

### **Jak się przygotować na wystąpienie zagrożenia?**

Jeśli katastrofa wydarzy się w Twoim miejscu zamieszkania władze lokalne oraz służby ochrony ludności będą próbować Ci pomóc. Lecz Ty także musisz być przygotowany. Ratownicy mogą nie być w stanie dotrzeć do Ciebie natychmiast po wystąpieniu katastrofy lub mogą być zmuszeni koncentrować swoje wysiłki w innym miejscu. Należy wiedzieć, co robić w przypadku zagrożenia, gdzie szukać schronienia, jak przygotować się do ewakuacji, jak ułatwić sobie przebywanie w pomieszczeniach przeznaczonych do tymczasowego zakwaterowania, jak ograniczyć skutki katastrofy oraz jak zabezpieczyć dobytek przed zniszczeniem.

### **CO NALEŻY ZROBIĆ ?**

W pierwszej kolejności trzeba ustalić, co Tobie i Twojej rodzinie zagraża. W tym celu:

- sprawdź, czy rejon, w którym zamieszkujesz narażony jest na jakiegokolwiek zagrożenia,
- dowiedz się w jakiej strefie zagrożenia znajduje się twój dom i jakiego rodzaju są to zagrożenia,
- poznaj rodzaje alarmów, sygnałów alarmowych, sposoby ich ogłaszania i odwoływania oraz naucz się zasad zachowania w przypadku ich ogłaszania,
- zaopatr się w instrukcje, poradniki i stosuj się do zaleceń w nich zawartych - będzie to podstawą do przygotowania się i sprawdzenia własnych możliwości do przetrwania w okresie pierwszych dni kataklizmu.

### **ZAPASY NA WYPADEK KATASTROFY**

KAŻDA RODZINA POWINNA MIEĆ PRZYGOTOWANE PODSTAWOWE WYPOSAŻENIE NA CZAS KLĘSK ŻYWIOŁOWYCH LUB KATASTROF. Podczas katastrof może wystąpić brak elektryczności, gazu, wody itp. Możliwe jest też, że warunki uniemożliwiają opuszczenie domu przez wiele dni. Możesz potrzebować zapasów w celu samodzielnego przeżycia przez trzy lub więcej dni. Oznacza to, że powinieneś posiadać zapasy wody, żywności i innych przedmiotów na wypadek katastrofy. Przygotowane zawnazu wyposażenie ułatwi przetrwanie trudnego okresu.

### **WYPOSAŻENIE POWINNO ZAWIERAĆ:**

żywność: mięso, owoce i warzywa w puszkach; puszkowane soki, mleko i zupy; cukier, sól i przyprawy; wysokokaloryczne pożywienie (witaminy, słodczy, żywność dla niemowląt i ludzi starszych, krakersy, suchary, ekstrakty kawy i herbaty) - zapas na okres 3-5 dni przechowywać w chłodnym miejscu,  
wodę: wodę należy zgromadzić najlepiej w plastikowych pojemnikach w ilości 4-5 litrów na osobę na okres 3-5 dni, wliczając wodę do utrzymania podstawowych zasad higieny,

odzież i rzeczy do spania: każdy domownik powinien posiadać jedną zmianę bielizny, odzieży i butów, a dodatkowo okrycie przeciwdeszczowe, ciepłą bieliznę, koc lub śpiwór,  
apteczkę pierwszej pomocy: gaza; sterylne bandaże, w tym elastyczne; taśmy przyklepne; nożyczki; chusta; termometr; środki aseptyczne, środki przeciwbólowe, aspirynę, środki przeczyszczające, węgiel aktywowany; mydło; rękawice gumowe oraz zapas lekarstw na przewlekłe choroby członków rodziny,  
przybory i narzędzia: turystyczny zestaw do gotowania, radio na baterie, latarki, zapasowe baterie, nóż wieloczynnościowy, zapałki, przybory do pisania, gwizdek, zestaw powinien być spakowany i gotowy do zabrania.

### **SCHRONY I UKRYCIA**

Powiedz swojej rodzinie gdzie znajduje się najbliższy schron (ukrycie) by wszyscy wiedzieli, gdzie się udać. Posiadanie schronienia ma kluczowe znaczenie w czasie klęski żywiołowej, katastrofy lub wojny. Schronem (ukryciem) może być piwnica domu, lub uszczelnione pomieszczenie w czasie przemieszczania się chmury trujących substancji, albo dom podczas niebezpiecznych gwałtownych burz i mroźnej pogody. W sytuacji katastrof wyspecjalizowane służby obrony cywilnej i grupy ratownicze będą podejmować działania w celu uruchomienia publicznych schronów (ukryć) w budynkach urzędów i szkół.

### **EWAKUACJA**

Ewakuacja to natychmiastowa konieczność przemieszczenia ludności z rejonów, w których wystąpiło bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia. W tej sytuacji władze lokalne (organizatorzy ewakuacji) poprzez środki masowego przekazu lub radiowozy straży pożarnej, policji i straży miejskiej powiadomią Cię o sposobach jej przeprowadzenia. Ewakuując się musisz być przygotowany na trzydniową samowystarczalność i mieć ze sobą niezbędne wyposażenie. Czas, w którym powinieneś się ewakuować zależy od rodzaju zagrożenia. Jeśli zagrożenie można monitorować masz zwykle dzień lub dwa na przygotowanie się do ewakuacji, jednakże w większości sytuacji, ewakuującym się starcza czasu jedynie na zabranie najpotrzebniejszych rzeczy. Dlatego trzeba być zawnazas przygotowanym.

### **Planowanie ewakuacji:**

- zwróć się do władz lokalnych o plan ewakuacji Twojego obszaru i naucz się przebiegu przewidzianych tam dróg ewakuacji - jeśli nie posiadasz samochodu, uzgodnij zawnazas możliwość swojej ewakuacji z sąsiadami lub władzami lokalnymi,
- omów ze swoją rodziną możliwość i ewentualną konieczność ewakuacji w sytuacji zagrożenia: zaplanuj, gdzie się udasz jeśli będziesz musiał się ewakuować oraz zdecyduj się, jak tam się dostaniesz, ustal miejsce,
- ustal miejsce, gdzie Twoja rodzina ma się spotkać jeśli zostanieie rozdzieleni w sytuacji zagrożenia - poproś swoich znajomych mieszkających poza obszarem

Twojego zamieszkania, by zgodzili się pełnić rolę "punktu informacyjnego", gdzie odseparowany od rodziny możesz zadzwonić i poinformować, gdzie jesteś i jaka jest Twoja sytuacja,

- dowiedz się, gdzie ewakuowane będą Twoje dzieci, jeśli taka konieczność zajdzie w czasie ich pobytu w szkole,
- zgromadź zestaw rzeczy niezbędnych do ewakuacji: zasilane bateriami radio, latarki, zapasowe baterie, żywność, wodę i odzież; pamiętaj, że czasami trzeba się ewakuować w ciągu kilku minut,
- jeśli jest konieczność ewakuacji napełnij bak swego samochodu. Stacje benzynowe mogą być zamknięte w czasie katastrofy.

### **Co robić jeśli otrzymasz informację o ewakuacji?**

W stanie zagrożenia słuchaj radia i realizuj przekazywane tą drogą instrukcje:

jeśli zagrożenie związane jest z uwolnieniem się niebezpiecznych substancji chemicznych ewakuuj się natychmiast:

- wykorzystuj zalecane drogi ewakuacji,
- nie korzystaj ze skrótów, ponieważ mogą być one zablokowane,
- bądź uważny i nie przejeżdżaj przez obszary zalane,
- trzymaj się z dala od zerwanych linii elektrycznych,

w innych przypadkach na ogół zdążysz przed wyjazdem wykonać następujące czynności:

- zabrać zapasy: wody, żywności, ubrania, dokumenty, polisy ubezpieczeniowe i pieniądze,
- zabezpieczyć dom: zamknąć okna, wyłączyć z kontaktów urządzenia elektryczne, zamknąć główny zawór wody oraz wyłącznik prądu i gazu,
- poinformować rodzinę, gdzie się udajesz.

*źródło: Urząd Wojewódzki - CZK*