

### **W obliczu przewidywanych SILNYCH MROZÓW, zaleca się:**

1. Obserwować zmiany pogody i śledzić komunikaty nadawane przez lokalne rozgłośnie radiowe i stacje telewizyjne.
2. Sprawdzić miejsca pobytu wszystkich domowników i osób z najbliższego otoczenia. W miarę możliwości poinformować ich o zbliżającym się niebezpieczeństwie.
3. Ograniczyć do niezbędnego minimum opuszczanie mieszkań lub ogrzanych miejsc pobytu, szczególnie przez dzieci, osoby kalekie i w podeszłym wieku. Bezwzględnie zaniechać wychodzenia na zewnątrz po zapadnięciu zmroku. W przypadku wyjścia z pomieszczenia, nakładać lekko dopasowaną, wielowarstwową odzież, nakrycia głowy i rękawiczki, a odkryte części ciała, zabezpieczać środkiem natłuszczającym. Zgromadzić niezbędny zapas żywności i wody pitnej.
4. W przypadku podejrzenia o odmrożenie którejś z części ciała, natychmiast skontaktować się z lekarzem.
5. Sprawdzić uszczelnienie okien zewnętrznych i drzwi wejściowych. Jeśli jest taka możliwość, założyć na okna okiennice.
6. Sprawdzić działanie urządzeń grzewczych oraz zaopatrzyć się w odpowiedni zapas stosowanego do nich paliwa.
7. Ograniczyć zużycie energii elektrycznej, głównie poprzez unikanie nadmiernego dogrzewania pomieszczeń oraz wyłączenie zbędnych odbiorników prądu.
8. Nie stronić od udzielenia pomocy osobom potrzebującym.
9. Zadbać o zwierzęta domowe i hodowlane.
10. Zrezygnować z podróży własnym pojazdem na rzecz komunikacji zbiorowej. Podróżując prywatnym samochodem, należy zadbać o właściwą sprawność akumulatora, układu zapłonowego, ogrzewania i wydechowego, uzupełnić poziom paliwa i zimowego płynu do spryskiwaczy, mieć przy sobie termos z gorącym napojem, koc lub folię termoizolacyjną, sprawny, naładowany telefon komórkowy oraz skrawek jaskrawego materiału, który może posłużyć jako flaga sygnalizacyjna. Należy mieć nieprzerwanie włączone radio dostrojone do lokalnej stacji nadawczej.
11. Przebywając poza terenem zabudowanym, unikać wędrowki na przełaj, trzymając się tylko przetartego szlaku lub drogi.
12. Ograniczyć spożywanie napoi alkoholowych.
13. Szukając pomocy, wzywać straż pożarną (tel. 998), pogotowie ratunkowe (tel. 999), policję (tel. 997) lub korzystać z telefonu alarmowego „112”.