

## LISTA BRZE PROVJERE

### KAKO POSTUPATI KOD POZIVANJA U SLUČAJU TRAŽENJA POMOĆI

- Stanite i razmislite gdje se nalazite.
- Za pomoć nazovite telefonski broj vatrogasaca 123 ili 121. Ne računajte da su već drugi dojavili događaj.
- Počnite razgovor odmah govoreći polako i razgovjetno, šta se dogodilo, gdje se dogodilo, kada se dogodilo i ima li ozlijeđenih.
- Navedite tačnu adresu mjesta nesreće i osobno dočekajte pomoć.
- Budite spremni dati daljnje informacije i osobne podatke (ime i prezime).
- Završite razgovor kada vam služba koju ste kontaktirali to dozvoli.
- Vaš razgovor neće odgoditi upućivanje pomoći, jer pomoć može biti upućena i dok je razgovor u toku. Recite sve što ste zapazili, vidjeli ili čuli.
- Ne telefonirajte na liniji dok ne dođe pomoć. Služba koju ste kontaktirali možda će trebati dodatne informacije.
- Dojava nepostojećeg događaja je zakonom kažnjiva.

Program edukacije stanovništva za sprovođenje mjera lične i uzajamne zaštite građana

## KONTAKTI ZA POMOĆ

Operativni centar Civilne zaštite (hitni slučaj zbog poplave/oluje)	<b>121</b> <a href="http://www.cz.zdk.ba">www.cz.zdk.ba</a>
Opasnost po život policija	<b>122</b>
Hitna pomoć vatrogasci	<b>123</b>
Hitna medicinska pomoć	<b>124</b>
PTT - informacije	<b>1182/1188</b>
BIHAMK (stanje i pomoć na putevima)	<b>033 1282</b> <a href="http://www.bihamk.ba">www.bihamk.ba</a>
Federalni hidrometeorološki zavod BiH (METEO ALARM by METEOBIH)	<b>033 276 700</b> <b>033 442 435</b> <a href="http://www.fhmzbih.gov.ba">www.fhmzbih.gov.ba</a>

### UPIŠITE SLJEDEĆE BROJEVE:

- Vaša općina: ✍
- Vaša općinska služba CZ: ✍
- Vaš opskrbljivač struje: ✍
- Vaš opskrbljivač vode: ✍
- Vaš opskrbljivač plina: ✍
- Vaš upravitelj stambenog objekta: ✍
- Vaše osiguravajuće društvo: ✍
- Vaš porodični ljekar: ✍

Za više informacija slušajte lokalnu radio stanicu.  
Frekvencija lokalne radio stanice: ✍



Bolje je osigurati se nego požaliti zbog toga



**JESTE LI PRIPREMLJENI ZA VELIKI SNIJEG, HLADNOĆU I POLEDICU**

## ŠTA UČINITI U SLUČAJU VELIKOG SNIJEGA?

Postovani sugrađani,  
Mnogi su od nas doživjeli neki neugodan događaj pri kojem su trebali pomoć neke od specijalizovanih službi. Ponekad događaj toliko snažno psihološki djeluje da je potrebno vrijeme za snalaženje i pozivanje pomoći. Ovi savjeti će Vama pomoći u tome. Proučite ih i sa njima upoznajte članove Vaše porodice, kako biste znali šta činiti u datom slučaju. Posebno je važno poučiti djecu, kako se zaštititi u opasnim situacijama. Lični primjer odraslih prema ovoj problematici od ključnog je značaja za ovladavanje i prihvatanje sigurnosnih mjera lične i uzajamne zaštite građana, član 41. Zakona o zaštiti i spašavanju ljudi i materijalnih dobara od prirodnih i drugih nesreća („Službene novine Federacije BiH“, br.39/03, 22/06 i 43/10).

**JESTE LI PRIPREMLJENI ZA VELIKI SNIJEG, HLADNOĆU I POLEDICU**

Planirajte sljedeće sa cijelom porodicom:

1. Napravite svoj Plan spašavanja i pripremite paket prve pomoći u hitnim slučajevima.
2. Očistite prostor oko svoje kuće. Provjerite je li krov siguran. Da li vrata i prozori dobro dihtuju.
3. Ne dopustite da se djeca igraju vani ili u blizini rijeke, kanala ili odvoda za odvodnju za vrijeme nevremena.
4. Napunite mobilni telefon i stavite važne dokumente u vodootporne posude.
5. Planirajte kako upozoriti i ostale stanare u zgradi/kući na opasnosti i kako se mogu zaštititi.

Za više informacija i pomoć u izradi plana za spašavanje u slučaju nevremena posjetite općinsku službu Civilne zaštite i website Kantonalne uprave Civilne zaštite ZDK [www.cz.zdk.ba](http://www.cz.zdk.ba)

direktor Sead Džanović, prof.odb. i sig.

NE DOZVOLITE DA SE NESREĆA DOGODI!

POMOZITE STARIJIM I INVALIDNIM OSOBAMA!

ZAŠTITITE SVOJU PORODICU,  
ŽIVOTINJE I IMOVINU!

KOMŠIJA POMAŽE KOMŠIJI!

## POSTUPAK U SLUČAJU NEVREMENA

Vi trebate znati, da se veliki snijeg ili poledica ne javljaju baš tako iznenada i trenutno. Također, svaka pojava ima svoj ciklični period javljanja, godišnje doba. Meteorološka služba tu pojavu prognozira s vrlo velikom vjerovatnoćom, a i Vi ih možete na osnovu vlastitih iskustava predvidjeti i uočiti njihovo nastupanje.

Neke stvari koje možete učiniti kako bi se pripremili za neočekivano, uradite Vaš porodični Plan spašavanja u hitnim slučajevima. Pokušajte kompletirati svoj paket prve pomoći i prije nužde. Možda ćete se morati evakuirati veoma brzo i vjerovatno nećete imati vremena za traženje stvari ili ići u prodavnicu za njih.

Uradite li to zajedno sa članovima porodice prije nepovoljnog događaja, Vi ste pripravi za reagirati u hitnim situacijama. Znajte da je procenat preživjelih u nesrećama među edukovanim i pripremljenim osobama izuzetno velik, a materijalna šteta na njihovim dobrima i nekoliko puta manja.

Provjerite je li krov kuće siguran. Da li je odžak na krovu kuće siguran i očišćen. Očistite prostor oko svoje kuće. Uklonite slabo ukorjenjeno ili trulo stablo ili mu potkrešite grane. Očistite krovne oluke, dvorišne slivnike i internu kanalizaciju. Držite u rezervi jače najlonske folije ili cerade, letve i eksere za privremenu sanaciju oštećenja na krovu ili za prekrivanje razbijenih prozorskih stakala.

- Pripremljenost može smanjiti štete od nevremena i Vama i zajednici.
- Pripremite se za slučaj nevremena svojim Planom za hitne slučajeve i Kompletom potrebnih stvari u hitnom slučaju.
- Pratite informacije i vremensku prognozu.
- Morate znati šta činiti i kada je to potrebno.
- Razmislite kako nepogoda može utjecati na individualne potrebe Vaših članova obitelji.
- Osigurajte kod osiguravajućeg društva Vašu imovinu od osnovnih rizika: požara i udara groma, oluje i grada (tuče), poplave i bujica, klizanja tla i odronjavanja, izlivanja vode iz vodovodnih i kanalizacionih cijevi i drugog.

## POSTUPAK U SLUČAJU SNIJEGA I POLEDICE

## Budite dobar domaćin i susjed

Kao vlasnik ili korisnik stambenog ili poslovnog prostora dužni ste redovno i pravovremeno održavati čistim od snijega i poledice pločnike ispred i pristupne puteve do svoga objekta ili parcele.

Ako to niste u mogućnosti, angažujte nekog da to učini za Vas. Puno je lakše očistiti tek pali snijeg, nego onaj koji je već ugažen i koji je zbijen ledenom korom.

Ako led ne možete očistiti s pločnika, ne koristite odviše solnu otopinu, ista izaziva štetu na putu, armaturi na objektu, vozilima i okolini.

Vodite računa gdje i koliko posipate (sol, pijesak, mljeveni kamen, piljevinu ili pepeo) kako bi izbjegli oštećenja raslina u okolini puta.

Razmislite gdje će te ukloniti snijeg, nemoj te drugima blokirati staze ili odvodne kanale.

Snijeg i led koji prijete pasti s krova Vašeg objekta dužni ste ukloniti (sami ili angažiranjem stručnih službi), posebno iznad javnih pješački staza (pločnika-trotoara). Koristite sunce u svoju korist, uklanjanjem gornjeg sloja snijega, pospješit ćete njegovo brže topljenje.

## Veća pažnja nikad nije na odmet

Koristite obuću s gumenim hrapavim donom da smanjite opasnost od klizanja i pada na poledici ili snijegu. Budite oprezni hodajući uz zgrade ili ispod drveća, jer s njih iznenada može pasti snijeg ili led, te iz tog razloga ne parkirajte svoje vozilo na tim mjestima.

Temeljito očistite snijeg i led sa svog vozila prije uključivanja u promet, uz obavezno korištenje zimske opreme na vozilu. Ako je moguće, otnesite snijeg sa voćaka, ukrasnog drveća i grmlja, TV antena, izoliranih telefonskih ili električnih kablova i sličnog, kako bi ste spriječili njihovo oštećivanje i lom.

## Pažnja!

- Čišćenje snijega i leda s krova je opasan posao te je bolje da za to angažirate stručnu službu.
- Ne otresajte i ne čistite neizolirane električne vodiče - smrtna opasnost!
- Očišćeni snijeg i led ispred Vaše kuće, ne uklanjajte na pločnik ili cestu, isti stvara nesigurne uslove pješacima i vozačima i može prozročiti nesreću.
- Obratite posebnu pažnju na kretanje na strmim i zaleđenim površinama.
- Pratite vremensku prognozu, promatrajte uslove i budite spremni odgovoriti datom trenutku.
- Ukoliko ste zbog snježnih padavina ostali izolirani, a u hitnoj ste situaciji (potrebne liječničke pomoći ili vet erinarske, bolničkog liječenja i slično) nazovite broj telefona 121, operativni centar civilne zaštite.

## Kako postupiti u slučaju niskih temperatura zraka-hladnoće.

- Što manje boravite na otvorenom ili u negrijanom zatvorenom prostoru, posebno u ranojutarnjim satima i noću.
- Pri izlasku na otvoreno, odjeća neka bude slojevita i ne preuska, a vanjski sloj odjeće, treba da je nepropustan na vjetar i vlagu.
- Po mogućnosti odjeća od vune, polipropilena i svile koja zadržava više topline u unutarnjim slojevima od pamuka,
- Pri izlasku, zaštitite glavu kapom, ruke rukavicama, usta šalom. Obucite termo čarape i termo donje rublje.
- Važna je topla i komotna obuća bez visokih potpetica, kada idete van.
- Ako primijetite povećano znojenje, potrebno je odmah presvući vlažnu odjeću koja uzrokuje gubitak topline, te se oslobodite suvušne odjeće.
- Predugo izlaganje hladnoći uz pojavu drhtavice, znak je za hitan povratak u unutrašnji prostor.
- Izbjegavajte teži fizički rad na otvorenom koji uzrokuje umaranje i ubrzano disanje na vanjskim niskim temperaturama.
- Unosite u organizam optimalnu količinu tekućine, posebno tople napitke, a ne alkohol i kofein.

- Osobe sklone oticanju noge i zimi trebaju paziti na elemente koje im pogoršavaju stanje, nužno je izbjegavati dugo stajanje i sjedenje (osobito prekrizanih nogu), nošenje cipela s visokom ili prenikom potpeticom.
- U slučaju pojave simptoma poput drhtanja, trnjenja, nadutost lica, zbunjenost i nizak stepen svjesnosti, te gubitka osjeta, uz izrazito blijedilo, a pri utopljenju crvenu kožu okrajina, potrebno je hitno potražiti pomoć svog ljekara porodične medicine.

Okupite svoju porodicu, vježbajte i ponavljajte svoj plan. Sa Vašom djecom kroz igru, kviz znanja, provjerite da li su zapamtili šta im je činiti u slučaju velikog snijega, hladnoće i poledice.



Računajte na to, da će te možda biti prisiljeni jedno vrijeme, dok dobijete pomoć preživljavati sa hranom, vodom i ostalim potrepštinama koliko ste se sami za tu situaciju pripremili. Lokalni dužnosnici i ostale službe spašavanja će biti na sceni nakon nepogode ali ne mogu doći svima odmah. Možete dobiti pomoć u nekoliko sati ili to možda potraje i danima.

Sa Vama uvijek Vaš komplet potrebnih stvari u hitnim slučajevima:

lična dokumenta  
baterijska lampa  
kutija prve pomoći  
rezervna baterija  
konzervirana hrana  
vreća za spavanje

topla odjeća  
boce vode  
mobitel sa punjačem  
prijenosni radio  
vaš plan u hitnim  
situacijama

Ova knjižica je informativnog karaktera i nije namjenjena za čitanje prilikom nesreće, jer tad date informacije i upute morate znati sprovesti, ako želite spasiti sebe, Vašu porodicu i prijatelje.

DA LI STE VI SPREMNI ZA SLUČAJ PRIRODNIH NEPOGODA?  
UKOLIKO NISTE. ČEKA VAS...