



www.lt72.lt

Litewska strona internetowa dotycząca
gotowości na wypadek sytuacji
ekstremalnych

Strona poświęcona jest edukacji
mieszkańców

Strona zawiera porady dot. radzenia sobie z
zagrożeniami przyrodniczymi, technicznymi
lub społecznymi

Informacje dot. bezpieczeństwa cywilnego
można znaleźć także na stronie internetowej
samorządu:

www.vrsa.lt > Civilinė sauga ir mobilizacija

ZAWIADOMIENIA OSTRZEGAWCZE



W razie sytuacji nadzwyczajnych do
mieszkańców są wysyłane alerty z
informacjami o potencjalnych zagrożeniach

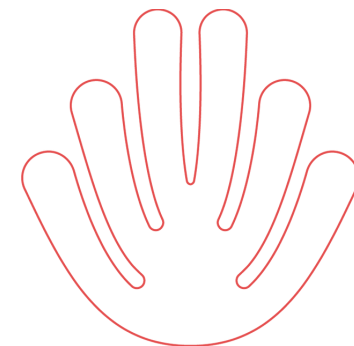
Jeśli nie macie pewności, czy otrzymacie
powiadomienia ostrzegawcze, sprawdźcie,
czy ta funkcja jest zainstalowana w
telefonie komórkowym.

Jak ją aktywować w telefonie, można
dowiedzieć się na **www.lt72.lt**

WIEDZA CHRONI

PORADY SPECJALISTÓW OCHRONY CYWILNEJ

JAK ZADBAĆ O BEZPIECZEŃSTWO W EWENTUALNYCH NIEPRZEWIDZIANYCH SYTUACJACH



01. PRZYGOTUJcie TORBĘ WYJAZDOWĄ

TORBA WYJAZDOWA MUSI ZAWIERAĆ:

- **Łatarkę z dodatkowymi elementami**
- **Ważne dokumenty** – akty urodzenia i/lub ślubu, paszporty, prawa jazdy, dokumenty ubezpieczeniowe, dokumenty własności nieruchomości
- **Zdjęcia krewnych** (będą pomocne podczas poszukiwań krewnych)
- **Odbiornik radiowy** z dodatkowymi elementami
- **Okulary lub inne przedmioty potrzebne do widzenia i słuchu**
- **Racja żywnościowa** na 3 doby i zapas wody w małych pojemnikach
- **Żywność** uzupełniająca dla specjalnych potrzeb
- **Mechaniczny otwieracz do puszek**
- **Zestaw pierwszej pomocy**, zażywane leki oraz roztwór nadtlenku wodoru
- **Żywność dla niemowląt**, pieluchy, wilgotne chusteczki
- **Zabawki i/lub książki dla dzieci**
- **Zmiana odzieży** (wygodne buty, wodoodporna i wiatroszczelna kurtka, swetry, ciepłe spodnie)
- **Przybory toaletowe**: ręcznik, mydło, szczoteczka do zębów, papier toaletowy itp.
- **Ciepły koc i/lub kompaktowy śpiwór**

- **Maska przeciwpyłowa**
- **Zapałki** w wodoodpornym pudetku
- **Otówek i papier**
- **Gotówka i biżuteria** (oddzielcie i bezpiecznie ukryjcie wśród innych przedmiotów)
- **Papierosy** (w nagłych wypadkach służą jako przedmiot wymiany)
- **Apteczka pierwszej pomocy**
- **Leki potrzebne dla członków rodziny**



Zawczasu przygotujcie najważniejsze dokumenty oraz ich kopie, leki i inne rzeczy, które mogą być potrzebne w razie ewakuacji. Spakujcie je do torby wyjazdowej.

Zapewnijcie zapas wody (2 litry wody na osobę)

Dla osoby w ciągu 72 godzin należy wypić około 12 litrów wody)

Przechowujcie wodę w małych butelkach, aby równomiernie rozłożyć ciężar



Podczas ewakuacji zabierzcie ze sobą torbę wyjazdową



W nagłym wypadku nie dzwońcie do bliskich – wyślijcie SMS



W domu wyłączcie gaz, prąd i zakręćcie zawory wodne



Zabierzcie ze sobą swoje zwierzaki domowe



Przydzielcie w rodzinie osobę odpowiedzialną za torbę wyjazdową

02. PRZYGOTUJcie ZAPAS ŻYWNOŚCI

W DOMU, W SUCHYM I CIEMNYM MIEJSCU DO PRZECHOWYWANIA POLECANE SĄ NASTĘPUJĄCE PRODUKTY:

- **Konserwy mięsne**
- **Konserwy warzywne**
- **Inne produkty konserwowane** (mleko skondensowane, owoce)
- **Kasza syпка**
- **Olej**
- **Cukier**
- **Przyprawy** (mieszanki ziół, przyprawy o wyrazistych właściwościach smakowych)
- **Sól**
- **Miód**
- **Herbata**

INNE ISTOTNE INFORMACJE

- Nie zapomnijcie o swoich ulubionych produktach (ich spożywanie pomoże poczuć się lepiej)
- Zabierzcie ze sobą mechaniczny otwieracz do puszek
- Przed podgrzaniem konserw należy zdjąć etykiety i otworzyć puszkę
- Po otwarciu całą zawartość puszkę należy natychmiast zużyć
- Nowo zakupione zapasy żywności należy umieścić za już posiadanymi, aby ułatwić rozróżnianie produktów o krótszej dacie ważności
- Nie spożywajcie żywności, która miała kontakt z wodą powodziową i/lub niehigienicznymi powierzchniami
- Podczas gromadzenia zapasu dajcie pierwszeństwo swoim zwykłym produktom