

# ŠTÁB CIVILNEJ OCHRANY OBCE

## **Pomôcka na úseku prípravy obyvateľstva na sebaochranu a vzájomnú pomoc**



na tému :

## **ZÁSADY SPRÁVANIA SA PRI ŽIVELNÝCH POHROMÁCH**

V tejto pomôcke nájdete základné informácie o tom, ako postupovať pri ochrane života, zdravia alebo majetku v prípade ohrozenia týmito živelnými pohromami :

- ▶ Povodne a záplavy
- ▶ Prietrže mračien, víchrice, silné búrky, intenzívne dažde, krupobitia
- ▶ Snehové jazyky a záveje
- ▶ Zemetrasenia
- ▶ Požiare

## Povodne a záplavy:



- v prípade kritického **nedostatku času** zanechajte akékoľvek činnosti a rýchlo sa odoberte na bezpečné (kopec, vyšší svah a pod.) alebo vopred určené miesto,
- pokiaľ máte **dostatok času**:
  - vypnete alebo uzatvorte hlavné rozvody elektrického prúdu, vody a plynu,
  - vybavenie domácností premiestnite do vyšších poschodí,
  - uzatvorte všetky okná,
  - pripravte si evakuačné vozidlo pre prípad krízovej situácie,
  - pripravte si lieky, dokumenty, vhodné ošatenie, trvanlivé potraviny a pitnú vodu na 2-3 dni,
  - zoberte si nepremokavú obuv a odev,
  - odstráňte látky, ktoré môžu v styku s vodou vyvolať chemickú reakciu (jedy, žieraviny, kyseliny a pod.),
  - informujte svojich susedov,
  - pripravte evakuáciu zvierat,
  - pripravte si evakuačnú batožinu,
  - dodržujte pokyny záchranných zložiek, orgánov samosprávy a štátnej správy, sledujte pokyny v hromadných informačných prostriedkoch.

## Prietrže mračien, víchrice, silné búrky, intenzívne dažde, krupobitia

- nezdržiavať sa na voľných plochách,
- keď nemusíte, nevychádzať z domu, nepúšťať von deti,
- 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).
- zabezpečiť obydlie pred vniknutím vody.



### **pokiaľ máte dostatok času:**

- vypnúť alebo uzatvoriť hlavné rozvody elektrického prúdu, vody a plynu,
- premiestniť hodnotné veci z pivníc a suterénov na vyššie poschodia,
- 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,
- dodržiavať pokyny záchranných zložiek, orgánov samosprávy a štátnej správy, sledovať pokyny v hromadných informačných prostriedkoch.

## **Snehové jazyky a záveje**



- vybaviť vozidlo zimnými technickými prostriedkami (zimné pneumatiky, snehové retaze, vlečné lano, lopata a pod.),
- obmedziť pobyt a pohyb vo vonkajšom prostredí (i s dopravnými prostriedkami)
- zabezpečiť sa komunikačnými prostriedkami (mobilný telefón a pod.) pre prípad núdze.

## **Zemetrasenia:**

### **- pred zemetrasením:**

- \* pripraviť si prenosné rádio, baterku a lekárničku,
- \* naučiť sa základy prvej pomoci,
- \* poznať hlavné uzávery elektriny a plynu,
- \* neukladať na police a skrine ťažšie predmety, ťažší nábytok oprieť o steny,
- \* dohodnúť si spôsob kontaktu s členmi rodiny, príbuznými, na pracoviskách a školách počas zemetrasenia.

### **- pri zemetrasení:**

- \* pri pobyte v budove zostať dnu,
- \* pri pobyte mimo budovy zostať vonku, najviac zranení býva pri panickom úteku z domov alebo do úkrytov,
- \* zachovať rozvahu, pomáhať deťom, susedom, starším osobám, invalidom, chorým a zraneným,
- \* v budove rýchlo vyhľadať vhodné miesto, postaviť sa k opornému múru alebo pod dvere, ale



## **nikdy nie k oknu,**

- \* ukryť sa pod stôl a v továrňach pod najbližší odolný predmet,
- \* nevstupovať do výťahu a na schodište,
- \* vonku sa zdržiavať čo najďalej od elektrického vedenia, stromov, pomníkov atď.,
- \* nezostávať v úzkych uliciach, v nevyhnutných prípadoch hľadať ochranu pod najbližšou bránou pod portálom,
- \* nepoužívať otvorený oheň, existuje nebezpečenstvo výbuchu plynu a následného požiaru,
- \* pri jazde v dopravnom prostriedku okamžite zastaviť na otvorenom priestranstve a nevystupovať počas trvania otrasov.



## **- po zemetrasení:**

- \* opatrene opustiť budovy a iné objekty narušené otrasmi, pri prechádzaní týmito objektmi hrozí nebezpečenie zrútenia jednotlivých častí stavieb,
- \* poskytnúť prvú pomoc sebe i iným zraneným, starším alebo chorým osobám, deťom a invalidom, dodržiavať zásady zvýšenej hygieny, aby sa zabránilo rozširovaniu nákazlivých chorôb,
- \* nezdržiavať sa pod hrádzami vodných nádrží, v údoliach a okolí potokov a riek, kde môže dôjsť k ich rozvodneniu a pretrhnutiu hrádzí,
- \* skontrolovať rozvody plynu, vody a elektriny, pri poruche rozvodov uzavrieť ich príklady, otvoriť okná a opustiť budovu, mimoriadnu starostlivosť venovať miestam, kde hrozí nebezpečenstvo úniku alebo vzniku nebezpečných škodlivín, toxických, biologických, rádioaktívnych, výbušných a iných látok ohrozujúcich životy ľudí a životné prostredie,
- \* každý požiar hasiť dostupnými prostriedkami vždy s ohľadom na stav hasených objektov, organizačnými a ďalšími pokynmi, opatreniami zabrániť rozširovaniu požiaru a riadiť sa pokynmi príslušníkov požiarnych útvarov,
- \* zabezpečiť trvalý dozor pri používaní otvoreného ohňa, pri opakovaných otrasoch zemského povrchu môže dôjsť v podmienkach poškodených komunikácií a rozvodov plynu k rozsiahlemu požiaru,
- \* nepodliehať panike, sledovať správy, pokyny a informácie vysielané v rozhlase, riadiť sa pokynmi,
- \* aktívne spolupracovať s orgánmi podieľajúcimi sa na záchranných prácach,
- \* nepoužívať zbytočne telefóny mobilných a pevných sietí na vybavovanie osobných záležitostí a prežitých dojmov, vo svojom záujme uvoľniť telefónne spojenie pre urýchlené spojenie záchranárov, zdravotníkov, hasičov, ap.,
- \* na pitie používať výhradne vodu prevarenú alebo pochádzajúcu zo zaručene nezávadného zdroja,
- \* na núdzové ubytovanie používať stan alebo jednoduchý prístrešok s ľahkou konštrukciou v dostatočnej vzdialenosti od vysokých budov a objektov hroziacich pádom alebo zrútením,
- \* na evakuáciu alebo pomoc príbuzným nepoužívať vlastné auto, aby sa predišlo dopravným zápcham a aby komunikácie boli uvoľnené pre dopravné prostriedky záchranárov, hasičov, zdravotníkov a ostatných účastníkov záchranných prác,
- \* pri pátraní po osobnom majetku v troskách budov sa nevyhnutne podriaďovať rozhodnutiu orgánov riadiacich záchranné práce,
- \* v prípade nariadenej evakuácie alebo premiestnenia do iného objektu vziať so sebou pitnú vodu, potraviny, lieky, baterku, prenosný rádiový prijímač, mobilný telefón, dôležité dokumenty a vhodný odev.





# Požiare



\* ak je to možné, snažte sa uhasiť požiar dostupnými hasiacimi prostriedkami (voda, piesok, ručné hasiace prístroje, vlhké prikrývky a pod.), alebo vykonať nevyhnutné opatrenia na zamedzenie jeho šírenia.

\* ak budete hasiť požiar vodou, resp. elektricky vodivou látkou, potom bezpodmienečne **musíte obytný dom ( byt ) odpojiť od elektrického prúdu**

\* ak nie je možné požiar dostupnými prostriedkami uhasiť **okamžite opustíte budovu.**

Nezdržujte sa zbieraním osobných vecí: zoberte zo sebou iba veci, ktoré vám môžu pomôcť pri "úteku" - hasiaci prístroje( ak máte), hrubú tkaninu, sekeru, lano... Ak vám situácia dovolí, informujte ostatné osoby v budove o požiari "**HORÍ**", alebo iným dohodnutým signálom, hlavne ak nie je ešte spustená požiarňa siréna. **Zatvárajte za sebou všetky dvere!!! Dvere ale nezamykajte a nevracajte sa späť do budovy. Pri požiari v žiadnom prípade výť'ah nepoužívajte**, môže sa zaseknúť (prestane fungovať elektrický prúd - skrat elektrického vedenia, odpojenie budovy od elektrického prúdu) a vy uviaznete v ňom bez možnosti úniku (záchranné akcie vo výť'ahových šachtách sú veľmi náročné, nebezpečné a časovo zdĺhavé).

\* vykonajte nevyhnutné opatrenia na záchranu ohrozených osôb, **evakuujte najmä deti a chorých ľudí** – využite na to chodby, schodiská a ostatné únikové cesty vedúce na voľné priestranstvo.

\* pri evakuácii sa za každých okolností **musíte vyhýbať zadymeným priestorom**: dym zhoršuje viditeľnosť, a čo je ešte horšie, už po pár vdychov v zadymenom priestore môžete upadnúť do bezvedomia. Oheň a dym sa šíri rýchlo a podmienky v budove sa menia každou sekundou. Pri zníženej viditeľnosti sa jednou rukou dotýkajte steny - opora, ktorá umožní rýchlejší a istejší postup vpred.

\* **dodržiavajte pokyny pracovníkov hasičského a záchranného zboru** a ďalších záchranných zložiek. Na výzvu veliteľa zásahu poskytnite osobnú a vecnú pomoc jednotke požiarnej ochrany - napríklad dopravné prostriedky, zdroje vody, spojovacie zariadenia a iné veci potrebné na zdlanie požiaru.