# *Bądź bezpieczny w różnych sytuacjach pogodowych*

**Burza**- Jedno lub więcej wyładowań elektrycznych połączonych z błyskawicą lub grzmotem. Występuje w chmurach kłębiastych typu Cumulonimbus. Często towarzyszy jej gwałtowny wzrost prędkości i zmiany kierunku wiatru oraz w zależności od pory roku opady gradu, ziaren lodowych, przelotne opady śniegu lub deszczu czasami bardzo silne lub ulewne.

## *Zasady zachowania podczas burzy:*

### W domu:

- Nie zbliżaj się do urządzeń elektrycznych i metalowych.
- Pozostań z dala od oszklonych okien, sufitów, drzwi.
- W miarę możliwości pozamykaj zwierzęta domowe i hodowlane.
- Trzymaj pod ręką przygotowane latarki oraz dodatkowe baterie.
- Miej włączone radio (najlepiej na baterie) w celu zapoznania się z aktualnymi komunikatami.
- Wyłącz z gniazdek wszystkie zbędne urządzenia elektryczne oraz anteny.
- Usuń z balkonów, tarasów lekkie materiały, które mogą zostać porwane przez wiatr i stworzyć dodatkowe zagrożenie.
- Bezwzględnie nie należy wychodzić z domu.
- Unikaj korzystania z telefonów, z wyjątkiem telefonów alarmowych.

### Na otwartej przestrzeni:

- Należy nie przebywać pod wysokimi drzewami, masztami, latarniami.
- Trzymać się z dala od trakcji tramwajowych, kolejowych,

transformatorów i przewodów wysokiego napięcia,

- Nie korzystać z telefonu komórkowego, należy wyłącz ten telefon.
- Jeżeli jest taka możliwość, schroń się w jakimś budynku, bramie, przejściu podziemnym itp. i tam przeczekaj burzę, ale trzymaj się z dala od piorunochronów.
-

**WIATR –** naturalny postępowy, strumieniowy, poziomy ruch powietrza. Wiatr charakteryzuje prędkość wyrażaną w m/sek lub w km / godz. oraz kierunek określający skąd wieje. Przy większych wartościach prędkość wiatru ulega gwałtownym wahaniom, które nazywane są porywami.

**TORNADO –** Wir powietrzny w kształcie leja o średnicy kilkudziesięciu metrów związany z chmurą burzową Cumulonimbus; główną siłą niszczącą jest bardzo duża prędkość wiatru.

## *Zasady zachowania podczas wystąpienia huraganowych wiatrów oraz tornad :*

- Jeżeli znajdujemy się poza domem należy szukać schronienia w najbliższym budynku.
- Zapewnić sobie dostęp do mediów, np. poprzez przenośne radio ( z bateriami) oraz awaryjne oświetlenie np. latarkę, świeczki, a także żywność, wodę oraz podstawowe lekarstwa.
- Bezwzględnie nie należy wychodzić z domu.

- Należy sprawdzić zamknięcie otworów okiennych i drzwiowych oraz zabezpieczyć je skutecznie przed otwarciem (np. okiennice, sztaby).
- Usunąć z balkonów, tarasów lekkie materiały, które mogą zostać porwane prze wiatr i stworzyć dodatkowe zagrożenie.
- Wyłączyć urządzenia elektryczne i gazowe (zawory, bezpieczniki).
- Nie należy podchodzić do okien, drzwi - nie obserwować zjawisk i robić zdjęć.

**UPAŁ -** Pojęcie meteorologiczne opisujące stan pogody, gdy temperatura powietrza przy powierzchni ziemi przekracza +30°C. Podczas upałów, gdy temperatura powietrza osiąga 30°C i więcej, nasila się ryzyko udaru cieplnego i przegrzania organizmu. W tym czasie należy otoczyć szczególną troską dzieci, osoby starsze i chore. Stosowanie poniższych zasad pozwoli uniknąć udaru cieplnego lub przegrzania organizmu.

## *Zasady zachowania podczas upałów:*

- Należy przebywać w najchłodniejszych pomieszczeniach w domu.
- Unikać forsownego wysiłku fizycznego.
- Unikać wychodzenia na zewnątrz w czasie największych upałów, w szczególności między godziną 10:00 a 15:00.
- Nigdy nie należy zostawiać dzieci ani zwierząt w samochodach, nawet na chwilę.
- Należy brać częste oraz chłodne kąpiele oraz stosować chłodne okłady na ciało.
- Używać jasnych, lekkich, luźnych, bawełnianych lub lnianych ubrań oraz nakryć głowy i okularów przeciwsłonecznych z filtrem UV.
- Należy spożywać dużą ilość wody.
- Należy zamykać i zasłaniać okna zasłonami lub żaluzjami, również w klimatyzowanych pomieszczeniach.

**Śnieg**- opad atmosferyczny w postaci kryształków lodu o kształtach głównie sześcioramiennych gwiazdek, łączących się w płatki śniegu. Po opadnięciu na ziemię tworzy porowatą pokrywę śnieżną o niewielkiej gęstości także zwaną śniegiem. Śnieg powstaje,

gdy w chmurach para wodna krystalizuje, tworząc kryształy lodu.

**Mróz** – stan pogody, kiedy temperatura powietrza na otwartej przestrzeni (na wysokości 2 metrów nad gruntem) jest niższa od temperatury zamarzania wody (0 °C) w normalnych warunkach.

**Opady marznące**- to deszcz, którego krople zamarzają w momencie zetknięcia się z podłożem. Powstaje on, gdy w strefie opadu śniegu ciepłe masy powietrza tworzą warstwę, która roztapia spadający śnieg. Po przejściu przez te ciepłe warstwy powietrza deszcz wpada ponownie w zimną strefę, gdzie - ponownie ochłodzony - momentalnie zamarza przy kontakcie z podłożem. Deszcz marznący może tworzyć gołoledź. Czasami intensywne opady marznącego deszczu powodują znaczne utrudnienia komunikacyjne lub nawet przybierają rozmiary klęski żywiołowej, nazywanej niekiedy burzą lodową.

## *Zasady zachowania podczas intensywnych opadów śniegu, marznącej mżawki, niskich temperatur:*

- W czasie intensywnych opadów śniegu w miarę możliwości pozostań w domu.
- Wychodząc, ubieraj się ciepło, w kilka warstw odzieży.
- Nie wychodź na mróz głodny. Przed wyjściem zjedz kaloryczny posiłek.
- Zabezpiecz skórę twarzy i rąk przed mrozem tłustym kremem.
- Przed wyjściem powiadom domowników, współpracowników dokąd idziesz i kiedy zamierzasz wrócić.
- Zachowaj ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie.
- Uważaj na zwisające sople i zwały śniegu na dachach.
- Staraj się podróżować wyłącznie za dnia.
- Nie nadużywaj alkoholu.

**Zapamiętaj! Widząc w trakcie silnych mrozów, osobę osłabioną, leżącą, pozostającą na dworze zainteresuj się nią. Udziel jej pomocy lub powiadom odpowiednie służby, dzwoniąc pod numer 112 lub 800 163 136. Pamiętaj, sam możesz potrzebować pomocy!**