

## Co robić w sytuacji zagrożenia terrorystycznego

Zwróć baczna uwagę na to, co dzieje się wokół ciebie. Dotyczy to przede wszystkim miejsc publicznych, np.: supermarketów, środków komunikacji publicznej, imprez masowych.



### Co może być sygnałem ostrzegającym o niebezpieczeństwie?

- nietypowe zachowanie osób,
- pozostawione bez opieki paczki, torby, pakunki,
- samochody parkujące w pobliżu kościołów i miejsc organizowania imprez masowych,
- nie dotykaj podejrzanych przedmiotów pozostawionych bez opieki,
- powiadom stosowne służby (policję),
- jeżeli dojdzie do ewakuacji, zastosuj się do poleceń osób kierujących akcją,
- zachowaj spokój i bezpiecznie, bez paniki opuść niebezpieczną strefę.

W przypadku gdy zauważysz któryś z powyższych sygnałów ostrzegających reaguj :

### **TELEFONY ALARMOWE**

**997 – Policja,**

**112 – telefon alarmowy dla użytkowników telefonów komórkowych,**

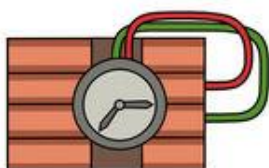
**999 – Pogotowie Ratunkowe,**

**998 – Straż Pożarna,**

**992 – Pogotowie Gazowe.**

### **JAK POSTĘPOWAĆ W SYTUACJI ZAGROŻENIA ATAKIEM BOMBOWYM**

Jeżeli znalazłeś przedmiot niewiadomego pochodzenia i podejrzewasz, że może to być bomba lub inne niebezpieczne urządzenie, powinieneś to natychmiast zgłosić służbom odpowiedzialnym za bezpieczeństwo na tym terenie. Może to być najbliższa jednostka policji, lub administrator obiektu.



### **Zawiadamiając policję podaj następujące informacje:**

- rodzaj zagrożenia oraz treść rozmowy z osobą przekazującą informację o podłożeniu ładunku numer telefonu, na który przekazano informację o zagrożeniu oraz czas połączenia opis miejsca i wygląd przedmiotu.

### **Jak się zachować po otrzymaniu informacji o podłożeniu lub groźbie podłożenia bomby:**

- do czasu przybycia policji zabezpieczyć zagrożone miejsce, zachowując środki bezpieczeństwa,
- po przybyciu policji na miejsce, przejmuje ona dalsze kierowanie akcją,
- należy bezwzględnie wykonywać polecenia policjantów,
- przy braku informacji o konkretnym miejscu podłożenia bomby należy sprawdzić miejsce pracy,
- podejrzanych przedmiotów nie wolno dotykać,
- pomieszczenia ogólnodostępne sprawdzają osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo w danej instytucji,
- po ogłoszeniu ewakuacji należy zachować spokój, pozwoli to sprawnie i bezpiecznie opuścić zagrożony rejon,
- identyfikacją ładunku wybuchowego zajmują się wyspecjalizowane jednostki policji,
- jak najszybciej oddal się z miejsca zagrożonego wybuchem,  
Procedury te obowiązują także we wszystkich rodzajach transportu publicznego.

## **JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU OTRZYMANIA PODEJRZANEJ PRZESYŁKI**



### **Co powinno wzbudzić podejrzenia:**

- brak nadawcy,
- brak adresu nadawcy,
- przesyłka pochodzi od nadawcy lub miejsca, którego się nie spodziewamy.

### **Jeśli przesyłka wydaje ci się podejrzana, nie otwieraj jej:**

- umieść tę przesyłkę w grubym worku plastikowym i szczelnie go zamknij,
- worek ten umieść w drugim grubym plastikowym worku, ten również szczelnie zamknij,
- paczki nie przenoś, najlepiej, by pozostała na miejscu,
- powiadom lokalny posterunek policji lub straż pożarną - służby te podejmują wszystkie niezbędne kroki w celu zabezpieczenia przesyłki.

### **Jeśli otworzyłeś paczkę, a jej zawartość wydaje się podejrzana:**

- nie naruszaj jej zawartości: nie rozsypuj, nie przenoś, nie dotykaj, nie wączaj, nie powoduj ruchu powietrza w pomieszczeniu,
- zaklejony worek umieść w drugim worku, zamknij go i zaklej,
- dokładnie umyj ręce,
- powiadom lokalną jednostkę policji lub straż pożarną i stosuj się do ich wskazówek,
- po przybyciu właściwych służb stosuj się do ich zaleceń.

## JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU SKAŻEŃ BIOLOGICZNYCH I CHEMICZNYCH



**SKAŻENIE  
BIOLOGICZNE**



**TRUCIZNA**

Sygnał alarmu o skażeniach środkami chemicznymi lub biologicznymi nadawany jest: za pomocą syren (przez 3 minuty przerywany dźwięk - 10 sekund głoś syreny, 25 sekund przerwy, 10 sekund syrena, 15 sekund przerwy...), za pośrednictwem radia, telewizji i radiowęzłów lub pojazdów wyposażonych w megafony.

### **Jeżeli jedziesz samochodem:**

- wyłącz dmuchawy i zamknij okna, włącz zamknięty obieg powietrza, słuchaj radia i stosuj się do poleceń służb ratowniczych,
- pojedź do pierwszego zamieszkanego budynku i postępuj według wskazówek dla osób przebywających poza budynkiem.

### **Jeżeli jesteś w budynku:**

- pozostań w budynku,
- wpuść do niego zagrożonych przechodniów,
- poinformuj innych mieszkańców o zagrożeniu,
- zamknij drzwi i okna,
- wyłącz klimatyzację i wentylatory, pozalepiał wywietrzniki,
- znajdź pomieszczenia bez okien,
- unikaj przebywania w piwnicach i innych nisko położonych częściach budynku,
- unikaj niepotrzebnego zużycia tlenu,
- włącz radio lub telewizor.

### **Jeżeli jesteś poza budynkiem:**

- znajdź najbliższy zamieszkaną budynek,
- w miarę możliwości poruszaj się prostopadłe do kierunku wiatru, chroń drogi oddechowe,
- umyj dokładnie twarz, włosy i ręce, oczyść oczy i uszy,
- w przypadku kontaktu z niebezpiecznymi substancjami, zostaw odzież wierzchnią i obuwie przed domem.

### **Jeżeli doszło do skażenia:**

- nie dotykaj i nie wężaj podejrzanych przedmiotów, nie sprzątaj proszku, nie ścieraj cieczy,
- aby zapobiec rozprzestrzenianiu się substancji, przykryj ją np. kocem,
- pozamykaj okna oraz drzwi i wyłącz klimatyzację, nie dopuść do przeciągów,
- opuść pomieszczenie i nie wpuszczaj do niego innych osób,
- umyj dokładnie ręce wodą i mydłem,
- zdejmij ubranie, które miało kontakt z podejrzaną substancją i włóż do plastikowego worka,
- umyj się pod prysznicem,
- po kontakcie z podejrzanymi substancjami nie jedz, nie pij i nie pal,
- wszystkie osoby, które miały kontakt z podejrzaną substancją albo znalazły się w odległości ok. 5 m od niej, powinny się zgłosić na policję.

## **JAK POSTĘPOWAĆ W PRZYPADKU ZNALEZIENIA SIĘ W GRUPIE ZAKŁADNIKÓW**

Rób, co ci każą i nie stawiaj oporu. Dyskutowanie z napastnikami może tylko pogorszyć sytuację. Czekaj na akcję wyspecjalizowanej jednostki ratowniczej.

### **Jeśli znalazłeś się wśród zakładników:**

- nie stawiaj oporu,
- staraj się zwrócić uwagę napastników na fakt, że mają do czynienia z konkretnymi ludźmi człowiekiem ,
- staraj się zachować spokój,
- wykonuj polecenia terrorystów, nie dyskutuj z nimi,
- staraj się zapamiętać jak najwięcej szczegółów dotyczących porywaczy i otoczenia,
- pytaj zawsze o pozwolenie np. pójścia do toalety, wstania,

## MINIPORADNIK - REANIMACJI

### **Sprawdź, czy jest przytomny:**

- delikatnie potrząśnij za ramiona,
- głośno zapytaj - np.: Co się Pani (Panu) stało?
- sprawdź reakcje na np. klepnięcie w policzek lub ból,
- sprawdź, czy występują mocne krwawienia.



### **Sprawdź, czy oddycha:**

- posłuchaj oddechu przy ustach ratowanego,
- poczuj wydychane powietrze na policzku (grzbicie dłoni).
- popatrz na ruchy oddechowe klatki piersiowej lub brzucha.



### **Sprawdź krążenie:**

- zbadaj tętno na tętnicy szyjnej (do 10 sekund) – opuszki dwóch palców (wskazujący i środkowy) przykładają się lekko uciskając w zagłębieniu pomiędzy chrząstkami krtani a mięśniem szyi,
- sprawdź po obu stronach.

### **Jeżeli nie oddycha:**

- odegnij głowę do tyłu (nie wolno w podejrzeniu urazu szyi!),
- wysuń żuchwę pacjenta do przodu.



### **Rozpocznij sztuczni wentylację:**

- ułóż ratowanego na plecach i usuń ciało obce z jego ust,
- zaciśnij palce jednej ręki na nosie ratowanego, mocno przyciśnij usta do ust ratowanego i wykonaj powolny, zdecydowany wydech.

### **Jeżeli nie ma krążenia, rozpocznij masaż zewnętrzny serca:**

- zdejmij ubranie z klatki piersiowej ratowanego,
- znajdź punkt ucisku, znajduje się on w odległości ok. dwóch szerokości palca od „dolnego” końca mostka,
- połóż w tym punkcie nadgarstek jednej ręki, na nim nadgarstek drugiej, spleć palce rąk,
- wyprostuj ramiona - uciśnięcia wykonuj dzięki ciężarowi swojego ciała,



- ucisk powinien powodować ugięcie mostka na 3-5
- ` - uciskaj rytmicznie z częstotliwością 100 uciśnień mostka/min.

**Gdy prowadzisz jednocześnie oddech i wentylację:**

- sekwencja 30 uciśnień mostka na 2 oddechy.

**Gdy jesteś sam i nie dajesz sobie rady:**

- prowadź sam masaż.

**Jak zatamować krwawienie**

**Krew z żyły jest ciemnoczerwona, wypływa jednostajną strużką. Krew tętnicza jest jasna, wypływa rytmicznie:**

- Lekkie krwawienie z reguły ustaje samo,
- w przypadku mocnego krwawienia spróbuj ucisnąć tętnicę doprowadzającą krew, podnieść krwawiącą kończynę powyżej serca.

**Zalóż opatrunek uciskowy:**

- nakryj ranę gazą jałową,
- umocuj ją kilkoma okrężeniami opaski,
- na gazę nałóż „poduszczkę” np. z nierozwiniętego bandaża lub dowolnego materiału,
- owiń wszystko mocno opaską,
- tylko w wyjątkowych sytuacjach (np. amputacja kończyny, duże obce ciało tkwiące w ranie) możesz zastosować opaskę uciskową odcinającą całkowicie dopływ krwi do rany.