

OBRONA CYWILNA GMINY SUBKOWY RADZI ! PRZYPOMINA !

Poradnik - co każdy obywatel wiedzieć powinien o zagrożeniach, o obronie cywilnej i sygnałach alarmowych

Prezentujemy poradnik- informacje dotyczący tego co każdy obywatel powinien wiedzieć na temat:

- I. Zagrożeń i postępowania po ich wystąpieniu,
- II. Obrony cywilnej,
- III. Sygnałów alarmowych.

I.ZAGROŻENIA I POSTĘPOWANIA PO ICH WYSTĄPIENIU.

Zagrożenie jest to nagłe lub przewidziane zdarzenie spowodowane siłami natury lub wynikające z działalności człowieka mogące spowodować niebezpieczeństwo dla zdrowia i życia ludzi oraz środowiska, jak również innych ważnych dla człowieka wartości. Zagrożenie może bezpośrednio spowodować kryzys lub prowadzić do jego wystąpienia.

Do zagrożeń można zaliczyć:

1. **Pożar**
2. **Powódź /podtopienie/**
3. **Huragan**
4. **Katastrofy komunikacyjne**
5. **Uwolnienie niebezpiecznych środków chemicznych**
6. **Katastrofy budowlane**
7. **Katastrofy energetyczne**
8. **Terroryzm**

POŻARY

Najczęstszą przyczyną powstawania pożarów są:

- bezmyślne bądź umyślne działanie człowieka,
- zwarcia i wady instalacji elektrycznych,
- wyładowania atmosferyczne.

Przed wystąpieniem pożaru **Nie dopuść do powstania pożaru !!!**

Skontroluj domowe źródła ogrzewania i usuń wszelkie nieprawidłowości:

- bardzo ostrożnie używaj zastępczych źródeł grzewczych (np. przenośne grzejniki elektryczne, gazowe, piecyki na drewno i węgiel), zgodnie z instrukcją obsługi,
- zabezpiecz materiały mogące ulec zapaleniu (podłoga, ściany, firany, meble, stosy gazet itp.), przed możliwością kontaktu z otwartym ogniem, żarem oraz gorącym popiołem,
- nie używaj kuchenki gazowej do dogrzewania mieszkania.

Sprawdź i stosuj odpowiednie zabezpieczenia instalacji elektrycznej:

- nigdy nie "watuł korków" - automatyczny bezpiecznik kosztuje kilka złotych !!!,
- włączając kilka urządzeń do jednego gniazda przeciążasz instalację elektryczną,
- używaj rozgałęźników z bezpiecznikami,
- utrzymuj instalację odgromową oraz kominową w dobrym stanie.

Przetrzymując w mieszkaniu pojemniki z rozpuszczalnikami, benzyną, farbami itp. - przetrzymujesz bombę, której wystarczy już tylko zapalnik !!

Przygotuj rodzinę do ewentualnej ewakuacji:

- określ w mieszkaniu, domu i obejściu gospodarskim drogi ewakuacji oraz zapoznaj z nimi domowników, przetrenuj z rodziną taką ewakuację. Winny być ustalone, co najmniej dwie drogi ewakuacji,
- naucz rodzinę, jak przemieszczać się w pomieszczeniach zadymionych.

W miarę możliwości:

- zainstaluj w mieszkaniu, domu i obejściu gospodarskim wykrywacze dymów (pożaru) i eksploatuj je zgodnie z instrukcją,
- zaopatr mieszkanie, dom i obejście w podręczne gaśnice i naucz rodzinę posługiwać się nimi. Przestrzegaj terminów badania sprawności gaśnic i ich legalizacji.

W razie pożaru

Jeśli zauważyłeś pożar to - masz obowiązek prawny i moralny powiadomić o tym osoby zagrożone, straż pożarną lub inne służby ratownicze.

Telefon Alarmowy - tel. 112

Straż Pożarną - tel. 998

Pogotowie Ratunkowe - tel. 999

Policję - tel. 997

Użyj prostych sposobów by ugasić pożar w zarodku - gaśnica, woda, koc gaśniczy:

- jeśli ubranie pali się na Tobie - zatrzymaj się, połóż na ziemi i obracaj do chwili zduszenia ognia, ucieczka spowoduje tylko zwiększenie płomienia,
- jeśli pali się tłuszcz w naczyniu kuchennym - ugaś go solą kuchenną lub po prostu nakryj szczelną pokrywką.

Nie gaś urządzeń elektrycznych wodą - mogą być pod napięciem, postaraj się odłączyć zasilanie elektryczne. Nie próbuj gasić ognia, którego nie jesteś w stanie opanować, wyprowadź wszystkie osoby zagrożone w bezpieczne miejsce i w razie potrzeby udziel pierwszej pomocy.

Gdyby pożar i swąd dymu obudził Cię ze snu - zbadaj, czy drzwi są ciepłe, jeżeli tak to nie otwieraj ich, lecz użyj innych dróg by opuścić pomieszczenie (np. przez okno, o ile jest to możliwe) lub usilnie wzywaj pomocy, wymachując przez okno białym obrusem, prześcieradłem:

- jeśli musisz wyjść przez pomieszczenia zadymione to zakryj usta i nos gęstą tkaniną, okryj się czymś trudno zapalnym i przemieszczaj tuż przy podłodze - dym i gorące powietrze unosi się do góry, a dołem powietrze jest bardziej czyste i chłodne.

Bądź przygotowany ! Dym drażni oczy.

Opuszczając mieszkanie zabierz ze sobą wszystkich domowników - dzieci potrafią chować się przed ogniem w miejscach, z których ich nie widać: w szafie, pod łóżkiem, pod pościelą itp.

Po pożarze

Jeżeli zamierzasz wejść do budynku po pożarze powinienes:

- upewnić się, czy właściwe służby (władze, straż pożarna) stwierdziły, że budynek jest bezpieczny,
- uważać na oznaki dymu i gorąca,
- nie włączać instalacji elektrycznej w budynku (pomieszczeniu) po pożarze przed jej sprawdzeniem przez elektryka,
- jeśli został wyłączony główny wyłącznik gazu, odcinający dopływ gazu z sieci zasilającej do budynku - to w razie ponownego jego włączenia, wezwij upoważnionego pracownika technicznego administracji obiektu oraz służbę gazowniczą,
- zachować czujność i uwagę, gdyż po pożarze elementy konstrukcyjne budynku (zabudowań) mogą być osłabione (np. dachy i stropy) i mogą wymagać naprawy.

Jeśli fachowcy (inspektor budowlany) stwierdzą, że budynek po pożarze jest niebezpieczny, należy opuścić dom:

- konieczności opuszczenia domu powiadom policję, aby wzięła go i pozostawione mienie pod ochronę,
- zabierz ze sobą dowód tożsamości i inne ważne dokumenty, niezbędne i cenne przedmioty (okulary, lekarstwa, polisy ubezpieczeniowe, pieniądze, biżuterię).

Skontaktuj się z firmą ubezpieczeniową w przypadku, gdy Twoje mieszkanie, Twój dom, zabudowania gospodarcze i pozostałe mienie ubezpieczyłeś od pożaru.

Wyrzuc produkty żywnościowe, napoje i lekarstwa, które były narażone na działanie wysokiej temperatury, dymu i płomieni. Dotyczy to również zawartości lodówki i zamrażarki. Nie wolno też ponownie zamrażać rozmrożonej żywności.

Jeśli sejf lub metalowa skrzynia uległy oddziaływaniu pożaru, nie próbuj ich otwierać. W ich wnętrzu przez długi czas (wiele godzin) może utrzymywać się wysoka temperatura. Jeśli otworzysz drzwi sejfu lub skrzyni przed wychłodzeniem, powietrze z zewnątrz w połączeniu z wysoką temperaturą wnętrza sejfu (skrzyni) może spowodować zapalenie się zawartości.

2. POWÓDŹ / podtopienie /

Powódź /podtopienie / najczęściej spodziewana jest w okresie jesienno - zimowym oraz zimowo - wiosennym z powodu długotrwałych bądź intensywnych opadów deszczu albo z powodu szybkiego topnienia śniegu.

Przed wystąpieniem powodzi /podtopienia/

Przygotuj się do powodzi /podtopienia/zanim ona Ciebie zaskoczy!!!

Poznaj podstawowe pojęcia, związane z zagrożeniem .

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

Jeśli zagrożenie powodziowe stanie się realne, zaopatrzyć się w przydatny sprzęt:

- latarki, radiodiodniornik baterijny + zapasowe baterie;
- inne źródła światła (świece, lampy naftowe, zapalniczki, zapałki, zapalniczki).

Przygotuj się, aby być samowystarczalnym przez okres 3 dni i zdolnym do pomocy sobie i innym. Poproś krewnych lub znajomych, zamieszkałych na terenach bezpiecznych, by służyli jako miejsce kontaktu dla Twojej rodziny. Upewnij się czy wszyscy jej członkowie znają adresy i telefony osób kontaktowych. Zapoznaj rodzinę, jak zabezpiecza się mieszkanie, dom, obejście przed powodzią i grabieżą. Sprawdź zawory zainstalowane w kanalizacji ściekowej swego domu w celu zapobieżenia cofania się wody z systemu drenowego. W ostateczności użyj dużych korków lub czopów do zatkania przecieków, rur i zbiorników.

W czasie zagrożenia powodzią/podtopienia/

Miej włączone radio baterijne na częstotliwości radia regionalnego - albo program miejski, w celu uzyskania komunikatu o zagrożeniu i sposobach postępowania.

Postępuj zgodnie z treścią komunikatów - nie zwlekaj !!!

W przypadku niebezpieczeństwa natychmiast przemieszczaj się na wyżej położone tereny (miejsca).

Jeżeli władze lokalne ogłoszą ewakuację z terenów zagrożonych, bądź przygotowany na nią wraz z rodziną. Pamiętaj także o swoich zwierzętach.

Zabezpiecz swoje mieszkanie, swój dom tj. przenieś wartościowe wyposażenie domowe na wyższe piętra domu oraz zabezpiecz parter, jeśli czas na to pozwala. Wykorzystaj do tego celu worki z piaskiem, folię lub inne materiały podręczne. Z posesji, wszystkie rzeczy schowaj w budynku lub je przywiąż do czegoś stabilnego, aby nie popłynęły.

W czasie powodzi /podtopienia/ odłącz urządzenia elektryczne, ale nie dotykaj ich, gdy są wilgotne lub stoją w wodzie. Wyłącz sieć gazową i wodociągową.

Nie używaj w gospodarstwie domowym wód gruntowych, mogą być zatrute (skażone).

Nie chodź na obszarach zalanych,.

Jeżeli musisz przekroczyć zalany- podtopiony obszar, użyj do badania gruntu przed sobą tyczki.

Po ostrzeżeniu, że spodziewana jest duże podtopienie , zapewnij swobodny wlew wód do piwnicy twego domu lub sam wypełnij ją czystą wodą.

Unikniesz w ten sposób zagrożenia uszkodzenia fundamentów domu przez ciśnienie napierających wód.

Dzieciom i osobom z ograniczoną świadomością należy przymocować w widocznym miejscu kartkę z imieniem, nazwiskiem oraz miejscem zamieszkania.

Jeżeli zostaniesz wytypowany do pomocy w pracach przeciwpowodziowych (np. do układania lub napełniania worków z piaskiem)

- p o m a g a j !!!

W miarę możliwości zapobiegaj tworzeniu się atmosfery paniki, bądź rozsądny, zachowaj trzeźwość umysłu - to połowa sukcesu.

Po powodzi /podtopieniu/

Jak najdłużej pozostań poza zasięgiem wód, gdyż mogą być skażone np. produktami ropopochodnymi, nie oczyszczonymi ściekami, bakteriami chorobotwórczymi itp. Nie używaj ich do picia! Mogą być one również pod napięciem z uszkodzonych linii energetycznych napowietrznych lub podziemnych.

Bądź ostrożny, gdy wjeżdżasz na tereny dotknięty podtopieniem . Drogi mogą być osłabione i nie wytrzymać ciężaru Twojego samochodu (ciągnika), czy innego pojazdu.

Miej zawsze włączone radio w celu uzyskania informacji lokalnych, dotyczących udzielanej pomocy tj. zaopatrzenia w żywność i wodę zdatną do picia i użytku ogólnego.

Zwracaj uwagę na zdrowie i bezpieczeństwo Twoje i Twojej rodziny.

Często myj ręce mydłem w czystej wodzie, jeśli miałeś kontakt z wodami powodziowymi.

Pamiętaj o wspomżeniu swoich sąsiadów, którzy mogą potrzebować specjalnej pomocy przy małych dzieciach, starszych lub przy niepełnosprawnych osobach.

Wyrzuć żywność, która miała kontakt z wodami podtopienia .

Poinformuj odpowiednie służby o zerwanych liniach energetycznych, nieszczelności rurociągu gazowego lub o innych zagrożeniach występujących na Twoim terenie.

Mieszkanie i wszystkie sprzęty, które przydatne są do dalszego użytkowania trzeba zdezynfekować, gdyż naniesiony muł zawiera duże ilości grzybów i bakterii chorobotwórczych, które zagrażają zdrowiu ludzi i zwierząt.

Przygotuj do wymiany podłogi i mury, które nasiąkły wodami

Sprawdź czy fundamenty Twojego domu nie mają pęknięć, aby upewnić się, że budynek nie grozi zawaleniem. Uważaj na poluzowane tynki, sufity.

Odpompuj zalane piwnice stopniowo - około 1/3 pierwotnego poziomu wody dziennie - w celu uniknięcia zniszczenia struktury fundamentów. Dopilnuj, aby instalacje domowe; elektryczne, gazowe i wodno-kanalizacyjne zostały sprawdzone przez fachowców i ewentualnie naprawione przed ich ponownym użytkowaniem.

Używaj mocnego obuwia i bateryjnych lamp lub latarek w czasie oględzin zabudowań.

Jeżeli byłeś ubezpieczony przed powodzią, skontaktuj się z firmą ubezpieczeniową, aby uniknąć nieporozumień z odszkodowaniami. Zrób zdjęcia zastanych zniszczeń - zarówno budynku, jak i wyposażenia.

3. HURAGAN

Występowanie huraganów (silnych wiatrów) powodowane jest najczęściej, szybko przemieszczającymi się aktywnymi niżami. Najgroźniejszą formę przyjmują one w okresie: wiosennym i jesiennym.

Przed wystąpieniem huraganu (silnych wiatrów):

- Upewnij się, czy wszyscy członkowie twojej rodziny wiedzą, jak postępować w czasie huraganu, oraz naucz ich jak wyłączać gaz, elektryczność i wodę.
- Opracuj plan komunikowania się w czasie zagrożenia na okoliczność, gdy członkowie rodziny są rozdzieleni (realny przypadek, gdy dorośli są w pracy, a dzieci w szkole).
- Naucz dzieci, jak i kiedy wzywa się policję lub straż pożarną, oraz które radio jest nastrojone na odbiór informacji o stanie zagrożenia.

Podczas huraganu

Miej włączone radio bateryjne na częstotliwości radia regionalnego - albo program miejski, w celu uzyskania komunikatu o zagrożeniu i sposobach postępowania.

Zabezpiecz swoje mieszkanie (dom):

- zamknij okna, zabezpiecz rynny i inne części budynku;
- upewnij się czy konstrukcja dachu jest mocno przytwierdzona do konstrukcji budynku;
- zabezpiecz lampy i inne urządzenia, które mogą ulec zniszczeniu;

- usuń z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać przechodniom;
- uprzątnij z obejścia przedmioty, które mogły by narobić szkód (porwane przez wiatr);
- zapewnij sobie odpowiednią ilość źródeł światła, jak: latarki elektryczne (baterie do latarek i odbiorników radiowych), świece;
- sprawdź stan apteczki pierwszej pomocy i zaopatr się w niezbędne materiały i leki;
- przygotuj rzeczy, które mogą być potrzebne w czasie ewakuacji tj. dokumenty, odzież, żywność, wartościowe rzeczy;
- nie parkuj pojazdów w pobliżu drzew, słupów i trakcji elektrycznych.

Wyłącz główny wyłącznik prądu i gazu - ograniczy to niebezpieczeństwo powstania pożaru.

Schowaj się w środkowych i najniższych partiach budynku z dala od oszklonych okien, sufitów i drzwi.

Znajdując się poza domem, pozostań tam, aż huragan nie przejdzie.

Nie zatrzymuj się pod trakcjami elektrycznymi, planszami reklamowymi, drzewami itp.

Jeżeli służby ratownicze zalecają ewakuację:

- wyrusz tak szybko jak to tylko możliwe;
- opuszczając mieszkanie wyłącz energię elektryczną, oraz główny zawór wody i gazu. Wygaś ogień w piecach, oraz zabezpiecz dom;
- zawiadom kogoś, poza zasięgiem wichury, dokąd się ewakuujesz;
- zabierz przygotowany zawnazasu podręczny bagaż, oraz ciepłą odzież.

Po huraganie

- Udziel pierwszej pomocy rannym i poszkodowanym osobom.
- Unikaj leżących lub zwisających przewodów elektrycznych.
- Ostrożnie wkraczaj do swego domu.
- Sprawdź instalację (gazową, elektryczną, wodociągową i ściekową) w zniszczonym domu.
- O wszystkich zdarzeniach, mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj:
 - * służby dyżurne Straży Pożarnej, Straży Miejskiej, Policji;
 - * pogotowie energetyczne, gazowe, inne.

4. KATASTROFY KOMUNIKACYJNE

KATASTROFY KOLEJOWE

Katastrofy kolejowe występują stosunkowo rzadko. Jednak olbrzymia ilość przewożonych pasażerów, wielkość i różnorodność niebezpiecznych ładunków (chemiczne, toksyczne, łatwopalne i inne) zwiększają skalę i rozmiar zagrożeń, które w równej mierze dotyczą

pasażerów i mieszkańców miejscowości w pobliżu szlaków kolejowych.

Do podstawowych zasad postępowania należą:

- powiadomienie służb ratowniczych (Straż Pożarna, Policja, Pogotowie Ratunkowe, PKP, SOK);
- udzielenie pomocy lżej poszkodowanym, gdy nie grozi to pożarem, wybuchem i gdy nie ma innych zagrożeń;
- stosowanie się do poleceń służb ratunkowych;
- nie zbliżanie się do miejsca katastrofy, nie blokowanie dojazdu pojazdom specjalnym;
- oddalić się jak najszybciej, gdy jest podejrzenie wycieku niebezpiecznej substancji;
- ostrzeżenie innych przypadkowych świadków zdarzenia.

KATASTROFY DROGOWE

Postępująca motoryzacja, ciągła rozbudowa sieci dróg i różnorodność przewożonych ładunków potęgują zagrożenia, które towarzyszą katastrofom i wypadkom drogowym.

Powszechność motoryzacji nakłada na obywateli obowiązek znajomości podstawowych zasad i czynności do wykonania w razie wystąpienia katastrofy drogowej lub wypadku.

Do podstawowych zasad i czynności należą:

- powiadomienie służb ratowniczych (Straż Pożarna, Straż Miejska, Policja, Pogotowie Ratunkowe);
- udzielenie pomocy lżej poszkodowanym, gdy nie grozi to pożarem, wybuchem i gdy nie ma innych zagrożeń;
- stosowanie się do poleceń służb ratunkowych;
- nie zbliżanie się do miejsca katastrofy, nie blokowanie dojazdu pojazdom specjalnym;
- wyłączenie nawiewu i zamknięcie okien, gdy jest podejrzenie wycieku niebezpiecznej substancji;
- ostrzeżenie innych użytkowników drogi.

5. UWOLNIENIE NIEBEZPIECZNYCH ŚRODKÓW CHEMICZNYCH

Najczęstszą przyczyną uwolnień niebezpiecznych środków chemicznych (NŚCh) są:

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

ZAPAMIĘTAJ!!!

Pojazdy samochodowe przewożące substancje niebezpieczne są oznakowane pomarańczowymi prostokątnymi tablicami z czarnymi napisami cyfrowymi określającymi rodzaj niebezpiecznej substancji według międzynarodowych oznaczeń, umieszczonymi z tyłu i przodu pojazdu w następujący sposób: np. benzyny - paliwa silnikowe:

- nr rozpoznawczy niebezpieczeństwa
- nr substancji wg wykazu ONZ

Jeżeli jesteś świadkiem wypadku z udziałem Niebezpiecznych Środków Chemicznych - powiadom natychmiast w jakikolwiek sposób straż pożarną i policję. Podaj istotne dane:

- miejsce zdarzenia;
- charakter zdarzenia;
- swoje dane.

Nie bądź kibicem zdarzenia, ale oddal się z miejsca wypadku, aby zminimalizować ryzyko zatrucia.

Opuść rejon zagrożony, kierując się prostopadle do kierunku wiatru.

Chroń swoje drogi oddechowe. W tym celu wykonaj filtr ochronny z dostępnych Ci materiałów (zwilżona w wodzie lub wodnym roztworze sody oczyszczonej chusteczka, szalik, ręcznik, itp.) i osłoń nim drogi oddechowe.

Jeśli jesteś w samochodzie - zamknij okna, włącz wentylację wewnętrzną - staraj się jak najszybciej opuścić strefę skażenia.

Stosuj się ściśle do poleceń służb ratowniczych lub komunikatów, przekazywanych przez lokalne środki przekazu - radio, TV, megafony.

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

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

- włącz radio lub telewizor na program lokalny i stosuj się ściśle do poleceń, wydanych przez lokalne władze (służby ratownicze);
- uszczelnij wszystkie otwory okienne, wentylacyjne, drzwi - oklejając je taśmą klejącą, obkładając rulonami z mokrych ręczników lub

prześcieradeł;

- oddychaj przez maseczkę wykonaną z gazy, waty, ręcznika itp.;
- zadbaj o bezpieczeństwo swoich podopiecznych, dzieci, osób niepełnosprawnych, zwierząt domowych;
- pozostań w wewnętrznej części budynku przy zamkniętych drzwiach - w przypadku, gdy istnieje niebezpieczeństwo skażenia chlorem, udaj się na wyższe kondygnacje np. do sąsiadów. W przypadku amoniaku - kieruj się do pomieszczeń, położonych na niskich kondygnacjach;
- powiadom o zagrożeniu najbliższe otoczenie;
- wyłącz urządzenia elektryczne i gazowe z otwartym ogniem;

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

6. KATASTROFY BUDOWLANE

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 - uwaga na stropy, klatki schodowe;
- o ile nie możesz opuścić budynku (mieszkania) drzwiami wyjściowymi przez klatkę schodową z powodu zagrożenia lub innych przeszkód, uciekaj przez okno lub okna sąsiadów, jeśli to możliwe.

Gdy nie masz możliwości opuszczenia domu:

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

Gdy jesteś unieruchomiony (przysypany):

- nawołuj pomocy, stukaj w lekkie elementy metalowe - ułatwi ratownikom lokalizację.

Gdy opuścisz dom (mieszkanie):

- powiadom kierującego akcją ratowniczą o osobach z rodziny i sąsiadach, którzy zostali jeszcze w pomieszczeniach budynku, oraz o osobach, które aktualnie i na pewno przebywają poza domem (w pracy, szkole itp.);
- jeśli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaż je niezwłocznie służbie ratowniczej;
- nie przeszkadzaj w pracy ratownikom;
- nie wracaj na miejsce katastrofy, ani nie wchodź do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia służb budowlanych, które określą czy takie wejście jest bezpieczne;
- o ile doznałeś obrażeń (jesteś ranny) zgłoś się do punktu pomocy medycznej;
- zgłoś swoje potrzeby do punktu pomocy społecznej lub władz terenowych;
- dalej postępuj, zgodnie z zaleceniami władz miasta, gminy.

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

7. KATASTROFY ENERGETYCZNE

Wśród przyczyn awarii sieci energetycznych (zerwanie linii przesyłowych lub uszkodzenia stacji transformatorowych) wymienić należy:

- wpływy atmosferyczne (wichury, podtopienia, oblodzenia);
- katastrofy budowlane;
- wstrząsy sejsmiczne;
- nieumyślna lub celowa działalność człowieka.

Skutkiem oddziaływania energii elektrycznej na organizm człowieka jest porażenie prądem elektrycznym, które stanowi zagrożenie dla zdrowia i życia. Przyczyną porażenia jest znalezienie się człowieka bezpośrednio w obwodzie elektrycznym.

Decydujące znaczenie dla oddziaływania elektryczności na żywy organizm mają następujące czynniki, pozostające ze sobą w związku: napięcie, natężenie i częstotliwość prądu, opór elektryczny ciała, gęstość prądu (zależna od powierzchni styku ciała i przewodnika prądu) czas działania oraz droga prądu przez ciało.

ZAPAMIĘTAJ !!!

Mokra skóra stanowi bardzo słaby opór dla prądu elektrycznego. Przebieg wypadków z prądem elektrycznym jest cięższy w miejscach, gdzie dochodzi woda lub panuje wilgoć. Prąd zmienny jest z reguły bardziej niebezpieczny od prądu stałego o tym samym natężeniu. Im dłużej prąd elektryczny działa na organizm, tym cięższe obrażenia powoduje w ciele człowieka.

Porażenie prądem elektrycznym może spowodować uszkodzenia narządów pozornie nie leżących na drodze jego przepływu. Od faktycznej, trudnej do ustalenia, drogi przebiegu prądu, (o której decyduje różny opór tkanek) zależy rozmiar szkód powstałych w organizmie.

Ze względów praktycznych wypadki z prądem można podzielić na dwa rodzaje:

- wypadki z prądem o niskim napięciu (poniżej 1000 woltów);
- wypadki z prądem o wysokim napięciu (powyżej 1000 woltów).

Przeptywający przez ludzkie ciało prąd o niskim napięciu - np. zmienny zasilający gniazda ścienne lub oświetlenie, czy też przewodowy zasilający silniki elektryczne, maszyny - powoduje głównie pobudzenie układu nerwowego i mięśni.

W wyniku niekontrolowanego skurczu mięśni dochodzi np. do tzw. "przyklejenia się kończyny do przewodu" bądź upadku osoby porażonej i mechanicznych uszkodzeń ciała. Oddziaływanie prądu na mięsień sercowy może doprowadzić nawet do zatrzymania akcji serca, a utrata przytomności i bezdech są często skutkiem reakcji układu nerwowego na prąd lub też porażenia mózgu. Czasami stwierdza się oparzenia skóry.

Jeśli jesteś świadkiem wypadku z porażeniem prądem elektrycznym o niskim napięciu:

- staraj się natychmiast spowodować przerwanie obwodu elektrycznego (wyłączenie urządzenia, wyjęcie bezpiecznika);
- gdy przerwanie działania prądu jest z jakiegokolwiek powodu niemożliwe, spróbuj odseparować ofiarę wypadku od obwodu elektrycznego poprzez odsunięcie pozostającego pod napięciem przedmiotu przy użyciu sprzętu nie przewodzącego elektryczności (drewno, tworzywo sztuczne, guma, wyroby ceramiczne, itp.);
- ostatecznie możesz zdecydować się na oderwanie porażonego od źródła prądu np. chwytając za jego ubranie;
- przed podjęciem każdego działania zapewnij sobie zabezpieczenie przed wpływem prądu (stań na desce, suchej tkaninie lub innym materiale izolacyjnym) nie dotykaj ratowanego gołymi rękami lub przedmiotem przewodzącym elektryczność, dopóki obwód prądu nie zostanie skutecznie przerwany;
- gdy oddziaływanie prądu zostanie wyeliminowane lub usuniesz ofiarę wypadku z okolicy zagrożenia, przystąp do udzielania pierwszej pomocy poszkodowanemu.

Przy wypadkach z prądem o wysokim napięciu, spotykanym w liniach przesyłowych między elektrowniami a stacjami transformatorowymi, niebezpieczne jest już samo zbliżanie się do elementów będących pod napięciem. Może bowiem powstać łuk elektryczny przez (normalnie izolującą) warstwę powietrza i nastąpi przepływ prądu przez ciało człowieka. Działanie wysokiego napięcia w przypadku dotknięcia lub zbytniego zbliżenia się do urządzeń będących pod napięciem wytwarza wysoką temperaturę i w konsekwencji groźne oparzenia poszkodowanego. Możliwe jest również wystąpienie wszystkich zaburzeń zachodzących w organizmie, który został poddany oddziaływaniu napięcia niskiego.

Jeśli stwierdziłeś, że ofiara wypadku została porażona prądem elektrycznym o wysokim napięciu:

- nie możesz przystąpić do wykonywania czynności ratunkowych w ramach pierwszej pomocy;
- abyś zdołał udzielić jedynej możliwej pomocy poszkodowanemu, którą jest wezwanie pogotowia ratunkowego - w pierwszym rzędzie zadbaj o swoje bezpieczeństwo;
- nie zbliżaj się bezpośrednio do miejsca zdarzenia, pamiętając, że łuk elektryczny może przeskoczyć na odległość nawet kilku metrów (z reguły bezpieczna odległość to 5 metrów);
- powiadamiając pogotowie ratunkowe zaznacz, że wypadek dotyczy porażenia prądem o wysokim napięciu.

ZAPAMIĘTAJ !!!

Urządzenia sieci wysokiego napięcia są oznakowane tablicami ostrzegawczymi z napisem: **"UWAGA - wysokie napięcie - grozi śmiercią"** umieszczonymi na tle czerwonej błyskawicy.

8. TERRORYZM

Terroryzm to metoda działania polegająca na przemocy wobec pojedynczych osób, aparatu władzy lub wobec przypadkowych członków społeczeństwa, przez zamachy na urzędy, lokale publiczne, itp.

Terroryzm chemiczny i biologiczny - jest to nagłe, uwolnienie do otoczenia toksycznych środków przemysłowych (TŚP) lub innych niebezpiecznych materiałów chemicznych i biologicznych, podczas którego wystąpiło zbiorowe zagrożenie dla życia, zdrowia, mienia dużej wartości lub środowiska naturalnego, występujące na znacznym obszarze.

Możesz przygotować się na atak terrorystyczny, korzystając z tych samych sposobów, które znajdują zastosowanie podczas innych sytuacji kryzysowych:

- bądź czujnym i zorientowanym w tym, co dzieje się w najbliższym otoczeniu. Podstawową cechą terroryzmu jest to, iż nie ma lub pojawia się mało znaków ostrzegawczych,
- w czasie podróży należy przedsięwziąć wszelkie możliwe środki ostrożności. Zwracaj uwagę na rzucające się w oczy lub po prostu nietypowe

zachowania. Nie przyjmuj od obcych osób żadnych pakunków. Nie pozostawiaj bagażu bez opieki,
- zapamiętaj gdzie znajdują się wyjścia ewakuacyjne. Zawczasu pomyśl, którędy można by ewakuować się w pośpiechu z budynku, metra lub zatłoczonych miejsc. Zapamiętaj gdzie znajdują się klatki schodowe,
- zapamiętaj elementy z najbliższego otoczenia. Zwróć uwagę na ciężkie lub łatwo tłukące się przedmioty, które mogą być przesunięte, zrzucone lub zniszczone podczas wybuchu.

Może się zdarzyć, że nie będziesz w stanie zobaczyć lub wyczuć niczego nietypowego. W czasie niebezpiecznego zdarzenia o charakterze chemicznym lub biologicznym władze wydadzą Ci odpowiednie instrukcje. Możesz zostać poruszony o ewakuowanie się, udanie się na wyżej położony obszar, ustawienie się pod wiatr, pozostanie w mieszkaniu lub udanie się w wyznaczone miejsce. Możesz także znajdować się w bezpośrednim sąsiedztwie zdarzenia i nie zdawać sobie sprawy z niebezpieczeństwa. Gdy zauważysz ludzi wymiotujących, w konwulsjach lub zdezorientowanych - natychmiast poinformuj służby medyczne, opuść to miejsce i szukaj pomocy medycznej.

II. OBRONA CYWILNA

1. Cele, zadania oraz organizacja obrony cywilnej

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

Wg. obowiązujących w Polsce unormowań prawnych, obrona cywilna stanowi kompleks przedsięwzięć:

- charakterze planistycznym,
- organizacyjnym, szkoleniowym,
- inwestycyjnym,
- materiałowo - technicznym i
- zaopatrzeniowym.

Przedsięwzięcia te są realizowane przez organa administracji rządowej i samorządowej oraz jednostki organizacyjne.

2. Podstawowe cele i główne zadania OC w czasie pokoju i w okresie wojny

Celem obrony cywilnej jest:

- ochrona ludności, zakładów pracy i urządzeń użyteczności publicznej oraz dóbr kultury,
- ratowanie i udzielanie pomocy poszkodowanym w czasie wojny,
- współdziałanie w zwalczaniu klęsk żywiołowych, zagrożeń środowiska i w usuwaniu ich skutków.

3. Zadania obrony cywilnej w czasie pokoju:

- planowanie przedsięwzięć w zakresie ochrony przed skutkami działań zbrojnych zarówno ludności, jak i zakładów pracy i urządzeń użyteczności publicznej oraz dóbr kultury
 - wykrywanie zagrożeń i stwarzanie warunków do ostrzegania i alarmowania ludności
 - przygotowanie schronów i ukryć dla ludności oraz utrzymanie ich w gotowości do użycia
 - gromadzenie i przechowywanie indywidualnych środków ochronnych dla formacji obrony cywilnej i ludności
 - wyposażenie formacji obrony cywilnej w specjalistyczny sprzęt ratowniczy, przyrządy i aparaturę do wykrywania różnego rodzaju zagrożeń
 - systematyczne szkolenie w zakresie OC:
 - * kadr kierowniczych administracji rządowej i samorządowej,
 - * formacji OC
 - * ludności w ramach powszechnej samoobrony
 - współdziałanie w zwalczaniu klęsk żywiołowych i zagrożeń środowiska, oraz usuwanie ich skutków
- Decyzję o włączeniu sił obrony cywilnej do działań podejmują terenowi szefowie OC.

4. Zadania obrony cywilnej w czasie wojny:

- organizuje ewakuację ludności, zaciemnianie i wygaszanie oświetlenia
- organizuje i prowadzi akcję ratunkową, udziela pomocy medycznej poszkodowanym
- organizuje pomieszczenia i zaopatrzenie dla poszkodowanej ludności
- zaopatruje ludność w sprzęt i środki ochrony indywidualnej
- prowadzi likwidację skażeń i zakażeń
- pomaga w przywracaniu i utrzymaniu porządku w strefach dotkniętych klęskami

- pomaga w budowie i odbudowie awaryjnych ujęć wody pitnej
- pomaga w ratowaniu żywności i innych dóbr niezbędnych do przetrwania
- udziela doraźnej pomocy w grzebaniu zmarłych.

5. Obowiązki i uprawnienia organów państwowych, samorządowych i organizacji społecznych.

Centralnym organem właściwym w sprawach obrony cywilnej jest Szef Obrony Cywilnej Kraju, którego na wniosek Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji powołuje prezes Rady Ministrów.

Do zakresu działania Szefa Obrony Cywilnej Kraju należy:

- przygotowanie projektów założeń i zasad działania obrony cywilnej,
- ustalenie ogólnych zasad realizacji zadań obrony cywilnej,
- koordynowanie przedsięwzięć i sprawowanie kontroli nad realizacją zadań obrony cywilnej przez naczelne organa administracji, terenowe organa administracji rządowej i organa samorządu terytorialnego, a także
- sprawowania nadzoru nad odbywaniem zasadniczej służby w obronie cywilnej.

Terenowymi organami obrony cywilnej w administracji rządowej i samorządowej są Wojewodowie, starostowie, wójtowie oraz burmistrzowie i prezydenci miast jako szefowie obrony cywilnej województw, powiatów i gmin.

Do zakresu ich działania należy kierowanie oraz koordynowanie przygotowań i realizacji przedsięwzięć obrony cywilnej przez instytucje państwowe i samorządowe, podmioty gospodarcze i inne jednostki organizacyjne działające na ich terenach. Szefowie Obrony Cywilnej województw i gmin wykonują zadania obrony cywilnej przy pomocy podległych im urzędów oraz powołanych w ich strukturach specjalistycznych komórek organizacyjnych.

Za realizację zadań obrony cywilnej w zakładach pracy odpowiedzialni są ich właściciele lub kierownicy.

Ministrowie (kierownicy) urzędów centralnych mają obowiązek uwzględniania zadań obrony cywilnej w nadzorowanych przez nich dziedzinach.

Organizacje społeczne wykonują zadania obrony cywilnej w zakresie wynikającym z ich statusów i programów działania. Zasady i sposoby realizacji są uzgadniane w porozumieniach zawieranych przez ich naczelne organy z szefem Obrony Cywilnej Kraju.

6. Formacje obrony cywilnej

Formacje obrony cywilnej tworzy się w gminach i zakładach zatrudniających więcej niż 50 pracowników. W zakładach pracy zatrudniających mniej niż 50 pracowników, mogą być tworzone wspólne formacje dla kilku sąsiadujących ze sobą zakładów. Jeżeli jednak w zakładzie zatrudniającym poniżej 50 pracowników wytwarza się, magazynuje lub wykorzystuje do produkcji toksyczne środki przemysłowe, kierownicy, właściciele mają obowiązek powołać formacje, zdolne do samodzielnego działania ratowniczego w strefach bezpośredniego zagrożenia stwarzanego przez zakład pracy.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami w gminach i zakładach pracy tworzy się:

- formacje obrony cywilnej ratownictwa ogólnego
- formacje obrony cywilnej przeznaczone do wykonywania zadań specjalnych

W czasie pokoju formacje obrony cywilnej nie są w pełni rozwinięte. Gotowość do działania będą osiągały sukcesywnie, z chwilą ogłoszenia wyższych stanów gotowości obronnej (w czasie od kilku do kilkunastu godzin). Czynności, obowiązki, harmonogramy i sposoby przeprowadzania tych operacji określają zarządzenia i wytyczne Szefa Obrony Cywilnej Kraju.

7. Zbiorowe i indywidualne środki ochrony

Do ochrony ludności obrona cywilna wykorzystuje zbiorowe i indywidualne środki ochrony.

Zbiorowe to:

- budowle ochronne
 - * schrony i ukrycia
- ewakuacja ludności
 - * planowa lub
 - * doraźna

Do indywidualnych środków ochrony zaliczamy

- a. środki ochrony dróg oddechowych

- maski przeciwgazowe filtracyjne
- maska przeciwgazowa filtracyjna dla rannego w głowę
- środki ochrony przed skażeniami dla małych dzieci i niemowląt
- maski izolacyjne
- zastępcze środki ochrony dróg oddechowych

b. środki ochrony skóry

- płaszcze ochronne
- odzież ochronna lekka
- zastępcze środki ochrony skóry:
 1. fartuchy ochronne
 2. płaszcze i peleryny przeciwdeszczowe
 3. kombinezony skórzane
 4. ubiory z folii metalizowanej
 5. buty gumowe, skórzane i z tworzyw sztucznych
 6. rękawice gumowe, skórzane i z tworzyw sztucznych
 7. okulary ochronne
 8. nakrycia głowy gumowe, skórzane i z tworzyw sztucznych

Najbezpieczniejszym sposobem ochrony przed zatruciem się toksycznymi środkami trującymi i gazami bojowymi, jest użycie maski przeciwgazowej.

Produkty żywnościowe, płody rolne, pasza i woda muszą być odpowiednio zabezpieczone przed skażeniem środkami promieniotwórczymi, toksycznymi środkami trującymi i bojowymi środkami trującymi. Sposoby ochrony są następujące:

- zagwarantowanie odpowiednich warunków przechowywania,
- przygotowanie odpowiednio wcześniej indywidualnych zapasów żywności nieskażonej,
- zastosowanie odpowiednich opakowań.

Zapasy te winny być przechowywane w odpowiednio urządzonych oraz uszczelnionych pomieszczeniach.

W ochronie wody pitnej przed skażeniem uwzględnia się przede wszystkim:

- przygotowanie indywidualnych zapasów wody nie skażonej,
- zabezpieczenie źródeł poboru i ujęć wody.

8.Ostrzeganie i alarmowanie

Jednym z wielu zadań obrony cywilnej jest ostrzeganie i alarmowanie. Działa w ramach powszechnego systemu wczesnego ostrzegania i alarmowania. Podstawę stanowią syreny umiejscowione w obiektach jednostek organizacyjnych oraz w zakładach pracy. Najczęściej syreny włączane są elektronicznie ze stanowiska kierowania /punktu kontaktowego/.

Jednym z przedsięwzięć obrony cywilnej jest instalowanie systemów alarmowych, które mogą ostrzegać ludność przed groźącym niebezpieczeństwem z powietrza oraz skażeniem promieniotwórczym i chemicznym w celu umożliwienia jej ukrycia się w przygotowanych budowlach lub pomieszczeniach ochronnych. Do ogłaszania (odwoływania) alarmów wykorzystuje się następujące urządzenia:

- systemy alarmowe miast,
- centralne oraz regionalne rozgłośnie Polskiego Radia i ośrodki Telewizji Polskiej,
- radiowęzły radiolinii przewodowej,
- syreny nie włączone do miejskich systemów alarmowych (syreny zakładów pracy, straży pożarnej itp.)

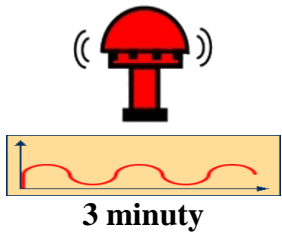

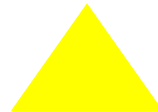
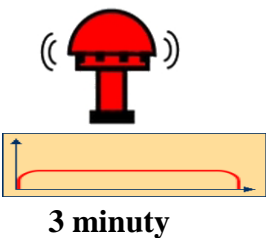

III.SYGNAŁY ALARMOWE

Sygnały alarmowe przekazywane zastępczymi środkami alarmowymi (dzwony, syreny ręczne, gongi, buczki itp.) ustala właściwy terenowy szef obrony cywilnej.









**DLA WŁASNEGO BEZPIECZEŃSTWA ZAPOZNAJ SIĘ Z SYGNAŁAMI
ALARMOWYMI ORAZ KOMUNIKATAMI OSTRZEGAWCZYMI I PRZEKAŻ INNYM**

RODZAJE ALARMÓW, TREŚĆ KOMUNIKATÓW OSTRZEGAWCZYCH

Podstawa : „Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 7 stycznia 2013 r. w sprawie systemów wykrywania skażeń i powiadamiania o ich wystąpieniu oraz właściwości organów w tych sprawach” (Dz.U. 2013 r., poz. 96)

Lp.	Rodzaje alarmu	Sposób ogłaszania alarmów		
		Akustyczny system alarmowy	Środki masowego przekazu	Wizualny sygnał alarmowy
1	Ogłoszenie alarmu	<p>Sygnal akustyczny – modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut</p> 	<p>Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) dla</p> 	<p>Znak żółty w kształcie trójkąta lub w uzasadnionych przypadkach innej figury geometrycznej</p> 
2	Odwołanie alarmu	<p>Sygnal akustyczny – ciągły dźwięk syreny w okresie trzech minut</p> 	<p>Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) dla</p> 	<hr style="border-top: 1px dashed black;"/>

KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE

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

POSTĘPOWANIE PO USŁYSZENIU SYGNAŁÓW ALARMOWYCH I KOMUNIKATÓW

Jednym z przedsięwzięć Obrony Cywilnej jest tworzenie systemów alarmowania, które mają ostrzegać ludność przed grożącym niebezpieczeństwem w celu umożliwienia jej ukrycie się w przygotowanych budowach lub pomieszczeniach ochronnych a także opuszczenia strefy niebezpiecznej.

Do ogłaszania (odwoływania) alarmów i komunikatów wykorzystuje się następujące urządzenia:

- 1. systemy alarmowe miast,**
- 2. centralną oraz regionalne rozgłośnie Polskiego Radia i ośrodki Telewizji Polskiej,**
- 3. radiowęzły radiofonii przewodowej,**
- 4. syreny nie włączone do miejskich systemów alarmowych (syreny zakładów pracy, straży pożarnej itd.).**

Sygnaly alarmowe oraz sposób ich ogłaszania i odwoływania przedstawia załączona powyżej tabela.

P A M I Ę T A J !

**PO USŁYSZENIU SYGNAŁU ALARMOWEGO LUB KOMUNIKATU NALEŻY DZIAŁAĆ
SZYBKO, ALE ROZWAŻNIE I BEZ PANIKI**

ZASADY ZACHOWANIA SIĘ:

1. PO OGŁOSZENIU ALARMU:

- włącz radioodbiornik na częstotliwości radiostacji lokalnych;
- postępuj zgodnie z zaleceniami podanymi w komunikatach;
- wykonuj polecenia służb ratowniczych, władz i organów Obrony Cywilnej;
- przygotuj maskę przeciwgazową lub środek zastępczy,
- przygotuj wilgotne tampony na usta i nos do oddychania (najlepiej nawilżyć je roztworem wodnym sody oczyszczonej);
- wyłącz urządzenia gazowe i elektryczne, wygaś paleniska;
- uszczelnij okna pomieszczenia w którym się znajdujesz mokrym papierem lub szmatami;
- zabierz ze sobą dokumenty osobiste, odzież, zapasy żywności, wodę, indywidualne środki ochrony dróg oddechowych;
- zamknij okna i mieszkanie,
- udaj się w miejsce lub w kierunku wskazanym w komunikatach radiowych lub przez służby ratownicze, władze i organa Obrony Cywilnej;
- udaj się do najbliższego schronu lub ukrycia.

Jeśli znajdujesz się w miejscu publicznym:

-wykonuj polecenia służb ratowniczych, władz i organów Obrony Cywilnej.

2. KOMUNIKAT - UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU SKAŻENIAMI:

- włącz radioodbiornik na częstotliwości radiostacji lokalnych;
- postępuj zgodnie z zaleceniami podanymi w komunikatach;
- wykonuj polecenia służb ratowniczych, władz i organów Obrony Cywilnej;
- wyłącz urządzenia gazowe i elektryczne, wygaś paleniska;
- zamknij okna i mieszkanie;
- udaj się w miejsce lub w kierunku wskazanym w komunikatach radiowych lub przez służby ratownicze, władze i organa Obrony Cywilnej.

Jeśli nie zdążyłeś opuścić mieszkania:

- uszczelnij okna pomieszczenia, w którym się znajdujesz mokrym papierem lub szmatami;
- przygotuj wilgotne tampony na usta i nos do oddychania (najlepiej nawilżyć je roztworem wodnym sody oczyszczonej).

Jeśli znajdziesz się w miejscu publicznym:

-wykonuj polecenia służb ratowniczych, władz i organów Obrony Cywilnej.

3. KOMUNIKAT - UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU ZAKAŻENIAMI:

- postępuj zgodnie z zaleceniami podanymi w środkach masowego przekazu przez organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej.

4. KOMUNIKAT - UPRZEDZENIE O KLĘSKACH ŻYWIŁOWYCH I ZAGROŻENIU ŚRODOWISKA:

- włącz radioodbiornik na częstotliwości radiostacji lokalnych;
- postępuj zgodnie z zaleceniami podanymi w komunikatach;
- zamknij okna i mieszkanie.

W wypadku awarii obiektu z toksycznym środkiem przemysłowym:

- wyłącz urządzenia gazowe i elektryczne, wygaś paleniska;
- zamknij okna i mieszkanie;
- uszczelnij okna pomieszczenia, w którym się znajdujesz mokrym papierem lub szmatami.

Jeśli nie zdążyłeś opuścić mieszkania:

- uszczelnij okna pomieszczenia, w którym się znajdujesz mokrym papierem lub szmatami;

- przygotuj wilgotne tampony na usta i nos do oddychania (najlepiej nawilżyć je roztworem wodnym sody oczyszczonej).

**Jeśli znajdziesz się w miejscu publicznym:
wykonuj polecenia organów Obrony Cywilnej, Straży Pożarnej i Policji.**

PO USŁYSZENIU SYGNAŁU ALARMOWEGO LUB KOMUNIKATU NALEŻY DZIAŁAĆ SZYBKO, ALE ROZWAŻNIE I BEZ PANIKI.



- o włączeniu radioodbiornika ,telewizora lub internetu ;
- postępuj zgodnie z zasadami podanymi w komunikatach;
- powiadom rodzinę i sąsiadów o zagrożeniu.
- wyłącz urządzenia gazowe i elektryczne, wygaś źródła ognia.

TELEFONY ALARMOWE 112

W przypadku problemów i doraźnych potrzeb, pomogą Państwu:

- | | |
|-----------------------------------|------------|
| * Pogotowie Ratunkowe | - tel. 999 |
| * Straż Pożarna | - tel. 998 |
| * Policja | - tel. 997 |
| * Straż Miejska | - tel. 986 |
| * Pogotowie Energetyczne | - tel. 991 |
| * Pogotowie Gazowe | - tel. 992 |
| * Pogotowie Wodociągowe | - tel. 994 |
| * Pogotowie Ciepłownicze | - tel. 993 |
| * Centrum Zarządzania Województwa | - tel. 987 |