

# Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego

<https://czkw.kielce.uw.gov.pl/czk/aktualnosci-i-komunikat/aktualnosci/14598,ZAGROZENIA-ZIMOWE.html>  
02.11.2024, 00:00

## ZAGROŻENIA ZIMOWE

Zimowa aura niesie ze sobą wiele zagrożeń. Ujemne temperatury, przenikliwy wiatr i duża wilgotność sprzyjają wychłodzeniu organizmu. Reagujmy, gdy widzimy, że ktoś potrzebuje pomocy. Telefon pod numer alarmowy 112, na policję 997 czy do straży miejskiej 986 może uratować komuś życie.

Dogrzewając mieszkanie należy pamiętać o użytkowaniu kuchenek gazowych, grzejników elektrycznych czy grzejników katalitycznych zgodnie z ich przeznaczeniem i instrukcją obsługi. Przed snem lub wyjściem z domu urządzenia te należy bezwzględnie wyłączyć. Pamiętajmy o zapewnieniu drożności przewodów kominowych i wentylacyjnych. Wszelkie zaniedbania w tym zakresie są najczęstszą przyczyną zatruc czadem, w tym przypadków śmiertelnych.

Prosimy o zwracanie uwagi na bezdomnych i osoby nietrzeźwe przebywające na mrozie. Pozostawienie ich bez pomocy może zagrażać ich życiu. Prosimy o poinformowanie o takiej sytuacji dzwoniąc pod numery alarmowe 112, 997 lub 986.

Pamiętajmy również o naszych sąsiadach, chorych, samotnych lub zbyt ubogich by kupić opał czy opłacić energię elektryczną. Jeżeli nie możemy pomóc sami, to powiadommy urząd gminy lub ośrodek pomocy społecznej.

### **W trakcie mrozów stosuj 10 poniższych zasad, a zima będzie dla Ciebie bezpieczną i przyjemną porą roku.**

1. Ubieraj się ciepło. Zakładaj kilka warstw odzieży tak, by łatwo było je zdjąć, np. sweter, gdy się spocisz w trakcie wysiłku. Załóż bieliznę ochronną np. termiczną, ciepłą kurtkę z kapturem, czapkę, szalik, rękawiczki. Załóż nieprzemakalne buty.
2. Nie wychodź na mróz głodny. Przed wyjściem zjedz kaloryczny posiłek. Możesz zabrać ze sobą termos z gorącą herbatą.
3. Nie spożywaj alkoholu. Jego wypicie przyśpiesza krążenie, a w konsekwencji zwiększa wymianę ciepła między organizmem a otoczeniem i doprowadza do szybkiego wychłodzenia ciała.
4. Zabezpiecz przed mrozem skórę twarzy i rąk, smarując je ochronnym kremem. Wyjmij ze skóry twarzy metalowe ozdoby, takie jak kolczyki.
5. Powiedz komuś (rodzinie lub obsłudze w schronisku, pensjonacie, hotelu), dokąd idziesz. Oszacuj, jak długo Cię nie będzie i poinformuj o tym kogoś, kto ewentualnie zgłosi Twoje zaginięcie. Zimą chodzi się znacznie wolniej! W dodatku łatwiej zabłądzić (przysypane śniegiem ścieżki). Nie zapomnij odmeldować się po powrocie, by uniknąć niepotrzebnych alarmów.
6. Na zimowe wycieczki nie wybieraj się sam. W grupie jest bezpieczniej.
7. Nie forsuj się. Idąc w grupie w głębokim śniegu, należy zmieniać co jakiś czas osobę prowadzącą. Torowanie drogi (przecieranie szlaku) jest bardzo męczące.
8. Kiedy popsuje się pogoda, a poczujesz się zmęczony, głodny lub zacnie Ci coś dolegać, nie wychodź na zewnątrz. Zimą nie ma żartów.
9. Odmrożone palce możesz włożyć pod strumień zimnej lub letniej wody.
10. W przypadku dużych odmrożeń udaj się do lekarza.

### **REKOMENDACJE DLA ADMINISTRACJI**

- Identyfikacja, stała kontrola oraz transport ciepłych posiłków do miejsc przebywania osób bezdomnych.
- Koordynacja współpracy Policji i Straży Miejskiej z przedstawicielami noclegowni i schronisk.
- Bezwzględny transport osób znajdujących się w stanie po spożyciu alkoholu do izb wytrzeźwień.
- W warunkach zagrożenia życia lub zdrowia transport osób znajdujących się w stanie po spożyciu alkoholu do noclegowni lub schronisk w celu zapewnienia komfortu termicznego.
- Włączenie w skład zespołu interwencyjnego ratownika medycznego (ocena stanu zdrowia, pomoc na miejscu, podejmowanie decyzji o przewiezieniu do szpitala).
- Izby przyjęć i centra ratunkowe nie powinny wypisywać osób bezdomnych w godzinach nocnych (kontakt z Policją lub SM celem przewiezienia do schroniska lub noclegowni).
- Aktywizowanie ośrodków pomocy społecznej celem wsparcia osób które nie są w stanie zapewnić należytego ogrzewania własnego lokalu.
- Propagowanie wśród lokalnych społeczności poczucia obowiązku informowania właściwych służb lub inspekcji o osobach będących w bezpośrednim stanie zagrożenia życia lub zdrowia.

## REKOMENDACJE DLA SŁUŻB

- W przypadku utrudnień/zagrożeń powstałych w ruchu lądowym, wodnym lub lotniczym zapewnienie sprawnego przekazywania informacji o przebiegu i prognozie rozwoju/zakończenia zdarzenia dla osób, które nie biorą bezpośredniego w nim udziału (np. kierowców stojących w korku lub podróżnych w unieruchomionym pociągu). W pragmatyce działań służb należy uwzględnić ewentualną obsługę osób narażonych pośrednio na negatywne skutki powstałych zakłóceń.
- Wszystkie służby kryzysowe powinny wykorzystywać w jak najszerszym zakresie środki masowego przekazu oraz media społecznościowe w celu informowania i ostrzegania ludności o możliwych poważnych utrudnieniach w transporcie.

## INFORMACJE DOTYCZĄCE SEZONOWYCH ZAGROŻEŃ ORAZ SPOSÓB POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU ICH WYSTĄPIENIA



# ZAGROŻENIA ZIMOWE

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

W domu	Wychłodzenia i odmrożenia	Podróż autem	Bezpieczny wypoczynek
 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>odśnież dach i chodnik</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>ubieraj się stosownie do pogody</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>korzystaj z zimowych opon</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>nie pij alkoholu</b></p>
 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>usuń sople z dachu</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>reaguj na potrzebujących pomocy</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>naładuj telefon, zabierz do auta ładowarkę</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>na łyżwach ślizgaj się tylko w wyznaczonych miejscach</b></p>
 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>korzystaj z bezpiecznych urządzeń grzewczych</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>nie rozgrzewaj się alkoholem</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>zatankuj samochód</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>na nartach zjeżdżaj tylko na oznakowanych trasach</b></p>
 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>nie zastanij kratki wentylacyjnych</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>zadbaj o zwierzęta</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>zabierz przewody do rozruchu silnika</b></p>	 <p style="text-align: left; padding-left: 10px;"><b>nie przywiązuj sanek do traktora, samochodu itp.</b></p>

rcb.gov.pl

# NIE DLA CZADU

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

## Bądź bezpieczny



nie zaklejaj i nie  
zastanij kratki  
wentylacyjnych



sprawdź szczelność  
przewodów  
kominowych



wietrz pomieszczenia,  
w których korzystasz  
z piecyków, kucharek  
czy term gazowych



sprawdzaj wentylacje  
pomieszczeń, zwłaszcza  
łazienek



zainstaluj czujniki  
alarmowe wykrywające  
tlenek węgla

## Objawy zatrucia tlenkiem węgla



zaburzenia  
koncentracji,  
zawroty  
głowy



ból  
głowy



poczucie  
osłabienia



wymioty,  
drgawki,  
zwolniony  
oddech



zaburzenia  
tętna

W każdym  
przypadku  
natychmiast  
zadzwoń  
po pomoc  
lekarską!



999



112

rcb.gov.pl

# NIE DAJ SIĘ GRYPIE

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa



zaszczep się  
przeciw grypie



w czasie kaszlu i kichania  
zakrywaj nos i usta  
chusteczką, a nie dłonią



często myj  
ręce mydłem



poza domem i w podróży  
zawsze miej przy sobie  
żel lub płyn do rąk



unikaj masowych  
zgrupowań



przy wystąpieniu  
objawów grypy  
koniecznie zgłoś się  
do lekarza



zadbaj, żeby twoje  
dziecko przestrzegało  
tych zaleceń

rcb.gov.pl

# UWAGA! SMOG

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa



zrezygnuj ze spacerów  
na świeżym  
powietrzu



wyberz  
komunikację  
publiczną



zrezygnuj  
z uprawiania sportu  
na zewnątrz



jeśli cierpisz na choroby  
krążenia lub układu  
oddechowego  
- skontaktuj się z lekarzem



ogranicz  
wietrzenie  
pomieszczeń



nie pal śmieci  
w piecu

[rcb.gov.pl](http://rcb.gov.pl)

**WOJEWODA ŚWIĘTOKRZYSKI  
INFORMUJE!  
JESTEŚ BEZDOMNY I SZUKASZ POMOCY?**

**987**  
całodobowa bezpłatna infolinia  
Wojewódzkie  
Centrum Zarządzania  
Kryzysowego

Wskazane  
adresy  
pomogą  
Ci  
znaleźć  
nocleg  
i schronienie



POWIAT BUSKI		
Noclegownia dla Osób Bezdomnych ul. Kościuski 2a, 28-100 Busko-Zdrój <small>Gmina Busko-Zdrój, Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Kościuski 2a, 28-100 Busko-Zdrój</small>	☎ 41 370-51-00	7 miejsc ♀
Schronisko dla Osób Bezdomnych i Zagrożonych Bezdomnością, Świniary 25, 28-131 Salec-Zdrój <small>Gmina Diecezji Kieleckiej ul. Jana Pawła II 1, 25-813 Kielec</small>	☎ 41 377-63-25 608-676-627 784-597-854	26 miejsc ♀♀
POWIAT KAZIMIERSKI		
Schronisko dla Osób Bezdomnych i Zagrożonych Bezdomnością, Morawiany 2, 28-512 Bajece <small>Gmina Diecezji Kieleckiej ul. Jana Pawła II 1, 25-813 Kielec</small>	☎ 41 351-10-23	34 miejsca ♀♀
POWIAT KIELECKI		
Schronisko dla Kobiet Ofiar Przemocy, Wierna Rzeka 21, 26-065 Piekosów <small>Kole Kieleckie Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta ul. Żeromskiego 36a, 25-378 Kielec</small>	☎ 41 306-47-59	10 miejsc ♀
Stowarzyszenie MONAR – Schronisko dla Osób Bezdomnych MARKOT w Komierkach, Komórki 91, gm. Dalezycze, 26-015 Pierzchnica <small>Stowarzyszenie MONAR ul. Szwajpki 90, 00-151 Warszawa</small>	☎ 41 260-71-04	40 miejsc ♀♀
Schronisko dla Osób Bezdomnych w Chulupkach ul. Wapieniowska 2, 26-026 Morawica <small>Stowarzyszenie "Arka Noego" ul. Mikulowicza 1, 25-312 Kielec</small>	☎ 600-445-823	15 miejsc ♀♀
POWIAT GRODZKI KIELCE		
Ogrzewalnia-Punkt Pomocy Doraźnej w Ośrodku Interwencyjno-Terapeutycznym dla Osób Bezdomnych MOPR ul. Żwirna 4, 25-419 Kielce <small>Gmina Kielce, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kielcach ul. Żwirna 4, 25-419 Kielce</small>	☎ 41 311-11-17	15 miejsc ♀♀
Noclegownia dla Bezdomnych Mężczyzn ul. Żeromskiego 36a, 25-378 Kielce <small>Kole Kieleckie Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta ul. Żeromskiego 36a, 25-378 Kielce</small>	☎ 41 361-44-85	20 miejsc ♀
Schronisko dla Osób Bezdomnych w Przytułsku im. Jana Pawła II ul. Sienna 5, 25-725 Kielce <small>Fundacja Wspierania im. Brata Alberta ul. Sienna 5, 25-721 Kielce</small>	☎ 41 366-07-34 508-834-453	80 miejsc ♀
Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn im. św. Brata Alberta ul. Żeromskiego 36a, 25-378 Kielce <small>Kole Kieleckie Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta ul. Żeromskiego 36a, 25-378 Kielce</small>	☎ 41 361-44-85	42 miejsca ♀
Schronisko dla Kobiet Caritas Diecezji Kieleckiej ul. Urzędnicza 7b, 25-729 Kielce <small>Gmina Diecezji Kieleckiej ul. Jana Pawła II 1, 25-813 Kielec</small>	☎ 41 366-48-47 784-531-622	25 miejsc ♀
Ogrzewalnia ul. Ogrodowa 3, 25-024 Kielce <small>Stowarzyszenie "Arka Noego" ul. Mikulowicza 1, 25-312 Kielec</small>	☎ 600-445-823	20 miejsc ♀♀
POWIAT KONECKI		
Stowarzyszenie MONAR – Schronisko dla Osób Bezdomnych MARKOT w Stąporkowie ul. Niekańska 12, 26-220 Stąporków <small>Stowarzyszenie MONAR ul. Szwajpki 90, 00-151 Warszawa</small>	☎ 41 374-36-13	80 miejsc ♀♀
POWIAT OSTROWIECKI		
Noclegownia dla Bezdomnych Mężczyzn ul. Jana Samonowicza 80, 27-400 Ostrowiec Świętokrzyski <small>Związek Miast Powiatu Świętokrzyskiego Komitet Pomocy Społecznej ul. Kościuski 25/10, 25-118 Kielce</small>	☎ 502-040-067	22 miejsca ♀
Ogrzewalnia dla Bezdomnych Mężczyzn ul. Jana Samonowicza 80, 27-400 Ostrowiec Świętokrzyski <small>Związek Miast Powiatu Świętokrzyskiego Komitet Pomocy Społecznej ul. Kościuski 25/10, 25-118 Kielce</small>	☎ 502-040-067	20 miejsc ♀
POWIAT OPATOWSKI		
Schronisko dla Kobiet, Lipowa 11, 27-500 Opatów <small>Towarzystwo Pomocy im. Brata Alberta ul. Kolejowa 26A, 50-007 Wrocław</small>	☎ 15 868-25-33	12 miejsc ♀
Schronisko dla Kobiet i Mężczyzn, Wąworskie 34, 27-500 Opatów <small>Stowarzyszenie "Siostry Przemysław, Emerycja i Seweryn" Wąworskie 34, 27-500 Opatów</small>	☎ 888-210-924	20 miejsc ♀♀
Schronisko Przemienienia Pańskiego, Jankowice 41, 27-538 Ożarów <small>Stowarzyszenie Wspierania Chłeb Żywiec ul. Jankowicka 17, 62-230 Warszawa</small>	☎ 15 861-17-71	33 miejsca ♀♀
POWIAT SANDOMIERSKI		
Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn ul. Trzebiatowska 13, 27-600 Sandomierz <small>Gmina Diecezji Sandomierskiej ul. Opaczka 38, 27-600 Sandomierz</small>	☎ 15 644-55-85 607-270-035	40 miejsc ♀
POWIAT SKARŻYSKI		
Noclegownia ul. Wileńska 34, 26-110 Skarżysko-Kamienna <small>Bractwo Miłsi Bracia Mikulowicz ul. Wileńska 34, 25-100 Skarżysko-Kamienna</small>	☎ 41 253-27-09	25 miejsc ♀
POWIAT STARACHOWICKI		
Noclegownia dla Bezdomnych Mężczyzn ul. Szkolna 14, 27-200 Starachowice <small>Gmina Starachowice, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Miłobka 21a, 27-200 Starachowice</small>	☎ 535-400-119 41 274-71-92	35 miejsc ♀

**Telefony dodatkowe, czynne w godzinach od 7.30 do 15.30  
w Wydziale Polityki Społecznej i Zdrowia: 41-342-14-15; 41-342-19-10; 41-342-16-52**

**Pliki do pobrania**



Przygotowanie województwa świętokrzyskiego do sezonu zimowego 2018/2019.  
320,46 KB  
Data publikacji : 29.11.2018 12:59



Poradnik: JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO ZIMY  
534,22 KB  
Data publikacji : 29.11.2018 09:06



Poradnik: JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA PODRÓŻ ZIMĄ SAMOCHODEM  
350,93 KB  
Data publikacji : 29.11.2018 09:07



Poradnik: JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA BEZPIECZNY WYPOCZYNEK ZIMĄ  
1,02 MB  
Data publikacji : 29.11.2018 09:07



Poradnik: BEZPIECZEŃSTWO NA LODZIE  
718.31 KB  
Data publikacji : 29.11.2018 09:08

---

[Drukuj](#)

[Generuj PDF](#)

[Powiadom](#)

[Powrót](#)

---