

GMINNY ZESPÓŁ ZARZĄDZANIA KRYZYSOWEGO
W TYCHOWIE

JAK POSTĘPOWAĆ W SYTUACJACH ZAGROŻEŃ

TYCHOWO – 2011ROK

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA WYPADEK KATASTROFY LUB KLĘSKI ŻYWIŁOWEJ

Każdy mieszkaniec gminy Tychowo powinien wiedzieć, co należy zrobić w sytuacjach zagrożenia życia i być przygotowany do samoobrony. Dlatego musi pamiętać, że niezależnie od wszystkiego

„Zawsze i w każdej sytuacji niebezpiecznej stosować się do zaleceń Burmistrza lub zaleceń Przewodniczącego Gminnego Zespołu Zarządzania Kryzysowego w Tychowie”

PORYWISTE WIATRY

PRZED NADEJŚCIEM SILNYCH WIATRÓW

1. Słuchaj prognozy pogody oraz komunikatów podawanych przez rozgłośnie radiowe i telewizyjne. Nie słuchaj plotek.
2. Sprawdź, czy poszycie na dachu twojego domu jest solidnie przymocowane. Jeżeli masz wątpliwości, masz jeszcze czas na usunięcie stwierdzonych usterek.
3. Gruntownie oceń stan okien. Jeżeli uznasz za konieczne – zabezpiecz je odpowiednio.
4. Uprzątnij z obejścia przedmioty, które mogłyby narobić szkód w przypadku porwania ich przez wiatr.
5. Pozamykaj zwierzęta oraz odpowiednio zabezpiecz pomieszczenia, w których się znajdują.
6. Upewnij się, czy twoje radio i latarka działają jak należy. Miej zapas świeżych baterii i zapas świeczek.
7. Sprawdź stan apteczki pierwszej pomocy. Zaopatrz się w niezbędne materiały i leki.
8. Zaopatrz się w paliwo do samochodu. Może być potrzebny.
9. Upewnij się, czy twoi najbliżsi sąsiedzi zdają sobie sprawę z powagi sytuacji.

W CZASIE SILNYCH WIATRÓW

1. Zachowaj spokój. Nie wychodź na zewnątrz, jeśli nie jest to absolutnie konieczne. Nie zbliżaj się do okien i oszklonych drzwi.
2. Jeśli znajdziesz się z dala od domu, zostań tam, gdzie jesteś, dopóki wichura nie przejdzie. Nie zatrzymuj się pod trakcjami elektrycznymi, planszami reklamowymi i drzewami. Nie spaceruj też pod balkonami – spadające doniczki, kwietniki lub też szyby okienne mogą cię dotkliwie poranić.
3. Wyłącz główny wyłącznik prądu – ograniczy to niebezpieczeństwo powstania pożaru.
4. Słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych oraz przestrzegaj w nich przekazywanych zasad zachowania się.

PO PRZEJŚCIU SILNYCH WIATRÓW

1. Zorganizuj pomoc, w tym medyczna, dla poszkodowanych
2. Uprzątnij zniszczony sprzęt i dokonaj niezbędnych napraw w twoim domu.
3. Nie próbuj usuwać zwalonych drzew, które upadły na linie energetyczne. Nie dotykaj zerwanych przewodów.
4. Uważaj na rozbite szkło – możesz się pokaleczyć.

POŻARY

Ogień rozprzestrzenia się szybko, po 2 minutach może stać się groźny dla życia, a w ciągu 5 minut cały dom może stanąć w płomieniach. Wysoka temperatura i dym są tak samo niebezpieczne jak płomień. Zachłynięcie się bardzo gorącym powietrzem może spowodować poparzenia płuc.

PRZED POŻAREM

1. Zainstaluj w miarę możliwości wykrywacze dymu, które dwukrotnie zwiększają szansę przeżycia.
2. Nie zabijaj okien gwoździami, sprawdź, czy nie są zablokowane zaschniętą farbą, nie montuj stałych krat w oknach.
3. Utrzymuj w czystości pomieszczenia magazynowe (piwnice, garaże, strychy itp.). Nie dopuszczaj do nagromadzenia starych gazet, czasopism, niepotrzebnych ubrań, mebli itp.
4. Utrzymuj w stałej technicznej sprawności instalację elektryczną, przedłużacze, kable, gniazdka.
5. Nie przeciążaj sieci elektrycznej. Korzystaj z rozgałęziacza z bezpiecznikiem, a unikniesz iskrzenia i krótkich szpęg.
6. Nie gromadź i nie używaj wewnątrz budynku benzyn, paliw, nafty itp. Można je przechowywać tylko w odpowiednich pojemnikach w dobrze wentylowanych pomieszczeniach.
7. Nie używaj otwartego ognia (zapalek, świec, papierosów) w pobliżu łatwopalnych materiałów.
8. Często kontroluj źródła ogrzewania (kominki, piece, grzejniki, grzałki). Grzejnik nie może być umieszczony bliżej niż 15 cm od materiałów palnych.
9. Sprawdź wentylację wewnętrzną i zewnętrzną.
10. Pokryj warstwą piasku ok. 5-8 cm podłogi strychu, jeśli są wykonane z materiałów palnych.
11. Popiół gromadź w oddalonym od budynku metalowym pojemniku.
12. Upewnij się, czy izolacja domu nie dotyka przewodów elektrycznych.
13. Poznaj położenie wyłączników energii elektrycznej i bezpieczników oraz sposobu ich wyłączenia w razie zagrożenia.
14. Jeżeli mieszkasz poza obszarem zwartej zabudowy, w gospodarstwie pod lasem, bądź przygotowany i:
 - używaj w budownictwie ognioodpornych materiałów, a w technologii – budowy łatwej do odbudowy,
 - stwórz strefę bezpieczeństwa oddzielającą twój dom od palnej roślinności,
 - przechowuj palne materiały w specjalnych pojemnikach.

W CZASIE POŻARU

1. Używaj wody lub gaśnicy do gaszenia małych ognisk pożaru. Nie próbuj gasić ognia, którego nie jesteś w stanie opanować. Wyprowadź domowników i wezwij straż pożarną.
2. Nigdy nie używaj wody do gaszenia pożarów urządzeń elektrycznych.
3. Palący się tłuszcz lub ogień powstały w kuchni ugaś sodą do pieczenia lub solą, lub przykryj pokrywką, jeżeli ogień powstał w garnku.
4. Jeżeli zapaliło się twoje ubranie, zatrzymaj się, połóż na ziemi i tarzaj się dotąd, aż zdusisz ogień. Ucieczka powoduje zwiększenie płomienia.
5. Jeżeli obudzisz się w trakcie pożaru, zbadaj dół drzwi, zanim je otworzysz. Jeśli drzwi są zimne, wychodź natychmiast czołgając się. Dym i gorące powietrze unoszą się do góry. Jeżeli drzwi są gorące uciekaj, jeśli możesz przez okno; jeśli nie, to trzymaj w oknie białe prześcieradło, wzywając w ten sposób na pomoc strażaków.
6. Pomóż zwierzętom – w tym celu:
 - wyprowadź konie i krowy z narzuconymi na łby kocami,
 - owce i barany wyprowadź zaczynając od przewodnika stada. Jeżeli nie możesz go odróżnić, wyprowadź pierwsza z brzegu owcę poza budynek zmuszając ją do beczenia, wówczas stado opuści pomieszczenie.
 - ptactwo wynieś w workach w bezpieczne miejsce,
 - trzodę chlewną wypchnij siłą na zewnątrz.
 - udziel pomocy poparzonej zwierzętom sam lub wezwij weterynarza.

PO POŻARZE

1. Nie wchodź do zniszczonego przez ogień budynku, zanim służby pożarowe i komunalne nie sprawdzą, czy jest bezpieczny pod względem budowlanym, energetycznym itp.
2. Skontaktuj się z urzędem gminy, jeśli potrzebujesz mieszkania, żywności, przedmiotów osobistych.
3. Wyrzuć żywność, napoje, lekarstwa, które narażone były na wysoką temperaturę i dym. Nie próbuj ponownie zamrażać rozmrożonej żywności.
4. Wezwij agenta ubezpieczeniowego przed wyrzuceniem zniszczonych przedmiotów. Jeśli jesteś dzierżawcą lub lokatorem wezwij właściciela.
5. Jeżeli inspektor budowlany stwierdzi, że budynek jest niebezpieczny – zbierz dokumenty, rzeczy osobiste, polisę, poinformuj sąsiadów o miejscu twojego tymczasowego zakwaterowania. To, co pozostało, będzie strzeżone przez policję lub straż gminną.

MROZY I ZAMIECIE ŚNIEŻNE

CO ROBIĆ PRZED NADEJŚCIEM DUŻYCH MROZÓW I ZAMIECI ŚNIEŻNYCH?

1. Słuchaj prognoz i komunikatów w RTV.
2. Zgromadź środki przydatne w czasie zimy, a przede wszystkim:
 - zapasowe baterie radiowe i do latarek,
 - żywność, która nie wymaga gotowania,

- zapas wody,
- sól kamienną, piasek,
- zapas opału,
- zastępcze źródła światła i ogrzewania.

3. Przygotuj dom poprzez:

- uszczelnienie ścian i poddaszy,
 - zaizolowanie i uszczelnienie drzwi i okien,
 - zainstalowanie okiennic lub pokrycie okien plastikową folią.
4. Przygotuj „zimowy zestaw samochodowy” tj. łopatkę do śniegu, radio zasilane bateriami, migające światło, racje żywnościowe, rękawice, czapkę, koc, linę holowniczą, łańcuchy na koła, pojemnik z solą kamienną, odblaskową płachtę, kable do akumulatora, mapę drogową.

CO ZROBIĆ W CZASIE ZIMOWEJ BURZY I DUŻYCH MROZÓW?

1. Ubieraj się stosownie do pogody.
2. Noś ubranie składające się z wielu warstw, luźne, zewnętrzna odzież powinna być łatwa do zdjęcia i wodoodporna.
3. Uważaj na przemęczenie, w czasie mrozów doprowadzić to może do ataku serca.
4. Obserwuj, czy nie występują objawy odmrożeń (utrata czucia, biały lub jasny kolor pojawiający się na końcach palców rąk i stóp oraz małżowin usznych i na czubku nosa). Jeżeli stwierdzisz takie objawy, niezbędna jest natychmiastowa pomoc lekarska.
5. Oszczędzaj zapasy paliwa przez stopniowe obniżanie temperatury w domu i okresowe wyłączanie ogrzewania w niektórych pomieszczeniach.
6. Jeżeli używasz piecyków, zapewnij wentylację pomieszczeń.
7. Zabezpiecz inwentarz i pasze przed zamrażaniem.

UPAŁY

PRZED WYSTĄPIENIEM UPAŁÓW

1. Zainstaluj klimatyzujące okna.
2. Wyłącz wszystkie ogrzewacze.
3. Izoluj przestrzenie wokół klimatyzatorów w celu lepszego uszczelnienia.
4. Użyj wentylatora do lepszego rozprowadzania chłodnego powietrza.
5. Odprowadzaj ciepło na zewnątrz i utrzymuj chłodne powietrze wewnątrz.
6. Utrzymuj chłodne powietrze wewnątrz pomieszczeń poprzez stosowanie żaluzji w drzwiach i oknach.
7. Rozważ utrzymywanie w użyciu zewnętrznych okiennic przez cały rok. Zewnętrzne okiennice latem nie dopuszczają ciepła do wnętrza domu i w ten sam sposób utrzymują ciepło w domu zimą. Sprawdź przewody urządzeń klimatyzacyjnych, czy są właściwie izolowane i szczelne.

PODCZAS UPAŁÓW

1. Ogranicz do niezbędnego minimum przebywanie w słońcu zwłaszcza w okresie najintensywniejszego działania jego promieni.

2. Zawieś zacienienia, markizy, zasłony lub żaluzje na okna, które są oświetlane przez poranne i popołudniowe słońce. Zewnętrzne markizy lub żaluzje mogą zredukować ilość ciepła słonecznego docierającego do domu przez okna nawet o 80%.
3. Oszczędzaj elektryczność. W okresie dużych upałów ludzie mają tendencję do znacznie większego zużycia energii elektrycznej na potrzeby urządzeń klimatyzacyjnych, co prowadzi do niedoboru mocy lub przerw w dopływie prądu.
4. Przebywaj wewnątrz pomieszczeń tak długo, jak to możliwe. Jeśli brak jest klimatyzacji, przebywaj na najniższym poziomie budynku poza zasięgiem światła słonecznego.
5. Pamiętaj, że wentylatory elektryczne nie chłodzą, powodują tylko ruch powietrza.
6. Spożywaj zbilansowane, lekkie posiłki.
7. Regularnie pij duże ilości wody. Osoby cierpiące na epilepsję oraz schorzenia serca, nerek lub wątroby, będące na nisko-wodnej diecie oraz mające problemy z utrzymaniem płynów, powinny skontaktować się z lekarzem przed zwiększonym przyjmowaniem płynów.
8. Ogranicz przyjmowanie napojów alkoholowych. Mimo że piwo i napoje alkoholowe zdają się zaspokajać pragnienie, to zazwyczaj powodują dalsze odwodnienie organizmu.
9. Ubieraj się w luźne ubrania, zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry. Lekka, o jasnych kolorach odzież, odbija ciepło i promieniowanie słońca oraz pomaga utrzymać normalną temperaturę ciała.
10. Chroń twarz i głowę poprzez noszenie kapelusza z szerokim rondem.
11. Pozwól swojemu organizmowi przystosować się do wysokich temperatur w ciągu pierwszych 2-3 dni fali upałów.
12. Unikaj zbytniego nasłonecznienia. Opalenizna spowalnia zdolność do samoczynnego chłodzenia się. Użyj środków ochrony przed promieniami słonecznymi o wysokim współczynniku skuteczności.
13. Unikaj skrajnych zmian temperatur. Chłodny prysznic natychmiast po przebywaniu w upale może spowodować wystąpienie efektu hipotermii, zwłaszcza u starszych i bardzo młodych ludzi. Zwolnij tryb życia. Zredukuj, wykreśl lub przeorganizuj wyczerpujące zajęcia. Osoby wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodnych miejscach. Zażywaj dużo wypoczynku, aby umożliwić działanie naturalnego systemu chłodzenia twego organizmu. Stosuj tabletki solne, ale tylko wtedy, jeśli zostały zalecone przez lekarza. Poznaj objawy dolegliwości termicznych i dowiedz się, jak udzielać pierwszej pomocy.
14. W przypadkach stwierdzenia oparzeń słonecznych lub innych dolegliwości – skontaktuj się z lekarzem.

BURZA

1. Obserwować zmiany pogody i słuchać komunikatów nadawanych przez lokalne rozgłośnie radiowe i stacje telewizyjne.
2. Ograniczyć do niezbędnego minimum opuszczanie mieszkań lub miejsc pobytu, aż do ustąpienia zjawiska. Jeżeli burzy towarzyszyć będzie gradobicie lub intensywna ulewa, odsunąć się od okien. Wyłączyć zbędne w danej chwili odbiorniki prądu.

3. Zamknąć i zabezpieczyć przed samoczynnym otwarciem okna, drzwi balkonowe. Nie podchodzić do okien, naprzeciwko których rosną drzewa. Zabrać z balkonów i parapetów okien wszystkie przedmioty, które mogą być porwane przez wiatr. Zabezpieczyć lub uprzętnąć meble ogrodowe i inne lekkie przedmioty znajdujące się na zewnątrz posesji.
4. Sprawdzić miejsca pobytu wszystkich domowników i osób z najbliższego otoczenia. W miarę możliwości poinformować ich o zbliżającym się niebezpieczeństwie.
5. Będąc na zewnątrz budynku:
 - nie stawać pod pojedynczym, wysokim drzewem;
 - nie stawać w pobliżu wysokiego masztu bądź komina;
 - nie stawać w pobliżu zwisających przewodów elektrycznych, pod linią tramwajową lub pod linią wysokiego napięcia;
 - przebywając na szczytach wzniesień, natychmiast zejść w obniżenia terenu;
 - natychmiast zaprzestać kąpieli i uprawiania sportów wodnych na otwartych akwenach;
 - przebywając w terenie otwartym w centrum burzy, położyć się na ziemi twarzą zwróconą w dół.
6. Podróżując samochodem, zjechać na parking lub pobocze drogi z dala od pojedynczych drzew, masztów i linii energetycznych, tablic reklamowych i wysokich kominów. Nie parkować samochodów nad studzienkami ściekowymi i w rejonach, które mogą ulec zalaniu. Bezwzględnie nie opuszczać wnętrza pojazdu, sprawdzając jedynie, czy drzwi i okna są szczelnie zamknięte. Po wznowieniu podróży, unikać przejeżdżania przez rozległe kałuże, pod wiaduktami i podziemnymi ciągami komunikacyjnymi.
7. Biwakując w bezpośrednim sąsiedztwie brzegów rzek i jezior, natychmiast przenieść obóz w bezpieczne miejsce.
8. Szukając pomocy, wzywać straż pożarną (tel. 998), pogotowie ratunkowe (tel. 999) lub policję (tel. 997) lub pod numerem telefonu alarmowego 112.
9. Bezwzględnie podporządkować się poleceniom wydawanym przez władze lokalne i kierujących akcją ratowniczą.

WYPADKI RADIOLOGICZNE

ZANIM WYSTAPI WYDARZENIE

1. Bądź przygotowany do ewakuacji lub do schronienia się w swoim domu.
2. Opracuj plan komunikowania się na wypadek zagrożenia.
3. Gdy w czasie katastrofy członkowie rodziny są rozdzieleni, (realna możliwość w ciągu dnia, gdy dorośli są w pracy, a dzieci w szkole) miej przygotowany plan ich powrotu do domu.

PODCZAS WYDARZENIA

1. Nasłuchuj w radiu i w telewizji oficjalnych komunikatów.
2. Jeśli jest to zalecane – pozostań w domu.
3. Zabezpiecz zwierzęta lub weź je do domu.
4. Zabezpiecz i pozamykaj drzwi oraz okna.