

PRÍRUČKA PRE OBYVATEĽOV MESTA MEDZILABORCE



ČO MÁ KAŽDÝ VEDIETĽ V PRÍPADE OHROZENIA

1. DÔLEŽITÉ TELEFÓNNE ČÍSLA TIESŇOVÉHO VOLANIA

Pri ohrození života alebo zdravia, pri ohrození majetku vášho alebo iných občanov v dôsledku mimoriadnej udalosti, žiadajte o pomoc na nasledujúcich telefónnych číslach tiesňového volania :

- v prípade požiaru, dopravnej nehody, pri príznakoch chemického alebo biologického terorizmu, ohrozenia následkom živelných pohrôm, pri doručení podozrivej zásielky, anonymnom oznámení o uložení bomby (nebezpečnej látky) a iných mimoriadnych udalostí , ohrozenia zdravia, volajte:

112 – INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM

150 – HASIČSKÝ A ZÁCHRANNÝ ZBOR

155 – ZDRAVOTNÚ ZÁCHRANNÚ SLUŽBU

- v prípade ohrozenia dôsledkom trestnej činnosti alebo jej oznámenia volajte
158 – POLÍCIU

2. VŠEOBECNÉ ZÁSADY PRI VYŽADOVANÍ POMOCI

Ak vyžadujete pomoc v tiesni, alebo pri oznamovaní správy o mimoriadnej udalosti uveďte svoje meno a číslo telefónu, z ktorého telefonujete, druh udalosti (požiar, dopravná nehoda, povodeň, trestný čin a pod.). Po ukončení hovoru počkajte na spätné volanie operátora príslušnej záchranej služby alebo polície.

3. VŠEOBECNÉ ZÁSADY ČINNOSTI PRI OHROZENÍ

PRIORITA JE ĽUDSKÝ ŽIVOT A ZDRAVIE A AŽ POTOM ZÁCHRANA MAJETKU!

Pamätajte na sebaochranu, poskytnutie prvej pomoci a vzájomnej pomoci v tiesni.

Rešpektujte informácie poskytované prostredníctvom rozhlasu a televízie.

Nerozširujte poplašné a neoverené správy.

Nepodceňujte vzniknutú situáciu a zachovajte rozvahu.

Netelefonujte zbytočne, aby ste počas mimoriadnej situácie nepreťažovali telefónnu sieť.

Pomáhajte ostatným, najmä starým, chorým a bezvládnym ľuďom, postarajte sa o deti.

Dodržiavajte pokyny pracovníkov civilnej ochrany a ďalších záchranných zložiek, orgánov štátnej správy a samosprávy.

4. VAROVANIE OBYVATEĽSTVA

Varovanie je vykonávané varovnými signálmi uskutočňovanými prostredníctvom elektronických sirén. Varovné signály sú následne dopĺňané hovorenou informáciou.

Ak zaznie varovný signál došlo k mimoriadnej udalosti. Podľa tónu signálu a dĺžky jeho trvania zistíte, pred čím vás varuje. Počúvajte následnú hovorenú informáciu.

Varovný signál: „**VŠEOBECNÉ OHROZENIE**“

VAROVANIE OBYVATEĽSTVA PRI OHROZENÍ, ALEBO PRI VZNIKU MIMORIADNEJ UDALOSTI, AKO AJ PRI MOŽNOSTI ROZŠÍRENIA NÁSLEDKOV MIMORIADNEJ UDALOSTI

2 - minútový kolísavý tón sirén

Kolísavým tónom sirén v trvaní 2 minút sa počas vojnového stavu a počas vojny vyhlasuje aj ohrozenie v prípade možného vzdušného napadnutia územia štátu. Slovná informácia pri takomto ohrození obsahuje vymedzenia územia, pre ktoré je ohrozenie vyhlásené a výraz "**VZDUŠNÝ POPLACH**"

Varovný signál: „**OHROZENIE VODOU**“

VAROVANIE OBYVATEĽSTVA PRI OHROZENÍ NICIVÝMI ÚCINKAMI VODY

6 - minútový stály tón sirén

Signál: „**KONIEC OHROZENIA**“

KONIEC OHROZENIA ALEBO KONIEC PÔSOBENIA NÁSLEDKOV MIMORIADNEJ UDALOSTI

2 - minútový stály tón sirén bez opakovania

! POZOR !

Každý druhý piatok v mesiaci sa o 12.00 hod. vykonáva preskúšanie prevádzkyschopnosti elektromotorickej sirény Medzilaborce miestna časť Borov

varovania dvojminútovým stálym tónom a v mesiacoch jún a december sa o 12.00 hod. vykonáva preskúšanie prevádzkyschopnosti elektronických sirén v Medzilaborciach na budove MsÚ, budove Obvodného oddelenia polície a stípe pri KD v miestnej časti Vydraň varovania dvojminútovým stálym tónom sirén. O pravidelnom preskúšaní funkčnosti sirén a o ďalších skúškach mimo tohto termínu informujú rozhlas, televízia a tlač !

Preskúšanie elektromotorickej sirény zabezpečuje – Mestský úrad Medzilaborce

Preskúšanie elektronických sirén zabezpečujú:

Okresný úrad v sídle kraja Prešov prostredníctvom rádiového ovládania mesiac jún

Ministerstvo vnútra SR Sekcia Krízového riadenia Bratislava prostredníctvom RDS mesiac december

5. ČO ROBIŤ, KEĎ ZAZNIE SIRÉNA ?

(mimo doby pravidelného preskúšania)

Pri pobyte mimo budovu - vyhľadajte čo najrýchlejšie úkryt, poprípade vstúpte do najbližšej budovy. Ak sa nachádzate v domácnosti - zhromaždite celú rodinu a byt neopúšťajte. Nesnažte sa vyzdvihnúť deti zo škôl a predškolských zariadení, bude o ne postarané. Vytvorte izolovaný uzavretý priestor - uzavrite a utesnite okná, dvere a vetráky, odstavte klimatizáciu (netesnosti prelepte páskou, väčšie netesnosti môžete utesniť tkanivami namočenými vo vode s rozpustenými saponátmi). Uzavretím priestoru znížite pravdepodobnosť vlastného ohrozenia. Uhasťte otvorený oheň a iné spaľovacie zariadenia. Sledujte vysielanie rozhlasu a televízie a riadte sa podľa vysielaných pokynov. Telefonujte len v súrnom prípade, nezaťažujte telefónne linky, najmä nevolajte čísla tiesňového volania. Postarajte sa o domáce a hospodárske zvieratá. Čakajte doma na ďalšie pokyny.

POZNÁMKA: Overte si, či vo vašej blízkosti nie sú ohrození starí ľudia, chorí, neschopní pohybu! Postarajte sa o deti bez dozoru! Pri akejkoľvek činnosti zachovávajte pokoj a rozvahu !

6. Činnosť v oblasti ohrozenej únikom nebezpečných látok

6.1 V prípade úniku nebezpečnej chemickej látky

(alebo v prípade chemického terorizmu)

V prípade havárie spojenej s únikom nebezpečných chemických látok pôsobia na okolie v podobe plynu alebo výparov. V prípade teroristického útoku môžu byť použité vo forme aerosólov alebo plynu, prípadne môžu byť použité na zamorenie vodných zdrojov.

 **Keď zaznie varovný signál sirény pri pobyte v budove :**

- zostaňte vo vnútri, prípadne sa ukryte v úkryte (ak je dostupný),
 - vytvorte izolovaný uzavretý priestor - uzavrite a utesnite okná, dvere, vetráky, odstavte klimatizáciu
 - pripravte si improvizovanú ochranu dýchacích ciest, očí a odkrytých častí tela,
 - zapnite rozhlas, televíziu a sledujte vysielanie,- riadte sa podľa vysielaných pokynov,
 - nepodceňujte riziko,- pripravte si evakuačnú batožinu,- telefonujte len v súrnom prípade, nezaťažujte telefónne linky,-
 - poskytnite pomoc chorým, postihnutým osobám, osobám neschopným pohybu, starším osobám, postarajte sa o deti bez dozoru,-
 - zachovávajte rozvahu a pokoj,- budovu opustite len na pokyn.

Keď zaznie varovný signál sirény pri pobyte mimo budovu :

- zachovajte rozvahu, zorientujte sa podľa situácie a rozhodnite sa pre opustenie priestoru ohrozeného nebezpečnou chemickou látkou
- vaše rozhodnutie je závislé od smeru vetra šíriaceho nebezpečnú látku zo zdroja úniku a vašej polohy;
- ak sa nachádzate v smere vetra a ste v časovej tiesni, okamžite vyhľadajte ukrytie v budovách a postupujte ako pri pobyte v budove.

6.2 V prípade úniku nebezpečnej biologickej látky

(alebo v prípade bioterorizmu)

Pri podozrení z úniku alebo pri úniku biologickej látky resp. pri použití biologických prostriedkov postupujte tak, ako pri úniku nebezpečnej chemickej látky.

- Zvlášť treba: dôsledne dodržiavať karanténne hygienické, protiepidemiologické, protiepzootické opatrenia, sledovať informácie o situácii poskytované miestnou samosprávou,-
- pravidelne kontrolovať telesnú teplotu,- hlásiť podozrenie z ochorenia, alebo zvýšený výskyt ochorení osôb a zvierat orgánom obce alebo spádovému zdravotníckemu zariadeniu, prípadne orgánom civilnej ochrany,-
- obmedzovať pohyb mimo budovu a budovu opúšťať iba na nevyhnutný čas (napríklad nákup základných životných potrieb),-
- priebežne uskutočňovať v rámci svojich možností dezinfekciu vo svojich bytoch a v domoch.,

Pri vyhlásení karantény platí zákaz zhromažďovania osôb a zákaz voľného pohybu mimo uzatvorených priestorov bez nasadených ochranných prostriedkov.

6.3 V prípade úniku rádioaktívnej látky

- Čo najskôr sa ukryte v uzavretej miestnosti (najlepšie v pivničných priestoroch), pokiaľ ste mohli prísť do styku s rádioaktívnymi látkami v čase, než ste sa stačili ukryť,
- potom:- pred vstupom do budovy kontaminovaný vrchný odev a obuv odložte do neprievzdušného obalu a nepoužívajte ich,
- dôkladne si umyte ruky, tvár a vlasy, vypláchnite si oči, ústa, vyčistite si nos a uši,
- ak je to možné, osprchujte sa a vymeňte si bielizeň,- uzavrite a utesnite okná a dvere, vypnite ventilačné a klimatizačné zariadenia,-
- sledujte správy v hromadných informačných prostriedkoch,-
- pripravte si prostriedky improvizovanej ochrany dýchacích ciest a povrchu tela,- jódové prípravky užite po obdržaní varovného signálu o vzniku radiačnej havárie atómovej elektrárne. Dávkovanie a spôsob použitia je uvedený v návode na krabičke alebo v informačnom letáčku,-
- zabezpečte svoje potraviny a zásoby vody pred možnou kontamináciou uložením do obalov, chladničky, mrazničky alebo komory. Nepoužívajte nechránené potraviny, ovocie a zeleninu,-
- pripravte si evakuačnú batožinu,- čakajte na ďalšie pokyny,-
- postarajte sa o hospodárske zvieratá:- zatvorte ich a dajte im zásobu krmovín a vody na dva dni,- zásoby krmiva a vody zabezpečte pred kontamináciou prekrytím plachtou alebo fóliou z plastu a pod.

6.4 V prípade dopravnej nehody vozidla prepravujúceho nebezpečnú látku

Ak ste účastníkom dopravnej nehody, pri ktorej došlo k úniku nebezpečnej látky:-

- odstavte vozidlo, podľa možností mimo dosah pôsobenia nebezpečnej látky tak, aby zostala zachovaná priepustnosť komunikácie pre príchod záchranných zložiek,-
- ak ste sa neočakávane ocitli v dosahu pôsobenia nebezpečnej látky zastavte motor vozidla a urýchlene opustite zamorený priestor,
- chráňte si dýchacie cesty vreckovkou,- bez ohrozenia vlastného života zistite, čo sa stalo, v žiadnom prípade sa nepribližujte k havarovanému dopravnému prostriedku,-
- oznámte nehodu hasičskej a záchrannej službe, zdravotnej záchrannej službe alebo polícii,-
- nedotýkajte sa nebezpečnej látky ani predmetov, ktoré by mohli byť ňou kontaminované,-
- po príchode záchranných zložiek sa riadte pokynmi veliteľa zásahu alebo polície.
- **VŽDY PLATÍ !!!** - Ochranná maska a akákoľvek náhrada, slúži iba na únik z ohrozeného priestoru.-
- Nebezpečná látka sa pri úniku šíri v smere vetra.
- Únik z ohrozeného priestoru voľte kolmo na smer vetra.

7. Činnosť pri vzniku mimoriadnych udalostí v dôsledku extrémnych poveternostných podmienok.

7.1 Maximálna teplota

2. stupeň

Maximálna teplota vzduchu v rozpätí od (teplota > 35°C):

- vyhýbať sa pobytu na priamom slnku, najmä na poludnie a popoludní,
- nenechávať deti a zvieratá na priamom slnku, ani v stojacich automobiloch,
- dodržiavať pitný režim.

3. stupeň

Dlhodobé dosahovanie maximálnej teploty vzduchu v rozpätí od (teplota > 40°C):

- vyhýbať sa pobytu na priamom slnku, najmä na poludnie a popoludní, dodržiavať pitný režim,
- nenechávať deti a zvieratá na priamom slnku, ani v stojacich automobiloch,
- pri pobyte na priamom slnku používať ochranné prostriedky pred priamym slnečným žiarením (pokrývka hlavy, ochranné krémy, slnečné okuliare a pod.).

7.2 Minimálna teplota

2. stupeň :

dosiahnutie minimálnej teploty vzduchu (M2, < - 20°C). Silný mráz:

- chrániť sa primerane teplým oblečením a obuvou,
- chrániť nekryté časti tela ochranným (mastným) krémom,
- vykonať primerané opatrenia na ochranu hospodárskych plodín pred prízemnými mrazmi.

3. stupeň :

minimálna teplota vzduchu (M3, < - 30°C). Veľmi silný mráz:

- urýchlene vyhľadať teplé miesta (obytné zariadenia),
- vykonať primerané opatrenia v priemysle na ochranu pred silnými mrazmi (zateplenie...),
- chrániť nekryté časti tela ochranným (mastným) krémom.

7.3 Vietor,

2. stupeň :

výskyt silného vetra, ktorý dosiahne krátkodobo (v nárazoch) rýchlosť (V2, priemer > 20 m/s alebo nárazy > 25 m/s):

- nezdržiavať sa na voľných plochách, nezdržiavať sa pri labilných prekážkach,
- zatvoriť a zabezpečiť okná a dvere,
- odložiť z dvorov voľne položené predmety, nepúšťať von deti, zabezpečiť domáce zvieratá,
- neparkovať pod stromami a pri chatrných budovách, s ľahkými vozidlami a nenaloženými nákladnými automobilmi obmedziť jazdu po otvorených veterných plochách,
- zabezpečiť okná, skleníky, voľne uložené predmety, pozbierať sušiacu sa bielizeň, pri jazde automobilom znížiť rýchlosť jazdy.

3. stupeň :

výskyt mimoriadne silného vetra, ktorý dosiahne krátkodobo (v nárazoch) rýchlosť (V3, priemer > 25 m/s alebo nárazy > 35 m/s):

- keď nie je nutné, nevychádzať z domu,-
- nezdržiavať sa na voľných plochách,- zatvoriť a zabezpečiť okná a dvere,
- nepúšťať von deti,-
- s ľahkými vozidlami a nenaloženými nákladnými automobilmi nejazdiť po otvorených veterných plochách,- zabezpečiť žeriavy.

7.4 Snehové jazyky a záveje

2. stupeň :

intenzívna tvorba snehových jazykov a závejov:-

- vybaviť vozidlo zimnými technickými prostriedkami (zimné pneumatiky, snehové reťaze, vlečné lano, lopata a pod.),-
- zabezpečiť sa komunikačnými prostriedkami (mobilný telefón, PDA, vysielacia a pod.) pre prípad núdze.

3. stupeň :

mimoriadne intenzívna tvorba snehových jazykov a závejov:-

- obmedziť pohyb vo vonkajšom prostredí,- obmedziť jazdu vozidlom a inými prostriedkami

7.5 Sneženie

2. stupeň :

silné sneženie pri ktorom spadne S2, > 20 cm nového snehu za 12h:-

- na horách sledovať a dodržiavať pokyny horskej služby,-
- vybaviť vozidlo príslušnými technickými prostriedkami (zimné pneumatiky, snehové reťaze, vlečné lano, lopata a pod.),-
- v prípade mokrého snehu a silného vetra obmedziť pohyb v lese a v blízkosti elektrických vedení.

3. stupeň :

mimoriadne silné sneženie pri ktorom spadne S3, > 30 cm nového snehu za 12h:-

- obmedziť pobyt a pohyb (i dopravnými prostriedkami) v exteriéri

7.6 Poľadovica

2. stupeň : intenzívna tvorba poľadovice:-

- obmedziť pobyt a pohyb (i dopravnými prostriedkami) v exteriéri,-
- upraviť povrch chodníkov tak, aby umožňoval bezpečný pohyb.

3. stupeň :

mimoriadne intenzívna tvorba poľadovice:-

- obmedziť pobyt a pohyb i dopravnými prostriedkami v exteriéri,- upraviť povrch chodníkov tak, aby umožňoval bezpečný pohyb.

7.7 Búrky

2. stupeň :

výskyt silných búrok spojených s privalovými zrážkami s úhrnom (BD2, >30mm za 1h) a nárazy vetra s rýchlosťou (BV2, >25m/s):-

- nezdržiavať sa na voľných plochách,-

- nezdržiavať sa pri labilných prekážkach,-
- zatvoriť a zabezpečiť okná a dvere,- odložiť z dvorov voľne položené predmety,-
- zabezpečiť domáce zvieratá,- neparkovať pod stromami a pri chatrných budovách,- s ľahkými vozidlami a nenaloženými nákladnými
- automobilmi nejazdiť po otvorených veterných plochách,-
- vo voľnej krajine pri búrke prečkať v automobile, alebo vyhľadať nižšie polohy(pozor na ich prípadné zatopenie),-
- nezdržiavať sa pri vysokých stožiaroch alebo vysokých stromoch,-
- opustiť vodné plochy, a priestory v blízkosti potokov a riek (aj vyschnutých korýt).

4. stupeň :

výskyt mimoriadne silných búrok spojených s privalovými zrážkami s úhrnom (BD3, 40 mm za 1h) a nárazmi vetra s rýchlosťou (BV3, >35 m/s):-

- keď nemusíte, nevychádzať z domu,-
- nepúšťať von deti,- neparkovať pod stromami a pri chatrných budovách,-
- nezdržiavať sa pri stožiaroch vysokého napätia alebo vysokých stromoch,-
- opustiť vodné plochy, a priestory v blízkosti potokov a riek (aj vyschnutých korýt),- zabezpečiť obydlie pred vniknutím vody.

7.8 Dážď

2. stupeň :

výskyt intenzívneho dažďa s úhrnom zrážok (D2, > 50mm za 12h), v prípade kritického nedostatku času:

- Zanechať akékoľvek činnosti a rýchlo sa odobrať na bezpečné (kopec, vyšší svah a pod.) alebo vopred určené miesto.
- **pokiaľ máte dostatok času:-** vypnúť alebo uzatvoriť hlavné rozvody elektrického prúdu, vody a plynu,-
- premiestniť vybavenie domácností do vyšších poschodí,-
- uzatvoriť a utesniť všetky okná a otvory,- pripraviť si vozidlo pre prípad nutnosti opustenia obydľia,-
- pripraviť si lieky, dokumenty, vhodné ošatenie, trvanlivé potraviny a pitnú vodu na 2-3 dni- zobrať si nepremokavú obuv a odev,-
- odstrániť látky, ktoré môžu v styku s vodou vyvolať chemickú reakciu (jedy, žieraviny, kyseliny a pod.),-
- informovať svojich susedov,- pripraviť evakuáciu zvierat,- pripraviť si evakuačnú batožinu,- opustiť vodné plochy a priestory v blízkosti potokov a riek (aj vyschnutých korýt).

3. stupeň :

výskyt intenzívneho dažďa s úhrnom (D3, > 70mm za12h):-

- dodržiavať pokyny záchraných zložiek, orgánov samosprávy a štátnej správy,
- sledovať pokyny v hromadných informačných prostriedkoch,-
- opustiť vodné plochy, a priestory v blízkosti potokov a riek (aj vyschnutých korýt),-

- odstrániť látky, ktoré môžu v styku s vodou vyvolať chemickú reakciu (jedy, žieraviny, kyseliny a pod.),
- uzatvoriť a utesniť všetky okná a otvory, vypnúť alebo uzatvoriť hlavné rozvody elektrického prúdu, vody a plynu.

7.9 Hmla

2. stupeň . Výskyt silných hmiel s dohľadnosťou (H2, < 300m):

- Ak viditeľnosť nepovoľuje ísť rýchlejšie ako 20 km/hod. a keď nie je možné rozoznať okraj cesty odstavte vozidlo.
- Na diaľniciach vyhľadať najbližšie odpočívadlo a počkať kým sa hmla rozplynie.

3.stupeň : Výskyt mimoriadne silných hmiel (H3, < 100m):

Obmedziť jazdu vozidlom z bezpečnostných dôvodov. O povodniach a záplavách hovoríme vtedy, keď sa zvýšia hladiny vodných tokov, voda vystúpi zo svojich korýt a zaplaví príslušné územie.

8. ANONYMNÉ OZNÁMENIE

Anonymné oznámenie o uložení bomby alebo nebezpečnej látky sa často zameriava na vyvolanie strachu a paniky. Ako objekt sú zvolené priestory s väčším sústredením ľudí. Aj keď väčšinou ide o planý poplach, treba počítať s tým, že anonymná vyhrážka môže byť uskutočnená.

Čo robiť po anonymnom oznámení?

Okamžite oznámte udalosť na linku tiesňového volania **112**, alebo na telefónne čísla **158** a **150**.

Ak sa nachádzate v budove, ktorá je ohrozená, opustite budovu a vzdialte sa čo najďalej od tohto priestoru, do budovy sa vráťte až na pokyn príslušných orgánov.

9. PREVZATIE PODOZRIVEJ ZÁSIELKY

Po prevzatí listu, resp. balíka zvažte skutočnosti, ktoré vás vedú k názoru, že ide o podozrivú zásielku. Takou môže byť napríklad neočakávaná zásielka od neznámeho odosielateľa s podozrivým rukopisom, zapáchajúca zásielka alebo zásielka s podozrivým obsahom. Po otvorení môže podozrenie vyvolať sypká hmota, neznámy predmet alebo výhražný text.

Čo robiť po prevzatí podozrivej zásielky?

Podozrivú zásielku neotvárajte a netraste s ňou, Zásielku uložte do igelitového alebo iného vhodného obalu, opustite miestnosť, umyte si ruky a udalosť nahláste na linku tiesňového volania **112**, alebo na telefónne čísla **158** a **150**.

10. ČINNOSŤ PRI NUTNOSTI URÝCHLENÉHO OPUSTENIA OHROZENÉHO PRIESTORU

V prípade, ak musíte rýchlo opustiť priestor ohrozenia, alebo sa nachádzate v uzatvorených priestoroch, vykonajte nasledovné opatrenia: uzatvorte prívod plynu, vody a elektriny, pripravte si a vezmite so sebou najnutnejšie veci (doklady, cenné veci malých rozmerov, lieky a pod.), uzamknite byt, presvedčte sa, či vaši susedia vedia o vzniknutej situácii, v prípade, ak sa vo vašom okolí nachádzajú deti, starí alebo nevládni ľudia – pomôžte im, sledujte rozhlas, televíziu, miestny rozhlas atď., kde sa dozviete informácie o možnom ohrození, dodržujte pokyny osôb a príslušných orgánov, ktoré zabezpečujú evakuáciu, použite prostriedky improvizovanej ochrany dýchacích ciest a povrchu tela, priestor opúšťajte najkratšou cestou, podľa možnosti kolmo na smer vetra, vždy zachovávajte rozvahu!

11. ODPORÚČANÁ HMOTNOSŤ A ZLOŽENIE ÚKRYTOVEJ A EVAKUAČNEJ BATOŽINY

Odporúčaná hmotnosť úkrytovej batožiny: 10 - 15 kg. Odporúčaná hmotnosť evakuačnej batožiny: do 25 kg pre deti, do 50 kg pre dospelých. **Čo vám nemá chýbať v batožine?** osobné doklady, dôležité dokumenty, peniaze, cennosti malých rozmerov, osobné lieky, vitamíny a nevyhnutné zdravotnícke potreby, základné trvanlivé potraviny a nápoje v nepriepustných obaloch na 2-3 dni, predmety osobnej hygieny a dennej potreby, náhradná bielizeň, odev, obuv, nepremokavý plášť, prikrývka, spací vak, vrecková lampa, sviečka a zápalky, ďalšie nevyhnutné osobné veci podľa potreby a uváženia (mobilný telefón), pre deti nezabudnite pribaliť hračku.

Zoznam vecí, ktoré je zakázané brať do úkrytu: zbrane všetkého druhu, alkohol a iné návykové látky, zapáchajúce a ľahko zápalné látky, objemné predmety, kočíky, periny a pod., domáce zvieratá, psy, mačky a iné, zapalovače, cigarety, ponorné variče, jedlá podliehajúce rýchlemu znehodnoteniu.)

12. ZÁSADY SPRÁVANIA SA V ÚKRYTOCH

Správajte sa zodpovedne a riadte sa úkrytovým poriadkom, dbajte na pokyny obsluhy úkrytu, neplytvajte vodou a potravinami, udržiajte čistotu a poriadok, nepohybujte sa zbytočne po úkryte a nehovorte hlasno, chovajte sa pokojne, vzájomne si pomáhajte, nefajčite, nepoužívajte otvorený oheň a elektrické spotrebiče

13. IMPROVIZOVANÁ OCHRANA DÝCHACÍCH CIEST A POVRCHU TELA

Improvizované prostriedky individuálnej ochrany sú určené na ochranu dýchacích ciest a očí, ak neboli vydané ochranné masky a prostriedky na ochranu povrchu tela.

Improvizované prostriedky individuálnej ochrany sa používajú najmä pri:

- presune osôb do úkrytov,
- úniku z priestoru zamoreného nebezpečnou látkou,
- prekonávaní zamoreného priestoru,
- evakuácii obyvateľstva.

Ochrana hlavy.

Odporúča sa použiť čiapky, šatky, šály, cez ktoré je vhodné natiahnúť kapucňu, prípadne nasadiť ochrannú prilbu (najlepšie cyklistickú, pracovnú, lyžiarsku a podobne). Najvhodnejším spôsobom ochrany úst a nosa je prekrytie týchto častí

kusom flanelovej tkaniny alebo froté uterákom mierne navlhčeným vo vode, vodnom roztoku sódy alebo kyseliny citrónovej. Oči chránime okuliarmi uzavretého typu. Vetracie prieduchy na okuliaroch prelepíme lepiacou páskou.

Ochrana trupu.

Všeobecne platí zásada, že každý druh odevu poskytuje určitú mieru ochrany, pričom väčší počet vrstiev zvyšuje koeficient ochrany. Na ochranu môžete použiť dlhé zimné kabáty, bundy, nohavice, kombinézy, šuštiakové športové súpravy. Použitá ochranná odevy je nutné dostatočne utesniť na krku, rukávoch a nohaviciach. Netesnené zapínanie a rôzne nežiaduce trhliny v odevy je nutné prelepiť lepiacou páskou. Ku všetkým ochranným odevom je vhodné použiť nepremokavý plášť (napr. plášť do dažďa) alebo plachtu prehodenú cez hlavu.

Ochrana rúk a nôh,

Veľmi dobrým ochranným prostriedkom rúk sú gumené rukavice. Pre ochranu nôh sú najvhodnejšie gumené a kožené čižmy, kožené vysoké topánky. Pri použití nízkych topánok je vhodné zhotoviť si návleky z igelitových vrecúšok alebo tašiek.

Pri použití improvizovanej ochrany je potrebné dodržiavať nasledujúce zásady:

- celý povrch tela musí byť zakrytý,
- všetky ochranné prostriedky je nutné čo najlepšie utesniť,
- na dosiahnutie vyšších ochranných účinkov kombinujte viac ochranných prostriedkov, alebo použite odev v niekoľkých vrstvách.

14. ZÁSADY PRVEJ POMOCI

Ako postupovať?

Bez ohrozenia vlastného života zistíte, čo sa stalo. Ako prvého vždy ošetríte najviac postihnutého. Zabezpečte privolanie sanitky, lekára, alebo dopravu zraneného do zdravotníckeho zariadenia.

Ako poskytnúť prvú pomoc?

- Zastavte život ohrozujúce krvácanie,
- pri bezvedomí - zaistite voľnosť dýchacích ciest,
- pri zástave dýchania - poskytnite umelé dýchanie,
- pri zástave srdca - poskytnite nepriamu masáž srdca,
- venujte pozornosť protišokovým opatreniam.

Pamätajte !

Nepotrebuje osobitné vybavenie - improvizujte,- nepreceňujte svoje sily, neohrozte samého seba,- nehýbte s postihnutým viac, ako je nevyhnutné!

15. VYHLÁSENIE EVAKUÁCIE

V prípade ohrozenia v dôsledku mimoriadnej situácie a vyhlásení evakuácie postupujte nasledovne:-

- Uzatvorte prívod plynu, vody a elektriny
- Pripravte si a vezmite so sebou evakuačnú batožinu podľa bodu 11
- Uzamknite byt.- Presvedčte sa, či vaši susedia vedia o vzniknutej situácii
- V prípade, ak sa vo vašom okolí nachádzajú deti, starí alebo nevládni ľudia - pomôžte im
- Sledujte rozhlas, televíziu, miestny rozhlas atď., kde sa dozviete informácie o možnom ohrození
- Dodržujte pokyny osôb a príslušných orgánov, ktoré zabezpečujú evakuáciu

- Vykonajte presun do evakuačného strediska podľa príslušných usmernení orgánov.
- V evakuačnom stredisku sa dozviete, kde je vaše miesto ubytovania.

16. PROSTRIEDKY INDIVIDUÁLNEJ OCHRANY A UKRYTIE

Mesto uskladňuje, ošetruje a zabezpečuje výdaj prostriedkov individuálnej ochrany obyvateľstvu mesta, pre ktoré tieto prostriedky nezabezpečujú právnické osoby alebo podnikatelia, najmä počas vojny a vojnového stavu. Týmito prostriedkami sú ochranné masky, malé ochranné filtre, ochranné rúška a detské ochranné vaky. Pre ich plynulý výdaj zriaďuje výdajné stredisko.

UPOZORNENIE Malé ochranné filtre /MOF/ sú určené na ochranu pred účinkom rádioaktívnych látok, bojových otravných látok a pred účinkom bojových biologických prostriedkov. Nechránia vás pred účinkom nebezpečných látok ako je amoniak, chlór a pod. Okrem ochrany tváre a dýchacích ciest je potrebné chrániť aj povrch tela improvizovanými prostriedkami podľa bodu 17, nakoľko mesto neskladuje ochranné pláštenky.

Mesto podľa potreby určuje vhodné ochranné stavby použiteľné na ukrytie obyvateľstva a zabezpečuje ich potrebné úpravy. Na tieto účely eviduje úkryty, budované svojpomocne v zapustených alebo polozapustených objektoch (pivničných priestoroch) po vykonaní príslušných úprav