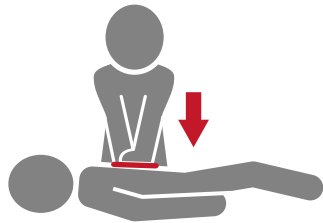


[illegible]

Sprawdź czy poszkodowany jest przytomny: podejđź do niego i delikatnie potrząśnij za ramiona, głośno przy tym pytając „Słyszysz mnie?”.

1. Jeżeli poszkodowany **reaguje** i jest przytomny zostaw go w zastanej pozycji (jeżeli nic mu nie zagraża!) i monitoruj jego stan;
2. Jeżeli poszkodowany **nie reaguje**, jest nieprzytomny:
 - a. ułóż go na plecach;
 - b. udrożnij drogi oddechowe: jedną rękę połóż na czole poszkodowanego, a drugą na żuchwie i delikatnie odchyl głowę do tyłu;
 - c. jeżeli poszkodowany oddycha ułóż go w pozycji bocznej ustalonej:
 - jedną rękę poszkodowanego (bliższą Twojej strony) ułóż pod kątem 90°;
 - przeciwległą rękę poszkodowanego spleć ze swoją ręką przykładając ją do policzka poszkodowanego (bliższego Twojej strony);
 - swoją drugą ręką chwyć poszkodowanego pod kolanem, zegnij nogę, nie odrywając stopy poszkodowanego od podłoża;
 - przytrzymując cały czas dłoń przy policzku poszkodowanego, pociągnij za kolano w swoim kierunku, tak, aby ułożyć poszkodowanego na boku;
 - odchyl głowę poszkodowanego ku tyłowi, aby zapewnić drożność dróg oddechowych i ułatwić oddychanie, natomiast nogę ułóż pod kątem 90°.
3. Jeżeli poszkodowany nie oddycha przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej - Pamiętaj!



30 UCIŚNIĘĆ KLATKI PIERSIOWEJ



Takie zdarzenia prosimy niezwłocznie zgłaszać pod numer alarmowy 112 lub do najbliższej jednostki Policji.

W przypadku znalezienia jakichkolwiek szczątków niezidentyfikowanych obiektów, prosimy ich nie dotykać i nie przenosić. Wszystkie odpowiednie służby są w stałej gotowości i podejmują działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańcom powiatu.

Polskie siły zbrojne oraz wojska sojusznicze nieustannie obserwują rozwój sytuacji, **dbając o nasze bezpieczeństwo.**

Każdy z nas powinien zachować ostrożność!

Starosta Zamojski

Stanisław Grzeško

- Naładuj telefon, powerbank i sprawdź działanie latarki.
- Odłącz od prądu wszelkie niepotrzebne przedmioty.



Należy założyć, że komunikacja telefoniczna
w czasie kryzysu może być ograniczona.
Słuchaj radia i oczekuj komunikatów służb,
mediów oraz ALERT-u RCB. Zachowaj spokój,
skoncentruj się i stosuj do ich wskazówek i poleceń.
To może uratować Ci życie!



Linie komunikacyjne mogą być przeciążone, co utrudni pracę policji, straży i pogotowia oraz może zadecydować o życiu i zdrowiu setek ludzi.

Jeżeli chcesz ich poinformować o tym, że jesteś bezpieczny
- wyślij SMS.

przekazywane są z wykorzystaniem środków alarmowych – m.in. **środki masowego przekazu, syreny, dzwonki, megafony oraz dzwony kościelne.**



Dźwięk modulowany
trwający 3 minuty



3x zapowiedź
„Uwaga! Uwaga!”

Ogłaszam alarm..... dla.....”



Sygnal wizualny
żółty trójkąt

- Przerwij pracę, wyłącz urządzenia oraz dopływ gazu i prądu;
- Włącz radio i ustaw na pasmo lokalne;
- Jeżeli to możliwe, śledź informacje na stronach rządowych (np. Rządowego Centrum Bezpieczeństwa - www.gov.pl/rcb);
- Wykonuj polecenia kierownictwa i służb.

Dźwięk ciągły
trwający 3 minuty



3x zapowiedź

„Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm..... dla.....”

- Wróć na poprzednie miejsce i kontynuuj przerwane czynności;
- Przewietrz pomieszczenie i uzupełnij zapasy środków do uszczelnienia drzwi i okien;
- Stosuj się do poleceń służb.