



Zima, opady śniegu



Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego
tel. (85) 74 39 535, fax (85) 7322 492,
email czk@bialystok.uw.gov.pl



BĄDŹ PRZYGOTOWANY PRZED NADEJŚCIEM WIELKICH MROZÓW I ŚNIEŻYC:

- Przygotuj swój dom do zimy:
 - uszczelnij poddasze i ściany,
 - uszczelnij drzwi i okna,
 - zainstaluj okiennice.
- Zabezpiecz środki, które mogą być niezbędne w czasie zimy:
 - żywność, która nie wymaga gotowania,
 - zapas wody,
 - sól kamienną i piasek,
 - zapas opału,
 - zastępcze źródło światła i ogrzewania,
 - zapasowe baterie do radia i latarek.



- Przygotuj "zimowy zestaw samochodowy"
tj. łopatkę do śniegu, radio zasilane bateriami, migające światło, racje żywnościowe, rękawice, czapkę, koc, linkę holowniczą, łańcuchy na koła, pojemnik z solą kamienną, kable do akumulatora, mapę drogową.



- **ŚNIEŻYCE** to intensywny opad śniegu z towarzyszącym mu porywistym wiatrem. Podczas trwania śnieżycy wiatr przenosi zarówno śnieg spadający, jak też podnoszony z powierzchni pokrywy śnieżnej.



W OBLICZU PRZEWIDYWANYCH INTENSYWNYCH OPADÓW ŚNIEGU, zaleca się:

- Obserwować zmiany pogody i śledzić komunikaty nadawane przez lokalne rozgłośnie radiowe i stacje telewizyjne.
- Ograniczyć do niezbędnego minimum opuszczanie mieszkań lub miejsca pobytu, aż do ustąpienia zagrożenia. Przebywając na zewnątrz, unikać przechodzenia wzdłuż ścian budynków, pod wystającymi dachami i balkonami, z których zwisają sople lub nawisy śnieżno - lodowe.
- Przebywając poza terenem zabudowanym, unikać wędrówki na przełaj, trzymając się tylko przetartego szlaku lub drogi.
- Sprawdzić miejsca pobytu wszystkich domowników i osób z najbliższego otoczenia. W miarę możliwości poinformować ich o zbliżającym się niebezpieczeństwie.
- Nie stronić od udzielenia pomocy osobom potrzebującym.
- Po ustąpieniu opadu, przystąpić do usunięcia zalegającego śniegu.



- Unikać podróżowania samochodem. Jeżeli podróż jest konieczna zatankować pojazd do pełna, zaopatrzyć się w koce i folię termoizolacyjną, ciepłą odzież, dodatkową żywność, gorące napoje, łopatę, telefon komórkowy z możliwością ładowania baterii oraz światło zastępcze.
- Jeżeli podczas jazdy warunki pogodowe pogarszają się, dojechać do najbliższych siedzib ludzkich i przerwać podróż.
- Po utknięciu w zaspie, nie opuszczać pojazdu, gdy najbliższe siedziby ludzkie są oddalone więcej niż 100 m. Zamontować na szczycie anteny samochodu kawałek tkaniny w jaskrawym kolorze.
- Jeśli w samochodzie znajduje się więcej niż jedna osoba, należy spać kolejno, na zmianę.
 - Co godzinę uruchomić silnik na okres ok. 10 min.
- Bezwzględnie podporządkować się poleceniom wydawanym przez władze lokalne i kierujących akcją ratowniczą.
 - Szukając pomocy, wzywać straż pożarną (tel. 998), pogotowie ratunkowe (tel. 999), policję (tel. 997) lub korzystać z telefonu alarmowego „112”.





Mrozy

- **Odmrożenie** - jest skutkiem oddziaływania zimna (choć niekoniecznie mrozu!). W wyniku odmrożenia mogą wystąpić trwałe uszkodzenia najbardziej narażonych na odmrożenie części ciała.

Typowymi objawami tego urazu są: znaczne wychłodzenie, zaczerwienienie, utrata czucia oraz bladość palców nóg, nosa, małżowin usznych.



- **Przy odmrożeniach kończyn** zanurz je w letniej wodzie o temperaturze ciała zdrowego człowieka. Na inne części ciała nakładaj ciepłe (nie gorące) okłady. Nie podawaj alkoholu osobie dotkniętej odmrożeniem lub wychłodzeniem, w szczególności gdy nie ma możliwości zapewnienia jej ciepłego schronienia. Unikaj podawania kawy - ze względu na zawartość kofeiny, nie podawaj żadnych leków bez dodatkowych wskazań.



- **Wychłodzenie** - jest stanem, gdy temperatura wewnętrzna ciała spada poniżej $-35\text{ }^{\circ}\text{C}$.
Objawami wychłodzenia są zaburzenia świadomości - do śpiączki włącznie, powolna mowa, poczucie wyczerpania, zaburzenia mowy, senność. Jeśli u kogoś podejrzewane jest wystąpienie odmrożenia lub wychłodzenia - rozpocznij powolne ogrzewanie osoby. Zdejmij przemarznięte ubranie, ułóż osobę na suchej tkaninie i okryj całe ciało kocem, folią aluminiową - ogrzewaj go własnym ciałem.



- **Silny wiatr** - w połączeniu z temperaturą powietrza tylko nieco poniżej 0 °C może mieć taki sam skutek, jak stojące powietrze o temperaturze poniżej -30 °C. Może być to przyczyną odmrożenia i wychłodzenia organizmu.



W OBLICZU PRZEWIDYWANYCH SILNYCH MROZÓW, zaleca się:

- Obserwować zmiany pogody i śledzić komunikaty nadawane przez lokalne rozgłośnie radiowe i stacje telewizyjne.
- Sprawdzić miejsca pobytu wszystkich domowników i osób z najbliższego otoczenia. W miarę możliwości poinformować ich o zbliżającym się niebezpieczeństwie.
- Ograniczyć do niezbędnego minimum opuszczanie mieszkań lub ogrzanych miejsc pobytu, szczególnie przez dzieci, osoby kalekie i w podeszłym wieku. Bezwzględnie zaniechać wychodzenia na zewnątrz po zapadnięciu zmroku. W przypadku wyjścia z pomieszczenia, nakładać lekko dopasowaną, wielowarstwową odzież, nakrycia głowy i rękawiczki, a odkryte części ciała, zabezpieczać środkiem natłuszczającym. Zgromadzić niezbędny zapas żywności i wody pitnej.



- W przypadku podejrzenia o odmrożenie którejś z części ciała, natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Sprawdzić uszczelnienie okien zewnętrznych i drzwi wejściowych. Jeśli jest taka możliwość, założyć na okna okiennice.
 - Sprawdzić działanie urządzeń grzewczych oraz zaopatrzyć się w odpowiedni zapas stosowanego do nich paliwa.
- Ograniczyć zużycie energii elektrycznej, głównie poprzez unikanie nadmiernego dogrzewania pomieszczeń oraz wyłączenie zbędnych odbiorników prądu.



- Nie stronić od udzielenia pomocy osobom potrzebującym.
 - Zadbać o zwierzęta domowe i hodowlane.
 - Zrezygnować z podróży własnym pojazdem na rzecz komunikacji zbiorowej. Podróżując prywatnym samochodem, należy zadbać o właściwą sprawność akumulatora, układu zapłonowego, ogrzewania i wydechowego, uzupełnić poziom paliwa i zimowego płynu do spryskiwaczy, mieć przy sobie termos z gorącym napojem, koc lub folię termoizolacyjną, sprawny, naładowany telefon komórkowy oraz skrawek jaskrawego materiału, który może posłużyć jako flaga sygnalizacyjna. Należy mieć nieprzerwanie włączone radio dostrojone do lokalnej stacji nadawczej.
- Przebywając poza terenem zabudowanym, unikać wędrówki na przełaj, trzymając się tylko przetartego szlaku lub drogi.
 - Ograniczyć spożywanie napoi alkoholowych.
 - Szukając pomocy, wzywać straż pożarną (tel. 998), pogotowie ratunkowe (tel. 999), policję (tel. 997) lub korzystać z telefonu alarmowego „112”.



PAMIĘTAJ !

- **Nie uznawaj pochoinnie osoby wyziębionej za zmarłą.**
- **Udziel pomocy osobie wyziębionej, poszukaj natychmiastowej pomocy medycznej a przed nadejściem pomocy medycznej rozpocznij powolne ogrzewanie osoby, zdejmij przemarznięte ubrania, ułóż osobę na suchej tkaninie i okryj całym ciałem kocem i folią aluminiową - ogrzewaj dodatkowo własnym ciałem.**





Jazda samochodem w zimie

- Jedną z wielu przyczyn ofiar śmiertelnych w zimie jest niewłaściwe przygotowanie pojazdu do sezonu zimowego oraz brak znajomości postępowania na wypadek unieruchomienia pojazdu lub zabłądzenia podczas podróżowania.

Dlatego też, aby bezpiecznie podróżować

1. sprawdź następujące elementy twojego samochodu:

- akumulator,
- płyn chłodzący,
- wycieraczki i płyn do spryskiwania szyb,
- układ zapłonowy,
- termostat,
- oświetlenie pojazdu,
- światła awaryjne,
- układ wydechowy,
- układ ogrzewania,
- hamulce,
- odmrażacz,
- poziom oleju (jeśli jest taka potrzeba, wymień na olej zimowy).



2. Załóż zimowe opony i upewnij się, czy mają odpowiedni bieżnik. Uniwersalne opony radialne zazwyczaj nadają się do większości warunków zimowych. Jednakże, przepisy w niektórych krajach wymagają stosowania opon z łańcuchami lub opon śniegowych z kolcami.
3. Miej przygotowaną skrobaczkę do szyb oraz narzędzie do usuwania śniegu.
4. Utrzymuj co najmniej połowę pojemności zbiornika paliwa w czasie zimy.
5. Starannie planuj długie podróże.
6. Słuchaj komunikatów radiowych o aktualnych warunkach drogowych.
7. Podróżuj w ciągu dnia i jeśli to możliwe, w towarzystwie przynajmniej jednej osoby.
8. W czasie burzy śniegowej staraj się korzystać z komunikacji publicznej.



9. Ubieraj się ciepło. Noś odzież wielowarstwową, lekko dopasowaną.
10. Na czas dłuższej podróży przygotuj wysokoenergetyczne, suche pożywienie oraz kilka butelek wody.
11. Miej w swoim samochodzie:
- migające światło przenośne z zapasowymi bateriami,
 - apteczkę pierwszej pomocy oraz niezbędne leki,
 - śpiwór lub koc,
 - torby plastikowe (do celów sanitarnych),
 - zapalki,
 - małą łopatkę - saperkę,
 - podręczne narzędzia - szczypce uniwersalne, klucz nastawny, śrubokręt itp.,
 - przewody do rozruchu silnika,
 - łańcuchy lub siatki do opon,
 - jaskrawo kolorową tkaninę do użycia, jako flagi sygnalizacyjnej.



UNIKAJ PODRÓŻOWANIA W CZASIE BURZY ŚNIEŻNEJ, JEŚLI JEDNAK MUSISZ TO ZROBIĆ TO:

- **wyjeżdżaj z zapasem paliwa,**
- **powiadom kogokolwiek o docelowym
miejscu podróży oraz
o przewidywanej trasie przejazdu,**
- **jeśli posiadasz radiotelefon to zabierz
go ze sobą,**
- **zabierz ze sobą prowiant i koce.**



KONIEC



Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego
tel. (85) 74 39 535, fax (85) 7322 492,
email czk@bialystok.uw.gov.pl

