



Postępowanie wobec zagrożeń w czasie pokoju

Postępowanie wobec zagrożeń w czasie pokoju

Człowiek nie potrafi zapanować nad zjawiskami meteorologicznymi, czasami też sam popełnia błędy, które okazują się katastrofalne w skutkach. Dlatego jeśli nie można czemuś zapobiec, należy nauczyć się odpowiednio na to reagować.

W pierwszej kolejności spróbuj dowiedzieć się, jakie zagrożenia są charakterystyczne dla czasu pokoju. Sprawdź również, które mają charakter naturalny, a które są spowodowane działalnością człowieka.

Pomocny w tym celu może się dla Ciebie okazać e-materiał [Zagrożenia w czasie pokoju](#).

Nauczysz się

- postępować właściwie w razie wystąpienia klęski żywiołowej,
- wymieniać zasady reagowania i postępowania w przypadku awarii i katastrof,
- wyjaśniać konieczność przestrzegania zasad bezpiecznego postępowania w miejscach codziennego pobytu.

1. Postępowanie w czasie katastrof naturalnych

Katastrofy naturalne stanowią ogromne zagrożenie dla człowieka. Każda z nich może stać się przyczyną śmierci lub trwałych urazów. Z tego względu bardzo ważne jest przestrzeganie **ogólnych zasad postępowania w razie katastrof naturalnych**.

- Nie panikuj – zachowaj spokój i szczególną ostrożność.
- Słuchaj wydawanych przez władze i odpowiednie służby komunikatów, i stosuj się do nich.
- Wezwij służby ratunkowe, a podczas przekazywania komunikatu spokojnie i wyraźnie podaj:
 - swoje imię i nazwisko oraz numer telefonu, z którego dzwonisz,
 - adres,
 - informacje o zdarzeniu (co się stało),
 - informacje o ewentualnym zagrożeniu życia i zdrowia ludzkiego.
- Po podaniu informacji nie rozłączaj się do chwili potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia!
- Niezwłocznie zaalarmuj osoby będące w strefie zagrożenia.
- Jeżeli twoje bezpieczeństwo nie jest zagrożone – udziel pierwszej pomocy poszkodowanym.
- Nie utrudniaj swoim zachowaniem prowadzenia działań przez służby ratownicze.

Ważne!

W razie wystąpienia jakiegokolwiek zagrożenia, istotne jest spokojne wykonywanie zalecanych czynności. Należy pamiętać, aby pod żadnym pozorem nie poddawać się [panice](#), gdyż może to zagrozić nie tylko naszemu życiu i zdrowiu, ale również ludziom znajdującym się w naszym otoczeniu.



Strażacy muszą wiedzieć, w jaki sposób należy stosować środki gaśnicze, aby skutecznie wyeliminować zagrożenie pożarowe

Źródło: Arcadiuș (<https://www.flickr.com>), licencja: CC BY 2.0.

W Ustawie z dnia 22 listopada 2013 r. o systemie powiadamiania ratunkowego, w artykule 3 stwierdza się, że:

1. Tworzy się system powiadamiania ratunkowego (...);
2. System składa się z centrów powiadamiania ratunkowego, zwanych dalej 'centrami', tworzących jednolity system do obsługi zgłoszeń alarmowych, kierowanych do numerów alarmowych 112, 997, 998 i 999, umożliwiający przekazanie zgłoszenia alarmowego w celu zaangażowania właściwych zasobów ratowniczych.

Zapamiętaj!

Zawsze pamiętaj o numerach alarmowych odpowiednich służb.



Numery alarmowe

Źródło: Learnetic SA, licencja: CC BY 4.0.

Ważne!

Pamiętaj, że jeżeli posiadasz włączony telefon komórkowy, w sytuacji niebezpiecznych zdarzeń w Twojej okolicy - zarówno meteorologicznych, jak i innych, otrzymasz na ten temat za darmo informację sms (alert) z Rządowego Centrum Bezpieczeństwa. Nie jest ważne, czy na Twojej karcie znajdują się jakiegolwiek środki. Warunkiem jest jedynie to, aby urządzenie było uruchomione, a w środku znajdowała się karta sim.

Powodzie

Najważniejsze zasady postępowania w czasie powodzi:

- Słuchaj przekazywanych, np. przez radio lub telewizję, komunikatów o zagrożeniu i zalecanych sposobach postępowania.
- Stosuj się do poleceń wydawanych przez władze i odpowiednie służby.

- Przenieś miejsce pobytu na wyższe kondygnacje budynku.
- Zabezpiecz najcenniejsze przedmioty (np. dokumenty osobiste) i zapasy niepsującej się żywności oraz wody pitnej.
- Jeśli masz zwierzęta – znajdź im bezpieczne miejsce; nie wiąż ich bez potrzeby; najlepiej zaprowadź je w rejon wskazany przez odpowiednie służby.
- W razie konieczności – odłącz źródło energii elektrycznej oraz gazu.
- Przygotuj odpowiednią liczbę źródeł światła.
- Przenieś w bezpieczne miejsce pojazdy mechaniczne.



W czasie powodzi może wystąpić konieczność przeniesienia się na wyższe kondygnacje budynku

Źródło: Tomorrow Sp.z o.o., Blondinrikard Fröberg (<https://www.flickr.com>), Jocelyn Augustino

(<http://commons.wikimedia.org>), licencja: CC BY 2.0.

Rozległe pożary

W czasie rozległych pożarów, np. lasów czy pól uprawnych, tak naprawdę niewiele można zrobić samemu. Jednak tych kilka prostych czynności może uratować życie tobie oraz innym osobom znajdującym się w pobliżu zagrożenia.

- Wezwij straż pożarną, dzwoniąc pod numer 112 lub 998.
- Niezwłocznie zaalarmuj osoby znajdujące się w strefie zagrożenia.
- Jeśli to nie zagraża twojemu bezpieczeństwu – pomóż ewakuować się innym, np. dzieciom, osobom starszym czy niepełnosprawnym, zwierzętom.
- Ewakuuj się z zagrożonego miejsca.



Pomoc w ewakuacji podczas zagrożenia pożarowego

Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., European Commission DG ECHO (<https://www.flickr.com>), Gerry Dincher (<https://www.flickr.com>), Fremont-Winema National Forest (<https://www.flickr.com>), licencja: CC BY 2.0.

Huragany i silne wiatry

Zasady postępowania w sytuacji, gdy zbliżają się silne wiatry:

- Słuchaj przekazywanych, np. przez radio lub telewizję, komunikatów o zagrożeniu i zalecanych sposobach postępowania.
- Pozamykaj okna i drzwi balkonowe.

- Zabezpiecz przedmioty ruchome oraz usuń wszystkie przedmioty z parapetów i balkonów.
- Zapewnij dostępność źródła światła niewymagającego energii elektrycznej (latarki, świece) oraz apteczki pierwszej pomocy.
- Przygotuj i zabezpiecz rzeczy, które mogą być potrzebne w czasie ewakuacji (np. dokumenty, żywność).
- Schowaj się w środkowych i niższych partiach budynków, z dala od oszklonych okien i drzwi.
- W razie konieczności wyłącz główny wyłącznik prądu i gazu.



Silny wiatr może stać się przyczyną wypadków

Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., tpsdave (<http://pixabay.com>), Andy Mudrak (<https://www.flickr.com>), licencja: CC BY 2.0.

Śnieżyce

Aby ustrzec swój organizm przed działaniem śniegu i mrozu, należy stosować się do następujących zaleceń:

- Zakładaj na siebie kilka warstw ciepłych ubrań.
- Jeśli nie musisz, nie wychodź na zewnątrz.
- Nie wychodź na mróz bez zapewnienia sobie odpowiedniego zapasu energii – zjedz pożywny posiłek.
- Zabezpiecz dłonie, stopy i twarz przed mrozem, wiatrem i śniegiem.
- Nie przebywaj w miejscach potencjalnie niebezpiecznych (np. pod wystającymi dachami).
- W przypadku odmrożeń powyżej II stopnia udaj się natychmiast do lekarza.

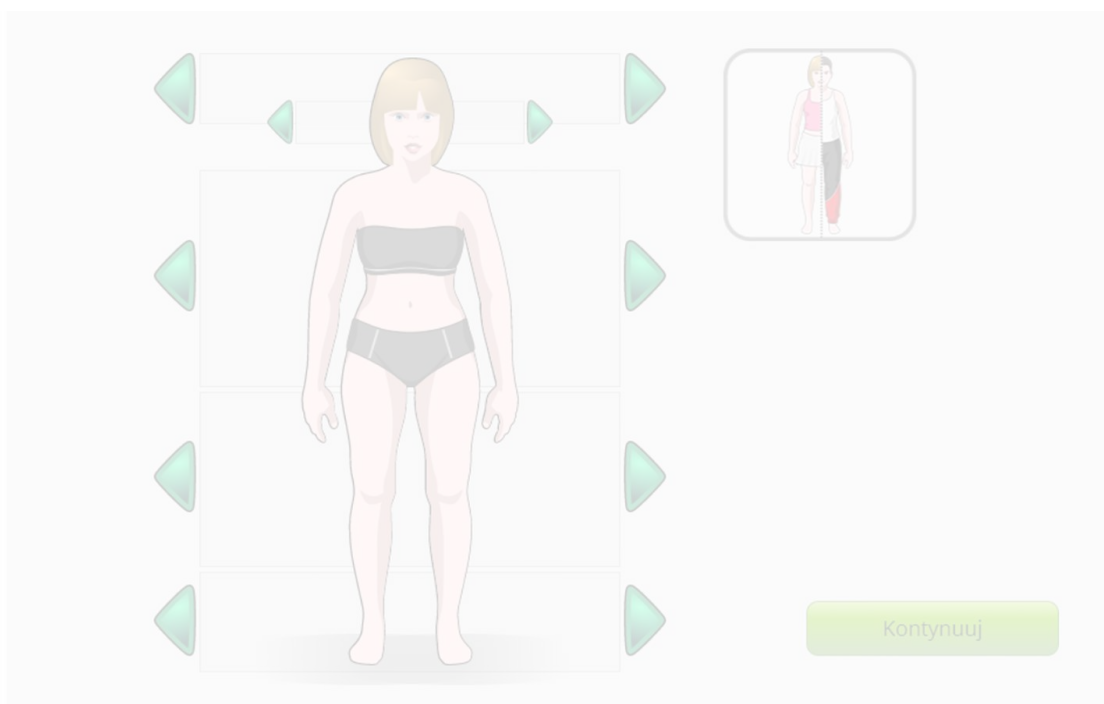


Zdejmowaniem nawisów lodowych oraz śnieżnych, sopli i połaci śniegu z dachów zajmują się specjalnie wyposażone służby

Źródło: Janericloebe (<http://commons.wikimedia.org>), domena publiczna.

Polecenie 1

Jednym ze sposobów zapobiegania odmrożeniom i ogólnemu wychłodzeniu organizmu jest odpowiedni strój. Dobierz właściwe elementy ubrania.



Zasób interaktywny dostępny pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D18BFcvGr>

Wybierz odpowiednie ubranie

Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

Lawiny

Pobyt w górach jest zapewne jedną z najprzyjemniejszych atrakcji zimowych. Jednak w wyniku niesprzyjających warunków atmosferycznych oraz nieuwagi czy lekkomyślności, możesz się w tym czasie narazić na niebezpieczeństwo. Aby temu zapobiec, pamiętaj o następujących zasadach:

- Zapoznaj się z oznaczeniami graficznymi stopni zagrożenia lawinowego zaprezentowanymi poniżej.



Oznaczenia graficzne stopni zagrożenia lawinowego

Źródło: Aleksandra Ryczkowska, licencja: CC BY-ND 3.0.

- Unikaj miejsc zagrożonych (np. ścieżek górskich oraz stoków).
- Słuchaj i stosuj się do poleceń wydawanych przez odpowiednie służby oraz organizacje (np. TOPR, GOPR).
- Postępuj zgodnie z zasadami bezpieczeństwa odpowiednimi do danego stopnia zagrożenia lawinowego.

2. Postępowanie w czasie katastrof antropogenicznych i awarii technicznych



Sprawna pomoc poszkodowanym w wyniku katastrof wymaga ogromnych umiejętności oraz zastosowania specjalistycznego sprzętu

Źródło: Radosław Drożdżewski (Zwiadowca21) (<http://commons.wikimedia.org>), domena publiczna.

Podobnie jak w przypadku katastrof naturalnych, w momencie wystąpienia katastrof antropogenicznych i awarii technicznych bardzo ważny jest odpowiedni sposób postępowania. Choć każda z takich katastrof ma własną specyfikę, istnieje kilka podstawowych zasad bezpieczeństwa wspólnych dla wszystkich tego typu przypadków.

- Nie panikuj i myśl trzeźwo.
- Twoje bezpieczeństwo jest najważniejsze, staraj się chronić zwłaszcza głowę.
- Zabezpiecz dokumenty potwierdzające twoją tożsamość.
- Wezwij służby ratunkowe.
- W przypadku gdy jesteś świadkiem katastrofy, ale bezpośrednio w niej nie uczestniczysz, nie zbliżaj się do obszaru objętego jej zasięgiem.
- Jeżeli istnieje podejrzenie wycieku niebezpiecznych substancji, jak najszybciej udaj się w bezpieczne miejsce.
- Jeżeli dojdiesz do wniosku, że twoje bezpieczeństwo na tym nie ucierpi, to rozpocznij udzielanie poszkodowanym pierwszej pomocy.
- Nie blokuj dojazdu służbom ratowniczym.
- Po przybyciu ratowników słuchaj ich komunikatów, postępuj zgodnie z wydawanymi poleceniami i nie przeszkadzaj im w pracy.
- Jeżeli masz informacje, które mogą być pomocne w akcji ratowniczej, przekaz je niezwłocznie odpowiednim służbom.
- Jeżeli doznałeś obrażeń, oceń najpierw racjonalnie swój stan zdrowia, a następnie:
 - jeżeli możesz się poruszać, odnajdź ratowników i zgłoś im potrzebę uzyskania pomocy,
 - jeżeli twój stan nie pozwala na poruszanie się, zacznij wzywać pomoc – głosem (lub w inny dostępny sposób) naprowadzaj ratowników na miejsce, w którym się znajdujesz (najlepiej robić to w sposób ciągły, w kilkuminutowych odstępach).



Pomoc cywilów jest bardzo cenna, często orientują się oni w miejscu katastrofy lepiej niż przybywające służby

Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

3. Postępowanie podczas wystąpienia niebezpieczeństwa w najbliższym otoczeniu

Zagrożenia, z jakimi można się spotkać w czasie pokoju, to nie tylko katastrofy naturalne, antropogeniczne i awarie techniczne. To także wypadki, które mogą cię spotkać również w najbliższym otoczeniu – domu, szkole czy też na drodze, którą codziennie przemierzasz. Z tego względu istotne jest poznanie zasad bezpieczeństwa na wypadek wystąpienia zagrożeń w miejscach, w których spędzasz najwięcej czasu.

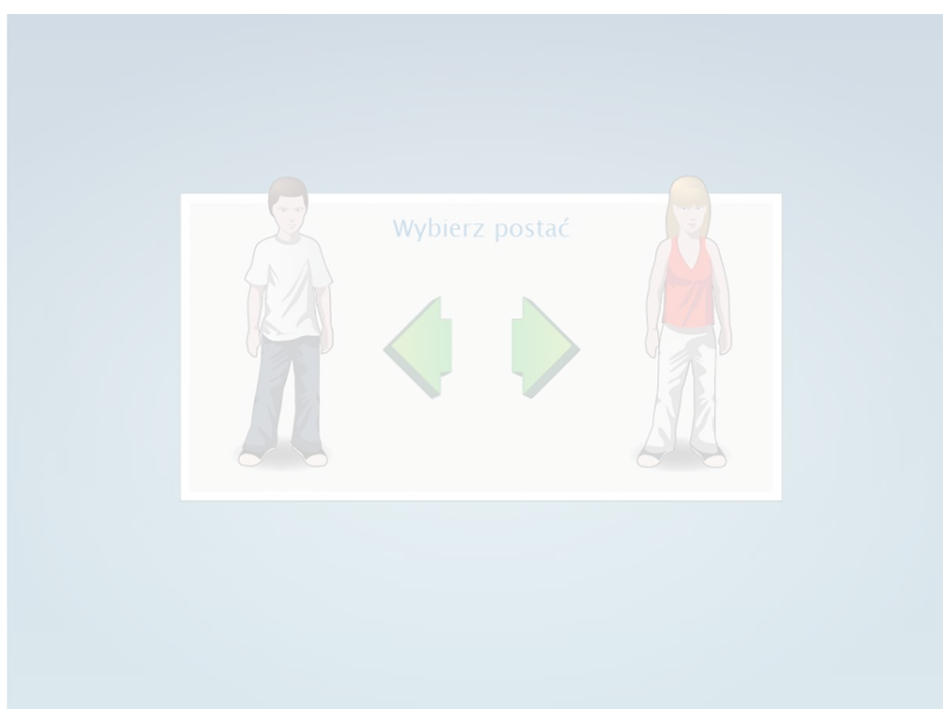
Podstawową zasadą dotyczącą bezpieczeństwa w najbliższym otoczeniu jest unikanie zagrożeń. W tym celu:

- zapoznaj się z instrukcją obsługi sprzętów oraz treścią regulaminów i zasad bezpieczeństwa określonych miejsc (np. sali gimnastycznej),
- dbaj o to, aby sprzęty używane w twoim domu były całkowicie sprawne,

- urządzenia elektryczne trzymaj z daleka od wody,
- unikaj niepotrzebnego ryzyka,
- stosuj się do zasad ruchu drogowego.

Polecenie 2

Wyobraź sobie sytuację, w której wracasz do domu i orientujesz się, że wybuchł w nim pożar. W jaki sposób zawiadomisz o tym odpowiednie służby? Ewakuujesz się czy ugasisz ogień? Zagraj w grę. Uruchomisz ją, kierując kursor na głowę jednej z dwóch postaci - mężczyzny po lewej stronie lub kobiety po prawej.



Zasób interaktywny dostępny pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D18BFcvGr>

Ćwiczenie – zachowanie w przypadku wystąpienia pożaru

Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., Michał Banaś, licencja: CC BY 3.0.

Jeżeli staniesz się uczestnikiem lub świadkiem zagrożenia w twoim otoczeniu, zastosuj się do kilku podstawowych zasad:

- zachowuj spokój i nie panikuj – myśl trzeźwo i racjonalnie,
- chroń swoje własne bezpieczeństwo,
- poinformuj o wypadku służby ratownicze oraz osoby znajdujące się w pobliżu,

- jeżeli twoje bezpieczeństwo nie jest zagrożone, rozpocznij udzielanie poszkodowanym pierwszej pomocy,
- jeżeli twoje bezpieczeństwo jest zagrożone – opuść miejsce wypadku.

Polecenie 3

Wyobraź sobie sytuację, że wraz ze znajomymi grasz w piłkę na boisku szkolnym. Nagle zauważacie, że ciemne, szare chmury zasnuły niebo, zerwał się silny wiatr i zaczyna padać deszcz. W jaki sposób się zachowasz? Wymień działania, które podejmiesz.

4. Podsumowanie

- Każda z katastrof naturalnych oraz antropogenicznych może stać się przyczyną trwałych urazów, a nawet śmierci. Z tego względu bardzo ważne jest postępowanie zgodne z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi w przypadku ich wystąpienia.
- W razie wystąpienia jakiegokolwiek zagrożenia trzeba spokojnie wykonywać zalecane czynności. Należy pamiętać, aby pod żadnym pozorem nie poddawać się panice, gdyż może to zagrozić życiu i zdrowiu nie tylko nas samych, ale również ludzi znajdujących się w otoczeniu.
- W razie wystąpienia wszelkiego rodzaju katastrof należy zawiadomić odpowiednie służby ratownicze.
- Niebezpieczeństwa mogą spotkać nas również w najbliższym otoczeniu, dlatego powinniśmy znać zasady bezpieczeństwa obowiązujące w miejscach, w których spędzamy najwięcej czasu.
- Wzywając pomoc, pamiętaj o [numerach alarmowych](#).

5. Praca domowa

Polecenie 4

Zastanów się, jakie zagrożenia mogą pojawić się w twoim najbliższym otoczeniu. Opisz w kilku punktach sposób odpowiedniego zachowania się w przypadku ich wystąpienia.

6. Słownik

Definicja: panika

nagły, niepohamowany, często nieuzasadniony strach, ogarniający zwykle większą liczbę ludzi

7. Zadania

Ćwiczenie 1

Wskaż, które zdania są prawdziwe, a które – fałszywe.

	Prawda	Fałsz
Numer alarmowy straży pożarnej to 997.	☐	☐
W przypadku wystąpienia każdej katastrofy należy zachować spokój i opanowanie oraz nie poddawać się panice.	☐	☐
W trakcie huraganów i silnych wiatrów powinno się mieć otwarte okna i drzwi balkonowe.	☐	☐
O swoim wyjściu z domu w trakcie mrozów i śnieżyc powinniśmy powiadomić najbliższych oraz poinformować ich, dokąd się udajemy.	☐	☐
W razie wypadku zagrażającego bezpieczeństwu należy jak najszybciej opuścić obszar objęty zagrożeniem.	☐	☐

EdB

Źródło: Michał Banaś, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 2

Połącz określenia stopni zagrożenia lawinowego z odpowiednimi piktogramami.



zagrożenie
nieznaczne



zagrożenie
duże i bardzo
duże



zagrożenie
znaczne



brak
informacji



zagrożenie
umiarkowane

EdB

Źródło: Michał Banaś, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 3

Zaznacz czynności, które należy wykonać w trakcie powodzi.

- ☐ Zastosować się do poleceń wydawanych przez władze i odpowiednie służby.
- ☐ Słuchać komunikatów (podawanych np. przez radio lub telewizję) o zagrożeniu i zalecanych sposobach postępowania.
- ☐ Zabezpieczyć zapasy niepsującej się żywności oraz wody pitnej.
- ☐ Uwiązać zwierzęta, aby się nie spłoszyły.
- ☐ Zawsze pozostać w miejscu aktualnego pobytu.
- ☐ Pozostawić wszystkie rzeczy oraz pojazdy mechaniczne na swoich miejscach w celu uzyskania odszkodowania.

EdB

Źródło: Michał Banaś, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 4

Zaznacz czynności, które należy wykonać w czasie silnych wiatrów.

- ☐ Zabezpieczyć przedmioty ruchome.
- ☐ Przenieść się na wyższe kondygnacje budynku.
- ☐ Zapewnić dostępność źródła światła niewymagającego energii elektrycznej (np. latarki, świece).
- ☐ Zostawić otwarte okna i drzwi, by budynek stawiał mniejszy opór.
- ☐ Często wyglądać przez okno, by zobaczyć skalę ewentualnych zniszczeń.
- ☐ Słuchać przekazywanych komunikatów (np. w radiu lub telewizji) o zagrożeniu i zalecanych sposobach postępowania.

EdB

Źródło: Michał Banaś, licencja: CC BY 3.0.