



PROCEDURY POSTĘPOWANIA PODCZAS WYSTĄPIENIA ZAGROŻEŃ

ŻYJ BEZPIECZNIE

NUMERY ALARMOWE

OGÓLNOPOLSKI TELEFON ALARMOWY - 112

Pogotowie Ratunkowe - **999**

Straż Pożarna - **998**

Policja - **997**

Pogotowie energetyczne - 991

Pogotowie gazownicze - 992

Pogotowie ciepłownicze - 993

Pogotowie wod.- kan. - 994

Pogotowie GOPR - 985

Straż Miejska - 986

nie wszędzie

981 – Pogotowie drogowe

983 – Pogotowie weterynaryjne

984 – Pogotowie rzeczne

985 – Ratownictwo morskie i górskie

987 – Centrum Zarządzania
Kryzysowego

995 – Komenda Główna Policji – system
Child Alert

996 – Centrum Antyterrorystyczne

Inne numery do służb powołanych lokalnie

19 282 – pogotowie dźwigowe,

19 285 – pogotowie komunikacji miejskiej,

601 100 100 – numer ratunkowy nad wodą (WOPR),

601 100 300 – numer ratunkowy w górach (GOPR i TOPR),

506 260 784 – Poszukiwawcze - Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe,

22 474 00 00 - Straż Ochrony Kolei

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 zwracajmy 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;

BEZPIECZNE MOJE MIASTO

Niezbędne minimum informacji przydatnych każdemu człowiekowi.

- **POZNAJ** podstawowe rodzaje sygnałów alarmowych i komunikatów które mogą być nadawane przez radio lub za pomocą syren.
- **DOWIEDZ SIĘ** gdzie szukać pomocy w razie zagrożenia naturalnego lub katastrofy. Zapisz i noś przy sobie 3-y i 7-mio cyfrowe numery telefonów alarmowych. Zadbaj by znali je także Twoi bliscy.
- **DOWIEDZ SIĘ** co w rejonie Twojego domu / pracy może zagrażać bezpieczeństwu Twojemu i Twoich bliskich.
- **UPEWNIJ SIĘ**, że Ty i Twoi bliscy potraficie w ciemności wyłączyć dopływ gazu i prądu do mieszkania.
- **USTAL**, skąd można wziąć wodę pitną w razie jej braku w sieci. Warto stale mieć jej niewielki zapas w butelkach plastikowych.
- **ZADBAJ** by mieć niezbędny zestaw żywności pozwalający na przeżycie kilku dni w razie braku możliwości wyjścia z domu.
- **SPRAWDŹ**, czy masz sprawne radio przenośne, latarkę i zapas baterii do nich, a także świece i zapalki.
- **UZGODNIJ** ze swoimi bliskimi miejsce i pewny sposób kontaktu w razie zdarzenia uniemożliwiającego Wam powrót do domu.
- **USTAL** ze swoimi bliskimi jak powinniście się zachować w razie konieczności ewakuacji. Zabieramy podręczną odzież, przybory toaletowe i dokumenty, niezbędne lekarstwa. Małe dzieci powinny mieć zawiązaną wokół ręki tasiemkę z nazwiskiem, ewentualnie adresem i numerem telefonu.

REGIONALNY SYSTEM OSTRZEGANIA

RSO to platforma hybrydowa Telewizji Polskiej działająca w oparciu o technologię wykorzystującą możliwości telewizji cyfrowej nadawanej naziemnie (DVB-T). W ramach technologii cyfrowej udostępniono szereg nowoczesnych usług informacyjnych wykorzystywanych m.in. do przekazywania komunikatów dla ludności o zagrożeniach i zdarzeniach mających wpływ na bezpieczeństwo powszechne i porządek publiczny oraz na ochronę życia i zdrowia ludzkiego, a także mienia.

Powiadomienia i ostrzeżenia RSO pojawiają się:

- na stronach internetowych urzędów wojewódzkich,
- na kanałach w TVP (telegazeta str. 430 lub 190 , platforma hybrydowa (HbbTV), napisy DVB),
- w aplikacji mobilnej (systemy operacyjne Android, iOS, WindowsPhone).

Komunikaty w ramach RSO rozpowszechniane są za pomocą:

- napisów wyświetlanych na ekranach telewizorów,
- w telegazecie,
- na Platformie Hybrydowej TVP,
- w serwisach internetowych,
- na urządzeniach mobilnych (aplikacje na smartfony i tablety)

W telewizorze

- Komunikaty pojawiają się na ekranie telewizora w formie napisów. W zwięzły sposób informują i odsyłają do szczegółów, np. umieszczonych na konkretnej stronie telegazety. W telewizorach dostosowanych do potrzeb telewizji hybrydowej (czyli łączącej telewizję z internetem) istnieje możliwość przejścia na stronę oferującą np. filmową informację dotyczącą zagrożenia.

W komórce

- Bezpłatna aplikacja RSO jest dostępna w sklepach z aplikacjami na poszczególne platformy (Google Play, Apple App Store, Windows Phone Store). Można ją wyszukać w sklepach po słowach kluczowych „RSO” oraz „Regionalny System Ostrzegania”.
- Aplikacja na system Android
- Aplikacja na system Apple
- Aplikacja na system Windows Phone

Wprowadzanie i publikacja komunikatów RSO

- Komunikaty są wprowadzane lub aktywowane przez dyżurnych Wojewódzkich Centrów Zarządzania Kryzysowego (WCZK) w całym kraju, we wszystkich województwach, zgodnie z właściwością miejscową.
- Część danych pobierana jest automatycznie z innych systemów technicznych. Przykładem takiego rozwiązania są informacje o stanie wód na wodowskazach, które pobierane są z serwera Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej (IMGW) i automatycznie aktywowane bez konieczności ingerencji dyżurnego (istnieje możliwość modyfikacji tego typu komunikatów). W przypadku komunikatów IMGW dyżurny WCZK musi zdecydować o nadaniu komunikatowi odpowiedniej wagi i o jego aktywacji.
- Komunikaty w postaci napisów DVB-T oraz napisów w telegazecie przesyłane są przez nadajniki telewizyjne w sposób zregionalizowany (na kanałach regionalnych – np. TVP Katowice) lub bez regionalizacji (na kanałach TVP o zasięgu ogólnopolskim – np. TVP 1, TVP 2, czy TVP Info).
- W pozostałych kanałach dystrybucji, tj.: aplikacjach mobilnych i serwisach na Platformie Hybrydowej TVP, komunikaty rozpowszechniane są w zakładkach tematycznych dedykowanych danym województwom.

Rodzaje komunikatów RSO.

Wyróżnia się następujące kategorie tematyczne komunikatów:

- meteorologiczne;
- hydrologiczne;
- informacje drogowe;
- informacje o stanie wód (wodowskazów);
- ogólne.

Ze względu na wagę komunikatów RSO wyróżnia się:

- powiadomienia;
- ostrzeżenia;
- ostrzeżenia alarmowe.

Wagę komunikatom nadaje się biorąc pod uwagę rodzaj i zasięg zagrożenia lub zdarzenia, a także jego możliwe skutki dla ludności, środowiska i infrastruktury.

ZAGROZENIE TERRORYSTYCZNE

Alarmuj w każdym przypadku zauważenia broni lub innego niebezpiecznego narzędzia!!!

JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU STRZELANINY

- jeżeli w bezpośrednim sąsiedztwie rozległy się strzały, uciekaj z miejsca zagrożonego – nie ratuj rzeczy osobistych i nie staraj się za wszelką cenę pomagać innym
- biegnij pochylony, obserwuj teren i myśl którądy możesz się wydostać z miejsca zagrożonego
- jeżeli nie możesz uciekać, szukaj naturalnych osłon, które ochronią Cię przed pociskami np. grubych ścian, murków, krawężników czy drzew – połóż się na ziemi osłoń rękami głowę, nie ruszaj się do końca strzelaniny, w miarę możliwości obserwuj otoczenie, czekaj na działanie Policji
- jeżeli chowasz się za samochodem, jako zasłonę wykorzystaj miejsce ulokowania silnika
- jeżeli nie możesz wydostać się z budynku, a napastnik Ciebie nie zauważył, ukryj się w jakimś pomieszczeniu

JAK ZACHOWYWAĆ SIĘ W UKRYCIU

- zachowaj ciszę
- zabarykaduj drzwi, ciężkimi przedmiotami np. szafka, biurko, stół
- wyłącz źródła dźwięku i światła np. telewizor, radio, oświetlenie
- wycisz telefon
- schowaj się w ciemnym rogu pomieszczenia lub za meblami
- jeżeli w pomieszczeniu, do którego wszedłeś są jakieś osoby, kieruj nimi wydając polecenia wykonania powyższych czynności, poleć im w miarę możliwości rozproszyć się i ukryć za meblami w pomieszczeniu
- słuchaj odgłosów z zewnątrz
- bez względu na to co się dzieje zachowaj ciszę, nie wychodź z pomieszczenia, czekaj na przybycie służb ratowniczych

Jeżeli jesteś bezpieczny, ukryty w pomieszczeniu dzwoń na numer alarmowy, rozmawiaj cicho z operatorem i nasłuchuj odgłosów z otoczenia, przekaż:

- **co i gdzie się wydarzyło**
- **lokalizację sprawcy i kierunek poruszania**
- **liczbę sprawców, ich opis i uzbrojenie**
- **podaj liczbę poszkodowanych**
- **odpowiadaj na pytania operatora**


Jeżeli nie możesz rozmawiać pozostaw aktywne połączenie i pozwól słuchać operatorowi.

Jeżeli nie masz możliwości uciekać lub ukryć się, a sprawca którego celem jest zabicie jak największej liczby osób zmierza w Twoim kierunku i znajdujesz się w sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia – podejmij walkę z napastnikiem:

PAMIĘTAJ! WALCZYSZ O SWOJE ŻYCIE

- **wybierz odpowiedni moment do ataku, postaraj się na moment odwrócić uwagę napastnika**
- **musisz zaatakować z pełną determinacją i maksymalną agresją**
- **do walki możesz wykorzystać przedmioty które masz w pobliżu: krzesło, nożyczki, długopis, szkło, dezodorant w sprayu**
- **walcz do czasu unieszkodliwienia napastnika i wołaj pomocy -inne ukryte osoby mogą udzielić ci wsparcia**

PO ZAKOŃCZENIU STRZELANINY I UWOLNIENIU BĘDZIESZ PRZESŁUCHIWANY PRZEZ POLICJĘ DLATEGO CZEKAJ CIERPLIWIE NA ZAKOŃCZENIE CZYNNOSCI.



**JEŻELI STAŁEŚ SIĘ ZAKŁADNIKIEM RÓB,
CO CI KAŻĄ NIE GRAJ BOHATERA I NIE
STAWIAJ OPORU, NIE DYSKUTUJ
Z NAPASTNIKAMI, NIE BUNTUJ SIĘ – TO
MOŻE TYLKO POGORSZYĆ SYTUACJĘ,
TWOIM CELEM POWINNO BYĆ
PRZETRWANIE, CZEKAJ NA AKCJE
WYSPECJALIZOWANEJ JEDNOSTKI
RATOWNICZEJ**

- nie uciekaj, jeżeli to możliwe, połóż się na ziemi, wykorzystaj naturalne osłony (np. ściana, schody, meble), rękami chroń głowę, staraj się zachować spokój
- jeżeli masz możliwość nie kładź się na ciągach komunikacyjnych lub pod oknami
- unikaj dłuższego kontaktu wzrokowego z napastnikiem – może to wzbudzić jego agresję
- nie odwracaj się tyłem do napastnika
- wykonuj polecenia napastników, jeżeli oczekują od ciebie odpowiedzi, udziel jej po dłuższym namyśle – unikaj dyskusowania, częstego zadawania pytań, gwałtownych ruchów, obraźliwych zwrotów
- zawsze pytaj napastników o pozwolenie np. pójścia do toalety, wstania, otwarcia torby itp.,
- na żądanie napastników oddaj im wszystkie przedmioty osobiste
- nie zwracaj na siebie uwagi napastników
- pozbydź się niepostrzeżenie oznaki pozycji zawodowej – jej identyfikacja może spowodować agresję napastników
- stawiaj sobie drobne cele (np. uzyskanie od napastników wody, posiłku, opatrunku, możliwości skorzystania z toalety, udzielenia pomocy innej osobie), realizuj je i wyznaczaj kolejne

- stawiaj sobie przyszłe cele (co będziesz robił po uwolnieniu?) - umacnia to wolę przeżycia
- staraj się utrzymywać sprawność fizyczną i umysłową – myśl pozytywnie
- staraj się dbać o higienę osobistą
- stosuj zasadę ograniczonego zaufania w stosunku do współwięźniów – wśród nich może znajdować się ukryty napastnik
- nie ujawniaj otoczeniu swoich obaw i słabych punktów – kontroluj swoje reakcje i wypowiedzi
- staraj się zapamiętać jak najwięcej szczegółów dotyczących porywaczy i otoczenia – twoje zeznania mogą pomóc Policji w dalszych działaniach
- bądź świadom, że przy wydłużającym się czasie uwięzienia, u ciebie lub u współwięźniów może obudzić się „syndrom sztokholmski” (sympatyzowanie z prześladowcami, chęć pomagania im)
- nie blokuj drogi ucieczki napastników

**JEZELI ZOSTAŁES ZWOLNIONY W WYNIKU NEGOCJACJI LUB
UDAŁO CI SIĘ UCIEC STARAJ SIĘ PRZEKAZAĆ POLICJI JAK
NAJWIECEJ SZCZEGÓŁÓW NA TEMAT:**

- ✓ napastników (liczba, opis wyglądu, broń i wyposażenie, zachowanie, charakterystyczne cechy)
- ✓ obiektu oraz miejsca przetrzymywania zakładników
- ✓ zakładników (liczba, stan zdrowia, charakterystyczne cechy, itp.)
- ✓ innych elementów mogących zagrażać zakładnikom lub interweniującym policjantom



**JEŻELI ZNALAZŁEŚ SIĘ W CENTRUM LUB
W BEZPOŚREDNIM ZASIĘGU AKCJI
ANTYTERRORYSTYCZNEJ**

**PAMIĘTAJ: AKCJA SŁUŻB RATOWNICZYCH
ZAWSZE WYWOŁUJE ZAMIESZANIE I PANIKĘ,
TOWARZYSZĄ JEJ KRZYKI, WYBUCHY, STRZAŁY**

- nie uciekaj z miejsca zdarzenia, nie wykonuj gwałtownych ruchów – policjanci mogą uznać Cię za napastnika
- połóż się za najbliższym ukryciem, trzymając ręce z otwartymi dłońmi na wysokości głowy
- nie próbuj pomagać, nie atakuj napastników
- słuchaj i wykonuj polecenia i instrukcje dawane przez policjantów – bądź świadom, że będą to działania gwałtowne, wykluczające jakiegokolwiek namiastki sprzeciwu – nie zabieraj czasu zadawaniem pytań lub próbą dyskusji
- nie dotykaj, nie podnoś przedmiotów pozostawionych przez napastników lub policjantów
- nie trzymaj oczu w przypadku użycia gazów łzawiących
- po wydaniu polecenia opuszczenia pomieszczenia, opuść je jak najszybciej, nie zatrzymując się np. w celu zabrania rzeczy osobistych lub załatwienia potrzeby fizjologicznej
- w trakcie prowadzonych czynności wyjaśniających, odpowiadaj na pytania osoby prowadzącej przesłuchanie (przedstaw się i opowiedz, jak znalazłeś się w miejscu zamachu) – bądź świadom, że do chwili potwierdzenia twojej tożsamości i wykluczenia udziału w grupie napastników, będziesz traktowany jak przestępca

Jeżeli w wyniku pomyłki lub dynamicznych zdarzeń stałeś się przypadkowym „celem” akcji policyjnej:

- **nie stawiaj oporu – opór spowoduje zwiększenie gwałtowności działań, a policjanci będą traktowali cię jak napastnika**
- **wykonuj polecenia i instrukcje przekazywane przez interweniujących policjantów**
- **nie próbuj wyjaśniać sprawy, zadawać pytań czy dyskutować podczas akcji policyjnej –**

**BĘDZIESZ MÓGŁ WSZYSTKO WYJAŚNIĆ
PO ZAKOŃCZENIU DZIAŁAŃ**

NIEBEZPIECZNA PRZESYŁKA

CO POWINNO WZBUDZIĆ PODEJRZENIA

- przesyłka od nadawcy lub z miejsca budzącego podejrzenia
- przesyłka niezwykła, podejrzana ze względu na wagę, wymiary, kształt, zapach
- wewnątrz przesyłki widać cienką folię lub druciki/przewody
- opakowanie brudne, zatłuszczone, zabarwione lub nasączone substancją zapachową
- dodatkowy lub niespotykany materiał, z powodów nieznanych lub trudnych do określenia, chroniący zawartość przesyłki np. taśmy oklejające przesyłkę, siatki, żyłki, ramki/taśma klejąca wzdłuż krawędzi koperty/przesyłki
- nieuzasadnione i niespodziewane oznakowanie przesyłek napisami typu: „Do rąk własnych”, „Poufne”, „Doręczyć osobiście” itp.

JEŚLI PRZESYŁKA WYDAJE CI SIĘ PODEJRZANA

- nie odbieraj jej od kuriera, pościańca, listonosza
- jeżeli taką przesyłkę znalazłeś w skrzynce, **NIE OTWIERAJ JEJ**, włóż ją ponownie do skrzynki, zamknij skrzynkę
- jeśli zabrałeś przesyłkę do domu, **NIE OTWIERAJ JEJ**, umieść w grubym worku plastikowym i szczelnie zaklej go taśmą klejącą
- worek umieść w drugim grubym plastikowym worku, ten również szczelnie zamknij - zawiąż na supeł i zaklej taśmą klejącą
- pakunku nie przenoś - najlepiej, by pozostał na miejscu
- zamknij okna i drzwi (zabezpiecz pomieszczenie przed dostępem innych osób), wyłącz systemy wentylacyjne i klimatyzację
- natychmiast zadzwoń na numer alarmowy 112 - stosuj się do wskazówek odpowiednich służb
- jeśli to możliwe dokładnie umyj mydłem ręce i twarz

JEŚLI OTWORZYŁEŚ PRZESYŁKĘ, A JEJ ZAWARTOŚĆ WYDAJE SIĘ PODEJRZANA (proszek, pył, kawałki, blok, galareta, piana, płyn)

- nie naruszaj jej zawartości: nie rozsypuj, nie przenoś, nie dotykaj, nie wączaj, nie powoduj ruchu powietrza w pomieszczeniu (zamknij okna i drzwi, wyłącz systemy wentylacyjne i klimatyzację)
- w miarę możliwości załóż rękawiczki a twarz zabezpiecz maseczką, chustą lub innym izolatorem
- całą zawartość przykryj foliowym workiem (w przypadku braku worka, może być papier np. gazeta) który należy szczelnie przykleić do podłoża na którym została otwarta
- w przypadku braku odpowiednich opakowań, unikać poruszania i przemieszczania przesyłki
- jeśli to możliwe dokładnie umyj mydłem ręce i twarz
- **jeżeli wykonanie opisanych wyżej czynności nie jest możliwe, nie rób nic z przesyłką, opuść pomieszczenie, zabezpiecz przed dostępem osób postronnych**
- natychmiast zadzwoń na numer alarmowy 112 - stosuj się do wskazówek odpowiednich służb
- osoby mające kontakt z przesyłką powinny zebrać się w jednym odizolowanym miejscu i czekać na przybycie właściwych służb

ALARM BOMBOWY

Jeżeli zauważyłeś przedmiot (pakunek, torbę, urządzenie, itp.) niewiadomego pochodzenia

- pozostawione bez opieki, co do którego zachodzi podejrzenie, że może to być (może w nim być) bomba
NIE DOTYKAJ! NIE ZAGLĄDAJ!,
postaraj się zabezpieczyć miejsce znalezienia przedmiotu by uniemożliwić dostęp do niego osób trzecich - o jego zlokalizowaniu natychmiast powiadom administratora obiektu lub Policję.
- **Jeśli widzisz „bombę”, to ona „widzi” też ciebie, a to oznacza, że jesteś w polu jej rażenia.**

JEŚLI OTRZYMASZ INFORMACJE „O BOMBIE” TELEFONICZNIE LUB E-MAILEM

- zachowaj spokój, nie wpadaj w panikę, nie odkładaj słuchawki
- nie lekceważ informacji o „bombie”, rozmawiaj konkretnie i rzeczowo, zapamiętaj jak najwięcej informacji
- przedłużaj rozmowę (np. udając trudności w zrozumieniu) by uzyskać jak najwięcej szczegółów
- zapisuj lub nagraj przebieg rozmowy, czas, sposób mówienia dzwoniącego, przekazaną informację;
- **jeśli informacja dotarła e-mailem - zapisz i wydrukuj**
- o otrzymanej informacji powiadom administratora obiektu lub Policję

SPOSOBY POSTĘPOWANIA W SYTUACJI ALARMU BOMBOWEGO

- pomyśl, którędy można się ewakuować z budynku, dworca, galerii handlowej lub innych zatłoczonych miejsc
- odsuń się od ciężkich lub łatwo tłukących się przedmiotów, które mogą być przesunięte podczas wybuchu
- pamiętaj by nie pozostawiać własnego bagażu bez opieki i nie przyjmować od obcych osób żadnych pakunków
- ciekawość jest niebezpieczna - jak najszybciej oddal się z miejsca zagrożonego wybuchem. Po drodze informuj o zagrożeniu jak najwięcej osób, będących w strefie zagrożonej lub kierujących się w jej stronę (informację przekazuj w sposób nie powodujący paniki)
- po ogłoszeniu ewakuacji zachowaj spokój, zabierz rzeczy osobiste (torbę, kurtkę, telefony komórkowe), sprawnie opuść zagrożone miejsce
- po przybyciu Policji na miejsce incydentu bombowego, **przejmuje ona kierowanie akcją**
- w przypadku włączenia parkingu dla pojazdów w strefę zagrożenia, nie ratuj na siłę swojego samochodu (dotyczy to również innych cennych przedmiotów) - **życie jest ważniejsze.**

NIEWYPAŁY I NIEWYBUCHY

Przedmioty pochodzenia wojskowego np. zapalniki, pociski, bomby lotnicze, naboje artyleryjskie i karabinowe, granaty, miny, materiały wybuchowe, złom metalowy zawierający resztki materiałów wybuchowych.

Materiały pochodzenia wojskowego lub przemysłowego które są łatwopalne, żrące, trujące i grożą niebezpieczeństwem przy manipulowaniu nimi lub w zetknięciu z powietrzem albo wysoka temperatura np. zawartość butli stalowych, gaśnic, resztki substancji w aparaturze laboratoryjnej.

MATERIAŁ WYBUCHOWY STOSOWANY W TECHNICIE WOJSKOWEJ JEST CAŁKOWICIE ODPORNY NA WARUNKI ATMOSFERYCZNE I NIEZALEZNIE OD DATY PRODUKCJI ZACHOWUJE WŁASCIWOSCI WYBUCHOWE

W PRZYPADKU ODNALEZIENIA PODEJRZANEGO PRZEDMIOTU

- ✓ nie odkopuj
- ✓ nie dotykaj, a w szczególności nie podnoś, nie przesuwaj, nie używaj wobec przedmiotu jakichkolwiek narzędzi
- ✓ nie wrzucaj do ogniska, stawów lub głębokich rowów
- ✓ w miarę możliwości zabezpiecz miejsce znalezienia przed dostępem innych osób
- ✓ powiadom Policję - stosuj się do ich wskazówek
- ✓ do czasu przyjazdu wezwanych służb pozostań w pobliżu znaleziska - nie dopuść innych osób do zbliżania się lub manipulowania przedmiotem

PAMIĘTAJ

- nie wchodź na tereny oznakowane zakazem wstępu (poligony, place ćwiczeń, strzelnice, magazyny)
- nie dotykaj, nie manipuluj przy znalezionych podejrzanych przedmiotach (bombach, pociskach, amunicji, granatach)
- zapoznaj swoje dzieci ze sposobem postępowania w tego typu przypadkach

BURZE I NAWAŁNICE

- 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.

POWÓDŹ

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 przemieść 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 niezagrożone 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 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.

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 przemieść 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



NIEBIESKA – potrzeba żywności i wody

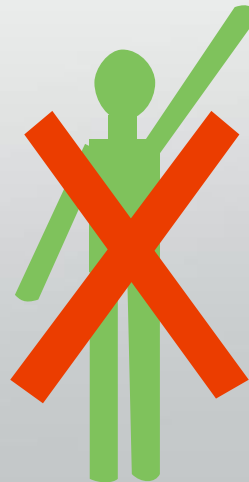


CZERWONA – potrzeba pomocy medycznej



TAK
Potrzebna pomoc

LUB POWIADOM ZAŁOGĘ ŚMIGŁOWCA



NIE
Wszystko w porządku

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.

POŻAR W BUDYNKU MIESZKALNYM

BĄDŹ PRZYGOTOWANY NA WYPADEK POŻARU

- wyposaż swój dom w gaśnicę i koc gaśniczy (przechowuj je w miejscu łatwo dostępnym)
 - w miarę możliwości zamontuj detektor dymu i czujnik czadu
 - nie blokuj dróg ewakuacyjnych, nie ustawiaj przedmiotów utrudniających wyjście
 - nie montuj stałych krat w oknach i na klatkach schodowych, jeśli Twoje mieszkanie musi być wyposażone w kraty- zakładaj takie które można otworzyć od wewnątrz, a klucz przechowuj w miejscu znanym wszystkim domownikom
 - zapoznaj rodzinę z usytuowaniem oraz sposobem wyłączenia głównych wyłączników prądu i gazu
 - dokonuj regularnych przeglądów przewodów kominowych oraz dbaj o sprawność urządzeń elektrycznych i gazowych
- materiałów łatwopalnych i otwartego ognia używaj z zachowaniem ostrożności

GDY ZAUWAŻYSZ POŻAR

- zaalarmuj osoby zagrożone
- **wezwij Straż Pożarną, dzwoń na numer alarmowy 112 lub 998, spokojnie i wyraźnie powiedz:**
- gdzie się pali (dokładny adres; jeśli nie znasz adresu, podaj charakterystyczne punkty, elementy krajobrazu itp.)
- co się pali
- czy zagrożeni są ludzie
- **nie rozłączaj się pierwszy**

ZANIM PRZYJEDZIE STRAŻ POŻARNA

- zadbaj by wszyscy domownicy opuścili zagrożone mieszkanie (pomóż osobom starszym, dzieciom, osobom niepełnosprawnym)
 - próbuj ugasić pożar w zarodku, używając gaśnic, koców gaśniczych, wody (nigdy nie gaś wodą urządzeń elektrycznych)
 - nie otwieraj okien
 - postaraj się wyłączyć dopływ gazu i prądu oraz usunąć z zasięgu ognia materiały palne, w miarę możliwości – weź ze sobą dokumenty oraz niezbędne lekarstwa
 - **UWAGA! Nie próbuj gasić ognia, którego nie jesteś w stanie opanować! Nie ryzykuj życia i zdrowia! Nie dopuść, by pożar odciął Ci drogę wyjścia - NATYCHMIAST OPUŚĆ MIESZKANIE!**
 - alarmuj sąsiadów o zagrożeniu; wychodząc, nie zamykaj drzwi na klucz
 - **UWAGA! Nie korzystaj z windy!** Możesz w niej zostać uwięziony; używaj klatki schodowej
 - w razie silnego zadymienia poruszaj się blisko podłogi – wyżej panuje wysoka temperatura i zbierają się toksyczne gazy i dym
 - idź wzdłuż ściany, żeby nie stracić orientacji
- na zewnątrz rozejrzyj się i sprawdź czy widzisz swoich znajomych, sąsiadów; jeśli kogoś brak, powiadom o tym strażaka

CO I JAK GASIĆ:

- **palący się olej w kuchni** - wyłącz dopływ gazu lub płytę grzejną, a następnie przykryj garnek (patelnię) pokrywką; do gaszenia możesz również użyć koca gaśniczego lub gaśnicy przeznaczonej do pożarów grupy F; po stłumieniu ognia nie przesuwaj garnka i nie przenoś go aż do całkowitego ostudzenia tłuszczu. **UWAGA!** nie zalewaj płonącego tłuszczu wodą, ponieważ wtedy eksploduje, poparzy Cię, a pożar się „rozleje”!
- **urządzenie elektryczne** - jeżeli pożar jest niewielki, odetnij dopływ prądu – wyjmij wtyczkę z kontaktu (np. drewnianym kijem od szczotki) lub odłącz bezpieczniki; możesz ugasić pożar gaśnicą, kocem gaśniczym, wodą lub piaskiem. **UWAGA!** nie gaś wodą urządzeń elektrycznych!
- **gdy zapaliło się na tobie ubranie** – nie biegnij, spowoduje to zwiększenie płomienia; połóż się na ziemi i obracaj/turlaj się do chwili zduszenia ognia **człowiek, na którym pali się ubranie** - najczęściej będzie biegł, uciekał, wtedy należy go przewrócić twarzą do ziemi, aby nie wdychał gorącego i toksycznego dymu; płonącą odzież ugasić kocem gaśniczym; jeśli go nie masz, użyj swojego ubrania lub innego dużego kawałka materiału, a także wody; gaszenie rozpocznij od głowy, przesuwając się w kierunku stóp

GDY POŻAR ODETNIE DROGĘ EWAKUACJI

- idź do pokoju z oknem lub balkonem, znajdującego się jak najdalej od miejsca pożaru, zamknij za sobą drzwi (nie zamykaj ich na klucz)
- osłaniaj usta mokrym ręcznikiem lub innym materiałem
- wzywaj pomoc
- jeśli temperatura i zadymienie wzrastają: połóż się na balkonie lub pod oknem i przykryj szczelnie trudno palnym okryciem(mokry ręcznik, prześcieradło)

GDY PALI SIĘ SĄSIEDNIE MIESZKANIE

- jeśli to możliwe – ostrzeż zagrożone osoby i wyjdź z budynku
- gdy zagrożenie jest duże, zostań w swoim mieszkaniu i zamknij drzwi wejściowe na klamkę
- w miarę możliwości usuń materiały palne z balkonu, tj. rozwieszane pranie, papierowe opakowania itp.
- zamknij okna - do mieszkania może dostać się dym lub ogień
- przygotuj zapas wody – napełnij wannę, wiadra, zlew w kuchni
- zakręć zawór gazu, wyłącz wszystkie urządzenia zasilane energią elektryczną
- zabezpiecz drzwi do mieszkania przed przedostawaniem się dymu do środka - w otwory i nieszczelności wciśnij mokry ręcznik
- jeżeli poczujesz się zagrożony, wezwij pomoc przez otwarte okno lub z balkonu, staraj się być jak najdalej od miejsca, w którym są płomienie lub dym

GDY PALI SIĘ MIESZKANIE NA WYŻSZEJ KONDYGNACJI

- zostań w mieszkaniu, chyba że strażacy każą Ci je opuścić; wychodząc z mieszkania, zamknij drzwi na klucz

POSTĘPOWANIE PO POŻARZE

- Nie wchodź do zniszczonego przez ogień budynku, zanim właściwe służby nie stwierdzą że jest bezpieczny
- Zachowaj czujność i uwagę gdyż elementy konstrukcyjne budynku mogą być osłabione i wymagać naprawy
- Nie korzystaj z urządzeń elektrycznych przed sprawdzeniem instalacji przez elektryka
- Jeśli został wyłączony główny zawór gazu przed ponownym włączeniem wezwij administratora budynku lub pogotowie gazowe
- Wyrzuć produkty żywnościowe i napoje (w tym zawartość lodówki i zamrażarki) oraz lekarstwa które były narażone na działanie wysokiej temperatury i dymu

SKAŻENIE SUBSTANCJĄ TOKSYCZNĄ

Zagrożenia mogą powstawać w czasie produkcji, przechowywania, transportu, wykorzystania i składowania substancji toksycznych.

ZACHOWANIE PODCZAS WYPADKÓW I AWARII TECHNICZNYCH Z UDZIAŁEM SUBSTANCJI NIEBEZPIECZNYCH

- jeżeli usłyszysz dźwięk syreny alarmowej, włącz radio lub telewizor na lokalną stację, wysłuchaj komunikatu o powstałym zagrożeniu i dokładnie wykonuj polecenia. Komunikaty o skażeniach mogą być również ogłaszane przez megafony. W miarę możliwości schroń się w budynku
- nie jedz i nie pij płynów, które mogą być skażone; celów spożywczych używaj wyłącznie wody przegotowanej; nie podawaj skażonej paszy ani płynów zwierzętom hodowlanym

jeżeli schroniłeś się w budynku

- zamknij okna i drzwi, poinformuj o zagrożeniu przebywające z tobą osoby
 - w miarę możliwości uszczelnij okna, drzwi i otwory wentylacyjne taśmą lub zmoczonymi wodą ręcznikami, szmatami, prześcieradłami itp.
 - wyłącz urządzenia elektryczne i gazowe z otwartym ogniem
 - oddychaj przez filtr zrobiony z tkaniny lub innego miękkiego materiału (chusteczka, szalik, część odzieży, bandaż, wata) zmoczonego w wodzie lub w wodnym roztworze sody oczyszczonej, chroń skórę przed zetknięciem się z niebezpieczną substancją
 - wpuść do budynku zagrożonych przechodniów; jeśli znajdowali się w strefie skażenia, ich odzież powinna pozostać na zewnątrz
- umyj się dużą ilością czystej wody z mydłem (nie wycieraj)

jeśli jesteś na otwartej przestrzeni

- w miarę możliwości chroń drogi oddechowe, staraj się oddychać przez część ubrania (chusteczkę, szalik itp.)
- unikaj kontaktu z rozlanymi substancjami chemicznymi, gazami, oparami; oddal się od miejsca wycieku niebezpiecznych substancji w kierunku prostopadłym do przemieszczających się dymów i oparów
- szukaj najbliższego budynku w którym będziesz mógł się schronić; wchodząc do pomieszczenia skażone ubranie zostaw na zewnątrz

jeżeli jesteś w samochodzie

- zamknij okna i wyłącz wentylację
- w miarę możliwości chroń drogi oddechowe, staraj się oddychać przez część ubrania (chusteczkę, szalik itp.)
- odjedź z miejsca skażenia
- jeżeli jesteś świadkiem wypadku z udziałem niebezpiecznych substancji, dzwoń natychmiast na numer alarmowy 112, w miarę możliwości podając oznaczenie cyfrowe z tablicy na pojeździe

Pojazdy przewożące substancje niebezpieczne są oznakowane pomarańczowymi prostokątnymi tablicami z czarnymi cyframi określającymi rodzaj niebezpiecznej substancji.

UDZIEL PIERWSZEJ POMOCY OSOBIE POSZKODOWANEJ

w miarę możliwości wynieś poszkodowanego z rejonu skażenia

zdejmij skażoną odzież, jeśli to możliwe ciało zmyj dużą ilością czystej wody (nie wycieraj), oczy opłucz bieżącą wodą

w miarę możliwości zapewnij poszkodowanemu dopływ świeżego powietrza

w przypadku braku oddechu - zastosuj sztuczne oddychanie, a w przypadku zatrucia pokarmowego - wywołaj wymioty (tylko u przytomnych)

zapewnij ochronę przed oziębieniem lub przegrzaniem; zapewnij poszkodowanemu pozycję siedzącą lub leżącą

nieprzytomnemu nie podawaj płynów ani pokarmów

wezwij pomoc

Materiał trujący lub słabo trujący.



Czterochloroetylen – jest to bezbarwna ciecz słabo trująca, zaliczana do III grupy pakowania.

CO ROBIĆ PO ZDARZENIU

jeżeli byłeś ewakuowany, nie wracaj do domu zanim władze lokalne stwierdzą, że jesteś bezpieczny

odkażanie przeprowadzaj zgodnie z zaleceniami władz lokalnych

przed ponownym zamieszkaniem otwórz wszystkie okna, włącz wentylatory i gruntownie przewietrz pomieszczenia - nie zapomnij odsłonić otworów wentylacyjnych

umyj się i zmień ubranie

skażone ubranie, maski, środki ochrony indywidualnej szczelnie odizoluj, zakop lub przełącz służbom likwidacji skażeń

obserwuj nietypowe objawy zdrowotne, które mogą być spowodowane oddziaływaniem niebezpiecznych substancji

SILNY WIATR

- słuchaj prognoz pogody i komunikatów lokalnych mediów;
- w przypadku wystąpienia silnych porywów wiatru unikaj przebywania na otwartej przestrzeni; najlepiej szukaj schronienia w budynku;
- w mieszkaniu i domu zamknij okna i sprawdź ich zamknięcia (w razie konieczności odpowiednio je zabezpiecz);
- z balkonu, tarasu, podwórka i obejścia usuń (lub zabezpiecz) przedmioty, które mogłyby zostać porwane przez wiatr (donice, suszarki do prania, karmniki, meble itp.);
- silny wiatr grozi zerwaniem linii wysokiego napięcia i brakiem dostaw prądu – miej w domu świece za zapalkami, latarkę na dynamo lub na baterie, radio na baterie, zapasowe baterie; naładuj telefony komórkowe;
- przebywając na zewnątrz, postaraj się nie stać pod drzewami, nie podchodź blisko budynków, nie zatrzymuj się pod trakcjami elektrycznymi, szyldami, tablicami reklamowymi, rusztowaniami itp.;
- nie parkuj pojazdów w pobliżu drzew, rusztowań, stalowych konstrukcji, tablic reklamowych, trakcji elektrycznych;
- podczas jazdy samochodem zachowaj szczególną ostrożność przy wyjeżdżaniu na otwartą przestrzeń z drogi osłoniętej ekranami, budynkami lub drzewami;
- zapewnij bezpieczeństwo zwierzętom, które trzymasz na dworze, zamknij je w odpowiednio przygotowanych pomieszczeniach;

pamiętaj, że podczas silnego wiatru temperatura odczuwana przez człowieka jest o kilka stopni niższa niż ta, którą wskazuje termometr.

KATASTROFY BUDOWLANE

- niezwłocznie wezwij pomoc dzwoniąc na numer alarmowy **112**
- jeśli istnieje możliwość eskalacji zagrożenia, oddal się jak najszybciej z rejonu katastrofy
- jeżeli nie możesz opuścić uszkodzonego budynku wyjściem ewakuacyjnym, spróbuj wydostać się na zewnątrz przez okno lub inny otwór
- w miarę swoich możliwości udziel pomocy innym poszkodowanym

GDY NIE MASZ MOŻLIWOŚCI OPUSZCZENIA ZAWALONEGO BUDYNKU

- wywieś w miejscu widocznym z zewnątrz białe prześcieradło, obrus lub inną tkaninę, jako znak wzywania pomocy
- jeżeli zostałeś przywalony lub przygnieciony przez fragmenty zrujnowanego budynku, spróbuj wzywać pomocy stukając w „sztywne” elementy metalowe np. rury
- jeśli masz telefon komórkowy, korzystaj z niego oszczędnie, tylko do wzywania pomocy
- jeśli masz dostęp do świeżego powietrza, wzywaj pomocy, w innym przypadku przede wszystkim oszczędzaj tlen
- staraj się oszczędzać siły i zachować spokój
- w miarę swoich możliwości udzielaj pomocy innym poszkodowanym

JEŚLI UDAŁO CI SIĘ OPUŚCIĆ ZAWALONY BUDYNEK

- powiadom pierwszego napotkanego ratownika o osobach znajdujących się w budynku i o osobach, których na pewno w nim nie ma
- bezwzględnie podporządkuj się poleceniom kierujących akcją ratowniczą, przekaż ratownikom inne informacje pomocne w akcji ratowniczej
- udaj się do wskazanego przez służby bezpiecznego miejsca
- jeśli doznałeś obrażeń, udaj się do punktu medycznego
- nie wracaj do uszkodzonego budynku bez zgody inspekcji nadzoru budowlanego
- zgłoś swoje potrzeby do władz lokalnych, czekaj na dalsze dyspozycje

JEŚLI ZNAJDUJESZ SIĘ W REJONIE KATASTROFY

- opuszczając mieszkanie/budynek zabierz ze sobą dokumenty, leki które przyjmujesz na stałe, pieniądze, ciepłe ubranie, telefon komórkowy
- zadbaj by dom opuścili wszyscy domownicy, zwróć uwagę na sąsiadów (osoby starsze, niepełnosprawne)
- jeśli masz możliwość wyłącz prąd, gaz, zamknij zawory wody
- przy opuszczaniu budynku zachowaj szczególną ostrożność
- stosuj się do poleceń służb ratowniczych

BEZPIECZNE FAJERWERKI

Petardy i fajerwerki kupuj tylko w sprawdzonych, rzetelnych sklepach, w oryginalnych opakowaniach, z dołączoną instrukcją obsługi w języku polskim, zawierającą informację dotyczącą sposobu odpalenia oraz zasady bezpiecznego użytkowania;

UWAGA: petard i fajerwerków NIE WOLNO sprzedawać osobom nieletnim, jest to przestępstwo zagrożone karą (od grzywny do pozbawienia wolności do lat 2)

- przed odpaleniem sprawdź czy produkt jest kompletny, nie ma uszkodzeń lub wad fabrycznych (pęknięcia, wgniecenia, wybrzuszenia, rozłączone lub źle połączone części);
- petardy i fajerwerki odpalaj zawsze zgodnie z instrukcją; „z ręki” można odpalać wyłącznie petardy i fajerwerki posiadające bezpieczne uchwyty;
- petard i fajerwerków **NIE WOLNO** dawać do odpalenia dzieciom;
- petard i fajerwerków **NIE WOLNO** używać w pomieszczeniach zamkniętych i w pobliżu obiektów łatwopalnych;
- nie odpalaj petard i fajerwerków w stanie nietrzeźwym;
- jeśli wyrób pirotechniczny nie eksplodował po odpaleniu i wypaleniu lontu – nie podchodź, aby sprawdzić, co się stało;
- **niestosowanie się do zasad bezpiecznego użytkowania GROZI KALECTWEM LUB ŚMIERCIA**
- huk petard i fajerwerków może powodować strach i agresywne reakcje zwierząt, zwłaszcza psów – chroń je przed błyskami i hałasem.

UPAŁY

Upały są szczególnie niebezpieczne dla małych dzieci i osób w podeszłym wieku, chorych na cukrzycę, nadciśnienie i mających problemy z sercem

BEZPIECZNE ZACHOWANIA

- unikaj wychodzenia na zewnątrz w najgorętszej porze dnia (między 10:00 a 17:00)
- unikaj nadmiernego nasłonecznienia, opalania, używaj kremów ochronnych
- chroń dzieci przed nadmiernym przegrzaniem, nasłonecznieniem i odwodnieniem
- **w upalne dni nie zostawiaj w samochodzie dzieci, zwierząt, materiałów łatwopalnych**
- jeśli musisz przebywać na zewnątrz noś przewiewne ubranie, zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry, nakrycie głowy, przewiewne obuwie, okulary słoneczne
- pij regularnie duże ilości płynów, unikając napojów zawierających cukier lub alkohol, spożywaj lekkie posiłki, zwracając uwagę na ich świeżość (zwłaszcza nabiału, lodów mrożonek)
- unikaj forsownego wysiłku fizycznego
- korzystaj z chłodnych (temperatura pokojowa) pryszniców i kąpieli; pamiętaj że zimny prysznic po przebywaniu w upale może spowodować szok termiczny
- unikaj dużych różnic temperatur między klimatyzowanymi pomieszczeniami i autami, a temperaturą panującą na zewnątrz
- utrzymuj chłód w pomieszczeniach: w ciągu dnia zamykaj i zasłaniaj okna po stronie nasłonecznionej, otwieraj okna, gdy temperatura jest niższa; zamykaj drzwi i okna w pomieszczeniach klimatyzowanych
- przebywaj w najchłodniejszym pomieszczeniu mieszkania, szczególnie nocą
- dbaj o zwierzęta: zabezpiecz je przed bezpośrednim nasłonecznieniem, zapewnij nieograniczony dostęp do wody pitnej, wietrz pomieszczenia w których przebywają
- obserwuj reakcje swojego organizmu podczas upałów – w przypadku złego samopoczucia zwróć się o pomoc do lekarza

ZIMA

BEZPIECZNE ZACHOWANIA

- słuchaj komunikatów o aktualnych warunkach pogodowych
- w czasie silnych opadów śniegu lub mrozów, jeśli to możliwe – nie wychodź z domu
- aby zabezpieczyć się przed wychłodzeniem i odmrożeniem noś ciepłą odzież, czapkę, rękawiczki, ocieplane buty, smaruj twarz kremem ochronnym – policzki, broda, nos to miejsca najbardziej narażone na odmrożenie
- nie wychodź z domu głodny – uczucie sytości zwiększa odporność na odczucie zimna
- powiedz komuś (rodzinie, lub obsłudze w schronisku, pensjonacie, hotelu) dokąd idziesz. Oszacuj czas jaki cię nie będzie i poinformuj o tym kogoś, kto ewentualnie zgłosi twoje zaginięcie. Zimą chodzi się znacznie wolniej! W dodatku łatwiej zabłądzić (przysypane śniegiem ścieżki). I - co ważne - nie zapomnij odmeldować się po powrocie, że wróciłeś, by uniknąć niepotrzebnych alarmów
- zachowaj ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie. uważaj na zwisające sople i nawisy śnieżne na dachach lub balkonach
- nie przebywaj na mrozie pod wpływem alkoholu ani nie spożywaj alkoholu na mroźnym powietrzu - grozi to utratą przytomności, wychłodzeniem organizmu, a nawet śmiercią
- unikaj nadmiernego wysiłku, ale nie stój nieruchomo na zimnie, gdy zaczyna ci być zimno, podskakuj, tup, rozcieraj dłonie itp.
- w czasie mrozów zwracaj uwagę na osoby osłabione, bezdomne, będące pod wpływem alkoholu - **zawiadom odpowiednie służby - od twojej reakcji może zależeć życie człowieka.**
- regularnie odśnieżaj chodnik przed domem i usuwaj śnieg zalegający na dachu
- dbaj o zwierzęta by miały gdzie się schronić przed mrozem oraz miały dostęp do pokarmu

W PODRÓŻY

- wybierając się w podróż samochodem pamiętaj żeby mieć pełny zbiornik paliwa i naładowany telefon komórkowy
- słuchaj komunikatów o aktualnych warunkach drogowych
- powiadom kogoś o docelowym miejscu podróży, przewidywanej trasie i planowanym czasie dotarcia na miejsce
- jeśli to możliwe podróżuj w ciągu dnia i w towarzystwie przynajmniej jednej osoby

Dodatkowo miej w samochodzie:

- mapę (GPS nie zawsze działa)
- ładowarkę samochodową,
- śpiwór lub koc,
- małą łopatkę, np. saperkę,
- latarkę (najlepiej pulsacyjną) z zapasowymi bateriami lub na dynamo,
- apteczkę pierwszej pomocy i niezbędne leki, których używasz,
- podręczne narzędzia: klucz do kół, śrubokręt, szczypce uniwersalne itp.

ZATRUCIE CZADEM

WARTO WIEDZIEĆ

- **tlenek węgla (czad) jest bezbarwny i bezwonny**, co czyni go szczególnie niebezpiecznym, powstaje w wyniku niepełnego spalania się węgla, koksu, drewna, a także gazu (butanu, propanu)
- przyczyną zagrożenia czadem mogą być niesprawne przewody kominowe, źle wietrzone pomieszczenia, wadliwe palniki gazowe
- objawy, które mogą wskazywać na zatrucie tlenkiem węgla: ból głowy, zawroty głowy, nudności, wymioty, zaburzenia równowagi i orientacji, osłabienie, zaburzenia świadomości (do śpiączki włącznie), drgawki, ból w klatce

UDZIELANIE POMOCY W PRZYPADKU ZATRUCIA

- **natychmiast otwórz okna i drzwi żeby przewietrzyć pomieszczenie, pamiętaj, że dłuższe przebywanie w pomieszczeniu zagraża również osobie niosącej pomoc**
- jeśli to możliwe usuń poszkodowanego z zagrożonego miejsca
- oceń stan poszkodowanego, jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, ale oddycha prawidłowo – ułóż go w pozycji bezpiecznej, jeśli poszkodowany nie oddycha – natychmiast zacznij wykonywać sztuczne oddychanie i masaż serca
- zapewnij sobie pomoc innych osób, wezwij pogotowie ratunkowe
- jeśli masz możliwość, wyłącz dopływ gazu do palnika (piecyka)

ABY ZMNIEJSZYĆ RYZYKO ZATRUCIA CZADEM

- dbaj o sprawność układ przewodów kominowych
- nigdy nie zasłaniaj kratki wentylacyjnych
- często wietrz pomieszczenia
- zainstaluj czujnik czadu

PORADNIK BEZPIECZNA PODRÓŻ

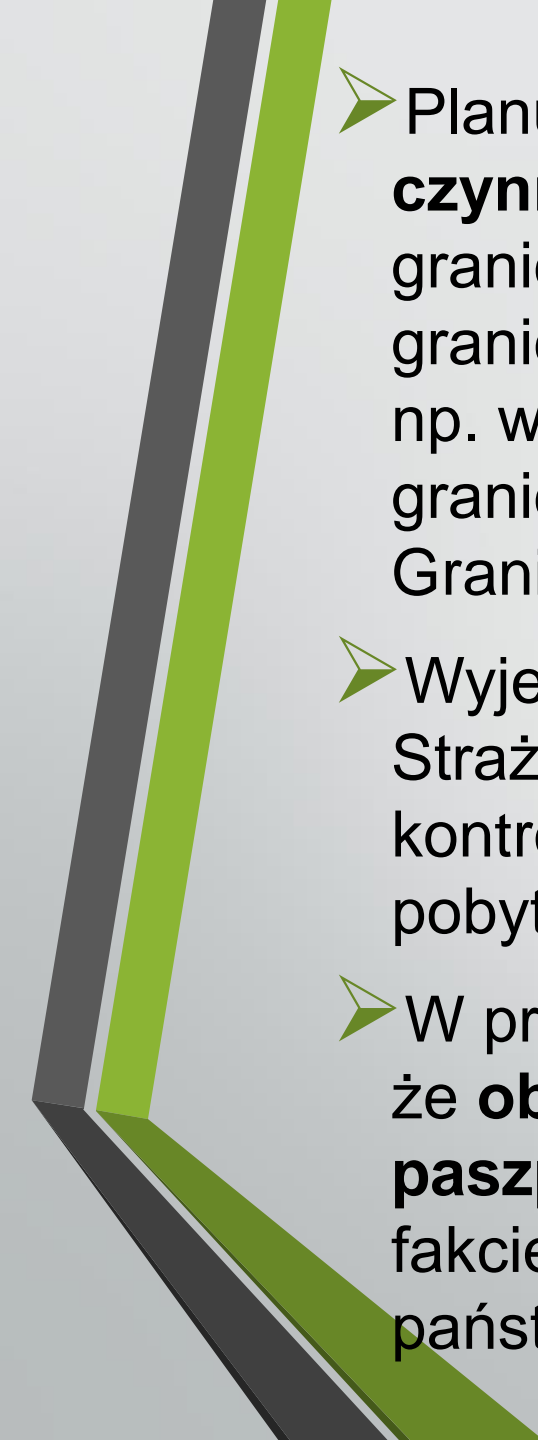
Przed podróżą

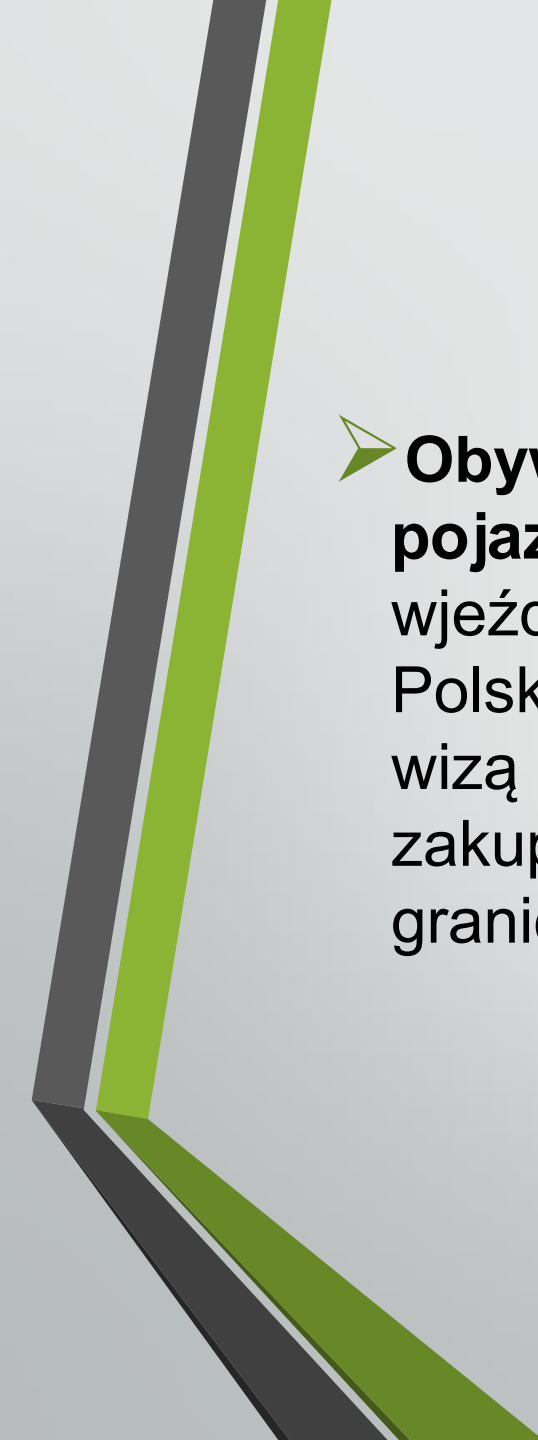
1. Udając się w podróż powinieneś rozważyć możliwość **wykupienia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NW)**.
2. **Poinformuj sąsiadów i rodzinę o wyjeździe** i miejscu pobytu oraz poproś ich o ewentualną opiekę nad mieszkaniem. Pozostaw również numeru telefonu kontaktowego.
3. Zwracaj uwagę na posiadane przy sobie **dokumenty** oraz sposób ich zabezpieczenia. Przechowuj je tak, żeby **nie dopuścić do ich zagubienia lub kradzieży**. Korzystając z komunikacji publicznej przechowuj je w torbie lub portfelu (nie na wierzchu). Unikaj zatłoczonych miejsc.
4. Podróż będzie przyjemniejsza jeżeli przed wyjazdem sprawdzisz czy urządzenia domowe podłączone do instalacji wodnej, gazowej i elektrycznej są wyłączone.
5. W przypadku wykonywania czynności służbowych przez nieumundurowanych funkcjonariuszy Policji lub Straży Granicznej masz prawo żądać od nich okazania legitymacji służbowej oraz zanotować numery legitymacji i organ, który ją wydał oraz nazwiska funkcjonariuszy.

Podróż za granicę

- Na etapie planowania upewnij się, czy organizator wyjazdu jest wiarygodny. **Najlepiej korzystać z usług znanych i wiodących przedsiębiorstw turystycznych, zarejestrowanych w Polskiej Izbie Turystyki.**
- **Zapoznaj się z przepisami prawa oraz zwyczajami obowiązującymi w państwie pobytu** oraz państwach przez, które będziesz przejeżdżał, w zakresie obowiązku wizowego, wymaganych środków płatniczych na pokrycie kosztów pobytu lub przejazdu, warunków przewozu zwierząt itp. Lista państw, do których obywatele polscy mogą udawać się bez wizy, jest dostępna na stronach internetowych MSZ www.msz.gov.pl.
- Pamiętaj, że dokumentem uprawniającym do przekroczenia granicy państwowej jest **paszport**. Natomiast do krajów Unii Europejskiej również **dowód osobisty** (starego i nowego wzoru). Przed rozpoczęciem podróży każdorazowo należy upewnić się czy posiadamy własny dokument oraz sprawdzić czy jest ważny oraz niezniszczony (dotyczy to w szczególności dzieci i osób wymagających opieki). Dzieci do lat 16 wpisane do paszportów swoich rodziców lub prawnych opiekunów mogą przekraczać granicę tylko w towarzystwie osoby, do paszportu której zostały wpisane. **Dzieci mogą także przekroczyć granicę na podstawie własnego dowodu osobistego.**

- Posiadacz paszportu nie może w nim dokonywać żadnych samodzielnych wpisów lub adnotacji. **Wpisów do paszportu (w tym dzieci) mogą dokonywać wyłącznie uprawnione organy.**
- **Ustal i zanotuj numer telefonu i adres polskiej placówki dyplomatycznej** lub konsularnej w państwie, do którego planujesz podróż.
- Wskazaniem jest abyś zapoznawał się z ulotkami oraz plakatami informacyjnymi wywieszonymi m.in. w drogowych, lotniczych, kolejowych, morskich przejściach granicznych oraz na dworcach komunikacji kolejowej i samochodowej, które zawierają informacje i ostrzeżenia o miejscach niebezpiecznych oraz o trybie postępowania w przypadku utraty dokumentów tożsamości lub dokumentów podróży.
- Osoby, przebywające czasowo na obszarze pasa małego ruchu granicznego (obszar po obu stronach granicy państwowej, każdy o szerokości 15 km) mogą przekraczać granicę państwową z Republiką Czeską i Słowacką oraz Republiką Federalną Niemiec w ramach małego ruchu granicznego po uzyskaniu urzędowego poświadczenia zameldowania na pobyt czasowy.

- 
- Planując kilkugodzinną wycieczkę **sprawdź w jakich godzinach czynne jest przejście graniczne**, w którym będziesz przekraczał granicę państwa, jakim środkiem transportu możesz przekroczyć granicę oraz np. czy przeprowadzana jest w nim również inna kontrola np. weterynaryjna zwierząt. Kompleksowe informacje o przejściach granicznych możesz uzyskać na stronie internetowej Straży Granicznej www.sg.gov.pl.
 - Wyjeżdżając z kraju możesz zwrócić się na przejściu granicznym do Straży Granicznej o potwierdzenie daty wyjazdu z Polski stemplem kontroli granicznej - pozwoli to uniknąć problemów z ustalaniem czasu pobytu w innym państwie.
 - W przypadku utraty dokumentu paszportowego za granicą pamiętaj, że **obywatel polski może wjechać do swojego kraju bez paszportu** (nie ponosząc żadnych konsekwencji), należy jednak o tym fakcie poinformować Straż Graniczną podczas przekraczania granicy państwowej.

- 
- **Obywatele RP mogą na terytorium Polski kierować tylko pojazdami zarejestrowanymi w naszym kraju.** Tak więc przy wjeździe do kraju pojazdem zarejestrowanym za granicą obywatel Polski musi wylegitymować się wizą pobytową innego państwa lub wizą stwierdzającą zatrudnienie za granicą. Jeśli pojazd został zakupiony za granicą, należy fakt ten zgłosić podczas odprawy granicznej w celu dopełnienia formalności celnych.

Bezpieczeństwo osobiste

- ❖ Bądź czujny jadąc w środkach komunikacji publicznej, zwłaszcza gdy jest tłok - wtedy łatwo możesz stać się ofiarą złodziei kieszonkowych.
- ❖ Wracając wieczorem unikaj niebezpiecznych, źle oświetlonych skrótów (parki, podwórka, ogródki działkowe itp.), bocznych uliczek, miejsc znanych Ci jako niebezpieczne.
- ❖ Wracając taxi poproś kierowcę, aby podjechał jak najbliżej klatki schodowej i poczekał aż wejdiesz do budynku.
- ❖ Wchodząc na klatkę schodową miej przygotowane klucze tak, aby nie szukać ich w torbie przed wejściem do mieszkania.
- ❖ Chcąc wypłacić lub wymienić pieniądze w banku, w kantorze lub z bankomatu wybierz porę dnia gdy jest jeszcze jasno, a na ulicach jest dużo ludzi.
- ❖ Nie wymieniaj waluty u osób oferujących takie usługi na ulicy.
- ❖ Przed pobraniem pieniędzy zwróć uwagę czy ktoś Cię nie obserwuje - jeżeli zauważysz coś niepokojącego poproś o pomoc pracownika ochrony.

- ❖ Po odebraniu większej kwoty pieniędzy, podziel ją na 2 - 3 części i schowaj najlepiej do wewnętrznych kieszeni marynarki, żakietu, kurtki itp. - nie trzymaj całej kwoty w jednym miejscu.
- ❖ Mając przy sobie większą kwotę pieniędzy staraj się jak najszybciej dotrzeć do miejsca docelowego.
- ❖ Zwróć uwagę czy ktoś za Tobą nie idzie - gdy coś Cię zaniepokoi zwróć się o pomoc do policjanta lub strażnika miejskiego.
- ❖ Nie afiszuj się swoim stanem posiadania (np.: bogactwem, ubiorem, biżuterią itp.). Bądź ostrożny w zawieraniu przygodnych znajomości.
- ❖ W razie agresji napastnika postaraj się zachować spokój, nie wpadaj w panikę, sposób obrony dostosuj do Twoich możliwości i sytuacji, w której się znajdujesz.
- ❖ **Pamiętaj! W razie niebezpieczeństwa jak najszybciej opuść zagrożone miejsce, a o zaistniałej sytuacji zawiadom najbliższą jednostkę Policji.**

Bezpieczna podróż samochodem

Wybierającym się w podróż samochodem powinieneś:

- ✓ Sprawdzić posiadanie obowiązkowego ubezpieczenia OC, w przypadku podróży zagranicznej także „Zielonej Karty”.
- ✓ Sprawdzić wcześniej stan techniczny pojazdu (dostosowanie opon do pory roku, wyposażenie pojazdu w apteczkę pierwszej pomocy i gaśnicę).
- ✓ Pamiętać o zapinaniu pasów bezpieczeństwa.
- ✓ Zabrać w podróż w okresie zimowym łańcuchy do kół, łopaty, latarki, świece oraz koce i telefony komórkowe.

Pamiętaj, że samochody zarejestrowane jako osobowo-ciężarowe są odprawiane tylko na takich przejściach granicznych, w których oprócz innych form ruchu granicznego dopuszczony jest ruch towarowy. Pojazdy tego typu nie mogą przekraczać granicy państwowej w przejściach przewidzianych wyłącznie dla ruchu osobowego (decyduje zapis w dowodzie rejestracyjnym pojazdu). Nie trzeba jednak stać w kolejce razem z pojazdami TIR o ile nie przewozi się towarów. Samochód osobowo-ciężarowy wiozący jedynie osoby i ich bagaże bez problemu zostanie odprawiony na pasie odpraw osobowych.

Jak unikać zagrożeń?

- Dbaj o stan techniczny swojego pojazdu. Dokonuj okresowych przeglądów oraz reaguj natychmiast na sygnały o nieprawidłowym funkcjonowaniu pojazdu - zwłaszcza podzespołów odpowiedzialnych za bezpieczeństwo jazdy.
- W czasie przygotowań do podróży zaplanuj trasę i czas przejazdu. Upewnij się, że samochód jest sprawny technicznie (ogumienie, oświetlenie) i odpowiednio wyposażony (gaśnica poddawana kontroli sprawności co najmniej raz w roku, apteczka, trójkąt ostrzegawczy); dobrze jeśli masz nóż do cięcia pasów bezpieczeństwa.
- Wybieraj drogi główne, a unikaj jeżeli jest to możliwe dróg bocznych, słabo lub w ogóle Ci nie znanych.
- Staraj się planować przejazd w godzinach dziennych, tylko wtedy gdy musisz wybieraj się w podróż w godzinach nocnych. W nocy jest zła widoczność, jesteś zmęczony, a przez to podróż jest mniej bezpieczna.
- Zaplanuj miejsca, gdzie zatrzymasz się aby odpocząć. Najlepiej zatrzymuj się w miejscach uczęszczanych, gdzie są zorganizowane specjalne miejsca parkingowe. Może to być np. stacja benzynowa lub parking strzeżony.

- Opuszczając samochód weź ze sobą kluczyki oraz dokumenty pojazdu. Zawsze włączaj system alarmowy.
- Nie zostawiaj w samochodzie na widocznym miejscu wartościowych przedmiotów, które mogą być przyczyną włamania do pojazdu. Cenne przedmioty chowaj do bagażnika.
- Nie zabieraj przygodnych pasażerów, zwłaszcza poza obszarem zabudowanym.
- W czasie jazdy zamykaj pojazd od wewnątrz.
- Jeżeli zauważysz, że systemy zabezpieczenia pojazdu nie działają prawidłowo udaj się niezwłocznie do serwisu w celu sprawdzenia i ewentualnie naprawienia systemu.
- Najbezpieczniejszym miejscem do parkowania pojazdu jest garaż lub parking strzeżony. Jeżeli pojazd parkujesz w innym miejscu - to staraj się by było ono dobrze oświetlone, nie zasłonięte zaroślami lub zabudowaniami.
- Jeżeli jadąc samochodem zauważysz coś niepokojącego zatrzymaj się przy radiowozie policyjnym lub udaj się do najbliższej jednostki Policji.

W razie wypadku:

- wyjmij kluczyki ze stacyjki,
- odłącz zasilanie elektryczne (odłączyć klemę od akumulatora),
- unieruchom pojazd, zabezpiecz go przed zsunięciem,
- zabezpiecz miejsce zdarzenia oraz osoby udzielające pomocy (włączyć światła awaryjne, w nocy światła mijania, w odpowiedniej odległości ustawić trójkąt ostrzegawczy),
- wezwij służby ratownicze lub - gdy jest to niemożliwe ze względu na brak telefonu - zatrzymaj inny samochód,
- udziel pomocy poszkodowanym - dobrze jeśli możesz liczyć także na pomoc innych, jeśli natomiast jest to niemożliwe, nie trać czasu, zacznij działać sam - najważniejsze dla rannych bez pulsu i oddechu są pierwsze minuty, ale pomoc im udzielona musi być fachowa,
- w przypadku wyczucia zapachu benzyny natychmiast opuść miejsce zdarzenia,
- podczas gaszenia pożaru gaśnicą komory silnikowej, **pamiętaj by maski nie otwierać lecz jedynie uchylić** - przy pełnym otwarciu możesz doprowadzić do wybuchu ognia i poparzenia.

Gdy zauważysz pojazdy, które uległy wypadkowi

- zatrzymaj samochód, parkując w bezpiecznym miejscu, w bezpiecznej odległości,
- weź ze swojego pojazdu apteczkę oraz gaśnicę,
- weź ze swojego pojazdu narzędzia, którymi będziesz mógł zbić szybę lub otworzyć drzwi,
- weź nóż do cięcia pasów bezpieczeństwa lub inne ostre narzędzie, które może go zastąpić (scyzoryk, nóż myśliwski itp.),
- oceń, czy uszkodzony pojazd nie ulegnie niekontrolowanemu, niebezpiecznemu ruchowi lub przemieszczeniu,
- sprawdź czy z pojazdu (-ów) nie wycieka paliwo lub nie ulatnia się gaz,
- spróbuj zatrzymać inne pojazdy gdy możesz nie być skuteczny w działaniu.
- jeżeli nie możesz liczyć na pomoc innych, nie trać czasu - działaj sam.
- jeżeli jesteś przy pojeździe (pojazdach), który uległ wypadkowi:
sprawdź, które drzwi można otworzyć - ułatwi to kontakt z uszkodzonymi,

- jeżeli drzwi nie dają się otworzyć zbij szybę, ale w taki sposób, aby nie powodować dodatkowych urazów u rannych,
- podczas zbijania szyby pamiętaj, że szkło hartowane (najczęściej szyby boczne) rozpada się na małe ostre kawałki, natomiast szyby klejone (zawsze szyba przednia i w większości przypadków tylna) pękają, ale pozostają zwykle w jednym elemencie,
- po dostaniu się do środka pojazdu, wyjmij kluczyki ze stacyjki, ale pozostaw je w samochodzie, najlepiej przy przedniej szybie,
- oceń czy dalsze czynności ratownicze na pewno nie zagrażają twojemu zdrowiu i życiu,
- w przypadku gdy samochód stanie w płomieniach, użyj dostępnej Ci gaśnicy samochodowej,
- w razie potrzeby, najskuteczniejsze działania przedmedyczne wykonasz z dala od uszkodzonych pojazdów, ewakuując poszkodowanych. Nie rób tego jednak, jeżeli nie umiesz zrobić tego prawidłowo, ponieważ możesz pogłębić urazy, a nawet spowodować śmierć poszkodowanego.
- **Pamiętaj aby wszystkie czynności - wykonywać z rozwagą, bez niepotrzebnych emocji i dodatkowych zniszczeń, do czasu aż przybędą specjalistyczne służby ratownicze. Pamiętaj, że i Ty również możesz się znaleźć w podobnej sytuacji.**

Bezpieczna podróż autokarem

Jak unikać zagrożeń w podróży?

- Przed wyjazdem oceń sprawność psychofizyczną kierowcy oraz stan techniczny autobusu, (np.: opon).
- W przypadku, gdy wyruszasz w dłuższą trasę upewnij się czy kierowca ma zmiennika.
- Jeżeli zauważysz, że kierowca popełnił wykroczenie drogowe zwróć mu uwagę i przypomnij kierującemu o potrzebie bezwzględnego przestrzegania przepisów ruchu drogowego, (np.: ograniczenie prędkości, obowiązkowe przerwy w podróży na odpoczynek itp.).
- W trakcie przerw w podróży i postojów unikaj znacznego oddalania się od autokaru.
- Zachowaj szczególną ostrożność na dworcach autobusowych, gdzie zazwyczaj występuje duży tłok. Łatwo możesz stać się ofiarą złodziei kieszonkowych.
- W czasie podróży staraj się nie pozostawiać bagażu bez opieki - zwłaszcza torebek i neseserów.
- Torebki, podręczne plecaki staraj się nosić z przodu lub pod ramieniem, zamknięciem do siebie.

- W podróży miej przy sobie tylko niezbędną kwotę pieniędzy.
- Jeżeli masz przy sobie większą kwotę pieniędzy nie trzymaj jej w jednym miejscu. Zmniejsza to ryzyko ewentualnej utraty całej kwoty. Dotyczy to również cennych przedmiotów, czeków podróżnych i dokumentów.
- Staraj się nie spać w podróży.
- Nie przyjmuj poczęstunków od przypadkowo poznanych osób. Nie trać kontaktu z otoczeniem - przestępcy mogą to wykorzystać.
- Bądź nieufny w stosunku do nieznanych Ci osób. Zwłaszcza gdy podróżujesz sam. Nie zawieraj lepiej przygodnych znajomości.
- Zachowaj ostrożność w stosunku do szczególnie atrakcyjnych propozycji współpracy, korzystnych ofert handlowych, kupna atrakcyjnych towarów po niskich cenach itp.

Jeżeli zostaną Ci skradzione dokumenty, karty płatnicze, bagaż lub inne przedmioty pamiętaj, aby jak najszybciej zgłosić ten fakt w najbliższej jednostce Policji.

Bezpieczna podróż pociągiem

Jak unikać zagrożeń w podróży?

- Zachowaj szczególną ostrożność w miejscach, gdzie występuje duży tłok, np.: na dworcach kolejowych, na przystankach i w środkach komunikacji publicznej itp.
- Bądź szczególnie ostrożny przy wsiadaniu i wysiadaniu z zatłoczonego pociągu.
- W czasie podróży staraj się nie pozostawiać bagażu bez opieki - zwłaszcza torebek i neseserów.
- Zwracaj baczną uwagę na podręczny bagaż podróżny w szczególności podczas podróży nocą.
- Torebki, podręczne plecaki staraj się nosić z przodu lub pod ramieniem, zamknięciem do siebie.
- W podróży miej przy sobie tylko niezbędną kwotę pieniędzy.
- Jeżeli masz przy sobie większą kwotę pieniędzy nie trzymaj jej w jednym miejscu. Zmniejsza to ryzyko ewentualnej utraty całej kwoty.
- Podróżując kolej ą unikaj pustych przedziałów. Staraj się nie spać w trakcie podróży.

- Unikaj nocnych podróży zwłaszcza w pustych wagonach i przedziałach.
- Cenne przedmioty, pieniądze, czeki podróżne, dokumenty w czasie podróży staraj się mieć przy sobie.
- Nie przyjmuj poczęstunków od przypadkowo poznanych osób. Nie trać kontaktu z otoczeniem — przestępcy mogą to wykorzystać.
- Bądź nieufny w stosunku do nieznanych Ci osób, nie zawieraj przygodnych znajomości w podróży.
- Zachowaj szczególną ostrożność w stosunku do szczególnie atrakcyjnych propozycji współpracy, korzystnych ofert handlowych, kupna atrakcyjnych towarów po niskich cenach itp.
- Należy pamiętać, że papierosy można palić tylko w miejscach do tego wyznaczonych; zwracać uwagę na dokładne gaszenie niedopałków.
- Poinformuj obsługę pociągu o zaobserwowanych podejrzanym zachowujących się osobach.
- Jeżeli zostaną Ci skradzione dokumenty, karty płatnicze, bagaż lub inne przedmioty **pamiętaj, aby jak najszybciej zgłosić ten fakt w najbliższej jednostce Policji.**

W razie wypadku

- w razie wystąpienia pożaru - poinformuj o zdarzeniu pracowników kolei i służby ratownicze (o wypadku kolejowym należy poinformować bezzwłocznie, za pomocą wszelkich dostępnych środków),
- udziel pierwszej pomocy poszkodowanym,
- w razie wystąpienia takiej konieczności zatrzymaj pociąg hamulcem bezpieczeństwa,
- jak najszybciej ewakuuj się z miejsca zagrożenia — jeśli to możliwe wyjdź z pociągu lub przejdź do przodu (rozwój pożaru następuje od miejsca jego wystąpienia do końca pociągu),
- przy wysiadaniu z pociągu uważaj na sąsiednie tory,
- o ile to możliwe wysiadaj na tę stronę pociągu, gdzie nie ma torów,
- w razie potrzeby i możliwości skorzystaj z gaśnicy będącej na wyposażeniu wagonu.

BEZPIECZNA PODRÓŻ SAMOŁOTEM

- Zachowaj szczególną ostrożność w miejscach, gdzie występuje duży tłok, zwłaszcza na dworcach lotniczych czy też podczas dojazdu na lotnisko w środkach komunikacji publicznej itp. Bądź szczególnie ostrożny przy wsiadaniu i wysiadaniu z zatłoczonego autobusu czy pociągu.
- W czasie podróży staraj się nie pozostawiać bagażu bez opieki - zwłaszcza torebek i neseserów.
- Torebki, podręczne plecaki staraj się nosić z przodu lub pod ramieniem, zamknięciem do siebie.
- W podróży miej przy sobie tylko niezbędną kwotę pieniędzy.
- Jeżeli masz przy sobie większą kwotę pieniędzy nie trzymaj jej w jednym miejscu. Zmniejsza to ryzyko ewentualnej utraty całej kwoty.
- Cenne przedmioty, pieniądze, czeki podróżne, dokumenty przechowuj w „bezpiecznych” miejscach.
- Nie przyjmuj poczęstunków od przypadkowo poznanych osób. Nie trać kontaktu z otoczeniem - przestępcy mogą to wykorzystać.
- Bądź nieufny w stosunku do nieznanymi Ci osób, nie zawieraj przygodnych znajomości w podróży.
- Zachowaj szczególną ostrożność w stosunku do szczególnie atrakcyjnych propozycji współpracy, korzystnych ofert handlowych, kupna atrakcyjnych towarów po niskich cenach itp.

- Bądź nieufny w stosunku do nieznanych Ci osób, nie zawieraj przygodnych znajomości w podróży.
- Zachowaj szczególną ostrożność w stosunku do szczególnie atrakcyjnych propozycji współpracy, korzystnych ofert handlowych, kupna atrakcyjnych towarów po niskich cenach itp.
- Jeżeli zostaną Ci skradzione dokumenty, karty płatnicze, bagaż; lub inne przedmioty pamiętaj, aby jak najszybciej zgłosić ten fakt w najbliższej jednostki Policji.
- Sprawdź czy do bagażu nie zabrałeś niebezpiecznych przedmiotów lub substancji - o wykładnię tego pojęcia zawsze możesz zwrócić się jeszcze przed spakowaniem do przewoźnika.
- Zgłoś się odpowiednio wcześniej (przynajmniej 1,5 godz. przed odlotem) do odprawy granicznej.
- Zwracaj uwagę na pozostawione bez opieki w halach lotnisk bagaże i paczki oraz niezwłocznie informuj o takich faktach obsługę lotniska.
- Nie dopuszczaj do zabierania przez dzieci na pokład samolotu zabawek typu sztuczne ognie, petardy.
- Nie przyjmuj do przewozu paczek, bagaży innych osób.

- Jeśli jesteś osobą palącą, pamiętaj, aby zarezerwować miejsce w samolocie w sekcji dla palących. Palenie papierosów w innym niż wyznaczone miejsce jest zabronione, dotyczy to również toalet (zwłaszcza podczas rejsów, w których obowiązuje zakaz palenia tytoniu) – w toaletach zainstalowane są automatyczne gaśnice i czujki dymu.
- Dokładnie zapoznaj się z instrukcją bezpieczeństwa (umieszczona jest ona w kieszeni poprzedzającego fotelu) i uważnie wysłuchaj prezentowanych przez personel pokładowy zasad bezpiecznego zachowania i zasad postępowania na wypadek nagłego zdarzenia.
- Zwróć uwagę na umiejscowienie wyjść awaryjnych.
- W przypadku, gdy zauważysz jakiegokolwiek niepokojącego zjawiska, bezzwłocznie poinformuj o tym personel pokładowy.
- W przypadku wystąpienia zagrożenia nie panikuj, lecz dokładnie wypełniaj polecenia stewardessy.
- Wszelkie leżące luzem papiery, gazety, pisma powinny być wkładane do kieszeni poprzedzających foteli lub oddane stewardesie.
- Bagaż podręczny powinien zostać umieszczony pod siedzeniem lub w specjalnie do tego przygotowanej górnej półce bagażowej (należy pamiętać, że podczas lotu powinna ona być zamknięta).



Pamiętaj, że na pokład samolotu nie można wnosić ostrych przedmiotów np. pilników do paznokci, nożyczek – zapakuj je wcześniej do walizki.

Należy pamiętać, że nad naszym bezpieczeństwem podczas lotu czuwa personel pokładowy przeszkolony na wypadek wystąpienia różnego rodzaju zagrożeń.

Dokładne wypełnianie jego poleceń jest gwarancją optymalnych zachowań w czasie zaistnienia ewentualnego zagrożenia.

WYPOSAŻENIE NIEZBĘDNE W KAŻDYM DOMU

- apteczka:
- latarka na baterie (zapasowe baterie) lub dynamo, świece i zapałki
- zapasowe źródło energii do ładowania telefonu komórkowego (np. power bank)
- gaśnicę lub koc gaśniczy
- worki foliowe, mocną taśmę klejącą
- wodę w plastikowych butelkach
- paczkowaną żywność o długim okresie przydatności do spożycia (np. konserwy mięsne, płatki śniadaniowe, zupy w proszku)
- podstawowe narzędzia (młotek, kombinerki, śrubokręt, ostry nóż, siekiera)
- zapasowe klucze do domu i samochodu