



Abc zagrożeń

1. Powódź

Powódź – zgodnie z ustawą Prawo wodne to wezbranie wody w ciekach naturalnych, zbiornikach wodnych, kanałach lub na morzu, podczas którego woda po przekroczeniu stanu brzegowego zalewa doliny rzeczne albo tereny depresyjne i powoduje zagrożenie dla ludności lub mienia.

Rodzaje powodzi:

- opadowe – spowodowane dużą ilością opadów,
- roztopowe – występujące w okresach zimowych, spowodowane są ociepleniem przy równoczesnym wystąpieniem opadów deszczu,
- zatorowe – występują w wyniku zablokowania koryta rzeki śryżem lub lodem,
- sztormowe – powstają podczas silnych wiatrów wiejących znad morza w kierunku lądu.

Zasady postępowania:

Zanim wystąpi powódź należy:

1. Dowiedzieć się w swoim urzędzie gminy (miasta):
 - czy nie mieszkamy na terenie zalewowym
 - przy jakim poziomie wody ogłaszany jest stan ostrzegawczy i stan alarmowy
 - jakie są sposoby alarmowania (syreny, dzwony, komunikaty radiowe)
 - czy w razie wystąpienia powodzi planowana jest ewakuacja i kto ją będzie przeprowadzał
 - kiedy, kogo i co obejmie planowana ewakuacja
 - gdzie przewiduje się miejsca przyjęć ludzi i mienia
2. Zaopatrzyć się w przydatny sprzęt: latarki, radioodbiornik bateryjny z zapasowymi bateriami i inne źródła światła (świece, lampy naftowe, zapałki, zapalniczki).
3. Znać adresy i numery telefonów osób kontaktowych bądź mieć je zapisane i trzymać w znanym dla wszystkim miejscu.
4. Wiedzieć jak zabezpiecza się mieszkanie, dom, obejście przed powodzią i grabieżą.

Podczas zagrożenia powodziowego należy:

1. Włączyć radio bateryjne na częstotliwości radia regionalnego w celu uzyskania komunikatu o zagrożeniu i sposobach postępowania.
2. Bezwzględnie postępować zgodnie z treścią podawanych komunikatów.
3. W przypadku bezpośredniego zagrożenia natychmiast przemieszczać się na wyżej położone tereny (miejsca).
4. Po ogłoszeniu ewakuacji należy być do niej odpowiednio przygotowanym.
5. Zabezpieczyć swoje mieszkanie, dom, tj. przenieść wartościowe wyposażenie domowe na wyższe piętra domu.
6. Odłączyć urządzenia elektryczne.
7. Wyłączyć sieć gazową i wodociągową.
8. Nie używać w gospodarstwie domowym wód gruntowych, gdyż mogą być zatrute (skażone).
9. Nie przemieszczać się po obszarach zalanych, a jeżeli jest taka konieczność, użyć tyczki do badania gruntu przed sobą, a do przejścia wybierać miejsca bez silnego nurtu.
10. Należy pamiętać, że zachowanie trzeźwości umysłu bez wywoływania paniki to połowa sukcesu.

Po powodzi należy:

1. Nie używać wód powodziowych do picia!
2. Jak najdłużej pozostać poza zasięgiem wód powodziowych.
3. Być ostrożnym podczas wejścia na tereny dotknięte powodzią.
4. Mieć włączony odbiornik radiowy w celu uzyskania informacji lokalnych dotyczących udzielanej pomocy.
5. Zachować zasady higieny - często myć ręce mydłem w czystej wodzie.
6. Wyrzucić żywność, która miała kontakt z wodami powodziowymi.
7. Poinformować odpowiednie służby o zerwanych liniach energetycznych, nieszczelności rurociągu gazowego lub o innych zagrożeniach występujących na zalanym terenie.
8. Zdezynfekować mieszkanie i wszystkie sprzęty, przydatne do dalszego użytkowania.

2. Wichury i silne wiatry

Zanim wystąpi wichura należy:

1. Wiedzieć, jak postępować w czasie huraganu.
2. Wiedzieć jak wyłączać gaz, elektryczność i wodę.
3. Opracować plan komunikowania się w czasie zagrożenia na okoliczność, gdy członkowie rodziny



są rozdzieleni.

4. Wiedzieć jak wezwać służby ratownicze: policję lub straż pożarną, Dyżurnego Miasta.
5. Wiedzieć, które radio jest nastrojone na odbiór informacji o stanie zagrożenia.

Podczas wystąpienia wichury należy:

1. Mieć włączone radio bateryjne na częstotliwości radia regionalnego albo rozgłośni lokalnej, w celu uzyskania komunikatu o zagrożeniu i sposobach postępowania.
2. Zabezpieczyć swoje mieszkanie lub dom poprzez:
 - zamknięcie okien,
 - zabezpieczenie lamp i innych urządzeń, które mogą ulec zniszczeniu,
 - usunięcie z parapetów i balkonów przedmiotów, które mogą zagrażać,
 - uprzątnięcie z obejścia przedmiotów, które mogłyby narobić szkód porwane przez wiatr,
3. Zabezpieczyć się w latarki elektryczne, baterie do nich, świece, itp.
4. Sprawdzić stan apteczki pierwszej pomocy i zaopatrzyć się w niezbędne materiały i leki.
5. Przygotować rzeczy, które mogą być potrzebne w czasie ewakuacji.
6. Schować się w środkowych i najniższych partiach budynku z dala od oszklonych okien, dachów i drzwi.
7. Pozostać w miejscu, aż huragan nie przejdzie.
8. Nie zatrzymywać się pod trakcjami elektrycznymi, planszami reklamowymi, drzewami itp.

Po ogłoszeniu ewakuacji należy:

1. Wyruszyć tak szybko, jak to tylko możliwe,
2. Zawiadomić kogoś poza zasięgiem wichury, dokąd się ewakuuje,
3. Zabrać przygotowany wcześniej podręczny bagaż oraz ciepłą odzież.

Po ustąpieniu wichury należy:

1. Udzielić pierwszej pomocy rannym i poszkodowanym osobom,
2. Unikać leżących lub zwisających przewodów elektrycznych,
3. Ostrożnie wchodzić do swego domu,
4. Należy poinformować o wszystkich zdarzeniach mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi specjalistyczne służby ratunkowe: Państwową Straż Pożarną, Policję, pogotowie

energetyczne, gazowe, inne

3. Śnieżyce, zamiecie, zawieje

Postępowanie podczas wystąpienia śnieżyc:

1. W czasie opadów w miarę możliwości należy pozostać w domu.
2. Jeżeli trzeba wyjść na zewnątrz, należy ubrać się w ciepłą odzież wielowarstwową i powiadomić kogokolwiek o docelowym miejscu podróży oraz przewidywanym czasie dotarcia na miejsce przeznaczenia.
3. Należy zachować ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie, zwrócić uwagę na zwisające sople, zwały śniegu na dachach budynków itp.
4. W przypadku dłuższego przebywania na zewnątrz podczas śnieżycy należy:
 - zwrócić uwagę na oznaki odmrożeń lub wychłodzenia organizmu,
 - wykonywać lekkie ćwiczenia dla utrzymania krążenia krwi,
 - unikać zbędnego lub nadmiernego wysiłku

4. Wyładowania atmosferyczne

Jednym z najbardziej gwałtownych zjawisk pogodowych jakie występują na terenie Polski jest burza. Wyładowania atmosferyczne stanowią duże zagrożenie dla życia. Wyróżnia się ich dwa rodzaje: chmurowe oraz chmura-ziemia, z których największe zagrożenie powoduje to drugie. Trwa niespełna sekundę, ale potrafi wywołać bardzo rozległe zniszczenia. Wyładowania atmosferyczne mogą powodować przeróżne straty, począwszy od zniszczeń w przyrodzie, zabudowie mieszkalnej, obiektów przemysłowych, a skończywszy na ofiarach w ludziach i zwierzętach.

Ze względu na niszczycielską siłę burzy i trudne jej prognozowanie niezmiernie ciężko jest jej przeciwdziałać. Jednak podstawową metodą chroniącą przed bezpośrednim trafieniem wyładowania elektrycznego jest umieszczenie nad obiektami chronionymi instalacji odgromowej, tj. piorunochronu. Te urządzenie poprawnie zainstalowane znacznie zmniejsza prawdopodobieństwo przeniknięcia wyładowania obiektu.

Podczas wystąpienia burzy należy:

1. Zamknąć okna, usunąć z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać.
2. Pozostać w domu i przebywać w nim z dala od okien i drzwi.
3. Mieć pod ręką latarki i baterie bądź świece i zapałki.

W przypadku przebywania z dala od domu należy znaleźć bezpieczne schronienie i pozostać tam do czasu jego zakończenia.

5. Epidemie

Epidemia to wystąpienie na danym obszarze zakażeń lub zachorowań na chorobę zakaźną w liczbie wyraźnie większej niż we wcześniejszym okresie albo wystąpienie zakażeń lub chorób zakaźnych dotychczas niewystępujących.

Pandemia to epidemia choroby zakaźnej występującej w różnych krajach, na różnych kontynentach w tym samym czasie.

W celu uniknięcia skutków zagrożeń epidemiologicznych wynikających z różnych przyczyn należy:

1. Przestrzegać podstawowych zasad higieny.
2. Nie spożywać żywności z niepewnych źródeł.
3. Unikać kontaktu z chorymi na choroby zakaźne.
4. W razie wątpliwości zgłosić się do lekarza.
5. Przestrzegać terminów szczepień ochronnych.
6. Ograniczyć kontakty bezpośrednie ze zwierzętami.
7. Przestrzegać zaleceń zawartych w ogłoszeniach i komunikatach (np. ostrzeżenia o wściekłości).

Aby zmniejszyć ryzyko zagrożenia epidemią:

1. Nie należy spożywać, przetwarzać, ani uzdatniać żywności przechowywanej w niewłaściwej temperaturze (wyłączone urządzenia chłodnicze).
2. Kupując żywność należy zwrócić szczególną uwagę na wygląd i stan opakowań (zacieki i ślady korozji), czytelność etykiet oraz termin przydatności do spożycia.
3. Nie spożywać warzyw i owoców, które podczas powodzi znalazły się pod wodą.
4. Zamoczoną żywność należy zgromadzić w wydzielonym miejscu.
5. Wszelkie spostrzeżenia związane ze stanem sanitarnym obiektów i dystrybucją żywności należy zgłaszać do terenowych stacji sanitarno - epidemiologicznych.
6. Należy wypompować wodę ze źródeł wody, które zostały zatopione lub podtopione.
7. Oczyszczyć najbliższe otoczenie z wszelkich nieczystości.

6. Upały i susze

Susza to długotrwały niedobór opadów atmosferycznych w stosunku do średnich sum opadów w danym okresie. Główną przyczyną suszy są anomalie klimatyczne. Susze występują prawie na całej Ziemi.

W Polsce powyższe zjawisko występuje raczej sporadycznie, ale gdy już jest niesie za sobą równie ciężkie zniszczenia jak w przypadku powodzi.

Podczas wystąpienia zjawiska suszy należy przede wszystkim zmniejszyć zużycie wody.

7. Pożary

Pożar to samorzutne, niekontrolowane rozprzestrzenianie się ognia, zawsze powodujące straty.

Pożary występują zarówno w aglomeracjach miejskich jak i obszarach leśnych. Zagrożeniu pożarowemu w lasach sprzyjają takie czynniki jak: wiatr, duże nasłonecznienie, wysoka temperatura, niska wilgotność. Natomiast na zagrożenie pożarem w obszarach zamieszkałych wpływa duża ilość urządzeń elektrycznych oraz łatwopalność zabudowy.

Zagrożenie pożarowe na terenach zurbanizowanych dotyczy przede wszystkim:

- budynków mieszkalnych,
- obiektów użyteczności publicznej,
- zakładów produkcyjnych,
- stacji paliw.

Ogólne zasady postępowania podczas pożaru:

Z chwilą zauważenia oznak pożaru (dym, śwąd, płomienie, trzask spalanych materiałów), należy natychmiast:

1. Zaalarmować głosem wszystkie osoby zagrożone.
2. Powiadomić straż pożarną.
3. Użyć podręcznego sprzętu gaśniczego, by ugasić pożar.
4. Jeżeli pali się tłuszcz w naczyniu kuchennym – ugasić solą kuchenną lub nakryć szczelną pokrywką.
5. Nie gasić urządzeń elektrycznych wodą – wyłączyć zasilanie elektryczne.
6. Zbadać czy drzwi są ciepłe, jeżeli tak to użyć innych dróg do opuszczenia pomieszczenia,



7. Przy zadymieniu dróg ewakuacyjnych poruszać się w pozycji pochylonej, starając się trzymać głowę jak najniżej, ze względu na mniejsze zadymienie panujące w dolnych partiach pomieszczeń.
8. Po opuszczeniu budynku skierować się na wyznaczone „miejsce zbiórki ewakuowanych” w celu sprawdzenia stanu osobowego.

8. Skażenia chemiczne

Jeżeli jest się świadkiem wypadku z udziałem niebezpiecznych środków chemicznych należy natychmiast powiadomić straż pożarną i policję. W zgłoszeniu należy podać miejsce zdarzenia i swoje dane.

Ponadto należy:

1. Opuścić rejon zagrożony, kierując się prostopadle do kierunku wiatru.
2. Chronić swoje drogi oddechowe, poprzez zrobienie prostego filtra ochronnego z dostępnych materiałów (np. zwilżonej w wodzie chusteczki, szalika, ręcznika itp.) i osłonić nim drogi oddechowe.
3. Jeśli przebywa się w samochodzie – zamknąć okna i starać się jak najszybciej opuścić strefę skażenia.
4. Stosować się ściśle do poleceń służb ratowniczych lub komunikatów przekazywanych przez lokalne środki przekazu – radio, TV, megafony.

Po pobycie w strefie skażonej należy:

1. Zdjąć ubranie, które uległo zanieczyszczeniu i zamienić je na czyste.
2. Dużą ilością wody przemyć oczy, usta, nos.
3. Wziąć prysznic.

W przypadku ryzyka przeniknięcia niebezpiecznych środków chemicznych do domu należy:

1. Włączyć radio lub telewizor na program lokalny i stosować się ściśle do poleceń wydanych przez lokalne władze.
2. Uszczelnić wszystkie otwory okienne, wentylacyjne, drzwi – oklejając je taśmą klejącą lub obkładając rulonami z mokrych ręczników lub prześcieradeł.
3. Oddychać przez maseczkę wykonaną z gazy, waty, ręcznika itp.
4. Pozostać w wewnętrznej części budynku przy zamkniętych drzwiach.

5. W przypadku, gdy istnieje niebezpieczeństwo skażenia chlorem, udać się na wyższe kondygnacje.
6. W przypadku amoniaku – kierować się do pomieszczeń położonych na niskich kondygnacjach.
7. Powiadomić o zagrożeniu najbliższe otoczenie.
8. Wyłączyć urządzenia elektryczne i gazowe z otwartym ogniem.
9. Nie jeść żywności i nie pić płynów, które mogły ulec skażeniu.

9. Skażenia promieniotwórcze

Zagrożenie radiologiczne może występować tam, gdzie materiały radioaktywne są używane, składowane lub transportowane. Ponadto może mieć miejsce w elektrowniach jądrowych, szpitalach, uniwersytetach, laboratoriach badawczych, w zakładach przemysłowych, na głównych drogach, liniach kolejowych oraz w stoczniach.

Materiały radioaktywne stanowią zagrożenie dla życia i zdrowia człowieka ze względu na szkodliwe oddziaływanie niektórych typów promieniowania na komórki ciała. Im dłużej dana osoba jest narażona na promieniowanie, tym większe jest zagrożenie. Można wyróżnić trzy czynniki, które minimalizują oddziaływanie promieniowania na ciało ludzkie: odległość, osłona oraz czas.

Odległość – im jest ona większa od źródła promieniowania – tym mniejszą dawkę promieniowania otrzymuje człowiek. W przypadku poważnych awarii jądrowych władze lokalne powinny wzywać do ewakuacji, aby oddalić się od źródła promieniowania.

Osłona – podobnie jak w przypadku odległości – im bardziej ciężkie i gęste materiały oddzielają człowieka od źródła promieniowania, tym lepiej. Podczas sytuacji kryzysowych związanych z zagrożeniem radiologicznym władze zalecają pozostawanie wewnątrz pomieszczeń. Czasami ściany domu stanowią wystarczające zabezpieczenie.

Czas – w większości przypadków natężenie promieniowania szybko maleje. Im mniej czasu człowiek przebywa w zasięgu promieniowania, tym mniejszą dawkę promieniowania pochłania.

Przed wystąpieniem zagrożenia radiacyjnego należy mieć przygotowane następujące rzeczy:

- latarkę z zapasowymi bateriami,
- przenośne radio bateryjne z zapasowymi bateriami,
- apteczkę i podręcznik pierwszej pomocy,

- alarmowy zapas żywności i wody,
- zapas worków do przechowywania żywności,
- otwieracz do konserw,
- solidne obuwie.

Należy być przygotowanym do ewakuacji lub schronienia się w swoim domu.

Podczas wystąpienia zagrożenia radiacyjnego należy:

- Zachować spokój, gdyż wypadek może dotyczyć tylko terenu zakładu (elektrowni atomowej) i może nie spowodować żadnych zagrożeń zewnętrznych.
- Uważnie i stale słuchać radia lub oglądać telewizję ogólnokrajową bądź lokalną. Podane komunikaty określą charakter wypadku, stopień zagrożenia oraz jego zasięg i szybkość rozprzestrzeniania się.
- Należy bezwzględnie wykonywać zalecenia wynikające z komunikatów.

Po powrocie do miejsca schronienia z zewnątrz należy:

1. Wziąć prysznic, zmienić buty i odzież.
2. Schować do plastikowej torby rzeczy noszone na zewnątrz i szczelnie je zamknąć.

Po ogłoszeniu ewakuacji należy stosować się do zaleceń władz lub służb ratowniczych i:

1. Słuchać w radiu i telewizji komunikatów o drogach ewakuacji.
2. Słuchać w radiu lub telewizji informacji o tymczasowych schronach i sposobach postępowania.
3. Należy zabrać przygotowane na ewakuację rzeczy.

Po odwołaniu zagrożenia radiacyjnego należy:

- Opuścić ukrycie i w razie najmniejszych podejrzeń o skażeniu poddać się zabiegom sanitarnym.
- Unikać spożywania żywności z ogrodów będących w pobliżu strefy zagrożenia oraz mleka od krów i kóz, dopóki nie będą zbadane przez lokalny urząd sanitarny

10. Katastrofy kolejowe

Katastrofy kolejowe występują coraz częściej. 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:

1. Powiadomienie służb ratowniczych (Państwowej Straży Pożarnej, Policji, Pogotowia Ratunkowego, PKP, SOK).
2. Udzielenie pomocy lżej poszkodowanym, gdy nie grozi to pożarem, wybuchem i gdy nie ma innych zagrożeń.
3. Stosowanie się do poleceń służb ratunkowych.
4. Niezbliżanie się do miejsca katastrofy, nieblokowanie dojazdu pojazdom specjalnym.
5. Gdy jest podejrzenie wycieku niebezpiecznej substancji, jak najszybsze oddalenie się.

11. Katastrofy drogowe

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

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

Do podstawowych zasad i czynności należą:

1. Powiadomienie służb ratowniczych (Państwowej Straży Pożarnej, Policji, Pogotowia Ratunkowego).
2. Udzielenie pomocy lżej poszkodowanym, gdy nie grozi to pożarem, wybuchem i gdy nie ma innych zagrożeń.
3. Stosowanie się do poleceń służb ratunkowych.
4. Niezbliżanie się do miejsca katastrofy, nieblokowanie dojazdu pojazdom specjalnym.

12. Katastrofy budowlane

Katastrofa budowlana to niezamierzone, gwałtowne zniszczenie obiektu budowlanego lub jego części, a także konstrukcyjnych elementów rusztowań, elementów urządzeń formujących, ścianek szczelnych i obudowy wykopów.

Katastrofy budowlane najczęściej powodowane są:

1. wybuchami gazu,

2. obsunięciem stropów lub nadwężeniem elementów konstrukcyjnych budynków,
3. tąpnięciami,
4. błędami na etapie projektowania budowli,
5. błędami w wykonawstwie budowli,

Podczas wystąpienia katastrofy budowlanej, opuszczając dom lub mieszkanie należy:

1. Wyłączyć instalację gazową, elektryczną, wodną.
2. Zabrać ze sobą dokument tożsamości, żywność, koce, odzież, pieniądze.
3. Sprawdzić czy dom opuścili wszyscy domownicy oraz sąsiedzi.
4. Zachować szczególną ostrożność podczas wychodzenia z budynku.

Gdy nie ma możliwości opuszczenia domu należy wywiesić w oknie białe prześcieradło lub obrus – będący znakiem dla ratowników.

Gdy jest się unieruchomionym (przysypanym) należy nawoływać pomocy, stukać w lekkie elementy metalowe - w ten sposób ułatwi się ratownikom lokalizację.

Po opuszczeniu budynku należy:

1. Powiadomić 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.).
2. Przekazać wszystkie pomocne informacje w akcji ratowniczej, służbom ratowniczym.
3. Nie przeszkadzać w pracy ratownikom.
4. Nie wracać na miejsce katastrofy, ani nie wchodzić do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia odpowiednich służb.

13. Terroryzm i bioterroryzm

Zagrożenia terrorystyczne i bioterrorystyczne stały się obecnie w naszym kraju bardzo prawdopodobne. Dlatego też każdy powinien znać okoliczności mogące wskazywać na planowany atak terrorystyczny.

Zasady jak należy postępować w takim przypadku:

1. Należy zwracać uwagę na wszelkie podejrzane pakunki, paczki, torby, itp.

2. W razie zauważenia podejrzanego pakunku nie należy go ruszać i jak najszybciej powiadomić policję.
3. W przypadku otrzymania przesyłki niewiadomego pochodzenia (brak adresu nadawcy, nadawca zupełnie nieznan) lub, gdy przesyłka wygląda podejrzanie nie należy jej otwierać.
4. Przesyłkę należy umieścić w grubym plastikowym worku i szczelnie zamknąć.
5. Powiadomić policję lub straż pożarną.
6. Gdy przesyłka została otwarta, a znajduje się w niej podejrzana zawartość w postaci proszku, pyłu, galarety, piany itp., należy pozostawić zawartość w miejscu otwarcia, zamknąć okna, wyłączyć wentylację i klimatyzację, bardzo dokładnie umyć ręce.
7. O przesyłce bezzwłocznie powiadomić policję lub straż pożarną.
8. W przypadku otrzymania informacji o planowanym ataku terrorystycznym, niezwłocznie powiadomić policję.