

W CZASIE ZAGROŻENIA RADIACYJNEGO

**Zachowaj spokój
nie ufaj plotkom, nie wpadaj w panikę!**

Uważnie i stale słuchaj oficjalnych komunikatów radiowych i telewizyjnych zawierających informacje o:

- zdarzeniu i sytuacji radiacyjnej
- przewidywanym rozwoju sytuacji
- skutkach zdarzenia dla ludzi i środowiska
- sposobie postępowania w tym możliwych do zastosowania środkach i działaniach dla ochrony zdrowia (takich jak np. podanie preparatu jodu stabilnego)
- wykonaj zalecenia wynikające z komunikatów.

W razie zalecenia pozostania w domu:

- zamknij okna
- zamknij i uszczelnij zasuwy kominowe i piecowe zabezpiecz otwory w domu (mieszkanu)
- wyłącz wentylacje, klimatyzację, ogrzewanie nawiewowe itp.
- ukryj zwierzęta
- nakarm inwentarz przechowaną w zamknięciu paszą
- przechowaj żywność w zamkniętych szczelnych pojemnikach lub w lodówce, przed schowaniem niezabezpieczoną żywność dokładnie opłucz
- unikaj spożywania żywności z twojego ogrodu, warzyw i owoców nieznanego pochodzenia, wody z niepewnych źródeł, mleka krów i kóz wypasanych na skażonym terenie lub karmionych skażoną paszą i pojoną skażoną wodą
- pozostań wewnątrz pomieszczeń do czasu odwołania zalecenia przez władze lub służby ratownicze
- jeżeli musisz wyjść na zewnątrz zakryj nos i usta mokrym ręcznikiem
- gdy powracasz z zewnątrz do miejsca schronienia umyj całe ciało (włącznie z włosami) zmień buty i odzież. Schowaj rzeczy noszone na zewnątrz do plastikowego worka i szczelnie je zamknij

Po odwołaniu bezpośredniego zdarzenia radiacyjnego stosuj się do oficjalnych zaleceń władz i służb ratowniczych odnośnie dalszych sposobów postępowania.