



 NUMERY ALARMOWE

**OGÓLNOPOLSKI TELEFON ALARMOWY
112**

Pogotowie Ratunkowe	-	999
Straż Pożarna	-	998
Policja	-	997

 Sprawdź i zapisz inne potrzebne telefony interwencyjne: np. Straży Miejskiej, wodociągów, dostawców gazu i prądu, a jeżeli posiadasz polisę ubezpieczeniową – także agenta ubezpieczeniowego.

-  Dzwoniąc na numer alarmowy podaj:
- ✓ dokładny adres z nazwą miejscowości,
 - ✓ co się stało,
 - ✓ liczbę osób poszkodowanych,
 - ✓ stan poszkodowanych,
 - ✓ nazwisko i telefon.

UWAGA – Nie rozłączaj się! Dyspozytor zawsze odkłada słuchawkę pierwszy.

 WARTO WIEDZIEĆ

- ✓ Nagły wypadek może się zdarzyć nawet w najbezpieczniejszym miejscu i wśród najbardziej odpowiedzialnych osób.
- ✓ Najczęstszymi ofiarami nagłych zdarzeń są dzieci i ludzie w podeszłym wieku, dlatego zwracamy szczególną uwagę na miejsca, w których zwykli przebywać.
- ✓ Zapewnij dzieciom odpowiednią edukację na temat bezpieczeństwa, odpowiednią do ich wieku, a szczególnie dotyczącą zachowania na drodze, zachowania w stosunku do nieznajomych, psów i dzikich zwierząt.
- ✓ Jeżeli zamierzasz wybrać się w dalszą podróż, to staraj się do niej odpowiednio przygotować. Poinformuj rodzinę lub znajomych o planowanej trasie podróży i spodziewanym czasie swojego powrotu.
- ✓ Przygotuj się przed sytuacją kryzysową – przemyśl, jakie zagrożenia mogą cię dotyczyć.

 W RAZIE ZAGROŻENIA

- ✓ Sprawdź miejsca pobytu domowników i osób z najbliższego otoczenia.
- ✓ Poinformuj ich o niebezpieczeństwie.
- ✓ Gdy jesteś poza domem, skontaktuj się z najbliższymi, informując ich o sytuacji, miejscu swego pobytu oraz o sposobie dalszego kontaktowania się.
- ✓ Nie poddawaj się panice, dawaj przykład rozumnych zachowań.
- ✓ Słuchaj komunikatów podawanych w lokalnych rozgłośniach radiowych i telewizyjnych lub przez właściwe służby ratownicze.

 DOMOWA APTECZKA

Podstawowe wyposażenie domowej apteczki zawierać powinno:

gazę opatrunkową jałową, sterylne bandaże (w tym dziane i elastyczne), taśmy przyklepne (plaster bez opatrunku), plastry z opatrunkiem, nożyczki (najlepiej bez ostrych końców), chustę trójkątną, koc ratowniczy (folię NRC), termometr, środki aseptyczne (np. jodyna), środki przeciwbólowe, aspirynę, środki przeczyszczające, węgiel aktywowany, mydło, rękawice lateksowe oraz zapas lekarstw na przewlekłe choroby członków rodziny;

Powódź jest to czasowe pokrycie terenu przez wodę, powstałe na skutek wezbrania wody w ciekach naturalnych, zbiornikach wodnych, kanałach oraz od strony morza, powodujące zagrożenie dla życia i zdrowia ludzi, środowiska, dziedzictwa kulturowego oraz działalności gospodarczej.

- **Działania przed powodzią**

- ustalenie ewentualnego zagrożenia powodziowego dla terenu zamieszkania;
 - wykupienie polisy ubezpieczeniowej;
 - zapoznanie się ze sposobami alarmowania, drogami i miejscami ewakuacji ludzi, zwierząt, pojazdów, maszyn rolniczych i innego mienia;
 - opracowanie [Rodzinnego planu powodziowego](#) (wzór do pobrania z materiałów informacyjnych umieszczonych na stronie Krajowego Zarządu Gospodarki Wodnej – <http://www.kzgw.gov.pl>);
 - utrzymywanie sprawnego systemu odprowadzania wód z dachu oraz ukształtowanie terenu wokół domu w sposób umożliwiający odpływ deszczówki z okolic budynku;
 - regularne udrażnianie rowów odwadniających;
 - zabezpieczenie budynku (m.in. budowa murku, przygotowanie na czas powodzi osłon na drzwi i okna piwnic, zabezpieczenie zagrożonych zalaniem pomieszczeń).
- **Zapoznaj się z poradami dotyczącymi powodzi zamieszczonymi na stronach internetowych Rządowego Centrum Bezpieczeństwa (<http://www.rcb.gov.pl>) oraz Państwowej Straży Pożarnej (<http://www.straz.gov.pl>).**
 - **Śledź na bieżąco prognozy, komunikaty i ostrzeżenia hydrologiczne i meteorologiczne wydawane przez Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej – Państwowy Instytut Badawczy (<http://www.pogodynka.pl>).**
- W sytuacji zagrożenia powodziowego:
 - miej włączone radio na częstotliwości lokalnej stacji, w celu wysłuchania komunikatów o zagrożeniu i sposobach postępowania;
 - przenieś miejsca sypialne i wartościowe rzeczy na górne kondygnacje budynku;
 - przygotuj w bezpiecznym miejscu lekarstwa, dowody tożsamości (również akty urodzenia), kosztowności, pieniądze i papiery wartościowe, dokumenty dotyczące domu i posiadanych gruntów, dokumentację działalności gospodarczej i polisy ubezpieczeniowe;
 - jeśli możesz - odeślij dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce np. do znajomych czy rodziny;
 - upewnij się, że wszyscy członkowie rodziny, zwłaszcza dzieci, wiedzą co robić w razie powodzi, ustal sposoby kontaktowania się, drogi ewakuacji, jeśli posiadasz Rodzinny Plan Powodziowy – przypomnij wszystkim członkom rodziny jego zapisy;
 - naucz najbliższych członków rodziny odłączania źródeł energii, gazu i wody;

- zgromadź w domu niezbędną ilość żywności o długotrwałej ważności do spożycia, wodę i przygotuj odpowiednią odzież, latarki, koce i środki higieniczne;
- dbaj o to, by twój telefon komórkowy cały czas był w pełni naładowany;
- jeśli masz sprzęt pływający - utrzymuj go w sprawności (pontony, łodzie itp.) i używaj go wyłącznie podczas zagrożenia życia;
- pojazdy z terenu posesji przenieść w niezagrażone powodzią miejsca;
- zabezpiecz budynek;
- przygotuj się do ochrony swojego domu i dobytku przed skutkami powodzi, przygotuj worki z piaskiem;
- paszę dla zwierząt przenieś w niezagrażone zalaniem miejsce;
- przygotuj zwierzęta hodowlane do ewakuacji, porozmawiaj z sąsiadami o wzajemnej pomocy przy załadunku;
- rozważ ewakuację zwierząt zaraz po ogłoszeniu alarmu powodziowego. Jest ona zawsze dużo trudniejsza niż ludzi i zajmuje dużo czasu. Sprzęt pływający będący w dyspozycji straży pożarnej czy wojska bardzo często nie nadaje się do ewakuacji dużych zwierząt;
- zabezpiecz substancje niebezpieczne takie jak pestycydy, środki owadobójcze, farby, lakiery, rozpuszczalniki i inne środki chemiczne;
- zabezpiecz zbiorniki z olejem, paliwem;
- przygotuj się do ewakuacji
 - pozostawanie na zalanym terenie to ogromne ryzyko
 - oprócz bezpośredniego zagrożenia utonięciem, musisz liczyć się z narażeniem na choroby zakaźne, brakiem prądu, wody i kanalizacji;
 - pamiętaj, że w razie konieczności możesz nie otrzymać pomocy medycznej na czas.

- **Działania w trakcie powodzi**

- wyłącz instalację elektryczną i gazową oraz zabezpiecz sieć kanalizacyjną lub szambo;
- w razie zagrożenia życia lub zdrowia dzwoń na numer alarmowy 112;
- w przypadku niebezpieczeństwa natychmiast przenieść się na wyżej położone tereny;
- jeśli posiadasz telefon komórkowy, miej go zawsze przy sobie i zadbaj, aby bateria była naładowana;
- włącz radiodbiornik zasilany bateriami na częstotliwość lokalnej stacji radiowej, aby uzyskać najnowsze informacje o sytuacji i sposobach postępowania;
- przygotuj się do ewentualnej ewakuacji pamiętając o tym, że osoby dorosłe powinny mieć przy sobie nie więcej niż 50 kg bagażu (do 20 kg na osobę);

- o miej przy sobie apteczkę pierwszej pomocy i niezbędne, używane przez domowników leki, niezbędny zapas jedzenia i wody pitnej, ciepłe ubrania, śpiwory i koce (zgromadzone w górnych partiach domu lub mieszkania);
- o nie używaj wody ze studni ani wody gruntowej, ponieważ może być ona skażona.

WAŻNE INFORMACJE

JEŚLI ZOSTAŁEŚ W GOSPODARSTWIE I POTRZEBUJESZ POMOCY

WYWIEŚ FLAGĘ O NASTĘPUJĄCYM KOLORZE:

	BIAŁA	-	potrzeba ewakuacji
	CZERWONA	-	potrzeba pomocy medycznej
	NIEBIESKA	-	potrzeba żywności i wody

LUB POWIADOM ZAŁOGĘ ŚMIGŁOWCA:



TAK
potrzebna
pomoc

NIE
wszystko
w porządku

TELEFONY ALARMOWE:

Numer alarmowy - 112
Pogotowie ratunkowe - 999
Straż Pożarna - 998
Policja - 997

- Ewakuacja
 - o w przypadku nakazu opuszczenia domu wydanego przez miejscowe władze (starosta, wójt, burmistrz, prezydent miasta) lub służby, zrób to natychmiast;
 - o stosuj się do poleceń wydawanych przez prowadzących ewakuację;
 - o przed opuszczeniem domu, dzieciom znajdującym się pod Twoją opieką przypnij do ubrań karteczkę z ich imieniem i nazwiskiem oraz kontaktem do ich opiekunów;
 - o pamiętaj, aby zabrać ze sobą przygotowane wcześniej rzeczy (niezbędne leki używane przez domowników, ważne dokumenty, kosztowności, pieniądze, telefon komórkowy itp.), przy czym bagaż nie może przekraczać w sumie 50 kg (do 20 kg na osobę);
 - o zarejestruj się w punkcie ewidencyjnym - w ten sposób łatwiej odnajdzie cię rodzina.
- **Działania po powodzi**

- słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych, nie wracaj do domu, dopóki władze nie ogłoszą, że jest to bezpieczne oraz nie zostanie przywrócone zaopatrzenie w wodę pitną, usprawniony system kanalizacji i usunięte odpady;
- jak najdłużej pozostań poza zasięgiem wód powodziowych, sprawdź fundamenty domu czy nie ma pęknięć lub innych uszkodzeń, upewnij się, że budynek nie grozi zawaleniem, a w przypadku wątpliwości zgłoś to do nadzoru budowlanego, władz samorządowych i do ubezpieczyciela;
- sprawdź instalację elektryczną i gazową, korzystając ze specjalistycznej pomocy;
- jeżeli twój majątek był ubezpieczony, jak najszybciej skontaktuj się z ubezpieczycielem i dowiedz się, jakie działania musisz podjąć, by uzyskać odszkodowanie. Szybkie zgłoszenie pozwoli zaplanować likwidację szkód. Powodzianie mogą liczyć na zaliczki, które pozwolą im na zakup sprzętu niezbędnego do zabezpieczenia zniszczonych budynków. Jeśli to możliwe, przed przystąpieniem do usuwania skutków powodzi zrób zdjęcia lub zapis wideo uszkodzeń. Materiał ten pomoże udokumentować straty przy ubieganiu się o odszkodowanie;
- zgłoś się po pomoc finansową do gminnego lub miejskiego ośrodka pomocy społecznej. Zasilek ten jest przeznaczony na pokrycie kosztów zakupu żywności, leków, opału, odzieży, niezbędnych przedmiotów użytku domowego. Szczegóły na temat pomocy uzyskasz u swojego sołtysa lub w urzędzie gminy;
- jeśli to możliwe, włącz się do pomocy w usuwaniu skutków powodzi;
- zalane pomieszczenia zdezynfekuj, wywietrz, wysusz i odmaluj (szczególnie jeśli przechowujesz w nich żywność, przygotowujesz posiłki lub jeżeli przebywają w nich dzieci). Meble odsuń od ścian na co najmniej 20 cm i podnieś minimum 5 cm od podłogi;
- wyrzuć całą żywność, która miała kontakt z wodą powodziową, a do celów spożywczych używaj tylko wody butelkowanej lub dowożonej beczkowozami przeznaczonymi do wody pitnej.

❖ W TRAKCIE POWODZI ❖

W SYTUACJI ZAGROŻENIA POWODZIOWEGO:

- ✓ słuchaj komunikatów o zagrożeniu i sposobach postępowania w lokalnym radiu i telewizji;
- ✓ jeśli możesz - odeślij dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce np. do znajomych czy rodziny;
- ✓ upewnij się, że wszyscy członkowie rodziny, zwłaszcza dzieci, wiedzą co robić w razie powodzi, ustal sposoby kontaktowania się, drogi ewakuacji;
- ✓ naucz najbliższych członków rodziny odłączania źródeł energii, gazu i wody;
- ✓ przenieś miejsca sypialne i wartościowe rzeczy na górne kondygnacje budynku;
- ✓ przygotuj w bezpiecznym miejscu lekarstwa, dowody tożsamości, kosztowności, pieniądze, dokumenty dotyczące domu i posiadanych gruntów, dokumentację działalności gospodarczej i polisy ubezpieczeniowe;
- ✓ zgromadź w domu niezbędną ilość żywności o długotrwałej ważności do spożycia, wodę i przygotuj odpowiednią odzież, latarki, koce i środki higieniczne;
- ✓ dbaj o to, by telefon komórkowy cały czas był w pełni naładowany;
- ✓ pojazdy z terenu posesji przenieś w niezagrażone powodzią miejsca;
- ✓ zabezpiecz budynek i przygotuj worki z piaskiem;
- ✓ rozważ ewakuację zwierząt zaraz po ogłoszeniu alarmu powodziowego. Jest ona zawsze dużo trudniejsza niż ludzi i zajmuje dużo czasu. Sprzęt pływający będący w dyspozycji straży pożarnej czy wojska bardzo często nie nadaje się do ewakuacji dużych zwierząt;
- ✓ przygotuj zwierzęta hodowlane do ewakuacji, porozmawiaj z sąsiadami o wzajemnej pomocy przy załadunku;
- ✓ paszę dla zwierząt przenieś w niezagrażone zalaniem miejsce;
- ✓ zabezpiecz substancje niebezpieczne takie jak pestycydy, środki owadobójcze, farby, lakiery, rozpuszczalniki i inne środki chemiczne;
- ✓ zabezpiecz zbiorniki z olejem, paliwem;
- ✓ jeśli masz sprzęt pływający - utrzymuj go w sprawności (pontony, łodzie itp.) i używaj go wyłącznie podczas zagrożenia życia;
- ✓ przygotuj się do ewakuacji;

Pozostawanie na zalanim terenie to ogromne ryzyko; oprócz bezpośredniego zagrożenia utonięciem, musisz liczyć się z narażeniem na choroby zakaźne, brakiem prądu, wody i kanalizacji; pamiętaj, że w razie konieczności możesz nie otrzymać pomocy medycznej na czas.

W TRAKCIE POWODZI:

- ✓ wyłącz instalację elektryczną i gazową oraz zabezpiecz sieć kanalizacyjną lub szambo;
- ✓ w razie zagrożenia życia lub zdrowia dzwoń na numer alarmowy 112;
- ✓ w przypadku niebezpieczeństwa natychmiast przenieś się na wyżej położone tereny;
- ✓ jeśli posiadasz telefon komórkowy, miej go zawsze przy sobie i zadbaj, aby bateria była naładowana;
- ✓ włącz radioodbiornik zasilany bateriami na częstotliwość lokalnej stacji radiowej, aby uzyskać najnowsze informacje o sytuacji i sposobach postępowania;
- ✓ przygotuj się do ewentualnej ewakuacji pamiętając o tym, że osoby dorosłe powinny mieć przy sobie nie więcej niż 50 kg bagażu (do 20 kg na osobę);
- ✓ miej przy sobie apteczkę pierwszej pomocy i niezbędne, używane przez domowników leki, niezbędny zapas jedzenia i wody pitnej, ciepłe ubrania, śpiwory i koce (zgromadzone w górnych partiach domu lub mieszkania);
- ✓ nie używaj wody ze studni ani wody gruntowej, ponieważ może być ona skażona.

WAŻNE INFORMACJE

JEŚLI ZOSTAŁEŚ W GOSPODARSTWIE I POTRZEBUJESZ POMOCY

WYWIEŚ FLAGĘ O NASTĘPUJĄCYM KOLORZE:

	BIAŁA	-	potrzeba ewakuacji
	CZERWONA	-	potrzeba pomocy medycznej
	NIEBIESKA	-	potrzeba żywności i wody

LUB POWIADOM ZAŁOGĘ ŚMIGŁOWCA:



TAK
potrzebna
pomoc

NIE
wszystko
w porządku

TELEFONY ALARMOWE:

Numer alarmowy - 112
Pogotowie ratunkowe - 999
Straż Pożarna - 998
Policja - 997

EWAKUACJA:

- ✓ w przypadku nakazu opuszczenia domu wydanego przez miejscowe władze (starosta, wójt, burmistrz, prezydent miasta) lub służby, zrób to natychmiast;
- ✓ stosuj się do poleceń wydawanych przez prowadzących ewakuację;
- ✓ przed opuszczeniem domu, dzieciom znajdującym się pod Twoją opieką przypnij do ubrań karteczkę z ich imieniem i nazwiskiem oraz kontaktem do ich opiekunów;
- ✓ pamiętaj, aby zabrać ze sobą przygotowane wcześniej rzeczy (niezbędne leki używane przez domowników, ważne dokumenty, kosztowności, pieniądze, telefon komórkowy itp.), przy czym bagaż nie może przekraczać w sumie 50 kg (do 20 kg na osobę);
- ✓ zarejestruj się w punkcie ewidencyjnym - w ten sposób łatwiej odnajdzie cię rodzina.

❖ BURZE I NAWAŁNICE ❖



BEZPIECZNE ZACHOWANIA

- ✓ słuchaj prognoz pogody i komunikatów lokalnych mediów,
- ✓ unikaj przebywania na otwartej przestrzeni, szukaj schronienia w budynku,
- ✓ jeśli to niemożliwe: postaraj się przyjąć bezpieczną pozycję (kucnij, zbliżając stopy maksymalnie do siebie),
- ✓ jeśli jesteś w grupie osób: rozdzielcie się, żeby nie tworzyć skupiska,
- ✓ nie rozmawiaj przez telefon komórkowy (najlepiej go wyłącz),
- ✓ zejź z roweru, żeby nie dotykać jego metalowych części. Unikaj kontaktu z metalowymi przedmiotami,
- ✓ nie stawaj pod pojedynczym wysokim drzewem ani w pobliżu wysokich konstrukcji, linii wysokiego napięcia, przewodów lub trakcji,
- ✓ zejź ze szczytów wzniesień w obniżenie terenu,
- ✓ na otwartych zbiornikach wodnych: natychmiast wyjdź z wody, łódki lub kajaka na brzeg.
- ✓ w mieszkaniu i domu zamknij wszystkie okna; z balkonu, tarasu, podwórka i obejścia należy usunąć (lub zabezpieczyć) przedmioty, które mogłyby zostać porwane przez wiatr (parasole, donice, suszarki do prania itp.), wyłącz z kontaktów urządzenia elektryczne, nie rozmawiaj przez telefon stacjonarny.



Telefony alarmowe w razie niebezpieczeństwa:

- ➔ 112 – ogólnopolski numer ratunkowy
- ➔ 999 – Pogotowie Ratunkowe
- ➔ 998 – Straż Pożarna
- ➔ 997 – Policja