



Gmina Porąbka

INFORMATOR ZAGROŻEŃ SENIORA

Porąbka to gmina położona nad Sołą, wśród stoków Beskidu Małego i jezior: Międzybrodzkiego i Czanieckiego. Można tutaj wędkować, pływać kajakiem, żeglować i uprawiać windsurfing. Dzięki dużemu zalesieniu (ponad 50% powierzchni gminy stanowią lasy) tereny te są idealnym miejscem dla grzybiarzy i entuzjastów leśnych spacerów. Miłośnicy górskich wędrówek mają do dyspozycji wiele wyznaczonych szlaków turystycznych, przebiegających przez okoliczne szczyty Beskidu Małego. Do największych atrakcji gminy należy zbiornik drugiej co do wielkości elektrowni szczytowo-pompowej w Polsce, mieszczącej się na górze Żar. Na terenie gminy znajduje się wiele zabytków architektonicznych, sztuki sakralnej ale także obiektów przemysłowych, świadczących o bogatej historii tych terenów.

Organem wykonawczym Gminy jest Wójt Gminy. Od jesieni 2018 r. Wójtem Gminy Porąbka jest Pan Paweł Zemanek. Zastępcą Wójta Gminy jest Pan Bogusław Wawak, Sekretarzem Gminy Pan Tomasz Buś, zaś Skarbnikiem Gminy Pani Bożena Czosnyka. Przewodniczący Rady: Zbigniew Drabek.

Powierzchnia Gminy: 64 km²
Ludność: 15 484 (30.06.2023 r.)

Urząd Gminy Porąbka

ul. Krakowska 3, 43-353 Porąbka

NIP: 937-10-74-457

REGON: 000550077

Telefon 33 827 28 10, 33 827 28 09

Fax 33 827-28-00

E-Mail ors@porabka.pl

Strona WWW <http://www.porabka.pl>

Godziny urzędowania

Poniedziałek 7:30-15:30

Wtorek 7:30-17:00

Środa 7:30-15:30

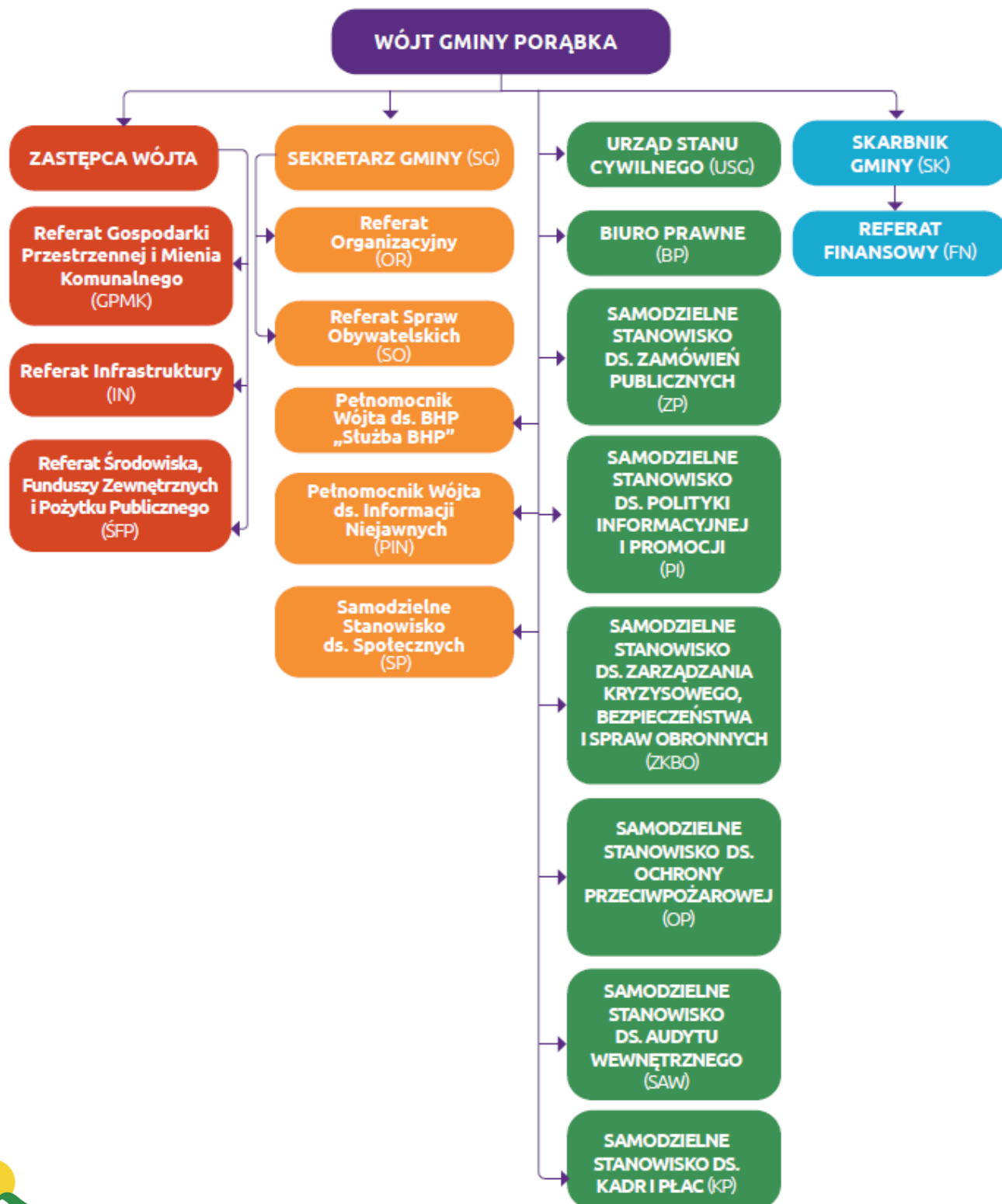
Czwartek 7:30-15:30

Piątek 7:30-14:00

Punkt Potwierdzający Profil Zaufany znajduje się na parterze w Biurze Obsługi Interesanta.

Wójt Gminy przyjmuje mieszkańców w sprawach dot. skarg i wniosków w każdy wtorek od 12:00 do 15:00 lub też w innym uprzednio ustalonym indywidualnie terminie.

Wójt Gminy wykonuje swoje zadania przy pomocy Urzędu Gminy, którego jest kierownikiem. Schemat organizacyjny Urzędu Gminy Porąbka w roku 2023 przedstawiał się następująco:



WARTO ZAPAMIĘTAĆ!

NUMERY TELEFONÓW ALARMOWYCH

112 EUROPEJSKI NUMER ALARMOWY

999 POGOTOWIE RATUNKOWE

997 POLICJA

998 STRAŻ POŻARNA

985 lub **601 100 100** MOPR, WOPR, GOPR i TOPR

55 625 77 94 STRAŻ MIEJSKA

991 POGOTOWIE ENERGETYCZNE

992 POGOTOWIE GAZOWE

993 POGOTOWIE CIEPŁOWNICZE

994 POGOTOWIE WODOCIĄGOWE

INNE PRZYDATNE NUMERY TELEFONÓW

800 190 590 Telefoniczna Informacja Pacjenta (NFZ)

22 560 16 00 Infolinia Zakładu Ubezpieczeń

Spółecznych (ZUS)

22 635 09 54 Telefon Zaufania dedykowany Osobom Starszym

116 123 Kryzysowy Telefon Zaufania

116 111 Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

33 82 72 810 Zarządzanie Kryzysowe Gmina Porąbka

33 432 28 78 Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

571 245 296 Gminne Pogotowie Kanalizacyjne

33 82 72 842 Rada Gminy

Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego:

Starostwo Powiatowe

ul. Piastowska 40, 43-300 Bielsko-Biała

tel. **33 81 36 867**

pon. - śr. 7.30-15.30

czw. 8.00-17.00

pt. 8.00-15.00

Komenda Miejska PSP - poza godzinami pracy

Starostwa Powiatowego

ul. Leszczyńska 43, 43-300 Bielsko-Biała

tel. **33 81 13 847**

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Porąbce

ul. Rynek 4, 43-353 Porąbka

33 810 60 45

Gminna Biblioteka Publiczna w Porąbce

ul. Rynek 22, 43-353 Porąbka

33 8 106 041

Gminny Ośrodek Kultury w Porąbce

ul. Rynek 22, 43-353 Porąbka

33 810 60 55

Ośrodek Zdrowia Porąbka

ul. Wielka Puszcza 23, 43-353 Porąbka

33 810 60 12

Ośrodek Zdrowia Czaniec

ul. K. K. Wojtyły 28A, 43-354 Czaniec

(33) 810 91 06

Ośrodek Zdrowia Kobiernice

ul. Żywiecka 10, 43-356 Kobiernice

tel. (33) 810 87 87



OGŁOSZENIE ALARMU

Jaki dźwięk?

Sygnał akustyczny -
modulowany dźwięk
syreny przez 3 minuty



Jaki znak?

Trójkątny, żółty znak
W uzasadnionym
przypadku inna
figura.



Środki masowego przekazu

Trzykrotnie
powtarzany
komunikat - np.

"Uwaga! Uwaga!
Uwaga!
Ogłaszam alarm...
dla ..."

RCB



ODWOŁANIE ALARMU

Jaki dźwięk?

Sygnał akustyczny -
ciągły dźwięk syreny
przez 3 minuty



Środki masowego przekazu

Trzykrotnie
powtarzany
komunikat - np.

"Uwaga! Uwaga!
Uwaga!
Odwołuję alarm...
dla ..."

RCB



KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE - ZAGROŻENIE SKAŻENIAMI

Ogłoszenie

Trzykrotnie powtarzana
zapowiedź - np.

"Uwaga! Uwaga!
Uwaga! Osoby
znajdujące się na
terenie...około godz. ...
min. ... może nastąpić
skażenie... w kierunku ..."

Odwołanie

Trzykrotnie powtarzana
zapowiedź - np.

"Uwaga! Uwaga!
Uwaga! Odwołuję
uprzedzenie o
zagrożeniu ... dla..."

RCB



KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE - KLĘSKI ŻYWIOŁOWE I ZAGROŻENIA ŚRODOWISKA

Ogłoszenie

Trzykrotnie powtarzana
zapowiedź:

Informacja o zagrożeniu
i sposobie, w jaki
powinni postępować
mieszkańcy na
zagrożonym terenie.

Odwołanie

Trzykrotnie powtarzana
zapowiedź - np.

"Uwaga! Uwaga!
Uwaga! Odwołuję
uprzedzenie
o zagrożeniu ... dla..."

RCB

POWÓDŹ

PRZED POWODZIĄ:

- Nie zbliżaj się do wezbranych rzek
- Słuchaj komunikatów o zagrożeniu, śledź prognozy pogody.
- Przenieś dokumenty, leki i wartościowe rzeczy na górne kondygnacje budynku.
- **Naładuj telefon.**

W TRAKCIE I PO POWODZI:

- Odłącz prąd i gaz.
- Zrób zdjęcia zniszczeń (mogą pomóc w odszkodowaniu).
- **NIE** pij wody ze studni (może być skażona).
- **Słuchaj poleceń służb.**
- Przygotuj się do ewentualnej ewakuacji.

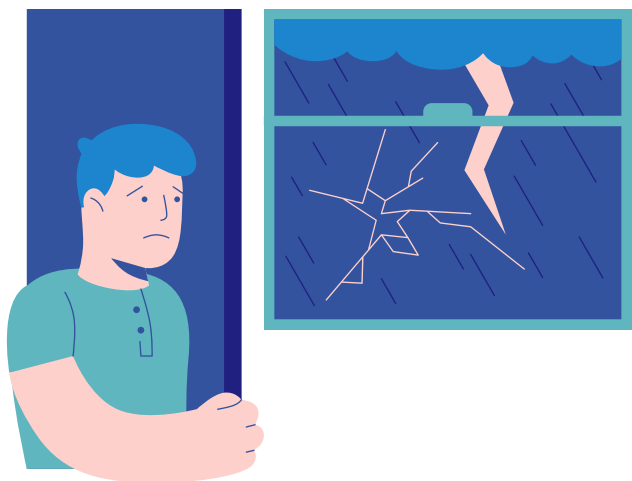


BURZA



PRZED BURZĄ:

- Zabezpiecz drzwi i okna oraz przedmioty na parapecie oraz balkonie.
- Odłącz od prądu sprzęt domowy.



W TRAKCIE I PO BURZY:

- Zostań w domu jeśli możesz.
- Unikaj otwartych przestrzeni.
- Unikaj dotykania metalowych przedmiotów.
- W górach, jak najszybciej zjedź ze szczytu.
- Jeśli pływasz, natychmiast wyjdź z wody i oddal się od brzegu.
- Jeśli zauważysz niebezpieczne zdarzenie, to zadzwoń po pomoc!



WICHURA



PRZED WICHURĄ:

- Usuń z parapetów i balkonu wszystkie przedmioty, które mogą zostać porwane przez wiatr i stanowić zagrożenie
- Zamknij okna i drzwi.
- **Naładuj telefon.**



W TRAKCIE I PO WICHURZE:

- Zostań w domu jeśli możesz.
- Wyłącz gaz i elektryczność.
- Jeśli jesteś poza domem, to poszukaj bezpiecznego schronienia.
- Nie zatrzymuj się pod drzewami.
- Zrób zdjęcia zniszczeń (mogą pomóc w odszkodowaniu).



UPAŁY

Wraz ze wzrostem temperatur znacząco wzrasta ryzyko odwodnienia oraz przegrzania organizmu. Dlatego, aby uniknąć ryzyka wystąpienia udaru słonecznego, bądź ciepłego należy:



- Unikaj wysiłku fizycznego.
- Zostań w domu jeśli możesz.
- W ciągu dnia zamknij i zasłoń okna.
- Noś lekką i przewiewną odzież.
- Noś nakrycie głowy.
- Stosuj kremy z filtrem UV.
- Nie pij alkoholu, bo odwadnia organizm.

Zadzwoń po pomoc jeśli zauważysz objawy przegrzania organizmu:

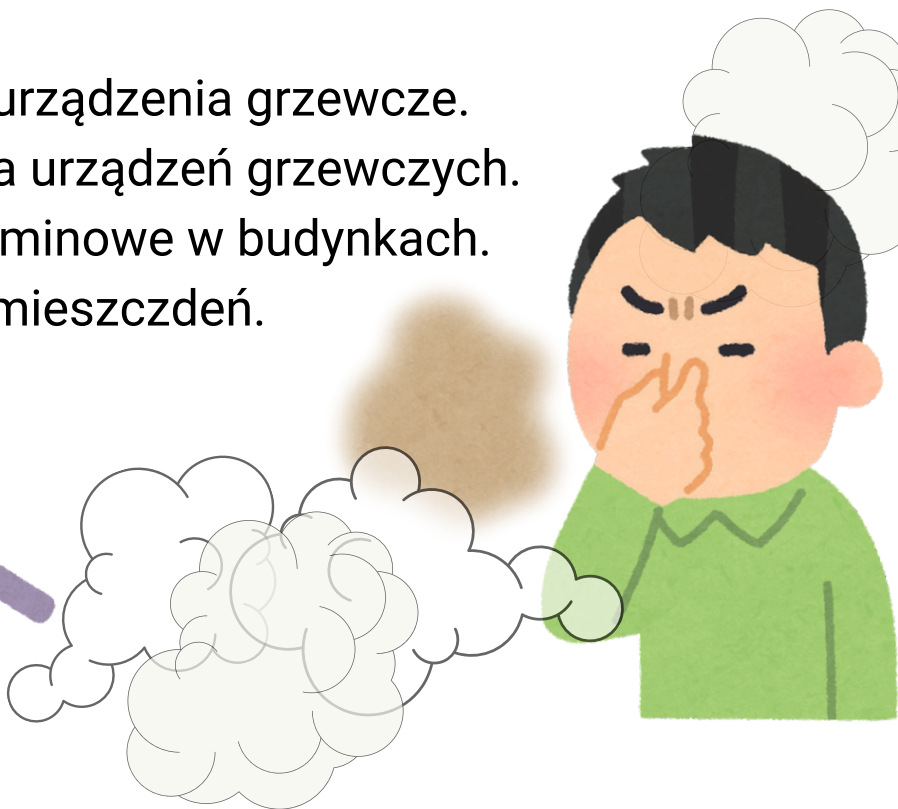
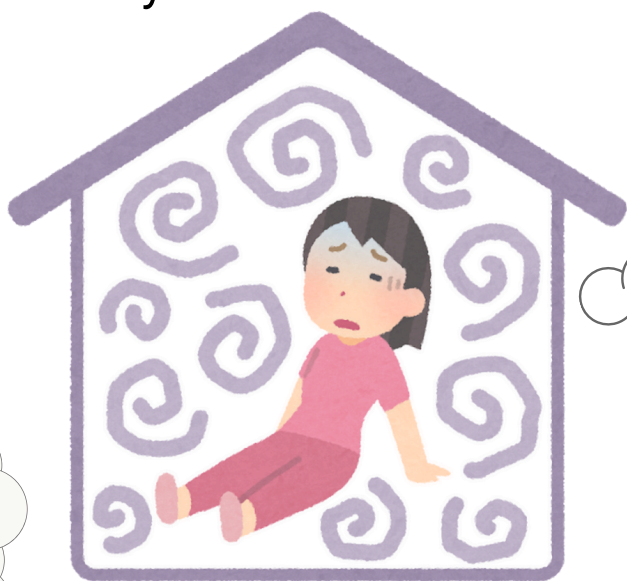
- Przyspieszony oddech.
- Gorączkę.
- Nudności.
- Silne bóle i zawroty głowy.
- Dreszcze.



ZATRUCIE CZADEM

Zagrożenie zatruciami tlenkiem węgla nasila się w okresie jesienno-zimowym, gdy następuje sezon ogrzewania mieszkań i innych pomieszczeń. Przyczyną zatrucia czadem w większości przypadków są:

- Wadliwe lub niesprawne urządzenia grzewcze.
- Niewłaściwa eksploatacja urządzeń grzewczych.
- Niesprawne przewody kominowe w budynkach.
- Niedrożna wentylacja pomieszczeń.
- Pożary.



JAK TEGO UNIKNĄĆ?

- Nie zasłaniaj kratki wentylacyjnych.
- Sprawdzaj szczelność przewodów kominowych.
- Sprawdzaj wentylację, zwłaszcza łazienek.
- Zainstaluj czujnik czadu.
- Wietrz pomieszczenia, w których korzystasz z term i pieców gazowych.

BEZPIECZEŃSTWO W MIEJSCU ZAMIESZKANIA

Przebywając w domu, czy mieszkaniu nigdy nie możesz przyjmować założenia, że jesteś w nim pełni bezpieczny. Pamiętaj, że niektórzy przestępcy działają w ciągu dnia i do realizacji swoich zamiarów potrzebują domowników w ich miejscu zamieszkania. Aby tego uniknąć pamiętaj o przestrzeganiu poniższych zaleceń:

- Drzwi wejściowe zawsze zamykaj na zamki.
- Nie otwieraj drzwi bez upewnienia się: kto i po co przyszedł.
- Jeśli musisz kogoś wpuścić, to nigdy nie zostawiaj tej osoby samej ani na chwilę.
- Nie daj się skusić na okazjonalne zakupy, bo może to być podstęp.
- Nie korzystaj z ofert wróżbitek - często podczas ich wizyt dochodzi do kradzieży.



- Zamykaj okna w godzinach nocnych, szczególnie jeśli mieszkasz na niższych piętrach budynku.
- Przechowując w domu oszczędności, czy inne cenne przedmioty schowaj je w miejscu znanym tylko Tobie, a większe sumy pieniędzy staraj się trzymać w banku.

OSZUSTWA NA “WNUCZKA” LUB “POLICJANTA”

Seniorzy pozostają w zainteresowaniu różnego rodzaju środowisk przestępczych, próbujących wyłudzić od nich pieniądze. Należy bardzo ostrożnie postępować w trakcie rozmów telefonicznych i unikać udzielania informacji, w szczególności odnośnie:

- Danych personalnych.
- Numerów dokumentów.
- Kont bankowych, czy haseł do nich,
- Numerów kart płatniczych, czy kodów PIN.



OSZUSTWA NA “WNUCZKA” LUB “POLICJANTA”

Jak działają naciągacze?

Kto może próbować Cię oszukać?

- ! Może to być osoba, która dzwoniąc do Ciebie i podając się za kogoś Ci bliskiego, prosi o wsparcie finansowe lub pożyczkę w związku z jakimś nagłym i nieprzewidzianym zdarzeniem,



- ! Może to być też osoba, która dzwoniąc do Ciebie, że jest policjantem, prokuratorem, czy też funkcjonariuszem CBŚP i prosi o pomoc w realizacji tajnej akcji wymierzonej w grupę oszustów.

OSZUSTWA NA “WNUCZKA” LUB “POLICJANTA”

Jak działają naciągacze?

Kto może próbować Cię oszukać?

- ! Może to być także osoba, która dzwoniąc lub odwiedzając Cię w domu, podaje się za pracownika ZUS i proponuje ponowne przeliczenie wysokości emerytury lub inne świadczenie.



- ! Może to być osoba, która odwiedzając Cię w domu przedstawia się jako pracownik opieki społecznej, gazowni, zakładu energetycznego albo innej instytucji, bądź też osoba, która chce Ci coś sprzedać lub prosi tylko o szklankę wody.

TO WSZYSTKO MOŻE BYĆ PRÓBA OSZUSTWA!!!

OSZUSTWA NA “WNUCZKA” LUB “POLICJANTA”

PAMIĘTAJ!!!



- ✓ Każdą telefoniczną prośbę o pilne wsparcie finansowe potwierdzaj i przedyskutuj z innym członkiem swojej rodziny lub bliskimi znajomymi.
- ✓ Prawdziwi prokuratorzy, policjanci czy inni funkcjonariusze NIGDY nie informują telefonicznie o prowadzonych działaniach i nie proszą o przekazanie pieniędzy.
- ✓ Pracownicy ZUS nie odwiedzają swoich klientów w domach, w celu informowania ich o przysługujących im świadczeniach, czy usługach. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości - zadzwoń do Centrum Obsługi Telefonicznej ZUS pod numer telefonu: 22 560 16 00
- ✓ Policja nigdy nie informuje o prowadzonych działaniach telefonicznie. Dodatkowo nie zapominaj o tym, że prawdziwy policjant wyposażony jest w odznakę - masz prawo wylegitymować funkcjonariusze i przeczytać dane na jego dokumencie.



SENIOR JAKO PIESZY

Aby bezpiecznie poruszać się pieszo po drogach, czy ulicach pamiętaj o tym, że:

- Zanim wejdiesz na ulicę zatrzymaj się i sprawdź, czy coś nie nadjeżdża patrząc w lewo, prawo i jeszcze raz w lewo.
- Możesz zasygnalizować chęć wejścia na przejście dla pieszych podniesieniem ręki, zanim jednak zrobisz krok do przodu - oceń czy kierujący nadjeżdżającym pojazdem zwalnia i ma zamiar się zatrzymać.
- Nie wchodź na jezdnię zza dużych obiektów, czy pojazdów.
- Przechodząc przez jezdnię nie patrz w telefon i nie prowadź telefonicznych rozmów - staraj się rozglądać.

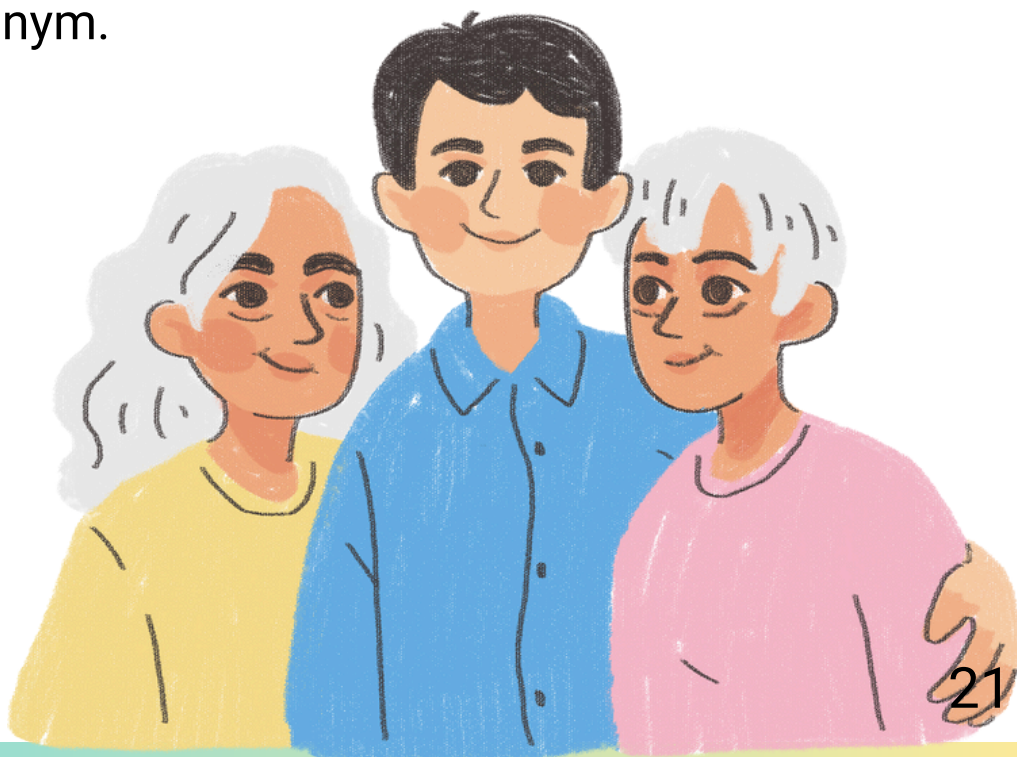


SENIOR JAKO PIESZY

Aby bezpiecznie poruszać się pieszo po drogach, czy ulicach pamiętaj o tym, że:



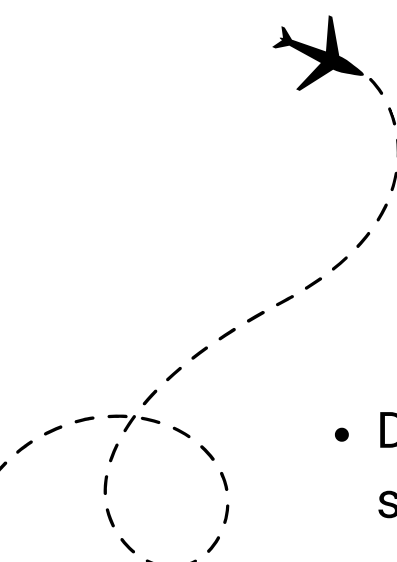
- Jeżeli sygnalizator świetlny zaczął pulsować na kolor zielony - nie wchodź już na przejście dla pieszych.
- To, że Ty widzisz nadjeżdżający pojazd nie oznacza, że jego kierunek widzi Ciebie.
- Poruszając się po jezdni zawsze należy iść lewą stroną, PAMIĘTAJĄC o elementach odblaskowych - jest to obowiązek w przypadku pieszych poruszających się drogą bez chodnika po zmroku, na obszarze niezabudowanym.



SENIOR JAKO KIEROWCA

Wielu seniorów posiada i stale korzysta z uprawnienia do kierowania samochodami. W miarę upływu lat człowiek zmuszony jest niejednokrotnie do zażywania coraz większej ilości leków, pogarsza się jego słuch i wzrok. Czas reakcji i sprawność ruchowa z upływem lat także maleje. Ważnym jest, aby zdawać sobie sprawę z tych ograniczeń i zwracać uwagę na następujące kwestie:



- 
- Jazda w nocy powinna być ostatecznością, a jeśli już zajdzie taka potrzeba i jest taka możliwość to należy wybierać dobrze oświetlone drogi i o mniejszym natężeniu ruchu.
 - Dbaj o czystość szyb w swoim samochodzie, w szczególności przedniej.
 - Po wyjściu w słoneczny dzień z zacienionego miejsca odczekaj parę minut zanim ruszysz samochodem w drogę. Używaj tym samym okularów przeciwsłonecznych przeznaczonych dla kierowców.

SENIOR JAKO KIEROWCA

- Systematycznie badaj wzrok.
- Szczególnie uważaj dojeżdżając do skrzyżowań, czy przejść dla pieszych, najlepiej trochę zwolnij.
- Pamiętaj o zachowaniu bezpiecznej odległości od pojazdu jadącego przed Tobą.
- Dostosowuj prędkość do warunków jakie panują na drodze.

Zażywając leki pamiętaj, że niektóre z nich nie są bez znaczenia dla Twoich zdolności prowadzenia pojazdu. Każdy lek posiada ulotkę, na której zawarto informację dotyczącą wpływu jego zażywania na kierujących pojazdami - koniecznie należy się z nią zaznajomić. Niektóre leki mogą powodować:

- Ospałość.
- Rozkojarzenie.
- Zawroty głowy.
- Problemy z pamięcią.
- Trudności z utrzymaniem prostego kierunku jazdy.
- Zamglone widzenie.
- Zaburzenia równowagi.



Bądź bezpieczny!



*Informator opracowały
studentki Wydziału Nauk
Społecznych w Jaworznie
Wyższej Szkoły
Bezpieczeństwa z siedzibą
w Poznaniu
Paulina Romuzga
Weronika Skowron
Katarzyna Stuczeń*