** Nie przejeżdżaj przez wodę powodziową samochodem lub rowerem i nie pozostawaj w pojeździe w przypadku jego unieruchomienia.
- 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 Miejskim Centrum Zarządzania Kryzysowego.
- Stosuj się do zaleceń przekazywanych przez władze lokalne odnośnie sposobu postępowania.
- W miarę możliwości zapobiegaj tworzeniu się atmosfery paniki, bądź rozsądny, zachowaj trzeźwość umysłu - to połowa sukcesu.
- Zastosuj się do poleceń służb prowadzących akcję ratunkową i ewakuację.

PO POWODZI:

- Słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych. Do opuszczonego domu powrót dopiero wtedy, gdy władze lokalne ogłoszą, że jest to w pełni bezpieczne.
- Pozostań poza zasięgiem wód powodziowych (mogą być skażone) do czasu uzyskania zgody służb sanitarnych lub władz lokalnych na powrót.
- Upewnij się, że budynek nie grozi zawaleniem. Wchodź ostrożnie do domu; sprawdź, czy fundamenty nie mają pęknięć lub czy nie ma innych widocznych uszkodzeń budynku.
- Otwórz okna i drzwi, aby przewietrzyć budynek. Uruchom ogrzewanie budynku.

- Jeśli masz ubezpieczony dom, przed przystąpieniem do usuwania skutków powodzi zrób - o ile to możliwe - fotografie bądź zapis wideo. Zdjęcia te będą dowodem dla firmy ubezpieczeniowej. Pomoże Ci to udokumentować straty. Wielkość strat powodziowych zgłoś niezwłocznie w firmie ubezpieczeniowej, aby nie stracić odszkodowania.
- Zanim włączysz w domu instalację elektryczną, dopilnuj, żeby została sprawdzona przez fachowców.
- Zdezynfekuj przedmioty, podłogi i ściany, które miały kontakt z wodą powodziową (niesiony muł zawiera dużo bakterii chorobotwórczych i grzybów, co stanowi zagrożenie dla zdrowia ludzi i zwierząt).
- Wywietrz, wysusz i odmaluj zalane pomieszczenia.
- Wyrzuć żywność, która miała kontakt z wodami powodziowymi.
- Zwróć uwagę na zdrowie i bezpieczeństwo Twojej rodziny. Często myj ręce i korzystaj z wody oraz żywności dostarczonej przez służby komunalne, gminne, OC lub osoby z nimi współpracujące.
- Przestrzegaj zasad higieny, by uchronić się przed zakażeniem:
 - o Zawsze gotuj wodę do picia, mycia naczyń, płukania owoców i warzyw jedyzonych na surowo, a także wodę do mycia zębów; surowe produkty pochodzenia zwierzęcego oraz warzywa traktuj jako zakażone i nie dopuszczaj do ich zetknięcia się z produktami gotowymi do spożycia.
 - o Dbaj o czystość urządzeń sanitarnych, a zwłaszcza toalet - często je dezynfekuj i czyść odpowiednimi środkami.
- Nawet jeśli nie posiadasz żadnego sprzętu, włącz się czynnie w likwidację skutków powodzi.

2. POSTĘPOWANIE PODCZAS MROZÓW I ZAMIECI ŚNIEŻNYCH

Duże opady śniegu i nagłe ataki mrozu mogą sparaliżować życie w wielu miejscowościach. Mając tego świadomość, można z wyprzedzeniem zabezpieczyć siebie i swoją rodzinę przed tego typu zagrożeniem. Niska temperatura prowadzi do odmrożenia i wychłodzenia ciała, co z kolei może spowodować bezpośrednie zagrożenie życia.

POTRZEBUJESZ POMOCY - ZADZWOŃ!

**TELEFONY ALARMOWE 112 -
numer alarmowy 999 -
pogotowie ratunkowe 998 -
straż pożarna 997 - policja
986 - straż miejska**

Silny wiatr w połączeniu z temperaturą powietrza wynoszącą nieco poniżej 0°C może mieć taki sam skutek, co stojące powietrze o temperaturze poniżej -30°C, a więc doprowadzić do odmrożeń i wychłodzenia organizmu.

Odmrożenie jest skutkiem oddziaływania zimna (choć niekoniecznie mrozu!). Prowadzić może do trwałych uszkodzeń najbardziej narażonych na odmrożenia części ciała. Typowymi objawami tego urazu są: znaczne wychłodzenie, zaczerwienienie, utrata czucia oraz bledź palców rąk i nóg, nosa i 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.

PAMIĘTAJ!

- Nie uznawaj pochopnie osoby wyziębionej za zmarłą.
- Udziel pomocy osobie wychłodzonej - poszukaj natychmiastowej pomocy medycznej, a przed jejnadejściem rozpocznijpowolne ogrzewanie wyziębionego: zdejmij mu przemarznięte ubrania, ułóż go na suchej tkaninie i okryj jego ciało kocem oraz folią aluminiową.

- Odmrożone kończyny zanurz w letniej wodzie o temperaturze ciała zdrowego człowieka. Na inne odmrożone części ciała nakładaj ciepłe (nie gorące!) okłady.
- Nie podawaj alkoholu ani kawy osobie z odmrożeniami lub wychłodzonej, aby nie doprowadzić do większej utraty ciepłoty ciała.

BĄDŹ PRZYGOTOWANY PRZED NADEJŚCIEM WIELKICH MROZÓW i ŚNIEŻYC:

- Przygotuj swój dom do zimy:
 - ◆ uszczelnij poddasze i ściany;
 - ◆ uszczelnij okna i drzwi;
 - ◆ zainstaluj okiennice.
- Zabezpiecz środki, które mogą być niezbędne w czasie zimy:
 - ◆ żywność, która nie wymaga gotowania;
 - ◆ zapas wody;
 - ◆ sól kamienną i piasek;
 - ◆ zapas opału;
 - ◆ zastępcze źródło światła i ogrzewania;
 - ◆ zapasowe baterie do radia i latarek.
- Przygotuj „zimowy zestaw samochodowy”, tj. łopatkę do śniegu, radio zasilane bateriami, migające światło, racje żywnościowe, rękawice, czapkę, koc, linkę holowniczą, małą łopatkę - saperkę, łańcuchy na koła, pojemnik z solą kamienną, kable do akumulatora, mapę drogową.

PRZYGOTUJ SAMOCHÓD DO PODRÓŻY:

Jedną z wielu przyczyn ofiar śmiertelnych w zimie jest niewłaściwe przygotowanie pojazdu do sezonu zimowego oraz nieznanomość zasad postępowania na wypadek unieruchomienia pojazdu lub zabłądzenia podczas podróżowania. Żeby zatem bezpiecznie podróżować, sprawdź następujące elementy swojego samochodu:

- akumulator;
- płyn chłodzący;
- wycieraczki i płyn do spryskiwania szyby;
- układ zapłonowy;
- oświetlenie pojazdu;
- światła awaryjne;
- układ wydechowy;
- układ ogrzewania;
- hamulce;
- odmrażacz;
- poziom oleju.

Ponadto:

- Załóż zimowe opony i upewnij się, czy mają odpowiedni bieżnik. Uniwersalne opony radialne zazwyczaj nadają się do większości warunków zimowych. W niektórych krajach jednakże przepisy wymagają stosowania opon z łańcuchami lub opon śniegowych z kołcami.
- Miej przygotowaną skrobaczkę do szyb oraz narzędzie do usuwania śniegu.
- Utrzymuj co najmniej połowę pojemności zbiornika paliwa w czasie zimy.
- Starannie planuj długie podróże.
- Słuchaj komunikatów radiowych o aktualnych warunkach drogowych. Podróżuj w ciągu dnia i w towarzystwie przynajmniej jednej osoby.
- W czasie burzy śniegowej staraj się korzystać z komunikacji publicznej.
- Ubieraj się ciepło. Noś odzież wielowarstwową, lekko dopasowaną.
- Na czas dłuższej podróży przygotuj wysokoenergetyczne, suche pożywienie oraz kilka butelek wody.

- Miej w swoim samochodzie „zimowy zestaw samochodowy”.

W PRZYPADKU OSTRZEŻENIA O BURZY ŚNIEŻNEJ:

- Powinieneś pozostać w domu w czasie opadów.
- Powinieneś słuchać komunikatów radiowych o warunkach pogodowych.
- Jeżeli musisz wyjść z domu, ubierz się w ciepłą odzież wielowarstwową i powiadom kogoś o docelowym miejscu podróży. Zachowaj ostrożność, poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie; zwróć uwagę na zwisające sople, zwały śniegu na dachach budynków itp.
- Obserwuj, czy nie występują u Ciebie objawy odmrożenia lub wychłodzenia - jeżeli je zauważysz, konieczna będzie natychmiastowa pomoc medyczna.

UNIKAJ PODRÓŻOWANIA W CZASIE BURZY ŚNIEŻNEJ. JEŚLI JEDNAK MUSISZ TO ZROBIĆ:

- Wyjeżdżaj z zapasem paliwa.
- Powiadom kogokolwiek o docelowym miejscu podróży oraz o przewidywanej trasie przejazdu.
- Zabierz ze sobą radiotelefon, jeśli go posiadasz.
- Zabierz ze sobą prowiant i koce.



JEŻELI UTKNAŁEŚ NA DRODZE:

- Nie szukaj pomocy - zostań w samochodzie, chyba że pomoc jest w widocznej odległości.
- Umocuj na antenie lub dachu samochodu jaskrawą tkaninę, aby była widoczna dla ratowników.
- Okryj się kocem i uruchamiaj silnik co godzinę na 10 minut, włączając ogrzewanie i zewnętrzne światła samochodu (aby uniknąć zatrucia spalinami, sprawdź, czy rura wydechowa jest wolna od śniegu; uchyl lekko okna w celu wentylacji). Zwracaj uwagę na oznaki odmrożeń lub wychłodzenia organizmu.
- Wykonuj co jakiś czas lekkie ćwiczenia ruchowe w celu utrzymania krążenia krwi.
- Unikaj nadmiernego lub zbędnego wysiłku.
- Jeżeli w samochodzie jest więcej osób, zgromadźcie się koło siebie, by utrzymać ciepło.

3. POSTĘPOWANIE PODCZAS ZAGROŻENIA WICHURĄ, HURAGANEM I GRADOBICIEM PRZED SPÓDZIEWANĄ WICHURĄ:

- Upewnij się, czy członkowie rodziny wiedzą, jak postępować podczas wichury (wyłączenie wody, gazu i prądu).
- Opracuj sposób komunikowania się w czasie zagrożenia, gdy członkowie rodziny zostaną rozdzieleni (np. rodzice będą w pracy, a dzieci w szkole).
- Naucz członków rodziny, jak i kiedy wzywa się policję, straż pożarną, pogotowie ratunkowe, gazowe, energetyczne.
- Określ, który radiodbiornik zasilany niezależnie będzie włączony, by móc słuchać komunikatów i informacji o stanie zagrożenia.
- Ubezpiecz swój dom i mienie.

ZABEZPIECZ SWÓJ DOM:

- Zamknij okna, drzwi i zabezpiecz inne mogące ulec zniszczeniu elementy budynku.
- Usuń z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać przechodzącym.
- Uprzątnij z obejścia przedmioty, które mogą spowodować straty i szkody.
- Przygotuj zastępcze oświetlenie i baterie do odbiorników radiowych.
- Sprawdź stan apteczki pierwszej pomocy i uzupełnij w niej niezbędne środki.
- Przygotuj rzeczy, które mogą być przydatne podczas ewakuacji: dokumenty, żywność, rzeczy wartościowe.
- Nie parkuj pojazdów w pobliżu drzew, słupów trakcji elektrycznej.

PODZAS WICHURY, BURZY:

- Włącz radio (zasilane wyłącznie bateryjnie) na częstotliwości stacji regionalnej lub lokalnej i słuchaj komunikatów.
- Wyłącz główny wyłącznik prądu i gazu.
- Nie rozmawiaj przez telefon komórkowy - wyłącz go, ponieważ wytwarza pole elektryczne i przyciąga pioruny.
- W domu schowaj się w najniższych partiach budynku, z dala od okien i drzwi.
- Nie zatrzymuj się pod trzaskami elektrycznymi, drzewami, planszami reklamowymi.
- Znajdując się poza domem, znajdź bezpieczne miejsce i zostań tam do momentu ustania wichury.
- Będąc pod budynkiem, uważaj na instalację odgromową.
- Unikaj wysokich, pojedynczych drzew i słupów.
- Jadąc samochodem, zatrzymaj go w możliwie bezpiecznym miejscu.

PO USTANIU WIATRU:

- Udziel pomocy poszkodowanym podczas wichury.
- Jeżeli twój dom został zniszczony lub uszkodzony zachowaj szczególną ostrożność wchodząc do niego. Zwróć szczególną uwagę na stan instalacji.
- Unikaj leżących lub zwisających przewodów elektrycznych.
- Nie usuwaj drzew, które upadły na trzaskę elektryczną.
- Wezwij pomoc specjalistyczną, jeżeli uważasz, że uszkodzenia zagrażają Tobie lub innym mieszkańcom.

4. ZACHOWANIE W PRZYPADKU ZAMACHU TERRORYSTYCZNEGO

Terroryzm to szeroki termin, oznaczający użycie siły lub przemocy w stosunku do osób lub własności w celu:

- zastraszenia;
- przymuszeni;
- okupu.

JEŚLI W MIEJSCU PUBLICZNYM ZAUWAŻYSZ:

- podejrzanie zachowujące się osoby;
- pozostawioną paczkę lub przedmiot;
- samochód budzący Twoje podejrzenia lub znajdziesz się w innej niecodziennej sytuacji,

ZAREAGUJ!

**TELEFONY ALARMOWE 112 -
numer alarmowy 999 -
pogotowie ratunkowe 998 -
straż pożarna 997 - policja
986 - straż miejska**

- Najgroźniejszym z aktów terrorystycznych jest zamach bombowy.
- Zdarzają się przypadki, że podłożona bomba zostaje ujawniona przed eksplozją, używany jest termin „incydent bombowy”.
- Właściwe zachowanie w przypadku wystąpienia takiej sytuacji jest niezwykle ważne dla przebiegu zdarzenia, jego skutków i działania specjalistów policyjnych.
- **Informacji o zagrożeniu incydem bombowym nie wolno bagatelizować ani lekceważyć.**

ZAPAMIĘTAJ!

- **Wybuch jest sytuacją nagłą i nieodwracalną.**
- **Jeśli widzisz „bombę”, to ona „widzi” też Ciebie, a to oznacza, że jesteś w polu jej rażenia.**

SYMPTOMY WYSTĄPIENIA ZAGROŻENIA INCYDENTEM BOMBOWYM:

Zwracaj uwagę na to, co dzieje się w najbliższym otoczeniu, np. podczas zakupów, w podróży, podczas uczestnictwa w imprezach masowych, uroczystościach religijnych i innych miejscach publicznych, gdzie przebywa duża liczba ludzi.

JAK POSTĘPOWAĆ PO OGŁOSZENIU ALARMU BOMBOWEGO, W CZASIE ZAGROŻENIA BOMBOWEGO ORAZ PO OTRZYMANIU INFORMACJI O PODŁOŻENIU LUB GROŹBIE PODŁOŻENIA BOMBY:

- Do czasu przybycia policji należy w miarę możliwości zabezpieczyć zagrożone miejsce, zachowując elementarne środki bezpieczeństwa, bez narażania siebie i innych osób na niebezpieczeństwo.
- Po przybyciu policji na miejsce incydentu bombowego przejmuje ona dalsze kierowanie akcją.
- Należy bezwzględnie wykonywać polecenia policjantów.
- W przypadku braku informacji o konkretnym miejscu podłożenia bomby użytkownicy pomieszczeń powinni sprawdzić swoje miejsce pracy i jego bezpośrednie otoczenie w celu odnalezienia przedmiotów nieznanego pochodzenia.
- Podejrzanych przedmiotów nie wolno dotykać! O ich lokalizacji należy powiadomić administratora obiektu.
- Pomieszczenia ogólnodostępne (korytarze, klatki schodowe, windy, toalety, piwnice, strychy) oraz najbliższe zewnętrzne otoczenie obiektu sprawdzają i przeszukują osoby do tego wyznaczone lub służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo w danej instytucji.
- Po ogłoszeniu ewakuacji należy zachować spokój i opanowanie - pozwoli to sprawnie i bezpiecznie opuścić zagrożony rejon.
- Po ogłoszeniu ewakuacji w miejscu Twojej pracy należy opuścić budynek, zabierając rzeczy osobiste.
- Identyfikacją i rozpoznawaniem zlokalizowanego ładunku wybuchowego oraz jego neutralizacją zajmują się wyspecjalizowane i uprawnione do tego jednostki oraz komórki organizacyjne policji.

PAMIĘTAJ!

- Zachowaj spokój i zorientuj się, jak bezpiecznie opuścić zagrożoną strefę.
- Zawsze stosuj się do poleceń osób kierujących akcją ewakuacyjną lub ratowniczą.
- Jeżeli nie podjęto działań zapobiegawczych, powiadom stosowne służby.

Nigdy nie dotykaj pozostawionych bez opieki podejrzanych przedmiotów niewiadomego pochodzenia.

5. ZACHOWANIE W OZASIE ZAGROŻENIA SANITARNO-EPIDEMIologicZNEGO

Zagrożenie sanitarno-epidemiologiczne wystąpić może w wyniku różnorodnych sytuacji i zdarzeń, które mogą być zależne od działalności człowieka, jak i zdarzeń niezależnych od niego, np.:

- uszkodzenia instalacji sanitarnych w wyniku awarii technicznych;
- stosowanie nieprawidłowych technik składowania odpadów komunalnych;
- skażenie terenu, ujęć wody, studni w wyniku powodzi.

Zagrożenia sanitarne w zależności od skali wystąpienia mogą stanowić zagrożenie dla środowiska i zdrowia człowieka.

CO ROBIĆ, ABY CHRONIĆ SIEBIE I NAJBLIŻSZYCH:

- Wątpliwości związane ze stanem sanitarnym obiektów i ujęć wody zgłoś do właściwej terenowo stacji sanitarno-epidemiologicznej.
- W czasie powodzi nie spożywaj żywności, która uległa zamoczeniu.
- Nie pij wody z ujęcia lub studni, która została zalana. Nie spożywaj warzyw, owoców i innych plonów z terenów popowodziowych.
- Nie kąp się w zbiornikach wodnych niedopuszczonych przez służby sanitarne do kąpeli.
- Po awarii instalacji sanitarnych oczyść otoczenie (zdezynfekuj).
- Nie spożywaj przeterminowanej żywności.
- Nie pij wody z niezbadanych ujęć czy źródeł.
- Zgłoś do służb sanitarnych nietypowe (nieprzeznaczone do tego celu) miejsca składowania odpadów komunalnych.

ZAGROŻENIE EPIDEMIologicZNE:

Epidemia to masowe szerszenie się w określonym czasie danej choroby, głównie zakaźnej, na obszarze, na którym w poprzednich latach choroba o tym samym nasileniu nie występowała. Wystąpienie choć jednego przypadku groźnej choroby zakaźnej może sugerować początek epidemii. Epidemia stanowi duże zagrożenie dla naszego zdrowia i życia. Patogeny mogą przedostać się do organizmu poprzez:

- spożycie zakażonej żywności lub wody;
- kontakt z chorym człowiekiem;
- wdychanie powietrza, w którym mogą być rozpylone niebezpieczne mikroby.

OZNAKI EPIDEMii:

- wystąpienie nagłych, szybko szerszących się masowych zachorowań lub zgonów;
- brak skuteczności leczenia w rutynowej terapii występujących powszechnie chorób;
- wzrost zachorowań na chorobę endemiczną (endemia to utrzymywanie się danej choroby zakaźnej bądź niezakaźnej na określonym terenie na tym samym poziomie).

Wystąpienie epidemii, może być skutkiem bioterroru, a więc świadomej działalności człowieka.

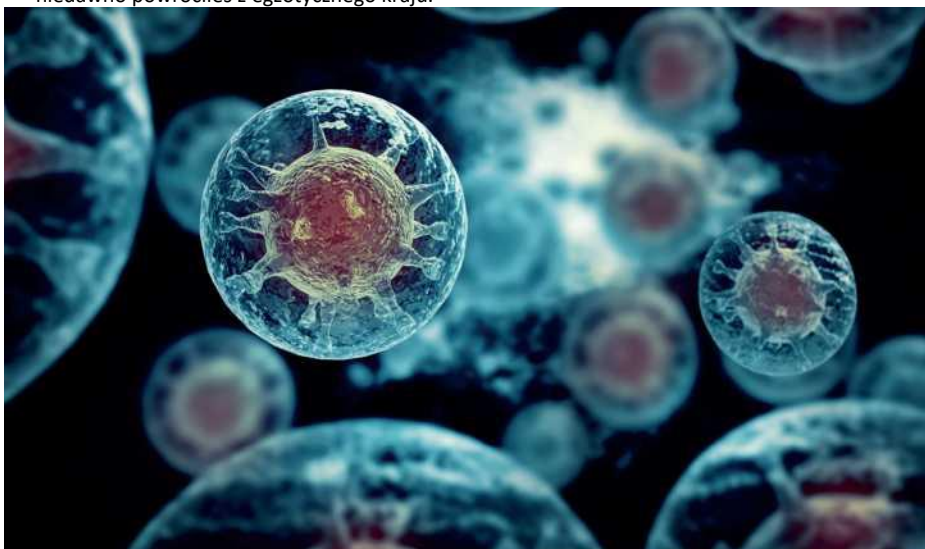
OZNAKI EPIDEMii, KTÓRA MOŻE BYĆ WYNIKIEM BIOTERRORU:

- w krótkim czasie duża liczba niewyjaśnionych zachorowań o podobnym obrazie klinicznym;
- początek zachorowań jest niewyjaśniony;
- nagły, nieoczekiwany wzrost zachorowalności i umieralności z powodu znanych chorób;
- nawet pojedynczy przypadek egzotycznej choroby u osoby, która nie opuszczała kraju;

- jednoczesne występowanie podobnych chorób na obszarach niepołączonych terytorialnie;
- nietypowe źródło zakażenia: aerozol, woda, żywność.

CO ROBIĆ, ABY W PRZYPADKU ZAGROŻENIA CHRONIĆ SIEBIE I NAJBLIŻSZYCH:

- Nie lekceważ ostrych objawów chorobowych, które wystąpiły nagle, i skontaktuj się z lekarzem w celu przebadania.
- Nie lekceważ sytuacji, kiedy te same objawy chorobowe w krótkim czasie występują u Ciebie i innej osoby lub osób, z którymi miałeś kontakt.
- Przestrzegaj terminów szczepień ochronnych.
- Skontaktuj się z lekarzem, jeśli wystąpią u Ciebie nagle nietypowe objawy chorobowe, a Ty niedawno powróciłeś z egzotycznego kraju.



KIEDY ISTNIEJE PODEJRZENIE EPIDEMII:

- Unikaj dużych zbiorowisk ludzkich.
- Unikaj kontaktu twarzą w twarz z chorą osobą.
- Jeśli wystąpiły u Ciebie objawy chorobowe lub kontaktowałeś się z osobą chorą, załóż na twarz maskę ochronną, co zmniejszy ryzyko zakażenia innych.
- Przestrzegaj podstawowych zasad higieny osobistej.
- Rygorystycznie przestrzegaj zaleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez władze i służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo sanitarno-epidemiologiczne.

Masowe szerzenie się choroby zakaźnej wśród zwierząt nazywa się epizootią.

W PRZYPADKU ZAGROŻENIA EPIZOOTYCZNEGO:

- Rygorystycznie stosuj się do zaleceń, zakazów i nakazów służb weterynaryjnych.
- Zgłoś przypadki zachorowań zwierząt z Twojego gospodarstwa.
- Stosuj się do zasad kwarantanny.
- Przestrzegaj rygorystycznie zasad dotyczących utylizacji zwierząt.
- Pamiętaj o świadectwie miejsca pochodzenia zwierząt

NUMERY TELEFONÓW:

81 886 48 91 - POWIATOWA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA w Puławach

(Szczegółowe informacje o zadaniach i numerach telefonów delegatur inspekcji sanitarnej można

znaleźć na stronie internetowej Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.)

81 886 33 20 - POWIATOWY INSPEKTORAT WETERYNARYJNY w Puławach

(Szczegółowe informacje o zadaniach i numerach telefonów delegatur inspekcji można znaleźć na stronie internetowej Wojewódzkiego Inspektoratu Weterynarii.)

6. POSTĘPOWANIE PODCZAS POWSTANIA POŻARU. CO WARTO WIEDZIEĆ!

- Przed przystąpieniem do likwidacji pożaru w obiektach z urządzeniami elektrycznymi i gazowymi bezzwłocznie należy wyłączyć dopływ prądu i gazu.
- Jeśli jest to możliwe, należy jak najszybciej ewakuować ludzi i zwierzęta z miejsc, gdzie ogień może bezpośrednio lub pośrednio zagrozić ich zdrowiu lub życiu.
- Podstawową zasadą gaszenia pożaru jest odcięcie dostępu powietrza podsycającego ogień, poprzez szczelne zamknięcie drzwi i okien oraz uszczelnienie wszelkich otworów w ścianach.
- Równie ważne jest odcięcie pożaru od materiałów palnych znajdujących się w sąsiedztwie źródła ognia, m.in. poprzez przerwy ogniowe (szczególnie podczas gaszenia pokryć dachów i stropów, składów drewna, lasów) albo też burzenie konstrukcji z materiałów palnych i usuwanie ich poza obręb miejsca objętego pożarem.
- Kolejną zasadą jest dążenie do obniżenia temperatury środowiska pożarowego przez stosowanie właściwych środków gaśniczych. Ważne jest też dotarcie możliwie blisko źródła ognia i gaszenia żaru (zarzewia), a nie płomieni.
- Najlepiej czynić to od strony (kierunku) rozszerzania się pożaru, ogień trzeba otoczyć lub wypierać w miejsca, gdzie nie ma przedmiotów palnych. Gaszenie pożaru powinno odbywać się z poziomu równego lub wyższego, ponieważ w ten sposób możliwe jest obserwowanie skuteczności działania.
- Płonące firanki lub zasłony należy zerwać z karniszy i gasić na podłodze. Tak samo gasi się odzież oraz bieliznę. Pościel po polaniu wodą należy wynieść i gasić na zewnątrz.
- Meble, ściany, okładziny polewa się wodą.
- Trzeba zawsze pamiętać, że gaszenie pożaru jest działaniem niebezpiecznym, wymagającym ostrożności i dyscypliny.

Pożar w budynku lub pomieszczeniu udaje się ugasić za pomocą podręcznego sprzętu i środków gaśniczych tylko wtedy, gdy do gaszenia przystąpi się natychmiast, a podjęte działania szybko zmniejszają jego zasięg aż do całkowitej likwidacji.

GDY OGIEŃ UTRZYMUJE SIĘ LUB ROZSZERZA, WEZWIJ STRAŻ POŻARNĄ

- dzwoniąc pod numer **998** lub **112**.

Osoba, która zauważyła pożar, zobowiązana jest do:

- natychmiastowego zaalarmowania, w sposób niepowodujący paniki, osób znajdujących się w strefie zagrożenia;
- bezzwłocznego przystąpienia do gaszenia pożaru przy pomocy podręcznego sprzętu gaśniczego.



Osoba alarmująca straż pożarną po uzyskaniu połączenia telefonicznego spokojnym i opanowanym głosem powinna podać informacje o tym:

- gdzie się pali - (dokładny adres, np.: „Pali się budynek sklepu na ul. Kowalskiej 15”);
 - co się pali - (np.: „Pali się szafa w pomieszczeniu socjalnym”);
 - czy zagrożone jest życie ludzi (np.: „Na terenie obiektu znajdują się pracownicy, łącznie około 50 osób”);
 - jakie pomieszczenia są bezpośrednio zagrożone pożarem (np.: „Bezpośrednio zagrożone są sąsiednie pomieszczenia, w całym budynku panuje zadymienie”);
 - swoje nazwisko i nr telefonu, z którego dzwoni (np.: „Nazywam się Paweł Kowalski, jestem pracownikiem technicznym. Dzwonię z numeru 880 45 61”);
 - **sluchawkę można odłożyć dopiero po potwierdzeniu przez straż pożarną, że przyjęto zgłoszenie.**
- Przez chwilę należy jeszcze pozostać przy aparacie, ponieważ dyspozytor może zadzwonić w celu sprawdzenia zgłoszenia.

W CZASIE PROWADZENIA DZIAŁAŃ NALEŻY PRZESTRZEGAĆ NASTĘPUJĄCYCH ZASAD:

- W pierwszej kolejności ratować zagrożone życie ludzi.
- Jeżeli zachodzi taka potrzeba, wyłączyć główny wyłącznik prądu - urządzeń elektrycznych pod napięciem nie wolno gasić wodą i gaśnicami pianowymi.
- Nie otwierać, bez wyraźnej potrzeby, drzwi i okien do pomieszczeń objętych pożarem, ponieważ dopływ powietrza sprzyja rozprzestrzenianiu się ognia.
- Wchodząc do pomieszczeń objętych pożarem, zachować szczególną ostrożność - w zadymieniu poruszać się w pozycji pochylonej lub na czworakach, utrzymywać bezpośredni kontakt ze stałym elementem budowlanym np. ze ścianą.
- Aby gaszenie za pomocą podręcznego sprzętu gaśniczego było skuteczne, należy podejść możliwie blisko źródła ognia i podać środek gaśniczy bezpośrednio na palący się materiał.
- Z najbliższego otoczenia ognia, jeżeli to możliwe, usunąć materiały palne w celu ograniczenia rozprzestrzeniania się pożaru.
- Po ugaszeniu pożaru należy starannie dogasić tłące się materiały.

Po przybyciu na miejsce pożaru jednostek straży pożarnej osoba dotychczas kierująca akcją powinna poinformować dowódcę przybyłych jednostek o podjętych dotychczas czynnościach.

7. POSTĘPOWANIE W RAZIE WYPADKU KOMUNIKACYJNEGO

W razie wypadku komunikacyjnego możemy zostać poszkodowani lub możemy uratować czyjeś życie.

W razie wypadku pamiętaj o zapewnieniu sobie bezpieczeństwa:

- Zaparkuj swój pojazd przed miejscem zdarzenia, kierując koła w stronę pobocza; włącz światła awaryjne.
- Po zmroku załóż jasne ubranie lub elementy odblaskowe i używaj latarki. Stosuj ogólne zasady bezpieczeństwa.
- Poproś świadków wypadku, aby ostrzegali nadjeżdżających kierowców oraz powiadomili policję, pogotowie ratunkowe i straż pożarną.
- Ustaw z obu stron trójkąty ostrzegawcze lub światła w odpowiedniej odległości od miejsca wypadku (zgodnie z kodeksem ruchu drogowego).
- Wyłącz zapłon we wszystkich uszkodzonych pojazdach i odłącz akumulator.
- Ustaw pojazdy w stabilnym położeniu - spróbuj zabezpieczyć pojazd przed przewróceniem się. Jeśli samochód stoi stabilnie, zaciągnij hamulec ręczny, włącz bieg lub zablokuj koła.



Rozejrzyj się, czy istnieją inne zagrożenia:

- Czy ktoś pali papierosa?
- Czy w najbliższym otoczeniu znajdują się pojazdy z oznakowaniem wskazującym na przewóz niebezpiecznego ładunku?
- Czy została zerwana napowietrzna linia energetyczna?
- Czy jest w pobliżu rozlane paliwo?

W wyniku zderzenia dochodzi do różnych obrażeń u kierowcy i pasażerów, więc:

- Postaraj się ocenić stan poszkodowanych. Z samochodu ewakuuj poszkodowanych tylko w niżej wymienionych sytuacjach:
 - o kiedy istnieje niebezpieczeństwo zapalenia się pojazdu;
 - o kiedy istnieje niebezpieczeństwo najechania na uszkodzony pojazd przez inny pojazd; o kiedy potrzebna jest reanimacja poszkodowanego.
- W pierwszej kolejności zajmij się osobami, których życie jest zagrożone.
- Przeszukaj teren, aby upewnić się, że w otoczeniu miejsca wypadku nie ma innych poszkodowanych.

- Jeśli jest potrzeba, bezzwłocznie przystąp do reanimacji i opatrzenia obrażeń zagrażających życiu lub wyglądających niebezpiecznie.
- Jeśli to możliwe, zajmij się poszkodowanymi, nie zmieniając ich pozycji (wyjątek - reanimacja).
- Zawsze zakładaj, że nastąpiło uszkodzenie kręgow szyjnych. Podtrzymuj rękami głowę i szyję poszkodowanego tak, aby mogła swobodnie oddychać. W miarę możliwości obserwuj stale wszystkich poszkodowanych, do czasu nadejścia specjalistycznej pomocy.

8. ZASADY ZACHOWANIA PODCZAS KATASTROFY BUDOWLANEJ

Katastrofy budowlane najczęściej powodowane są:

- wybuchami gazu;
- obsunięciem stropów lub nadwężeniem ważnych elementów konstrukcyjnych budynków;
- tąpnięciami.

Opuszczając dom (mieszkanie):

- wyłącz instalację gazową, elektryczną, wodną;
- zabierz ze sobą dokument tożsamości i inne ważne dokumenty, żywność, koce, odzież, pieniądze;
- zadbaj o to, aby dom opuścili wszyscy domownicy oraz sąsiedzi;
- zachowaj szczególną ostrożność - uważaj na stropy, klatki schodowe;
- jeśli nie możesz opuścić budynku (mieszkania) drzwiami wyjściowymi przez klatkę schodową z powodu zagrożenia lub innych przeszkód, uciekaj przez okno lub okna sąsiadów.

Gdy nie masz możliwości opuszczenia domu:

- wywieś w oknie białe prześcieradło lub obrus - jako znak dla ratowników, że potrzebujesz pomocy.

Gdy jesteś unieruchomiony (przysypany):

- wołaj o pomoc, stukaj w lekkie elementy metalowe - ratownikom ułatwi to Twoją lokalizację. **Jeśli opuścisz dom (mieszkanie):**
- powiadom kierującego akcją ratowniczą o innych, którzy zostali jeszcze w pomieszczeniach budynku, oraz o osobach, które przebywają poza domem (w pracy, szkole itp.);
- jeśli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaż je niezwłocznie służbie ratowniczej;
- nie przeszkadzaj ratownikom w pracy;
- nie wracaj na miejsce katastrofy ani nie wchodź do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia służb budowlanych;
- jeśli doznałeś obrażeń (jesteś ranny), zgłoś się do punktu pomocy medycznej;
- zgłoś swoje potrzeby do ośrodka pomocy społecznej lub władz lokalnych;
- postępuj zgodnie z zaleceniami władz miasta, gminy.

Jeśli jesteś świadkiem katastrofy budowlanej, niezwłocznie powiadom staż pożarną, policję i pogotowie ratunkowe.

9. ZASADY ZACHOWANIA SIĘ PO UŻĄDLENIU LUB UKĄSZENIU

Letnia pora sprzyja bliższym kontaktom człowieka z przyrodą. Częściej opuszczamy domy, częściej wyjeżdżamy poza miasto, częściej wkraczamy na pola, łąki, do parków i lasu. Wszędzie tam może dojść do użądleń przez osy, szerszenie, pszczoły czy trzmiele. Użądlenia tych owadów mogą okazać się bardzo niebezpieczne przede wszystkim dla osób uczulonych na ich jad - może on stanowić zagrożenie dla ich życia.

W związku z tym należy unikać:

- przebywania w pobliżu pasiek;
- spożywania na świeżym powietrzu owoców, ciastek, słodkich napojów;
- spacerów boso po terenach zielonych.

REAKCJE ALERGICZNE NA UŻĄDLENIA PRZEZ OWADY BŁONKOSKRZYDŁE:

Reakcja alergiczna na użądlenie owada może być inna w każdym poszkodowanym. Zazwyczaj reakcja charakteryzuje się bólem, obrzękiem i zaczerwienieniem, ograniczającym się jednak do miejsca użądlenia. Niektóre reakcje mogą wykraczać poza to miejsce. Najniebezpieczniejsze są reakcje o podłożu alergicznym - przypadki takie wymagają natychmiastowej pomocy medycznej. Spośród objawów reakcji alergicznej należy wymienić:

- pokrzywkę, swędzenie i obrzęk w miejscu użądlenia;
- uczucie ciężaru w klatce piersiowej i trudności w oddychaniu;



- chrypkę i obrzęk języka;
- zawroty głowy i nagły spadek ciśnienia krwi;
- utratę przytomności lub zatrzymanie akcji serca.

Tego rodzaju reakcja pojawia się w ciągu kilku minut od użądlenia i stanowi duże zagrożenie życia. U osób uczulonych na jad owadów, istnieje 60%

POSTĘPOWANIE W RAMACH POMOCY PRZEDLEKARSKIEJ W PRZYPADKU UŻĄDLENIA:

Gdy użądli Cię pszczoła lub osa, natychmiast wyciągnij żądło, aby zapobiec wnikaniu jadu. Uważaj! Gdy usuwasz żądło dwoma palcami, możesz wtłoczyć jad do ciała. Żądło pszczoły wrywa się najczęściej z pęcherzykiem (zbiorniczkiem) jadowym. Żądło osy pozostaje w ciele jedynie przy przypadkowym złamaniu, a wielkość wprowadzonej dodatkowo porcji jadu przy niefortunnym jego usuwaniu jest minimalna. W przypadku masowych użądleń zaleca się ścięcie zbiorników jadowych ostrym narzędziem.

- Po użądleniu postaraj się przez najbliższe kilka godzin przebywać w towarzystwie innych osób.
- Połóż się z uniesionymi biodrami i podniesionymi do góry nogami.
- Aby zmniejszyć ból, miejsce użądlenia możesz przetrzeć octem, plasterem cebuli, rabarbaru lub pokrojonym i umyтым korzeniem pietruszki. Ból uśmierza bardzo zimna, czysta woda, a nawet ślina. W miejsce użądlenia możesz przyłożyć też lód.
- Jeśli użądli Cię pszczoła w rękę lub nogę, unieś kończynę do góry w celu zmniejszenia jej obrzęku.
- Załóż opaskę uciskową powyżej miejsca użądlenia, zmniejszy to szybkość rozprzestrzeniania się

jadu do czasu zadziałania leków.

- Użądlenie w nasadę języka lub usta może grozić uduszeniem. Pierwsza pomoc polega na rozpuszczeniu w ustach jednej łyżeczki soli kuchennej, która zługuje jad z błony śluzowej. Dobrze jest powtórzyć ten zabieg. Sprawdza się także ssanie kawałka lodu lub szybkie przełykanie zimnych napojów.
- W przypadku użądlenia w gałkę oczną, wpuść do oka strumień wody, aby wypłukać jad. Następnie zaaplikuj do worka spojówkowego jedną kroplę roztworu kortyzonu.
- Nie drap miejsca użądlenia. Rozdrapana rana może spowodować ropne zapalenie. W razie ubytku tkanki konieczne jest odkażenie użądłonej okolicy i nałożenie jałowego opatrunku.

10. POSTĘPOWANIE PODCZAS ZAGROŻENIA EKOLOGICZNO-CHEMICZNEGO

CHARAKTERYSTYKA ŹRÓDEŁ ZAGROŻEŃ CHEMICZNYCH:

Jednym z bardzo ważnych i aktualnych w Polsce zagadnień jest zapewnienie bezpieczeństwa obiektów i instalacji, w których są produkowane, przetwarzane bądź magazynowane niebezpieczne substancje chemiczne. W przypadku awarii w takim obiekcie uwolnienie szkodliwych substancji do otoczenia powoduje zazwyczaj bardzo ciężkie, często katastroficzne skutki.

Aby zapobiegać tego typu awariom, odpowiednio przygotować się na ich wystąpienie oraz właściwie reagować zostały opracowane zasady, procedury oraz obowiązki zarządców obiektów niebezpiecznych oraz odpowiednich władz i służb publicznych. Zostały one ujęte w międzynarodowych aktach prawnych oraz w przepisach licznych krajów.

Działanie substancji trujących na żywy organizm zależy od:

- rodzaju substancji chemicznej;
- drogi przenikania do organizmu;
- dawki (stężenie);
- właściwości fizykochemicznych;
- przemian, jakim ulegają w organizmie;
- podatności organizmu na zatrucia.

Przenikanie substancji trujących do organizmu może nastąpić przez:

- drogi oddechowe (głównie gazy, opary cieczy lub ciał stałych) - tą drogą następuje do 95% zatruc;
- powierzchnię skóry (przede wszystkim ciała stałe i ciecze, a także niektóre gazy i pary łączące się z wilgocią skóry człowieka, wywołujące działanie drażniące itp.) - takie przypadki mają miejsce przede wszystkim przy bezpośrednim zetknięciu się z daną substancją;
- przewód pokarmowy (głównie ciała stałe, ciecze, w nielicznych przypadkach gazy i opary) - możliwe przy niedostatecznej higienie osobistej, przypadkowe albo wynikające z działań samobójczych.

Niebezpieczne materiały chemiczne dzielą się na grupy:

- ogólnotrujące - powodują ostre lub chroniczne zatrucia, prowadzące często do śmierci;
- szkodliwe - powodują schorzenia ustroju na skutek zatrucia;
- gorące - po zetknięciu z żywą tkanką powodują jej zniszczenie;
- drażniące - wywołują stany zapalne skóry, błon śluzowych i oczu;
- neurotoksyczne - mogą uszkodzić centralny układ nerwowy i nerwy obwodowe;
- alergiczne - wywołują w ustroju odczyn typu uczuleniowego;
- narkotyczne - mogą wywołać stan oszołomienia lub utraty przytomności;
- rakotwórcze - mogą być przyczyną powstania zmian nowotworowych w organizmie;
- mutagenne - mogą powodować uszkodzenia aparatu dziedzicznego (DNA), zmienić cechy
- dziedziczne potomstwa;
- upośledzające - mogą powodować zakłócenia w rozwoju płodu.

Jeśli podejrzewasz wydobywanie się niebezpiecznych środków chemicznych poinformuj o tym niezwłocznie straż pożarną, podając:

- swoje dane osobowe;
- rodzaj i miejsce zdarzenia;
- widoczne skutki zdarzenia (zniszczenia, zatrucia, objawy itp.);
- przypuszczalny rodzaj substancji;
- położenie i ukształtowanie terenu;
- inne czynniki, np. zabudowa, instalacje itp.



Na tej podstawie strażacy przed dojazdem zastępów ratowniczych:

- ustalają warunki zewnętrzne zdarzenia (sytuację meteo);
- dokonują wstępnej oceny zaistniałego wypadku, katastrofy;
- oceniają zakres zagrożenia;
- oceniają zaistniałe i przyszłe skutki zagrożenia;
- dokonują wstępnej kalkulacji niezbędnych sił i środków do likwidacji wypadku, awarii, katastrofy;
- informują o zaistniałej sytuacji inne podmioty ratownicze i służby;
- dysponują odpowiednimi siłami i środkami do likwidacji wypadku, awarii, katastrofy.

Po przybyciu służb przedstaw stan sytuacji oraz podaj jakie podjąłeś czynności.

Następnie wykonaj polecenia dowodzącego akcją. Z reguły będzie to nakaz oddalenia się na bezpieczną odległość od miejsca zdarzenia.

11. POSTĘPOWANIE W CZASIE UPAŁÓW

Upał - intensywne oddziaływanie promieni słonecznych na nas i otoczenie. Zjawisku temu towarzyszy wysoka temperatura powietrza, często przekraczająca 30 stopni Celsjusza. Zbyt długie spędzanie czasu w słońcu lub przegrzanym miejscu może spowodować schorzenia termiczne.

Aby skutecznie chronić nasz organizm przed niekorzystnym oddziaływaniem upałów należy zapoznać się ze sposobami postępowania w czasie ich wystąpienia.

PODCZAS UPAŁÓW:

- Ogranicz przebywanie w słońcu zwłaszcza w okresie najintensywniejszego działania. Chroń dzieci i osoby starsze.

- Zamontuj zasłony lub żaluzje na okna.
- Oszczędzaj elektryczność, w czasie upałów zużycie energii jest zwiększone z uwagi na potrzeby urządzeń klimatyzacyjnych.
- Pamiętaj, że wentylatory elektryczne nie chłodzą, powodują tylko ruch powietrza.
- Przebiegaj w miarę możliwości w zacienionych i klimatyzowanych pomieszczeniach.
- Spożywaj zbilansowane - lekkie posiłki.
- 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.
- Zakładaj luźne ubrania zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry. Lekka, o jasnych kolorach odzież, odbija ciepło i promieniowanie słońca oraz pomaga utrzymać normalną temperaturę ciała.
- Ogranicz przyjmowanie napojów alkoholowych. Alkohol powoduje dalsze odwodnienie organizmu.
- Pozwól swojemu organizmowi przystosować się do wysokich temperatur w ciągu pierwszych dwóch, trzech dni fali upałów.
- Noś kapelusz z szerokim rondem.
- Unikaj nasłonecznienia. Opalenizna spowalnia zdolność do samoczynnego chłodzenia się. Używaj kremów z filrami SPF.
- Unikaj gwałtownych zmian temperatur. Chłodny prysznic natychmiast po przebywaniu w upale, może spowodować hipotermię. Zwolnij tryb życia. Zredukuj lub zrezygnuj z wyczerpujących zajęć.
- Osoby wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodnych miejscach. Wypoczywaj. Przy zaleceniach lekarza stosuj tabletki solne. Poznaj objawy dolegliwości termicznych i dowiedz się, jak udzielać pierwszej pomocy.
- W przypadku oparzenia słonecznego lub innych dolegliwości skontaktuj się z lekarzem.

Podczas suszy zmniejsz zużycie wody, staraj się używać wielokrotnie tej samej wody.

LEKARZ RADZI:

W trakcie upałów unikaj intensywnego wysiłku, spędzania zbyt długiego czasu na słońcu lub w przegrzanym miejscu. Może to spowodować uraz termiczny. Poznaj objawy i bądź gotów do udzielenia pierwszej pomocy w takich przypadkach.

SKUTKI UPAŁÓW

Najbardziej narażone na niepożądane skutki upałów są osoby starsze i dzieci.

- **skutki ogólne:**
 - przegrzanie organizmu;
 - odwodnienie;
- **skutki zewnętrzne:** oparzenia słoneczne;
- **skutki wewnętrzne:** nasilenie się objawów chorób krążenia, neurologicznych, nadciśnienia tętniczego, zmian zakrzepowych.

OBJAWY PRZEGRZANIA - UDARU CIEPLNEGO:

- Zesłabnięcie, bóle i zawroty głowy, nudności i wymioty, utrata przytomności.

POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU UDARU:

- Osobę poszkodowaną ułóż w cieniu;
- Jeśli osoba jest przytomna, podaj płyny (wodę mineralną lub lekko posoloną wodę);
- Zastosuj zimne kompresy na głowę i szyję;
- **WEZWIJ POMOC MEDYCZNĄ.**

GDY OSOBA POSZKODOWANA JEST NIEPRZYTOMNA:

- Ułóż ją na boku;
- Zabezpiecz oddychanie;

- **WEZWIJ PILNIE POMOC MEDYCZNĄ.**



OBJAWY OPARZENIA:

- ból i zaczerwienienie skóry, wysypka, świąd, pęcherze skórne.

POSTĘPOWANIE PRZY OPARZENIU

- Zastosuj chłodne okłady na oparzoną skórę, gdy pojawią się pęcherze, załóż jałowe opatrunki i **ZGŁOŚ SIĘ PO POMOC MEDYCZNĄ.**

12. POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU ZNALEZIENIA NIEWYBUCHU LUB NIEWYPAŁU

Za przedmioty wybuchowe uważa się wszelkiego rodzaju przedmioty pochodzenia wojskowego, które ze względu na swe właściwości wybuchowe grożą niebezpieczeństwem przy niewłaściwym obchodzeniu się z nimi (dotykanie, rozkręcanie, rzucanie itp.). Są to w szczególności:

- zapalniki;
- pociski;
- bomby lotnicze;
- naboje artyleryjskie i karabinowe;
- granaty;
- miny wszelkich typów;
- ładunki materiałów wybuchowych;
- złom metalowy zawierający resztki materiałów wybuchowych.

Za przedmioty niebezpieczne uważa się wszelkiego rodzaju urządzenia (materiały pochodzenia wojskowego, przemysłowego lub innego, które mając właściwości łatwopalne, żrące, trujące grożą niebezpieczeństwem przy manipulowaniu lub zetknięciu się z powietrzem albo wysoką temperaturą.

Zaliczyć do nich można:

- płyn łatwopalny, żrący i trujący;
- zawartość butli stalowych, gaśnic;
- resztki rozmaitych substancji w aparaturze laboratoryjnej.

Pojęcie niewybuchu odnosi się do środków zawierających materiał wybuchowy o charakterze kruszącym lub analogicznym, w których wybuch ma charakter detonacji ale również, oprócz środków bojowych, mogą to być też cywilne, niszczące materiały wybuchowe (stosowane np. w kopalniach), oraz szereg innych środków pirotechnicznych, jak środki uruchamiające mechanizmy lub stosowane w celach widowiskowych. Za niewybuchy uznaje się czasami także przedmioty, które mogą detonować mimo że pierwotnie nie były do tego przeznaczone. Niewybuchem jest np. poduszka powietrzna z rozbitego samochodu, która nie zadziałała.

Niezachowanie należytych środków bezpieczeństwa po odnalezieniu niewybuchu/niewypału, niewłaściwe postępowanie wynikające z braku świadomości o groźącym niebezpieczeństwie może doprowadzić do wielu nieszczęść, a nawet do śmierci. Miejsce znalezienia niewybuchu należy w sposób wyraźny oznaczyć, zabezpieczyć przed dostępem osób postronnych i niezwłocznie przekazać informację o znalezisku odpowiednim służbom.

ZASADY POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU ZNALEZIENIA NIEWYPAŁU LUB NIEWYBUCHU Nie wolno znalezionych niewybuchów/niewypałów podnosić, odkopywać, przenosić, a także wrzucać ich do ognia, czy do zbiorników wodnych.

ZASADY ZGŁOSZEŃ

W przypadku znalezienia niewybuchu lub niewypału należy powiadomić:

997, 112 - POLICJĘ

998, 112 - STRAŻ POŻARNĄ

OSOBY PRZEKAZUJĄC ZGŁOSZENIE /ZAWIADOMIENIE POWINNY PODAĆ:

- opis przedmiotu (długość, średnica);
- dokładne miejsce i data wykrycia;
- dane osoby, która wykryła niewybuch i może wskazać dokładne miejsce jego położenia.

po zgłoszeniu należy w miarę możliwości zabezpieczyć teren przed dostępem dzieci i innych osób.

13. PODSTAWOWE „TECHNICZNE” ZASADY CYBERBEZPIECZEŃSTWA W DOMU I W SZKOLE

Szkodliwe programy coraz łatwiej przedostają się do naszych smartfonów, tabletów i komputerów. Jednak wystarczą proste środki techniczne i czas, aby zabezpieczyć się przed większością zagrożeń.

BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS UŻYWANIA KOMPUTERÓW

Podstawowym zabezpieczeniem na każdym komputerze jest program antywirusowy. Jest to aplikacja, która chroni nas przed szkodliwymi programami np.:

- wyłudzającymi informacje (trojan horse);
- kolekcjonującymi nasze dane (spyware);
- szyfrującymi dane i żądającymi okupu za odszyfrowanie (ransomware).

Komputer można zainfekować przez przypadek, szczególnie często zdarza się to dzieciom. Zainfekowanie może nastąpić np. przez instalację darmowej gry znalezionej w Internecie, która może okazać się złośliwym programem i będzie wyrządzać szkody na urządzeniu. Na rynku jest wiele produktów antywirusowych, bezpłatnych jak i w wersji komercyjnej. Ważne by program samodzielnie aktualizował bazę danych i sygnatury antywirusowe.



BEZPIECZESTWO PODCZAS UŻYWANIA SMARTFONA

Używanie urządzeń mobilnych niesie ze sobą ryzyko zainfekowania szkodliwymi programami. Szczególną uwagę powinniśmy poświęcić najmłodszym korzystającym ze smartfona czy tableta, poza kontrolą osoby dorosłej.

Android jest jednym z najczęściej atakowanych systemów przez cyberprzestępców. Programy powinny być instalowane poprzez oficjalny sklep z aplikacjami, instalowanie nieautoryzowanych aplikacji może stanowić duże zagrożenie dla urządzeń mobilnych.

Szkodliwy program poza szpiegowaniem może np. wysyłać bez wiedzy użytkownika SMS-y na numery o podwyższonej opłacie. Dlatego warto zainstalować mobilny program antywirusowy z oficjalnego sklepu. Często posiadają one dodatkowe narzędzia, które pozwalają także na kontrolę rodzicielską -

ile czasu dziecko może korzystać z urządzenia, jakie strony może oglądać itp.

Równie istotne jest aktualizowanie systemu operacyjnego i wszystkich zainstalowanych programów, wliczając w to wtyczki w przeglądarkach, Java czy Flash. Najbezpieczniej jest ustawić aktualizację automatyczną.

BEZPIECZEŃSTWO SIECI DOMOWEJ

Ważne jest aby hasło na routerze było silne, to od niego zależy bezpieczeństwo całej sieci domowej. Urządzenie udostępniające internet w domu, jest swego rodzaju bramą, dlatego zamiast siatki na komary, lepiej zastosować trudne do sforsowania blokady i kłódki.

Hasło do routera to nie to samo co hasło do Wi-Fi. pozostawienie fabrycznego, domyślnego hasła nie jest dobrym pomysłem, gdyż można je odszukać dla danego modelu routera w internecie.

Router podobnie jak dedykowane oprogramowanie może posłużyć do kontroli rodzicielskiej. Ważne jednak, aby uświadamiać najmłodszych o zagrożeniach i zachowaniach służących zwiększeniu bezpieczeństwa w sieci. Jednym ze sposobów może być wspólne instalowanie aplikacji np. zabezpieczających.

pięć prostych zasad zwiększających bezpieczeństwo:

- Zainstaluj program antywirusowy dla systemu tradycyjnego.
- Zainstaluj program antywirusowy dla urządzeń mobilnych.
- Pobieraj aplikacje tylko z oficjalnych sklepów i sprawdzonych, autoryzowanych źródeł.
- Stosuj silne hasła także na urządzeniach dostępowych (router).
- Regularnie aktualizuj system i zainstalowane programy.

14. POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU KRYZYSU I WOJNY

CZYM JEST KRYZYS

Kryzys to zdarzenie nagłe, które zagraża życiu, zdrowiu, mieniu lub środowisku człowieka. Przeciwstawienie się mu wymaga sił i środków przekraczających standardowe możliwości i oznacza zmaganie się, walkę, w której konieczne jest działanie pod presją czasu. To punkt zwrotny do zmiany na lepsze lub gorsze.

CZYM JEST WOJNA

Wojna to zorganizowany konflikt zbrojny między państwami, narodami lub grupami etnicznymi, religijnymi i społecznymi. Brak jest jednak jednoznacznej, powszechnie uznanej definicji wojny. Współczesne definicje nie uznają jej za zjawisko czysto militarne, lecz łączące obszary polityki wewnętrznej i zagranicznej, gospodarki, działań militarnych oraz informacyjnych

PRZYGOTOWANIE SIĘ DO WYJĄTKOWYCH SYTUACJI

Aby zwiększyć szansę na zabezpieczenie swoim bliskim i sobie bezpieczeństwo oraz ograniczyć szkody materialne, warto przygotować się do wyjątkowych sytuacji i zagrożeń:

- porozmawiaj z osobami, z którymi mieszkasz (w tym z dziećmi) o potencjalnych zagrożeniach i o tym, jak radzić sobie w przypadku ich wystąpienia;
- wyznacz najbezpieczniejsze miejsca w domu (najczęściej piwnica, daleko od okien) i innych często odwiedzanych miejscach;
- ustalcie miejsce kontaktowe, w którym spotkacie się po przypadkowym rozdzieleniu (miejsce, do którego każdy będzie mógł bez przeszkód dotrzeć);
- przygotuj plecak ewakuacyjny oraz domowe zapasy do przetrwania min. 7 dni bez dostępu do wody, prądu i jedzenia.

INFORMACJA I DEZINFORMACJA

W mediach, mediach społecznościowych i komunikatorach coraz częściej pojawiają się fałszywe informacje, które mają wprowadzić Cię w błąd i wpłynąć na Twoją ocenę sytuacji, wydarzeń, zjawisk lub osób.

Pamiętaj, że informacja może być bronią a Ty jej celem!

Najlepszą ochroną przed fałszywymi informacjami i propagandą jest nieuleganie emocjom i weryfikowanie wiadomości.

Zanim uznasz informację za wiarygodną, zadaj sobie kilka pytań:

- Czy autor wypowiedzi (źródło informacji) jest znane?
- Czy informacja może mieć wpływ na Twoje decyzje?
- Czy źródło informacji jest rzetelne i występuje co najmniej w dwóch niezależnych od siebie i wiarygodnych źródłach?
- Czy informacja jest dostępna w ogólnopolskich mediach?
- Czy informacja występuje w oficjalnych kanałach komunikacji administracji państwowej lub struktur bezpieczeństwa państwa?

KOMUNIKATY/ALERTY

W sytuacji kryzysowej powinieneś spodziewać się ALERT-u RCB z zaleceniami dotyczącymi bezpiecznych zachowań. Informacje o zagrożeniu znajdziesz także na stronie www.gov.pl/rcb oraz na profilach RCB w mediach społecznościowych.

Należy założyć, że komunikacja telefoniczna w czasie kryzysu i wojny może być ograniczona. Słuchaj radia i oczekuj komunikatów służb, mediów oraz ALERT-u RCB. Zachowaj spokój, skoncentruj się i stosuj do ich wskazówek i poleceń. To może uratować Ci życie.

Aby wezwać pomoc zadzwoń pod nr .Ogranicz telefony do znajomych, przyjaciół i rodziny. Linie komunikacyjne mogą być przeciążone, co utrudni pracę policji, straży i pogotowia oraz może zadecydować o życiu i zdrowiu setek ludzi. Jeżeli chcesz ich poinformować o tym, że jesteś bezpieczny - wyślij SMS.

Sygnaly alarmowe i komunikaty ostrzegawcze przekazywane są z wykorzystaniem środków alarmowych - m.in. środki masowego przekazu, syreny, dzwonki, megafony oraz dzwony kościelne.

ZADBAJ O BLISKICH I SĄSIADÓW

Mimo różnych metod i technik dotarcia z komunikatem alarmowym lub ostrzegawczym, może zdarzyć się sytuacja, w której bliscy nie będą świadomi nadchodzącego zagrożenia.

Twoi bliscy, ale także mieszkające w pobliżu osoby starsze lub schorowane mogą znajdować się w niebezpieczeństwie.

- Skontaktuj się z bliskimi, którzy mogą przebywać na zagrożonym terenie. Sprawdź czy otrzymali informację i przekaz instrukcję działania;
- Poinformuj sąsiadów oraz osoby, które mogą nie być świadome zagrożenia – w szczególności starszych, chorych i niesamodzielnych;
- Zaproponuj transport potrzebującym podczas ewakuacji;
- Zorganizuj schronienie dla osób, które ewakuowały się z zagrożonego terenu.

EWAKUACJA

Kryzys lub wojna zagraża twojemu bezpieczeństwu. Wszyscy muszą się ewakuować.

Aby oszczędzić czas i mieć pewność, że zabierzesz wszystko co potrzebne, warto odpowiednio wcześniej zadbać o przygotowanie zestawu ewakuacyjnego, który pomoże Ci w pierwszych dniach poza domem.

Ważne! Każdy z domowników powinien mieć oddzielny, gotowy do zarzucenia na ramię plecak.

Podczas kryzysu ryzyko problemów z dostępnością prądu, wody i pożywienia jest bardzo duże. Upewnij się odpowiednio wcześniej, że masz wszystko, co będzie Ci potrzebne. Twoim celem jest przetrwanie tygodnia.

CO POWINNO SIĘ ZNALEŻĆ W PLECAKU EWAKUACYJNYM

- Radio na baterie, latarka, baterie;
- Najpotrzebniejsze dokumenty (dowód tożsamości, paszport, akty własności mieszkania, wypisy księgi wieczystej, podstawowe informacje medyczne, dowód ubezpieczenia, aktu urodzenia, ślubu, zgonu, zaświadczenia o rentach, emeryturach i dochodach + pendrive ze skanami);
- Gotówkę w niewielkich nominatach;
- Gwizdek, zapalniczka, zapałki, maski oddechowe/ochronne, otwieracz do puszek, sztućce, kubek, nóż, kombinerki, narzędzie wielofunkcyjne, ołówek, notes, posiłki na 2 dni (suchy prowiant, batony energetyczne), mapa z lokalnymi drogami, kompas, busola, gps, gumy, sznurki, opaska zaciskowa;
- Apteczka (leki indywidualne, paracetamol, ibuprofen, środki przeciw bieguncie, nudnościom, wymiotom, elektrolity, termometr, [pęseta, opatrunki, gazy, folia termiczna, plastry, bandaże, plastry chemiczne);
- Mydło, żel do dezynfekcji
- Kurtka przeciwdeszczowa, ubrania na zmianę;
- Śpiwór, worki na śmieci,
- Woda i butelka filtrująca z nowym filtrem.

JAK PRZYGOTOWAC SIĘ DO EWAKUACJI

- utrzyj rezerwy paliwa - jeżeli to możliwe trzymaj w garażu kanister wypełniony paliwem. Może przydać się w sytuacji konieczności nagłego wyjazdu. Jeśli nie masz możliwości zgromadzenia zapasów, a podejrzewasz, że niebawem będziesz musiał się ewakuować - zatankuj samochód do pełna na najbliższej stacji;
- upewnij się, że masz koło zapasowe i wiesz, jak je wymienić;
- przygotuj się, że system GPS może nie działać. Zaopatr się w mapy i zaplanuj podstawowe i zapasowe drogi podróży;
- ustal z bliskimi miejsce kontaktowe, do którego udacie się w razie przypadkowego rozdzielenia (miejsce, do którego każdy będzie mógł bez przeszkód dotrzeć).

PRZED EWAKUACJĄ

- przebierz się w ubranie zapewniające ochronę - pamiętaj o kurtce, butach z grubą podeszwą, i czapce. Załóż spodnie bojówki i ubieraj się "na cebulkę". Unikaj kolorów brązowych, zielonych oraz plecaków moro - możesz zostać uznany za żołnierza;
- zabierz przygotowany wcześniej;
- plecak ratunkowy, a jeżeli go nie masz, zbierz w jedno miejsce wszystkie najpotrzebniejsze rzeczy;
- przed wyjściem zabezpiecz swój dom - zakręć zawory wody i gazu, odłącz wszystkie urządzenia elektryczne, usuń produkty z lodówki i zamrażarki, zamknij drzwi na klucz;
- jeśli spóźnisz się na zorganizowany przez służby/administrację transport z miejsca ewakuacji - idź pieszo;
- jeśli zdecydujesz się na indywidualną ewakuację, podróżuj z rodziną jednym samochodem. Ograniczysz ryzyko rozdzielenia.

DROGA EWAKUACJI

- wykonuj polecenia służb kierujących ewakuacją;
- korzystaj z zalecanych przez służby tras – inne drogi mogą być zablokowane;
- unikaj dróg nieznanych oraz tych ze szczególnie ważnymi obiektami (to nie tylko obiekty wojskowe, ale także, elektrownie sieci przesyłu gazu, wieże telefoniczne);
- zachowaj ostrożność podczas jazdy po mostach i wiaduktach;
- nie zatrzymuj się pod przewodami wysokiego napięcia.

W CZASIE KRYZYSU I WOJNY

Uważaj na osoby, które zachowują się podejrzanie, próbują zdobyć Twoje zaufanie lub pozyskać wrażliwe informacje:

- gdzie pracujesz?
- czy znasz kogoś odpowiadającego za bezpieczeństwo w regionie?

Informuj służby i wojsko o podejrzanych osobach, sytuacjach i zachowaniach.

Nie obawiaj się munduru - Wojsko Polskie oraz siły sojusznicze mogą prowadzić działania także w Twojej miejscowości

STRZAŁY Z BRONI PALNEJ

DZIAŁANIA PREWENCYJNE

- Aby zwiększyć swoje bezpieczeństwo w sytuacji kontaktu z napastnikiem korzystającym z broni palnej, istotne jest dobre przygotowanie i działanie prewencyjne;
- Przypomnij sobie zasady udzielania pierwszej pomocy (czy pamiętasz jak zatrzymać krwawienie i wykonać sztuczne oddychanie?);
- Wchodząc do budynku zapamiętuj układ pomieszczeń i możliwe drogi ewakuacji - wyrób w sobie ten nawyk. W przypadku wystrzałów będziesz znał najlepszą drogę ucieczki.

W CZASIE STRZELANINY

- Najważniejsze jest usunięcie się z linii strzału napastnika. Uciekaj jak najdalej, a jeśli to możliwe, poinformuj innych o lokalizacji osoby, która strzela/ może oddać strzał. Unikaj kontaktu z uzbrojonymi ludźmi;
- Jeżeli nie możesz uciec - ukryj się. Wykorzystaj ukształtowanie terenu i dostępne przeszkody (mury, metalowe konstrukcje). Wycisz telefon, zamknij i zabarykaduj drzwi, opuść rolety i wyłącz światło. Zachowaj spokój. Unikaj ukryć grupowych. 5 osób zamkniętych w szafie zwiększa prawdopodobieństwo powstania dodatkowego hałasu! Jeżeli strzały ucihną, możesz poszukać bezpieczniejszego schronienia;
- Jeżeli ucieczka i kryjówka nie zdały egzaminu - walcz. Wykorzystaj wszystkie swoje atuty. Nie bój się zranić napastnika - to on jest „tym złym”. Twoja bierność może zadecydować o życiu wielu innych osób.

WYBUCH

Aby zwiększyć swoje bezpieczeństwo w razie wybuchu, istotne jest dobre przygotowanie i działanie prewencyjne:

- Zastanów się nad najlepszym schronieniem w miejscach, w których bywasz najczęściej (praca, szkoła, dom). Potrzebujesz miejsca z grubymi ścianami, bez okien, ale z dostępem powietrza. Najczęściej najbezpieczniejszym miejscem jest piwnica;
- przygotuj zestaw awaryjny i bądź gotowy do ewakuacji

GDY BĘDZIESZ ŚWIADKIEM WYBUCHU

- Padnij na ziemię i zakryj głowę rękami;
- Znajdź schronienie. Nie spiesz się z opuszczeniem schronu. Pomóż poszkodowanym w ewakuacji w bezpieczne miejsce. Nie korzystaj z wind i kieruj się do wyjścia ewakuacyjnego.

BRONŃ MASOWEGO RAŻENIA

CBRN - To skrót oznaczający broń masowego rażenia: substancje chemiczne (C), biologiczne (B) radiologiczne (R) i jądrowe (N). Najpoważniejszym i najczęstszym skutkiem związanym z kontaktem z którąkolwiek substancją CBRN może być ciężka choroba i nagła śmierć

Mogą mieć charakter gazu, ciała stałego lub cieczy. Mają bardzo szerokie spektrum efektów i w większości przypadków grożą śmiercią. Wiele substancji jest palnych, wybuchowych i może mieć działanie toksyczne oraz żrące. Szczególną ostrożność powinieneś zachować w przypadku kontaktu z substancjami gazowymi - w zależności od ich charakteru mogą płożyć się po ziemi lub unosić.

CO ZROBIĆ W RAZIE KONTAKTU Z NIEBEZPIECZNĄ SUBSTANCJĄ

- Jak najszybciej opuść skażony obszar;
- Poruszaj się w odwrotnym kierunku niż wiatr;
- Chroni drogi oddechowe i skórę;
- Po powrocie ze skażonego terenu weź prysznic i załóż czyste ubrania. Brudne ubrania zapakuj do plastikowego worka i wynieś poza miejsce swojego przebywania;
- Jeżeli jesteś w budynku uszczelnij okna, drzwi i wentylatory;
- Nie wychodź bez powodu na zewnątrz;
- Zostań w budynku. Zamknij okna, drzwi i wyłącz wentylatory i klimatyzatory.

Skażenie wiąże się z kontaktem z bakteriami, wirusami, grzybami, pasożytami i toksynami. Do infekcji dochodzi głównie przez drogi oddechowe, przewód pokarmowy, oczy oraz kontakt z podrażnioną skórą. Najczęściej kończy się śmiercią.

Jeśli wiesz, lub podejrzewasz, że doszło do skażenia biologicznego:

- Padnij na ziemię i zakryj głowę rękami;
- Jak najszybciej opuść skażony obszar;
- Chroni drogi oddechowe i skórę - jeżeli istnieje podejrzenie kontaktu z niebezpiecznymi substancjami biologicznymi, maska ochronna może ograniczyć ryzyko zarażenia;
- Dezynfekuj ręce i dbaj o higienę;
- Weź prysznic i załóż czyste ubrania. Brudne ubrania zapakuj do plastikowego worka i wynieś poza miejsce swojego przebywania;
- Zostań w budynku. Zamknij okna, drzwi i wyłącz wentylatory i klimatyzatory.

Promieniowanie jądrowe może uszkadzać strukturę genów oraz powodować choroby nowotworowe. Szczególnie niebezpieczne jest wdychanie skażonego powietrza lub połknięcie napromienionej żywności. Aby ochronić się przed promieniowaniem warto ukryć się w piwnicy lub pomieszczeniu z możliwie grubymi ścianami - każdy centymetr dodatkowej ochrony powoduje, że promieniowanie słabnie.

Co robić, jeżeli doszło do uwolnienia substancji niebezpiecznych?

- Wejść do najbliższego budynku, aby uniknąć napromieniowania. Jeżeli to możliwe, schroń się w piwnicy, schronie, parkingu podziemnym lub metrze. Odsuń się od ścian zewnętrznych;
- Jeżeli wracasz ze skażonego terenu weź prysznic i załóż czyste ubrania. Brudne ubrania zapakuj do plastikowego worka i wynieś poza miejsce przebywania;

- Nie jedz i nie pij niczego, co mogło być narażone na działanie promieniowania;
- Zostań w budynku. Zamknij okna, drzwi i wyłącz wentylatory i klimatyzatory;
- Korzystaj z telefonu tylko w szczególnie uzasadnionych przypadkach;
- Opanuj emocje i nie panikuj - ograniczysz niepotrzebne zużycie powietrza zamkniętym pomieszczeniu;
- Słuchaj komunikatów służb oraz mediów i stosuj się do zaleceń;
- Pozostań wewnątrz przynajmniej przez 24 godziny, chyba że służby udzielą innych instrukcji.

BRAK PRĄDU

Awarie prądu są zwykle usuwane w ciągu kilku godzin. W sytuacji kryzysowej, dostęp do elektryczności może być jednak ograniczony przez wiele dni.

Jak przygotować się na przerwę w dostępie do energii elektrycznej?

Przygotuj się na konieczność zapewnienia alternatywnego zasilania - agregat prądotwórczy oraz rezerwa paliwa zapewnią długotrwały dostęp do prądu. W przypadku ewakuacji niezwykle przydatnym będzie naładowany powerbank oraz ładowarka samochodowa; ogranicz korzystanie z telefonu komórkowego wyłącz WI-FI, pakiet danych, uruchom tryb energooszczędny; stwórz listę najpotrzebniejszych rzeczy zasilanych energią elektryczną i przygotuj zestaw pasujących do nich baterii. Pamiętaj o przygotowaniu radia zasilanego bateriami; przygotuj latarkę, świece, zapalki/zapalniczkę, apteczkę oraz zapasy jedzenia, które nie wymagają prądu do przygotowania; zabezpiecz odpowiednią ilość gotówki, która pomoże ci przetrwać pierwsze dni (bankomaty mogą nie działać!);

Grill ogrodowy może pomóc w przygotowaniu potraw i służyć jako awaryjne palenisko.

SPOTKANIE Z ŻOŁNIERZAMI WROGIMI

Co zrobić, jeżeli zauważysz w swojej okolicy uzbrojoną grupę ludzi, która nie wygląda na żołnierzy Wojska Polskiego lub wojsk sojuszniczych?

- Zachowaj spokój;
- Jeżeli widzisz na swojej drodze żołnierzy - zmień kierunek. Wybierz alternatywną drogę i nie narażaj się na niepotrzebny kontakt;
- Nie zbliżaj się do obcych samochodów, nie przyglądaj się sprzętowi wojskowemu - możesz zostać uznany za szpiega;
- Nie rób zdjęć i nie nagrywaj żołnierzy - to może sprowokować ich do agresji wobec Ciebie;
- Podczas rozmowy nie trzymaj rąk w kieszeni ani nie wykonuj gwałtownych ruchów;
- Nie kłóć się z osobą uzbrojoną;
- Jeśli żołnierz obcy będzie chciał skontrolować dokumenty - daj mu je. Nie odwracaj wzroku. Stój nieruchomo. Postępuj zgodnie z jego poleceniami. Nie rozglądaj, nie rozmawiaj z innymi.

W przypadku czasowego zajęcia terenu przez obce wojska oraz wprowadzenia tam nowych zasad:

- Zaopatrz się w wodę - napełnij butelki, garnki, a nawet wannę. Jeśli to możliwe zabezpiecz wodę ze studni;
- Korzystaj ze zgromadzonej wcześniej żywności lub tej rozdawanej w ramach pomocy humanitarnej;
- Nawet jeśli okoliczny sklep został zniszczony, możesz znaleźć tam jedzenie;
- Nie wychodź bez potrzeby po zmierzchu - każdy może uznać Cię za szpiega lub zwiadowcę;
- Zakładaj ubrania w neutralnych kolorach - bez symboli i emblematów;
- Znajdź towarzyszy. Razem będziecie Wam raźniej i zapewnicie sobie większą szansę na obronę.

PIERWSZA POMOC

Pierwsza pomoc to natychmiastowa opieka nad poszkodowanym. Pomoc udzielona przed przyjazdem karetki może uratować życie albo pomóc w dojściu do zdrowia.

Przystępując do udzielania pierwszej pomocy zastosuj się do poniższych kroków:

- Zachowaj spokój;
- Sprawdź czy jest bezpiecznie. Pamiętaj o swoim bezpieczeństwie;
- Zorientuj się ilu jest poszkodowanych i jakie odnieśli obrażenia;
- Wezwij pomoc - jeżeli na miejscu zdarzenia są świadkowie, poproś konkretną osobę o pozostanie na miejscu zdarzenia, aby mogła Ci pomóc;
- Oceń sytuację - jeśli poszkodowany jest przytomny, zapytaj co się stało. Oceń, czy sytuacja wymaga interwencji profesjonalnej pomocy medycznej. Jeśli nie - pomóż w miarę możliwości - np. oczyścić ranę i opatrzyć poszkodowanego. Jeśli ten jest nieprzytomny, koniecznie zadzwoń pod 112;
- Po uzyskaniu połączenia, podaj: miejsce zdarzenia, liczbę poszkodowanych, rodzaj obrażeń, swoje dane;
- Nie rozłączaj się do momentu, kiedy dyspozytor nie wyda takiego polecenia;
- Przystąp do czynności ratowniczych.

Czynności ratownicze:

Sprawdź czy poszkodowany jest przytomny: podejdź do niego i delikatnie potrząśnij za ramiona, głośno przy tym pytając „Słyszysz mnie?”.

1. Jeżeli poszkodowany reaguje i jest przytomny zostaw go w zastanej pozycji (jeżeli nic mu nie zagraża!) i monitoruj jego stan;
 2. Jeżeli poszkodowany nie reaguje, jest nieprzytomny:
 - a. ułóż go na plecach;
 - b. udroźnij drogi oddechowe: jedną rękę połóż na czole poszkodowanego, a drugą na żuchwie i delikatnie odchyl głowę do tyłu;
 - c. jeżeli poszkodowany oddycha ułóż go w pozycji bocznej ustalonej:
 - jedną rękę poszkodowanego (bliższą Twojej strony) ułóż pod kątem 90°;
 - przeciwległą rękę poszkodowanego spleć ze swoją ręką przykładając ją do policzka poszkodowanego (bliższego Twojej strony);
 - swoją drugą ręką chwyć poszkodowanego pod kolanem, zegnij nogę, nie odrywając stopy poszkodowanego od podłoża;
- przytrzymując cały czas dłoń przy policzku poszkodowanego, pociągnij za kolano w swoim kierunku, tak, aby ułożyć poszkodowanego na boku;
- odchyl głowę poszkodowanego ku tyłowi, aby zapewnić drożność dróg oddechowych i ułatwić oddychanie, natomiast nogę ułóż pod kątem 90°.
3. Jeżeli poszkodowany nie oddycha przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej - Pamiętaj 30 uciśnień i 2 wdechy. Czynność taką powtarzamy aż do momentu odzyskania oddechu przez poszkodowanego lub do momentu przyjechania karetki pogotowia.

JAK POSŁUGIWAĆ SIĘ PODRĘCZNYM SPRZĘTEM GAŚNICZYM

ZASADY UŻYCIA GAŚNIC

Do gaszenia najbezpieczniej użyć gaśnicy. Na obudowie znajdują się wyraźne i duże **oznaczenie literowe**, wskazujące na rodzaj pożaru, do gaszenia którego dana gaśnica jest przeznaczona:

- A** - ciała stałe pochodzenia organicznego, przy spalaniu których występuje zjawisko żarzenia (drewno, papier itp.);
- B** - ciecze palne i substancje stałe, topniejące wskutek ciepła (benzyna, rozpuszczalniki, smoła, topiące się tworzywa sztuczne);
- C** - gazy palne (gaz miejski i ziemny, acetylen, propan-butan);
- D** - metale lekkie, np. aluminium, magnez, sód;
- F** - tłuszcze i oleje w urządzeniach kulinarnych.

Do gaszenia każdego z nich należy używać odpowiednich środków. Do pożarów z grupy:

- A** - używana jest woda, piana gaśnicza, proszek gaśniczy, dwutlenek węgla;
- B** - odpowiednia piana gaśnicza, proszek gaśniczy, dwutlenek węgla;
- C** - proszek gaśniczy, dwutlenek węgla;
- D** - specjalne gaśnice proszkowe;
- F** - proszek gaśniczy, piana gaśnicza.

przy gaszeniu należy pamiętać o następujących zasadach:

- Gaśnice należy trzymać pionowo.
- Ciała stałe gasimy strumieniem środka gaśniczego skierowanego na płomień z dołu (a nie z góry!).
- W przypadku cieczy w spoczynku nie należy kierować strumienia na ciecz, a układać chmurę środka gaśniczego nad źródłem ognia.
- Ogień zawsze gasimy z kierunku wiatru (wiatr powinien wiać w plecy).
- Urządzeń pod napięciem nigdy nie gasimy gaśnicami wodnymi.
- Należy używać środków gaśniczych przeznaczonych do gaszenia danej grupy pożarów.





Kupując gaśnicę, zwróć uwagę do której grupy pożarów jest ona przeznaczona. Należy pamiętać, że przygotowane środki gaśnicze powinny być takiego rodzaju, aby można było ich użyć bez zastanawiania się, czy są odpowiednie w konkretnej sytuacji, czy nie. Stres wywołany przez pożar może być (i prawdopodobnie będzie) tak duży, że sparaliżuje myślenie, a w takim przypadku łatwo o użycie niewłaściwego środka gaśniczego. Może się zdarzyć, że gaśnicą spowodujemy większe straty niż te spowodowane przez sam ogień.

RODZAJE SYGNAŁÓW ALARMOWYCH I KOMUNIKATÓW OSTRZEGAWCZYCH

L.p	Rodzaj alarmu	Sposób ogłoszenia alarmów		
		Akustyczny system alarmowy	środków masowego przekazu	Wizualny sygnał alarmowy
1	Ogłoszenie alarmu	Sygnał akustyczny - modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut	Uwaga! Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm..... (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) dla	Znak żółty w kształcie trójkąta lub w uzasadnionych przypadkach innej figury
2	Odwołanie alarmu	Sygnał 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

L.p	Rodzaj komunikatu	Sposób ogłoszenia komunikatu		Sposób odwołania komunikatu	
		Akustyczny system alarmowy	środków masowego przekazu	Akustyczny system alarmowy	środków masowego przekazu
1	Uprzedzenie 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 uprzedzenie o zagrożeniu..... (rodzaj skażenia) dla
2	Uprzedzenie o zagrożeniu zakażeniami		Formę i treść komunikatu uprzedzenia o zagrożeniu zakażeniami ustalają organ Państwowej Inspekcji Sanitarnej		
3	Uprzedzenie o klęskach żywiołowych 1 zagr ożeniu środowiska		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm o klęskach ..dla

POSTĘPOWANIE PO OGŁOSZENIU SYGNAŁÓW ALARMOWYCH

Obrona cywilna instaluje systemy alarmowe, które mają ostrzegać ludność przed grożącym niebezpieczeństwem z powietrza, skażeniem promieniotwórczym i chemicznym. Ma to na celu umożliwić podjęcie działań minimalizujących skutki zagrożenia.

Do ogłaszania (odwoływania) alarmów wykorzystuje się następujące systemy:

- systemy alarmowe miasta;
- centralną oraz regionalne rozgłośnie radiowe i ośrodki telewizyjne;
- radiowęzły radiofonii przewodowej;
- syreny niewłączone do miejskich systemów alarmowych (syreny zakładów pracy, straży pożarnej itd.);
- system powiadamiania sms.

Sygnaty alarmowe przekazywane zastępczymi środkami alarmowymi (dzwony, syreny ręczne, gongi,

buczki itp.) ustala właściwy terenowo szef obrony cywilnej.

PAMIĘTAJ! Po usłyszeniu sygnału alarmowego należy działać szybko, ale rozważnie i bez paniki.

Powinieneś:

- włączyć radioodbiornik lub telewizor;
- zastosować się do podanych komunikatów;
- powiadomić rodzinę i sąsiadów.

Po usłyszeniu sygnału - alarmu powietrznego:

- **Osoby znajdujące się w domu powinny:**
 - o ubrać się;
 - o wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne i gazowe oraz wygasić ogień w piecu; o zamknąć okna i zabezpieczyć mieszkanie;
 - o zabrać dokumenty osobiste, zapas żywności, indywidualne środki ochrony przed skażeniami, środki opatrunkowe oraz w miarę potrzeb i możliwości latarkę elektryczną, koc, odbiornik radiowy (na baterię) itp.; o zawiadomić o alarmie sąsiadów (mogli nie usłyszeć sygnału); o pośpiesznie udać się do miejsca wskazanego przez służby ratownicze.
- **Osoby znajdujące się w zakładzie pracy, szkole lub miejscu publicznym powinny:**
 - o przerwać pracę (wyłączyć maszyny i urządzenia), naukę, udział w imprezie, podróż; o udać się do domu lub miejsca wskazanego przez służby ratownicze; o pomagać słabszym, chorym i niepełnosprawnym;
 - o podporządkować się ściśle poleceniom służb porządkowych obrony cywilnej.

PAMIĘTAJ! Jeżeli nie będziesz miał możliwości ukrycia się w budowli ochronnej, ukryj się w zagłębieniu terenu lub za inną trwałą osłoną.



W strefie zagrożonej skażeniami należy:

- nałożyć maskę przeciwgazową lub zastępcze środki ochrony przed skażeniami;
- wyjść ze strefy skażonej prostopadle pod kątem 90° do kierunku wiatru;
- omijać kałuże wody po powstałym opadzie promieniotwórczym;
- nie brać do ręki przedmiotów w strefie skażeń;
- zgłosić się do najbliższego punktu zabiegów sanitarnych;
- nie spożywać produktów żywnościowych.

Po usłyszeniu uprzedzenia o zagrożeniu skażeniami lub zakażeniami należy:

- sprawdzić posiadane indywidualne środki ochrony;
- sprawdzić zabezpieczenie posiadanych zapasów żywności, wody, paszy;
- sprawdzić szczelność przygotowanych pomieszczeń dla ludzi i zwierząt,
- jeśli nie ma innych zaleceń - udać się do pomieszczeń ochronnych (ukryć);
- przestrzegać ogłaszanych zarządzeń oraz wykonywać polecenia organów obrony cywilnej.

po usłyszeniu sygnałów odwołania alarmu należy:

- opuścić miejsce ukrycia,
- postępować zgodnie z poleceniami służb ratowniczych i porządkowych.



SZCZEGÓLWE ZASADY POSTĘPOWANIA PO AWARII CHEMICZNEJ W GRUPIE AZOTY ZAKŁADY AZOTOWE „PUŁAWY” S.A.



**Zagrożenie
chemiczne**

Niebezpieczeństwo wystąpienia zagrożenia chemicznego z uwagi na bliskość Zakładów Azotowych „Puławy” S.A. jest bardzo duże. Dlatego też należy się do tego zagrożenia odpowiednio przygotować.

Substancje niebezpieczne występujące na terenie zakładów:

- związki siarki;
o tlenek siarki; o oleum;
- związki azotu; o amoniak;
o tlenki azotu;
- związki węgla;
o dwutlenek węgla;
- ciecze palne.

Zagrożenia, których zasięg wykracza poza teren zakładów:

Poza terenem Zakładów zagrożenie może wystąpić w przypadku katastrofalnych uszkodzeń zbiorników z amoniakiem, oleum lub dwutlenkiem węgla. Zagrożenie dla ludzi i środowiska może stworzyć chmura toksycznego lub duszącego gazu przemieszczająca się z wiatrem!

Zasięg strefy zagrożenia:

- amoniak - 5400 m;
- oleum - 4500 m;
- dwutlenek węgla - 2800 m.

System ostrzegania i informowania ludności:

Alarmowanie o zagrożeniu chemicznym ma na celu ostrzeżenie ludności i umożliwienie ewakuacji lub schronienia się w zamkniętych pomieszczeniach.

System ostrzegania i alarmowania:

- zawiadomienie służb ratowniczych i organów administracji;
- uruchomienie syren alarmowych w zagrożonych miejscowościach;
- informowanie ludności poprzez środki masowego przekazu oraz Samorządowy Informator SMS;
- komunikaty z urządzeń zainstalowanych na pojazdach straży pożarnej i policji.

Ogłoszenie i odwołanie alarmu o zagrożeniu chemicznym za pomocą syren:

- ogłoszenie alarmu: sygnał akustyczny - modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut;
- odwołanie alarmu: sygnał akustyczny - dźwięk ciągły syreny w okresie trzech minut.

Środki masowego przekazu:

- Radio;
o Radio Impuls; o Polskie Radio Lublin; o Radio Eska; o Radio Zet; o Radio RMF FM;

- Telewizja;
 - o Telewizja LPU24;
 - o Telewizja Polska oddział w Lublinie „Panorama Lubelska”;
- Prasa;
 - o „Dziennik Wschodni”; o „Kurier Lubelski”.

Strona internetowa

www.pulawy.eu

Przykładowy komunikat:

Uwaga! Uwaga!

podajemy ważny komunikat. W związku z zaistniałym zdarzeniem na terenie Grupy Azoty Zakłady Azotowe „puławy” S.A. w puławach prosimy mieszkańców o niezwłoczne: pozamykanie zaworów gazu w mieszkaniu, wyłączenie urządzeń elektrycznych, objęcie opieką osób niepełnoletnich i niepełnosprawnych, pozamykanie okien i drzwi, nieużywanie otwartego ognia, włączenie odbiorników radiowych i słuchanie komunikatów na częstotliwościach lokalnych lub regionalnych. O podejmowanych przez służby ratownicze działaniach będziemy na bieżąco podawać komunikaty.

Zasady postępowania w przypadku zagrożenia:

- Osoby przebywające w strefie potencjalnego zagrożenia powinny natychmiast schronić się w najbliższym budynku.
- Należy objąć opieką osoby niepełnoletnie i niepełnosprawne.
- Osoby przebywające na terenie otwartym powinny jak najszybciej opuścić rejon zagrożenia, czyli przemieścić się prostopadłe do wyznaczonego na podstawie dymu z komina lub chmur kierunku wiatru.
- W budynku należy zamknąć i uszczelnić drzwi i okna, uszczelnić przewody wentylacyjne, zamknąć zawory gazowe, wyłączyć urządzenia elektryczne.
- Należy stosować się do instrukcji lub poleceń służb ratowniczych.

Urząd Miasta Puławy

ul. Lubelska 5, 24-100 Puławy
tel. 81 458 60 01, faks 81 458 61 99
um@um.pulawy.pl
www.pulawy.eu

**Wydział Zarządzania Kryzysowego
i Ochrony Ludności**

tel: 81 458-61-91, 81 458-61-88
zk@um.pulawy.pl

