

## **Zadania obrony cywilnej obejmują w szczególności**

1. Służbę ostrzegawczą;
2. Ewakuację;
3. Przygotowanie i organizowanie schronów;
4. Obsługę środków zaciemnienia;
5. Ratownictwo;
6. Służby medyczne, włączając w to pierwszą pomoc oraz opiekę religijną;
7. Walkę z pożarami;
8. Wykrywanie i oznaczanie stref niebezpiecznych;
9. Odkazanie i inne podobne działania ochronne;
10. Dostarczanie doraźnych pomieszczeń i zaopatrzenia;
11. Doraźną pomoc dla przywrócenia i utrzymania porządku w strefach dotkniętych klęskami;
12. Doraźne przywrócenie działania niezbędnych służb użyteczności publicznej;
13. Doraźne grzebanie zmarłych;
14. Pomoc w ratowaniu dóbr niezbędnych dla przetrwania;
15. Dodatkowe rodzaje działalności, niezbędne dla wypełnienia któregoś z zadań wyżej wymienionych, w tym planowanie i prace organizacyjne.

## **Obowiązek obywateli w zakresie obrony cywilnej polega na odbywaniu**

- służby w obronie cywilnej,
- przysposobienia obronnego młodzieży szkolnej,
- szkolenia w zakresie powszechnej samoobrony ludności,
- wykonywaniu innych zadań przewidzianych w ustawie.

Art. 139 ust. 1 ustawy z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej (Dz. U. z 2004 r. nr 241, poz. 2416, z późn. zm.)

## **SYSTEM ALARMOWY OBRONY CYWILNEJ**

Jednym z przedsięwzięć obrony cywilnej jest organizacja systemów alarmowych, które mają ostrzegać ludność przed grożącym niebezpieczeństwem napadu z powietrza oraz skażeniem promieniotwórczym i chemicznym, a także o klęskach żywiołowych i zagrożeniu środowiska w celu umożliwienia jej odpowiedniego zareagowania. Do ogłaszania i odwoływania alarmów wykorzystuje się: syreny alarmowe, radiowęzły radiofonii przewodowej oraz zastępcze środki alarmowania (syreny ręczne, gongi, dzwony kościelne, pojazdy z urządzeniami nagłaśniającymi itp.)

## SYGNAŁY ALARMOWE

Lp.	Rodzaj alarmu	Sposób ogłoszenia alarmów		
		akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu	wizualny sygnał alarmowy
1	Ogłoszenie alarmu	Sygnał akustyczny - modulowany dźwięk syreny w okresie trzech minut	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) ..... dla .....	Znak żółty w kształcie trójkąta lub w uzasadnionych przypadkach innej figury geometrycznej
2	Odwołanie alarmu	Sygnał akustyczny - ciągły dźwięk syreny w okresie trzech minut	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm (podać przyczynę, rodzaj alarmu itp.) ..... dla .....	

## KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE

Lp.	Rodzaj komunikatu	Sposób ogłoszenia komunikatu		Sposób odwołania komunikatu	
		akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu	akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu
1	Upředzenie o zagrożeniu skażeniami		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Osoby znajdujące się na terenie ..... około godz. .... min. .... może nastąpić skażenie ..... (podać rodzaj skażenia) w kierunku ..... (podać kierunek)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj skażenia) dla .....
2	Upředzenie o zagrożeniu zakażeniami		Formę i treść komunikatu upředzenia o zagrożeniu zakażeniami ustalają organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj zakażenia) dla .....
3	Upředzenie o kłeskach żywiolowych i zagrożeniu środowiska		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców ..... (podać rodzaj zagrożenia, spodziewany czas wystąpienia i wytyczne dla mieszkańców)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję upředzenie o zagrożeniu ..... (podać rodzaj zagrożenia)

# ZALECENIA DLA LUDNOŚCI ZASADY ZACHOWANIA SIĘ LUDNOŚCI W WYPADKACH ZAGROŻEŃ

[Postępowanie po ogłoszeniu sygnałów alarmowych](#)

[Przygotowanie lokali, budynków mieszkalnych i żywności do ochrony](#)

[Postępowanie w przypadku zagrożenia sanitarnego i epidemiologicznego](#)

[Profilaktyka przeciwpożarowa w budynkach mieszkalnych](#)

## Postępowanie po ogłoszeniu sygnałów alarmowych

**PAMIĘTAJ!**

PO USŁYSZENIU SYGNAŁU ALARMOWEGO NALEŻY DZIAŁAĆ SZYBKO, ALE  
ROZWAŻNIE I BEZ PANIKI.

**PAMIĘTAJ!**

JEŻELI NIE BĘDZIESZ MIAŁ MOŻLIWOŚCI UKRYCIA SIĘ W BUDOWLI  
OCHRONNEJ, UKRYJ SIĘ W ZAGŁĘBIENIU TERENU LUB ZA INNĄ TRWAŁĄ  
OSŁONĘ.

Alarm powietrzny

Po usłyszeniu sygnału alarmu powietrznego należy działać szybko, ale rozważnie i bez paniki.

### **Osoby znajdujące się w domu powinny:**

- ubrać się, zabrać dokumenty osobiste, zapas żywności, indywidualne środki ochrony przed skażeniami, środki opatrunkowe oraz w miarę potrzeb i możliwości latarkę elektryczną, koc, odbiornik radiowy z zakresem fal UKF itp.
- wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne i gazowe oraz wygasić ogień w piecu,
- zamknąć okna i zabezpieczyć mieszkanie,
- zawiadomić o alarmie sąsiadów,
- udać się do najbliższego schronu lub ukrycia.

### **Osoby znajdujące się miejscu publicznym powinny:**

- udać się do najbliższego schronu lub ukrycia,
- pomagać słabszym, chorym i ułomnym,
- podporządkować się ściśle poleceniom organów i służb obrony cywilnej

Prowadzący pojazdy mechaniczne po usłyszeniu sygnału alarmu powietrznego winni zatrzymać je i zaparkować tak aby nie blokowały ciągów komunikacyjnych i wejść do ukryć.

Kierowca i pasażerowie powinni udać się do najbliższego ukrycia.

Osoby, które z jakichkolwiek przyczyn nie zdołały udać się do budowli ochronnych, ukrywają się w zagłębieniach terenu lub za innymi trwałymi osłonami.

## Alarm o skażeniach

### Po usłyszeniu sygnału alarmu o skażeniach należy:

- nie zbliżać się do rejonu awarii,
- zachowywać się spokojnie, przeciwdziałać panice i lękowi, ściśle wykonywać zarządzenia służb porządkowych. Stosować się do zaleceń i informacji przekazywanych w komunikatach, głównie środkami nagłaśniającymi umieszczonymi na samochodach.

### Przebywając na terenie otwartym należy:

- zwrócić uwagę na kierunek wiatru (obserwować unoszące się dymy, pary),
- opuścić zagrożony rejon (prostopadle do kierunku wiatru) stosując się do poleceń zawartych w komunikatach przekazywanych przez ruchome środki nagłaśniające,
- udać się do najbliższych budynków mieszkalnych lub publicznych.

### Przebywające w pomieszczeniach osoby, które z jakichkolwiek przyczyn przed wystąpieniem skażenia nie zdołały wyjść z rejonu zagrożenia powinny:

- włączyć odbiornik radiowy lub telewizyjny na jedno z pasm lokalnych, zastosować się do przekazywanych komunikatów i poleceń,
- pozostać w pomieszczeniach, zamknąć i uszczelnić mokrym papierem lub szmatami drzwi, okna i otwory wentylacyjne, przebywać w miarę możliwości w pomieszczeniach środkowych,
- osoby wyposażone w maski przeciwgazowe zakładają je,
- do chwili odwołania alarmu lub zarządzenia ewakuacji nie opuszczać uszczelnionych pomieszczeń, nie przebywać w pobliżu okien i innych otworów wentylacyjnych,
- powstrzymać się od spożywania posiłków, palenia tytoniu oraz prac wymagających wysiłku a więc dużego zapotrzebowania na tlen,
- wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne (oprócz radia i telewizora), wygasić ogień w piecu,
- do ochrony dróg oddechowych stosować zwilżoną w wodzie lub w wodnym roztworze sody oczyszczonej chusteczkę, tampon z gazy, ręcznik itp.

### Przebywając w obiektach użyteczności publicznej stosować się do poleceń kierownictwa.

## Uprzedzenie o zagrożeniu skażeniami i zakażeniami

### Po usłyszeniu sygnału uprzedzenia o zagrożeniu skażeniami lub zakażeniami należy:

- sprawdzić posiadane indywidualne środki ochrony,
- sprawdzić zabezpieczenie posiadanych zapasów żywności, wody i paszy,
- sprawdzić szczelność przygotowanych pomieszczeń dla ludzi i zwierząt,
- jeśli nie ma innych zaleceń, udać się do pomieszczeń ochronnych (ukryć),
- przestrzegać ogłaszanych zarządzeń oraz wykonywać polecenia organów i służb OC,
- postępować zgodnie z poleceniami i zaleceniami Państwowej Inspekcji Sanitarnej,
- wykonywać inne polecenia organów obrony cywilnej.

## Uprzedzenie o klęskach żywiołowych i zagrożeniu środowiska

### Po usłyszeniu sygnału o klęskach żywiołowych i zagrożeniu środowiska należy:

- zachowywać się spokojnie, przeciwdziałać panice i lękowi, ściśle wykonywać zarządzenia służb porządkowych. Stosować się do zaleceń i informacji przekazywanych w komunikatach,
- nie zbliżać się do rejonu objętego klęską żywiołową i zagrożeniem środowiska.

### Przebywając na terenie otwartym należy:

- opuścić zagrożony rejon stosując się do poleceń zawartych w komunikatach przekazywanych przez ruchome środki nagłaśniające.

### Przebywając w pomieszczeniach należy:

- włączyć odbiornik radiowy lub telewizyjny na jedno z pasm lokalnych, zastosować się do przekazywanych komunikatów i poleceń.

## Odwołanie alarmu

### Po usłyszeniu sygnału odwołania alarmu należy:

- opuścić schron (ukrycie),
- w przypadku wystąpienia skażeń poddać się zabiegom sanitarnym,
- przeprowadzić dezaktywację (w przypadku skażeń promieniotwórczych) lub odkażanie (w przypadku pozostałych skażeń chemicznych) żywności, sprzętu, zwierząt gospodarskich, paszy oraz pozostałego mienia,
- przewietrzyć dokładnie wszystkie pomieszczenia,
- przeprowadzić dezaktywację lub odkażanie odzieży, w której wykonywano wymienione uprzednio zabiegi i poddać się ponownie zabiegom sanitarnym,
- stosować się ściśle do poleceń organów obrony cywilnej,
- w przypadku zakażenia biologicznego stosować się ściśle do zasad profilaktyki, przeciwepidemicznej, ustalonych przez jednostki służby zdrowia.

## Przygotowanie lokali, budynków mieszkalnych i żywności do ochrony

- [Przygotowanie mieszkania \(pokoju, piwnicy\) do ochrony przed skażeniami i zakażeniami](#)
- [Sposoby zabezpieczenia żywności](#)
- [Sposoby zabezpieczenia wody](#)

Przygotowanie mieszkania (pokoju, piwnicy) do ochrony przed skażeniami i zakażeniami

Na wypadek alarmu o skażeniach lub uprzedzenia o zagrożeniu skażeniami i zakażeniami każda rodzina powinna mieć tak przygotowaną piwnicę, pokój lub mieszkanie, aby stanowić one mogły ochronę przed oddziaływaniem na organizm ludzki opadu substancji promieniotwórczych, środków trujących, niebezpiecznych dla zdrowia środków biologicznych.

Przystosowując na takie ukrycie mieszkanie (piwnicę, pokój) należy mieć na uwadze to, że jego podstawową cechą powinna być hermetyczność (szczelność) i możliwość zapewnienia w miarę potrzeby najprostszej wentylacji.

### **W razie potrzeby wykonać następujące prace:**

- uszczelnić okna odpowiednią taśmą lub watą a nawet okleić paskiem papieru (taśmą samoprzylepną),
- uszczelnić wszystkie drzwi i futryny. Drzwi zewnętrzne obić kocem i w odległości 1-1,5 m zawiesić zasłonę z koca (kołdry), aby stworzyć „śluzę”,
- uszczelnić dokładnie wszystkie szpary, szczeliny, otwory kominowe, miejsca, w których przechodzą przewody wodociągowe, centralnego ogrzewania, kanalizacji itp.,
- zakleić szczelnie papierem kratki wentylacyjne – ale tak by w razie potrzeby zapewnić wentylację pomieszczenia. Samoczynną dobrą wentylację mogą zapewnić otwory: nawiewny i wywiewny. Otwór wywiewny powinien być usytuowany 1,5 - 2 m nad otworem nawiewnym. W przewodzie nawiewnym można umieścić prosty filtr przeciwpyłowy - ramkę z rozpiętą wielowarstwową gazą, a poniżej specjalną kieszeń na zbieranie cząstek pyłu opadającego z filtra (gazy),
- podwyższyć walory ochronne ukrycia, jeżeli jest ono na parterze lub w piwnicy. Można wtedy wykonać obsypkę ziemią wokół zewnętrznych ścian budynku oraz zabudować lub osłonić workami z piaskiem otwory okienne, nie używane otwory drzwiowe itp.

### **W mieszkaniu przygotowanym na ukrycie powinny także być:**

- odpowiedni zapas wody pitnej, żywności, przedmioty pierwszej potrzeby, worki plastikowe na odpadki,
- lekarstwa dla chorych, apteczka domowa, środki dezynfekcyjne, zapasowe oświetlenie, bateryjny odbiornik radiowy itp.,
- sprzęt gaśniczy (np. gaśnica, koc, wiadro, piasek, łopata itp.),
- niezbędne przedmioty osobistego użytku.

Pamiętać należy o przygotowaniu oświetlenia zastępczego. Zalecane jest oświetlenie elektryczne (bateryjne, akumulatorowe). Lampy naftowe i świece, paląc się, zużywają dużo

tlenu oraz zanieczyszczają powietrze dwutlenkiem węgla, dlatego ich używanie jest niewskazane. Również nie wszystkie rodzaje gaśnic nadają się do użycia w okryciach, np. gaśnica halonowa wprowadza do atmosfery halon, który przy wdychaniu wykazuje szkodliwe działanie dla zdrowia, gaśnica śniegowa natomiast wprowadza do atmosfery bardzo dużo dwutlenku węgla. Z tego względu do gaszenia należy używać wody, koców gaśniczych, piasku, a jeżeli gaśnic - to pianowych lub wodnych.

## Sposoby zabezpieczenia żywności

**Gwarancją izolacji żywności od środowiska zewnętrznego jest zastosowanie właściwych opakowań. Opakowania ochronne mogą być następujące:**

- pyłoszczelne z materiałów twardych. Mogą to być puszki metalowe hermetyczne, które można dokładnie i szybko zmyć lub odkazić. Opakowania szklane - słoje i butelki nie przepuszczające pary wodnej i gazu, umożliwiające przeprowadzenie ich sterylizacji. Opakowania drewniane (sklejka, płyta pilśniowa) - skrzynki wyłożone pergaminem lub kilkoma warstwami papieru pakowego, a także beczki drewniane, hermetyczne beczki metalowe i z tworzyw sztucznych, zabezpieczające w należyty sposób żywność przed działaniem środków promieniotwórczych, chemicznych i biologicznych,
- pyłoszczelne z tworzyw miękkich - hermetyczne opakowania (worki, woreczki, torby itp.) z folii powlekanych, metalowych, tworzyw plastycznych i innych,
- pyłoszczelne papierowe, wielowarstwowe z wkładką parafinową lub z tworzyw sztucznych. Jeśli są umieszczone w pojemnikach zbiorczych, to w zasadzie spełniają swoje zadanie. W warunkach domowych bardzo dobrym opakowaniem zbiorczym jest lodówka. Hermetyczność lodówki można zwiększyć za pomocą dodatkowych zasłon z folii lub ceraty na każdej półce. Można też do tego celu przystosować szafkę, kredens itp. lub szczelną piwnicę.

**Wyjątkowo trwałego i hermetycznego opakowania wymagają takie produkty, jak:**

- sól,
- cukier,
- kasza,
- mąka,
- przetwory owocowe,
- wszystkie produkty płynne, miękkie itp.,

gdyż w razie skażenia nie ma możliwości ich odkażenia.

## Sposoby zabezpieczenia wody

Sieć wodociągową zabezpieczać się będzie przez odcięcie poboru wody na okres niebezpiecznego skażenia w miejscu jej czerpania. Ponowny jej pobór nastąpi po ustąpieniu niebezpiecznego skażenia.

### **W związku z powyższym należy:**

- przygotować indywidualne zapasy wody nie skażonej,
- zabezpieczyć indywidualne studnie kopane (szybowe) oraz ujęcia domowych studni wierconych (głębinowych, artezyjskich).

Wodę do celów konsumpcyjnych należy przechowywać w szczelnie zamkniętych szklanych, metalowych lub plastikowych pojemnikach np. w butelkach, słojach, bańkach itp.

Postępowanie w przypadku zagrożenia sanitarnego i epidemiologicznego

- [Zagrożenie sanitarne](#)
- [Zagrożenie epidemiologiczne](#)

### **Zagrożenie sanitarne**

Zagrożenie to wystąpić może w wyniku różnorodnych sytuacji lub zdarzeń, które mogą być zależne od działalności człowieka jak i zdarzeń niezależnych np. uszkodzenie instalacji sanitarnych w wyniku awarii technicznych, nie stosowanie prawidłowych technik składowania odpadów komunalnych, skażenie terenu, ujęć wody w wyniku awarii, przedostanie się ścieków do ujęć wody w wyniku awarii. Zagrożenia sanitarne w zależności od skali wystąpienia mogą stanowić bezpośrednie zagrożenie dla środowiska i zdrowia człowieka.

### **Co robić aby chronić siebie i najbliższych:**

- wątpliwości związane ze stanem sanitarnym obiektów, ujęć wody zgłoś do właściwej terenowo stacji sanitarno – epidemiologicznej,
- w czasie powodzi nie spożywaj żywności, która uległa zamoczeniu, nie pij wody z ujęcia lub studni, która została zalana,
- nie spożywaj warzyw, owoców i innych plonów z terenów powodziowych,
- nie kąp się w zbiornikach wodnych nie dopuszczonych przez służby sanitarne do kąpieli,
- po awarii instalacji sanitarnych oczyść otoczenie /dezynfekcja/,
- nie spożywaj żywności z niepewnych źródeł, przeterminowanej,
- nie pij wody z niezbadanych ujęć, źródeł,
- zgłoś do służb sanitarnych nietypowe /nie przeznaczone do tego celu/ miejsca składowania odpadów komunalnych.

### **Zagrożenie epidemiologiczne**

**Epidemia to** masowe szerzenie się określonej choroby, zwłaszcza zakaźnej w zbiorowisku ludzkim w określonym czasie na dużym obszarze, na którym choroba o tym samym nasileniu w poprzednich latach nie występowała. Masowe szerzenie się choroby zakaźnej wśród zwierząt nazywa się epizootią. Wystąpienie choć jednego przypadku groźnej choroby zakaźnej może sugerować początek epidemii.

**Epidemia stanowi** duże zagrożenie dla naszego zdrowia i życia. Bakterie chorobotwórcze mogą przedostać się do naszego organizmu po przez spożycie zakażonej żywności, wody, po przez kontakt z chorym człowiekiem, poprzez wdychanie powietrza, w którym mogą być rozpylone niebezpieczne mikroby. Wystąpienie epidemii może być skutkiem bioterroryzmu, a więc świadomej działalności człowieka.



**Oznaki epidemii:**

- wystąpienie nagłych, szybko szerzących się masowych zachorowań lub zgonów,
- brak skuteczności leczenia w rutynowej terapii występujących powszechnie chorób,
- wzrost zachorowań na chorobę endemiczną /endemia to utrzymywanie się danej choroby zakaźnej bądź nie zakaźnej na określonym terenie na tym samym poziomie/.

**Oznaki epidemii, która może być wynikiem bioterroryzmu:**

- duża liczba niewyjaśnionych zachorowań w krótkim czasie o podobnym obrazie klinicznym,
- początek zachorowań jest nie wyjaśniony,
- nagły, nieoczekiwany wzrost zachorowalności i umieralności z powodu znanych chorób,
- nawet pojedynczy przypadek choroby egzotycznej u osoby, która nie opuszczała kraju,
- jednoczesne występowanie zachorowań na podobne choroby na obszarach nie połączonych terytorialnie,
- nietypowe źródło zakażenia: aerozol, woda, żywność.

**Co robić aby w przypadku zagrożenia chronić siebie i najbliższych:**

- nie lekceważ ostrych objawów osobowych, które wystąpiły nagle i skontaktuj się z lekarzem w celu przebadania,
- nie lekceważ sytuacji, kiedy te same objawy chorobowe w krótkim czasie wystąpiły u ciebie i u osoby lub osób, z którymi miałeś kontakt,
- przestrzegaj terminów szczepień ochronnych,
- skontaktuj się z lekarzem, jeśli wystąpią u ciebie nagle nietypowe objawy chorobowe a ty niedawno powróciłeś z egzotycznego kraju.

**Kiedy istnieje podejrzenie epidemii:**

- unikaj dużych zbiorowisk ludzkich,
- unikaj kontaktu z osobą chorą twarzą w twarz,
- jeśli wystąpiły u ciebie objawy chorobowe lub kontaktowałeś się z osobą chorą załóż na twarz maskę z gazy lub bibuły co zmniejszy ryzyko zakażenia innych,
- przestrzegaj podstawowych zasad higieny osobistej,
- rygorystycznie przestrzegaj zaleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez władze i służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo sanitarno – epidemiologiczne.

Profilaktyka przeciwpożarowa w budynkach mieszkalnych

**Profilaktyka przeciwpożarowa w budynkach mieszkalnych polega na właściwym przygotowaniu budynków do ochrony przeciwpożarowej poprzez wykonanie następujących przedsięwzięć:**

- usunięcie wszystkich zbędnych materiałów łatwopalnych,
- zabezpieczenie budynków w podręczne środki gaśnicze i w podręczny sprzęt gaśniczy
- przygotowanie i oznakowanie wyjść zapasowych, korytarzy przejść, z których powinny być usunięte wszystkie przedmioty,
- oszklenie wszystkich otworów okiennych na strychach, w piwnicach, klatkach schodowych w budynkach wielokondygnacyjnych itp.(zapobiega przedostaniu się iskier, a tym samym rozprzestrzenianiu się ognia),
- utrzymanie w odpowiednim stanie dojazdów i punktów czerpania wody .

- kontrolowanie instalacji elektrycznej, gazowej, kominowej i wentylacyjnej
- zachowanie ostrożności podczas korzystania z pieców węglowych,
- zapoznanie się ze sposobami likwidacji pożarów w zarodku,
- przy wejściach (włazach) z klatki schodowej na strych i ze strychu na dach powinny być zainstalowane mocne, wygodne drabinki.
- zapoznanie się z zasadami alarmowania straży pożarnej oraz innych służb ratowniczych.

Na drzwi i okna, na klatkach schodowych i przejściach między nimi, wyjściach na dach itp. nie zakładać krat. Krata utrudnia ewakuację podczas pożaru oraz wydłuża czas oczekiwania na pomoc strażaków. W obawie przed złodziejami należy zakładać kraty z możliwością otwarcenia ich od wewnątrz, klucz należy zostawić w miejscu znanym wszystkim domownikom. Pamiętać należy, że może to być jedyna droga ewakuacji. Korytarzy i dojść do mieszkań nie należy zastawiać sprzętami, gdyż w ten sposób utrudnia się drogę ewakuacji oraz dojście ratowników.

#### **W ramach profilaktyki przeciwpożarowej przy eksploatacji urządzeń energetycznych:**

- nie stosować bezpieczników o większej mocy, niż wskazane, nie „watować bezpieczników topikowych,
- używać tylko tyle odbiorników prądu elektrycznego, na ile obliczono moc instalacji elektrycznej, nadmierne obciążenie instalacji powoduje przegrzewanie się przewodów, wypalanie styków w gniazdkach i puszkach rozgałęźnych,
- nie eksploatować uszkodzonych urządzeń elektrycznych,
- nie ustawiać sprzętu telewizyjnego i radiowego „na nie wentylowanych regałach, na półkach obłożonych książkami i innymi materiałami palnymi, ponieważ powolne i długotrwałe nagrzewanie zakurzonych przedmiotów może doprowadzić do zapłonu,
- nie podłączać odbiorników energii poprzez stosowanie prowizorek oraz przedłużaczy elektrycznych,
- nie ustawiać elektrycznych urządzeń grzewczych w pobliżu materiałów palnych (mebli, firanek itp.).

#### **W ramach profilaktyki przeciwpożarowej przy eksploatacji urządzeń gazowych:**

- nie przechowywać w mieszkaniu więcej niż 2 butle gazowe o ładunku nie przekraczającym 11 kg (nie podłączonych do urządzeń gazowych),
- nie przechowywać butli gazowych w pomieszczeniach poniżej poziomu terenu (piwnicach, klatkach schodowych). Gaz propan-butan jest cięższy od powietrza i w przypadku zalegania grozi wybuchem,
- nie zatykać przewodów wentylacyjnych, ponieważ w przypadku braku odpowiedniej ilości powietrza gaz nie ulega całkowitemu spalaniu i wtedy powstaje niewyczuwalny tlenek węgla i można ulec zatruciu,
- okresowo zlecać czyszczenie kanałów wentylacyjnych i kominowych; zaniedbanie tych czynności jest często przyczyną śmiertelnych zatruczeń tlenkiem węgla, szczególnie w czasie kąpieli w łazienkach, wyposażonych w piece gazowe,
- nie należy ogrzewać mieszkania kuchnią gazową, gdyż takie praktyki bardzo często kończą się poważnymi zatruciami,
- stosując gazowe urządzenia promiennikowe wyposażone w katalizatory należy pamiętać, że mogą być używane w pomieszczeniach o powierzchni powyżej 40 m<sup>2</sup>,

- w których nie przebywają stale ludzie,
- nie ustawiać urządzeń grzewczych w pobliżu materiałów palnych (mebli, firanek itp.).

**Nieostrożność i niezachowanie elementarnych zasad bezpieczeństwa pożarowego to przyczyny powstania większości pożarów, dlatego należy:**

- nie pozwalać, by dzieci bawiły się ogniem otwartym, materiałami pirotechnicznymi czy urządzeniami elektrycznymi. Nigdy nie pozostawiać małych dzieci bez opieki,
- nie spalać śmieci w śmietnikach,
- nie zapraszać ognia w zsypie na śmieci,
- nie palić papierosów w łóżku lub fotelu przed zaśnięciem,
- nie zapalać świec stojących pod półkami lub lamp z abażurem przylegającym bezpośrednio do palnych mebli. Nagrzewanie może trwać wiele godzin, aż do momentu zapalenia,
- nie pozostawiać włączonej kuchenki gazowej bez dozoru. Kipiąca woda z garnka może doprowadzić do wybuchu zgaszonego, ulatniającego się gazu,
- należy posiadać gaśnicę proszkową o wadze minimum 2 kg, którą w razie konieczności będzie można ugasić pożar w zarodku. Taką gaśnicą można gasić palące się urządzenia elektryczne będące pod napięciem.

Kiedy wyjeżdżamy na dłuższy czas z domu musimy pamiętać o wyłączeniu urządzeń elektrycznych od zasilania oraz zaworu gazowego jak i wody. Sąsiadom pozostawiamy informację, gdzie będziemy przebywać. W przypadku posiadania butli gazowej należy dokładnie zakręcić zawór.

## **POWSZECHNA SAMOOBRONA LUDNOŚCI**

Obowiązek szkolenia ludności w zakresie powszechnej samoobrony obejmuje każdego obywatela Rzeczypospolitej Polskiej. Szczegółowo reguluje to art. 168 i 173 ustawy z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony RP – Rozdział 4, Powszechna samoobrona ludności ( Dz. U. z 2004 r. Nr 241, poz. 2416 z późn. zm.). Osoby posiadające obywatelstwo polskie, zdolne ze względu na stan zdrowia podlegają obowiązkowi szkolenia ludności w zakresie powszechnej samoobrony. Szkolenie ludności w zakresie powszechnej samoobrony ma na celu przygotowanie do samoobrony przed środkami masowego rażenia oraz innymi działaniami nieprzyjaciela. Szkolenie to przeprowadza się w formie zajęć podstawowych lub ćwiczeń praktycznych. Ćwiczenia praktyczne mogą polegać również na udziale w zwalczaniu klęsk żywiołowych i zagrożeń środowiska oraz usuwaniu ich skutków.

**W ramach przygotowania do samoobrony osoby posiadające obywatelstwo polskie mogą być zobowiązane do:**

- Przygotowania ochrony budynku lub lokalu mieszkalnego oraz mienia osobistego i indywidualnego;
- Zabezpieczenia własnych źródeł wody pitnej i środków spożywczych przed

- zanieczyszczeniem lub skażeniem;
- Utrzymywania i konserwacji posiadanego oraz przydzielonego sprzętu i środków ochrony;
  - Utrzymywania i konserwacji domowych pomieszczeń ochronnych;
  - Wykonywania innych przedsięwzięć mających na celu ochronę własnego życia, zdrowia i mienia oraz udzielania pomocy poszkodowanym.

Obowiązki te nakładają wójtowie lub burmistrzowie (prezydenci miast).

**Szczegółowo zagadnienie szkolenia regulują:**

1. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 25 czerwca 2002 r. w sprawie szczegółowego zakresu działania Szefa Obrony Cywilnej Kraju, szefów obrony cywilnej województw, powiatów i gmin (Dz.U. Nr 96, poz.850);
2. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 28 września 1993 r. w sprawie powszechnej samoobrony ludności (Dz.U. Nr 91, poz.421);
3. Wytyczne Szefa Obrony Cywilnej Kraju w sprawie zasad organizacji i sposobu przeprowadzania szkoleń z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej z dnia 21 kwietnia 2009 r.