

POWÓDŹ

PORADNIK
NA WYPADEK POWODZI



RCB

Rządowe Centrum
Bezpieczeństwa

Warszawa, 2024 r.

Skład i realizacja
RZĄDOWE CENTRUM BEZPIECZEŃSTWA



Wydanie II
Warszawa, 2024 r.

SPIS TREŚCI

1. Wstęp
 - Czym jest powódź? – str.2
 - Powódź czy podtopienie? – str.3
 - Przyczyny powodzi – str.4
 - Skutki powodzi – str.6
 - Jak rozpoznać zagrożenie powodziowe – str.7
2. Przed powodzią
 - Zdobądź wiedzę – str.8
 - Przygotowanie i minimalizacja strat – str.12
 - Cenne przedmioty, dokumenty i żywność – str.13
 - Plecak ewakuacyjny – str.14
 - Przygotuj dom na ryzyko powodzi – str.15
 - Wały przeciwpowodziowe – str.16
3. Jeśli otrzymasz ostrzeżenie przed powodzią
 - Bezpieczne zachowanie w domu – str.17
 - Przygotuj się do ewakuacji – str.18
 - Zabezpiecz pojazdy – str.19
 - W gospodarstwie – str.20
4. W czasie powodzi
 - Jeśli przebywasz w domu – str.21
 - Jak wezwać pomoc – str.22
 - Jak powinna przebiegać ewakuacja – str.23
 - Co zrobić, jeśli jesteś na zewnątrz – str.25
 - Jeśli jesteś w samochodzie – str.26
5. Po powodzi
 - Powrót do domu – str.27
 - Zdrowie - środki ostrożności – str.28
 - Ubezpieczenie i zasiłek – str.28
 - Sprzątanie i renowacja – str.29
6. Przydatne kontakty i źródła informacji
 - Numery alarmowe - str.30
 - Źródła wiedzy na temat sytuacji powodziowej i meteorologicznej – str.31

1. WSTĘP



Powódź to jedna z **najgroźniejszych i najbardziej tragicznych** w skutkach klęsk żywiołowych. Jest niebezpieczna dla życia i zdrowia oraz często powoduje znaczne straty materialne.

W minimalizacji szkód może pomóc kilka elementów: odpowiednie przygotowanie, monitoring sytuacji, sprawne działanie i stosowanie się do poleceń służb ratunkowych.

- Jak skutecznie **przygotować się** na powódź?
- Jak **chronić** siebie i swoją rodzinę?
- Co zrobić, **gdy woda już opadnie**?

Dowiesz się z tego poradnika.

Czym jest powódź?

Powódź to zjawisko, podczas którego duża ilość wody zalewa rozległe obszary – często na skutek wylania rzek, jezior lub mórz. Może być wynikiem intensywnych opadów deszczu, roztopów, sztormów lub przerwania zapór.



Powódź czy podtopienie?

Powódź

Zazwyczaj obejmuje duże tereny, powodując znaczne szkody materialne i zagrożenie dla życia ludzi oraz zwierząt. Może być nagła i krótkotrwała (powódź błyskawiczna jest charakterystyczna dla terenów górskich) lub trwać przez dłuższy czas.

Podtopienie

To lokalne zalanie terenu, które jest mniej intensywne niż powódź i dotyczy głównie mniejszych obszarów, jak domy, piwnice, czy małe posesje. Zazwyczaj jest to krótkotrwałe zjawisko spowodowane nagłym, ale niewielkim wzrostem poziomu wód, na przykład po ulewnym deszczu.

Kto jest narażony na skutki powodzi?

Każdy z nas.

Biorąc pod uwagę różnorodny charakter powodzi, może ona wystąpić zarówno w okolicy rzek, morza, jeziora, jak i na terenie górzystym lub w centrum dużego miasta.



Przyczyny powodzi

Przyczyny powodzi mogą mieć charakter naturalny lub związany z działalnością człowieka.

Czynniki naturalne to m.in.:

- **intensywne opady deszczu** – długotrwałe lub krótkotrwałe (nawalne) deszcze;
- **gwałtowne topnienie śniegu** – wiosenne roztopy (zwłaszcza, gdy następują szybko) mogą prowadzić do gwałtownego wzrostu poziomu wód w rzekach i potokach. Dodatkowo intensywne opady deszczu zwiększają ryzyko powodzi;
- **zatory na rzekach** – zlodowacenia lub duża ilość naturalnych przeszkód (np. kamienie) mogą dodatkowo blokować przepływ wód, powodując wylewy rzek na okoliczne tereny;
- **sztorm** – silny wiatr na zalewach i wybrzeżach może wpychać wodę z Bałtyku do rzek powodując zjawisko tzw. cofki.



Czynniki związane z działalnością człowieka

to m.in.:

- **uszkodzenie zapory wodnej** – celowe lub przypadkowe;
- **nieprawidłowa konserwacja wałów przeciwpowodziowych** (lub ich brak);
- **brak konserwacji międzywala** – pozostawienie zbyt dużej ilości krzaków lub drzew, co podczas powodzi może znacząco podnieść poziom wody.

Międzywale - teren położony na brzegu rzeki pomiędzy linią brzegową a wałem przeciwpowodziowym

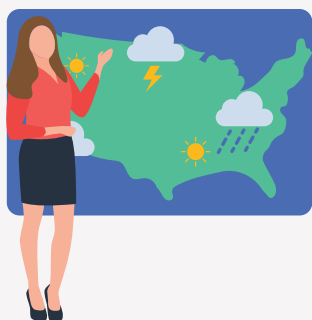


Najbardziej dotkliwe skutki powodzi to:

- ofiary śmiertelne;
- uszczerbek na zdrowiu (ludzi i zwierząt);
- straty materialne:
 - zniszczenie budynków;
 - utrata dobytku gospodarskiego (zniszczenie zasiewów, plonów, strata zwierząt hodowlanych);
 - utrata majątku – np. samochodu, sprzętu elektronicznego, mebli.



Zagrożenie powodziowe można rozpoznać na kilka sposobów:



Śledzenie prognoz

meteorologicznych – intensywne opady deszczu, gwałtowne roztopy lub burze mogą powodować powodzie. Służby meteorologiczne (IMGW) zwykle wydają ostrzeżenia na podstawie takich prognoz.



Obserwowanie rzek i zbiorników wodnych

– obserwowanie poziomu wody w rzekach, kanałach i zbiornikach wodnych jest istotnym wskaźnikiem możliwego zagrożenia. Przekroczenie stanów ostrzegawczych i alarmowych oznacza ryzyko powodzi.



Lokalne ostrzeżenia – warto zwracać uwagę na ostrzeżenia wydawane przez lokalne władze oraz Rządowe Centrum Bezpieczeństwa i media.

2. PRZED POWODZIĄ

Zdobądź wiedzę

Przede wszystkim **ustal ewentualne zagrożenie powodziowe** dla twojego terenu zamieszkania.

Informację o tym, czy mieszkasz na terenie zalewowym, uzyskasz na stronie:

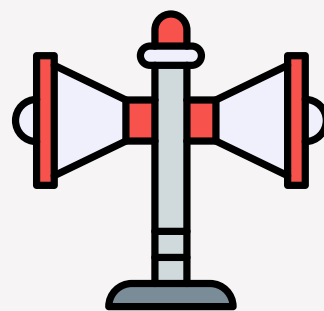


<https://mapy.isok.gov.pl>



Jeśli mieszkasz na terenie zalewowym:

- **Zapoznaj się z lokalnym systemem ostrzegania przed powodzią** – dowiedz się, jak działa i jakie sygnały alarmowe są stosowane w przypadku wystąpienia zagrożenia np. syreny alarmowe, dzwony kościelne, komunikaty radiowe.



- **Dowiedz się więcej na temat powodzi** – odwiedź strony internetowe z informacjami (ich adresy znajdziesz na stronie 31).



- **Edukuj najbliższych członków rodziny:**
 - Upewnij się, że wszyscy członkowie rodziny (zwłaszcza dzieci) wiedzą, co robić w razie powodzi;
 - Naucz ich, w jaki sposób odłącza się dostęp do prądu, gazu i wody na wypadek powodzi;
 - Stwórzcie razem „Rodzinny plan powodziowy” (wzór można pobrać TUTAJ).



Przygotuj plan ewakuacji

Dowiedz się:

- **jak** w twojej miejscowości zorganizowana jest ewakuacja ludzi i zwierząt;
- **kto** będzie ją przeprowadzał;
- **gdzie** są drogi i miejsca planowanej ewakuacji ludzi;
- **gdzie** są miejsca wyznaczone do umieszczenia zwierząt, pojazdów, maszyn rolniczych i innego mienia.



Skąd uzyskać informacje na temat zachowania podczas powodzi?

Najlepszym źródłem wiedzy na temat zachowania podczas ewentualnej powodzi (realnego zagrożenia, metod ewakuacji, sposobów ostrzegania) są:

- **władze lokalne** – urząd gminy lub miasta;
- **gminne zespoły zarządzania kryzysowego;**
- **doświadczenia** rodziny i osób mieszkających w pobliżu.

Zaplanuj samodzielną ewakuację:

- **Wyznacz najbezpieczniejsze trasy** samodzielnej ewakuacji z domu – takie, które pozwolą szybko i bezpiecznie dotrzeć do punktów ewakuacyjnych;

- **Ustal z rodziną:**

- drogi ewakuacji;



- sposoby kontaktowania się;

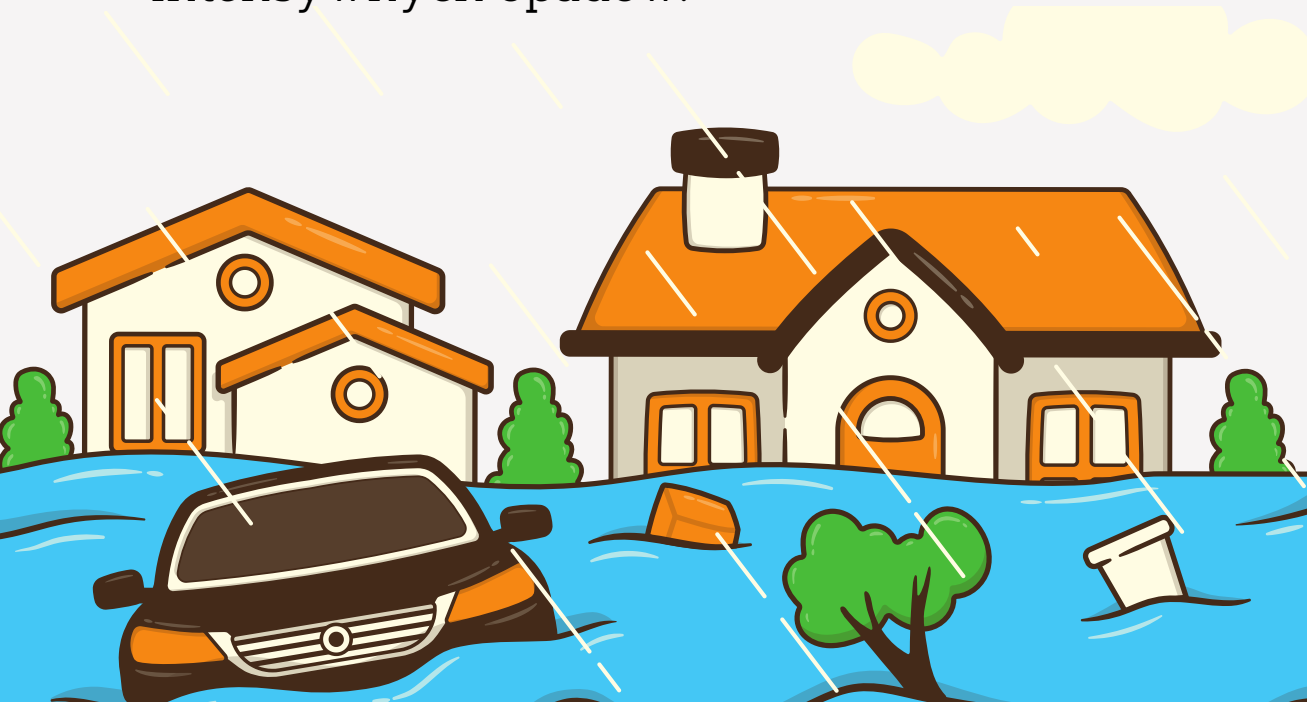


- miejsce spotkania w razie rozdzielenia (nie może znajdować się na terenie zalewowym).



Co zrobić, żeby przygotować się na powódź i zminimalizować straty?

- **Ubezpiecz swój majątek** – wykup polisę uwzględniającą ubezpieczenie nieruchomości i mienia, obejmującą szkody powodziowe.
- **Śledź prognozy pogody** – regularnie sprawdzaj lokalne prognozy pogody i komunikaty lokalnych mediów – szczególnie w okresie wzmożonych opadów lub topnienia śniegu.
- **Zwracaj uwagę na poziom wody** – jeśli mieszkasz w nisko położonym rejonie lub w pobliżu rzeki, strumienia, zbiornika wodnego zwracaj uwagę na poziom wody w czasie intensywnych opadów.



- **Zabezpiecz dokumenty i cenne przedmioty** – przechowuj ważne dokumenty w wodoodpornych opakowaniach lub sejfach: akty własności, paszporty, dowody osobiste, polisy ubezpieczeniowe oraz inne ważne dokumenty. W miarę możliwości cenne przedmioty przenieś na wyższe piętra.



- **Rób kopie zapasowe** – dokumentów cyfrowych oraz nośników danych. Przechowuj kopie w chmurze lub na zewnętrznych dyskach, które są trzymane w bezpiecznym miejscu.



- **Zgromadź w domu żywność** o długotrwałej przydatności do spożycia i wodę.



Plecak ewakuacyjny

Skompletuj plecak ewakuacyjny – spakuj podstawowe artykuły na wypadek ewakuacji.



Bądź gotowy!

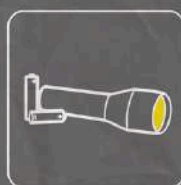
Przygotuj plecak ewakuacyjny na sytuację kryzysową

RCB

Norway grants



radio na baterie + baterie



latarka + baterie



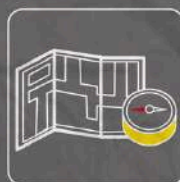
najpotrzebniejsze dokumenty



zapalniczka /zapalki



maski oddechowe /ochronne



mapa z lokalnymi drogami, kompas, busola, GPS



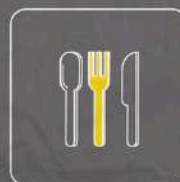
otwieracz do puszek



posiłki na 2 dni



nóż, ołówek i notes



komplet sztućców



kurtka przeciwdeszczowa



apteczka



śpiwór



worki na śmieci



ubranie na zmianę



mydło, żel do dezynfekcji



kobinerki, łom, narzędzie wielofunkcyjne



gotówkę w niewielkich nominałach



butelkę filtrującą z nowym filtrem



gumy, sznurki, opaska zaciskowa

Checklista **najważniejszych rzeczy**, które mogą przydać się w czasie zagrożenia powodziowego dostępna jest [TUTAJ](#).

Przygotuj dom na ryzyko powodzi

- Zainstaluj **zawory zwrotne w odpływach kanalizacyjnych**, aby zapobiec cofnięciu się ścieków.
- Zainstaluj **specjalne uszczelki na drzwiach i oknach**, które mogą pomóc zmniejszyć ryzyko przecieków.
- Rozważ **zakup worków i piasku** lub innych materiałów do uszczelnienia wejść do budynku.
- Utrzymuj w dobrym stanie **system odprowadzania wody z dachu** (np. rynny).
- Sprawdź **drożność kratek kanalizacyjnych** i usuń np. zalegające liście.



Wały przeciwpowodziowe

Wały przeciwpowodziowe są kluczową budowlą chroniącą przed powodzią. **Nie osłabiaj ich struktury!**

Pamiętaj, że zabronione jest:

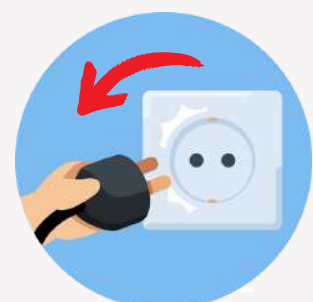
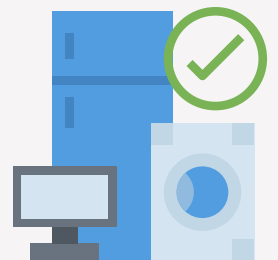
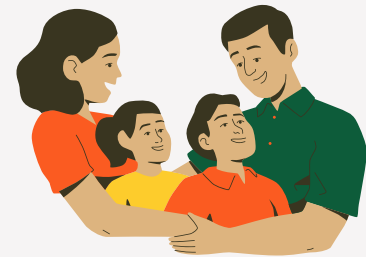
- przejeżdżanie przez wały (z wyjątkiem miejsc do tego przeznaczonych);
- uprawianie gruntu bezpośrednio przy wałach;
- sadzenie drzew na wałach;
- stawianie budynków, kopanie studni, sadzawek, dołów oraz rowów w odległości mniejszej niż 50 m od podstawy wałów.



3. JEŚLI OTRZYMASZ OSTRZEŻENIE PRZED POWODZIĄ

Bezpieczne zachowanie w domu

- **Śledź oficjalne komunikaty** w radiu, telewizji i internecie, aby być na bieżąco z informacjami o zagrożeniu i sposobach postępowania.
- **Zadbaj o rodzinę** – upewnij się, że wszyscy (zwłaszcza dzieci) wiedzą, co robić w razie powodzi, przypomnij ustalone sposoby kontaktowania się i drogi ewakuacji.
- **Miej przy sobie telefon komórkowy** i postaraj się, aby bateria była naładowana.
- **Zabezpiecz urządzenia elektryczne** – przenieś je na wyższe kondygnacje lub ustaw je na podwyższeniach;
- **Wyłącz media** – odłącz instalację gazową i elektryczną, zamknij dopływ wody, zabezpiecz sieć kanalizacyjną lub szambo.



Przygotuj się do ewakuacji

- Jeśli nie zostało to zrobione wcześniej, **spakuj plecak ewakuacyjny**; (więcej informacji [na str. 16](#))
- **Przenieś wartościowe rzeczy** w bezpieczne miejsce lub na górne kondygnacje budynku;



- **Przygotuj do zabrania:**
 - lekarstwa;
 - dowody tożsamości (również akty urodzenia);
 - kosztowności;
 - pieniądze i papiery wartościowe;
 - dokumenty dotyczące domu i posiadanych gruntów;
 - dokumentację działalności gospodarczej;
 - polisy ubezpieczeniowe;



- **Zabezpiecz budynki i przygotuj worki z piaskiem.**

Zabezpiecz pojazdy

- **Przestaw** je tam, gdzie ryzyko zalania jest mniejsze.
- **Jeśli masz garaż**, upewnij się, że jest szczelnie zamknięty i zabezpieczony przed wodą.
- Jeśli nie masz możliwości ewakuacji pojazdu, **odłącz akumulator**, aby uniknąć ryzyka zwarcia lub uszkodzenia instalacji elektrycznej.



**W razie zagrożenia
zdrowia lub życia
dzwoń na numer
alarmowy 112!**

W gospodarstwie

- **Przenieś paszę** dla zwierząt w miejsce niezagrożone zalaniem i przygotuj jej zapas na trzy doby.
- Zgromadź dodatkowe **zapasy wody dla zwierząt**.
- **Przygotuj zwierzęta hodowlane do ewakuacji** – jest ona trudniejsza niż ludzi i zajmuje więcej czasu.
- **Porozmawiaj z sąsiadami o wzajemnej pomocy** przy załadunku zwierząt gospodarskich do ewakuacji.
- **Przenieś pojazdy i maszyny rolnicze** w miejsca niezagrożone powodzią.
- **Zabezpiecz substancje niebezpieczne** – nawozy, pestycydy, środki owadobójcze, farby, lakiery, rozpuszczalniki i inne środki chemiczne.



4. W CZASIE POWODZI

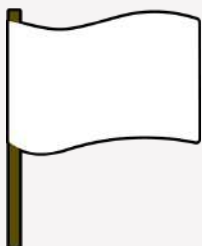
Jeśli przebywasz w domu

- **Pozostań na wyższych piętrach budynku.**
- **Włącz radio zasilane bateriami na częstotliwość lokalnej stacji**, aby uzyskać najnowsze informacje o sytuacji i sposobach postępowania.
- **Nie dotykaj mokrych urządzeń elektrycznych** - grozi to porażeniem prądem.
- **Unikaj kontaktu z wodą powodziową i nie korzystaj ze studni** - woda może być zanieczyszczona chemikaliami, ściekami, czy innymi niebezpiecznymi substancjami, w tym bakteriami chorobotwórczymi.
- **Przygotuj się do ewentualnej ewakuacji** - miej pod ręką niezbędne rzeczy, w tym plecak ewakuacyjny.

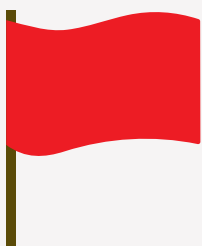


Jak wezwać pomoc

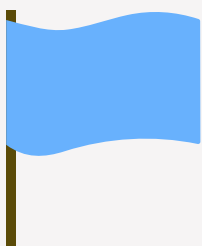
Jeśli potrzebujesz pomocy, wywieś flagę lub kawałek materiału w następującym kolorze:



BIAŁY
Potrzeba ewakuacji

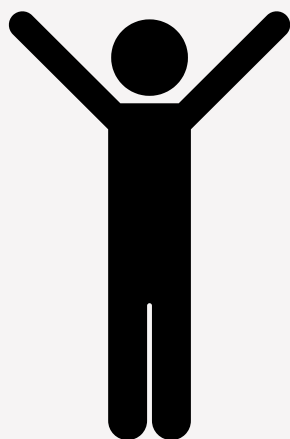


CZERWONY
Potrzeba pomocy medycznej



NIEBIESKI
Potrzeba żywności i wody

lub przekaz wiadomość załodze śmigłowca w ten sposób:



TAK
potrzebna pomoc



NIE
nie potrzebujemy pomocy

Jak powinna przebiegać ewakuacja

- W przypadku decyzji opuszczenia domu wydanej przez służby, **zrób to natychmiast!**
- **Nie pozostawaj na zalanym terenie** – to ogromne ryzyko. Oprócz bezpośredniego zagrożenia utonięciem, m.in.: choroby zakaźne, brak prądu, wody i kanalizacji. Możesz też nie otrzymać pomocy medycznej na czas – służby mogą mieć trudność z dotarciem.
- **Nie kieruj się potrzebą ochrony dobytku przed kradzieżą.** Teren zostanie zabezpieczony przez służby.



Pamiętaj!
Zawsze stosuj się do poleceń
służb prowadzących akcję
ratunkową!

- **Przed opuszczeniem domu:**

- **Wyłącz** wszystkie instalacje elektryczne i gazowe.
- **Przypnij dzieciom do ubrań karteczki** z ich imieniem i nazwiskiem oraz kontaktem do opiekuna. Kartki odpowiednio zabezpiecz, aby nie zniszczyły się i nie odpięły.
- Opuszczając dom **zabierz ze sobą plecak ewakuacyjny**.

Po ewakuacji zarejestruj się w punkcie ewidencyjnym - w ten sposób łatwiej odnajdzie cię rodzina.



Co zrobić, jeśli jesteś na zewnątrz

- **Unikaj nisko położonych terenów** – np. dolin rzek, miejsc pod mostami.
- W przypadku niebezpieczeństwa **natychmiast przemieść się na wyżej położony teren.**
- **Nie wchodź na zalane obszary** – nawet kilkucentymetrowy nurt wody może przewrócić człowieka, a samochody mogą zostać unieruchomione.



Jeżeli musisz przekroczyć zalany obszar, wybierz miejsce bez silnego nurtu.

Jeśli jesteś w samochodzie

- Jeśli zbliżasz się do zatopionej drogi, **zawróć i znajdź alternatywną trasę.**
- **Jeśli twój samochód się zepsuje**, natychmiast z niego wysiądź i idź na tereny wyżej położone.

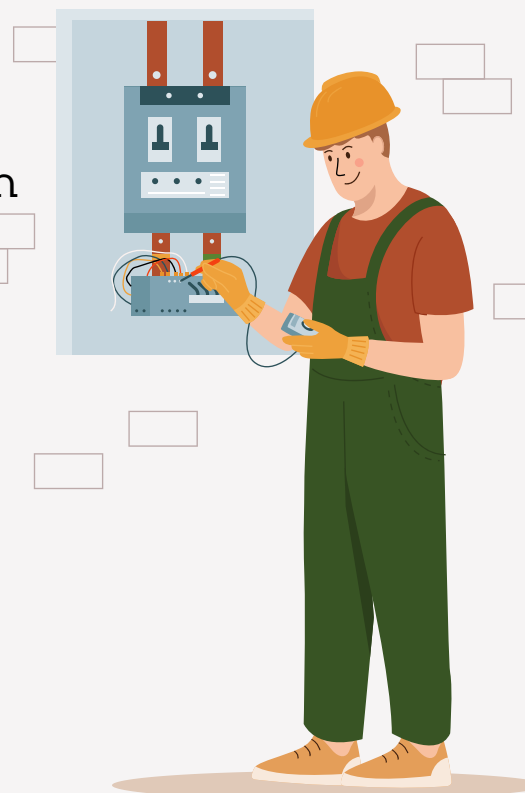
! Pozostawanie w samochodzie podczas wezbrania jest niebezpieczne. Większość samochodów może zostać poniesiona przez wodę.



5. PO POWODZI

Powrót do domu

- **Zanim wrócisz, sprawdź, czy jest bezpiecznie** – słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych, nie wracaj do domu, dopóki władze nie ogłoszą, że jest to bezpieczne.
- **Zanim wejdiesz do domu, upewnij się, że budynek jest stabilny i nie grozi zawaleniem** – sprawdź fundamenty i ściany domu pod kątem pęknięć lub innych uszkodzeń. W przypadku wątpliwości zgłoś to do nadzoru budowlanego i władz samorządowych.
- **Nie włączaj instalacji elektrycznej i gazowej** bez specjalistycznej pomocy – woda może zalegać w szczelinach i gniazdkach.
- Sprawdź instalację **wodno-kanalizacyjną**.



Zdrowie - środki ostrożności

- **Unikaj kontaktu z wodą**, dopóki nie zostanie ona usunięta - **może być skażona**. Jeśli musisz wejść w kontakt z wodą powodziową, zakładaj rękawice ochronne i buty wodoodporne.
- Jeśli miałeś kontakt z wodą powodziową lub masz jakiegokolwiek objawy choroby - **skontaktuj się z lekarzem**.
- **Wyrzuć** całą żywność, która miała kontakt z wodą powodziową.

Ubezpieczenie i zasiłek

- **Dokumentuj** wszystkie szkody za pomocą zdjęć lub filmów i skontaktuj się z **ubezpieczycielem**.
 - Jeżeli tego potrzebujesz, zgłoś się po **pomoc finansową** do gminnego lub miejskiego ośrodka pomocy społecznej. **Zasiłek** jest przeznaczony na pokrycie kosztów zakupu żywności, leków, opału, odzieży, niezbędnych przedmiotów użytku domowego.



Sprzątanie i renowacja

- **Usuń wodę i osusz dom** – jak najszybciej usuń wodę i wysusz wnętrze budynku, aby zapobiec rozwojowi pleśni.
- **Otwórz wszystkie okna i drzwi**, uruchom ogrzewanie lub skorzystaj z przenośnych urządzeń grzewczych.
- Zalane pomieszczenia **zdezynfekuj, wywietrz, wysusz i odmaluj** (szczególnie, jeśli przechowujesz w nich żywność, przygotowujesz posiłki lub jeżeli przebywają w nich dzieci).
- Usuń wszystkie elementy które **utrzymują wilgoć** i utrudniają wysychanie pomieszczeń.
- **Meble** odsuń od ścian na co najmniej 20 cm i podnieś minimum 5 cm od podłogi.



Jeśli to możliwe, włącz się do pomocy innym w usuwaniu skutków powodzi.

6. PRZYDATNE KONTAKTY I ŹRÓDŁA INFORMACJI

Numery alarmowe

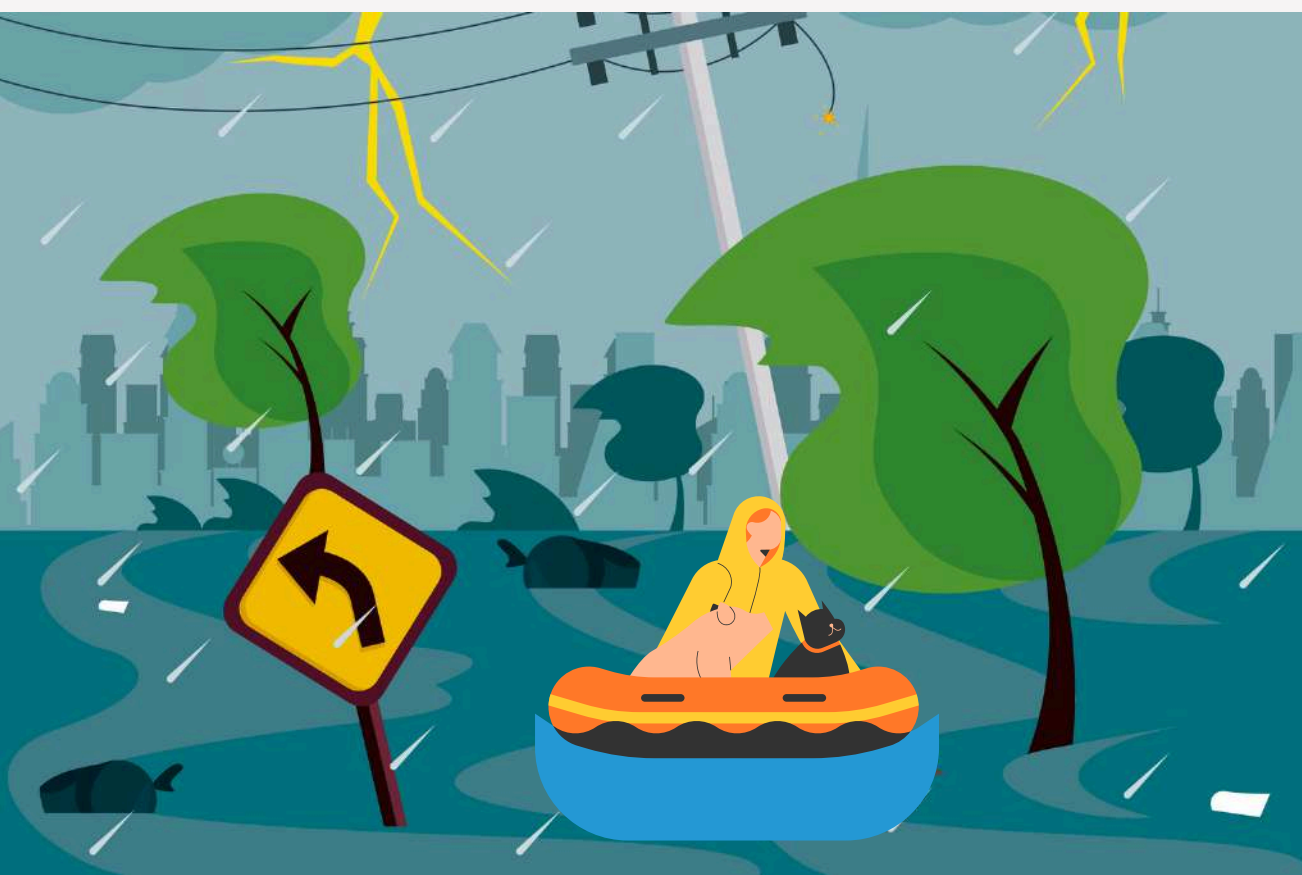
Numer alarmowy - 112

Pogotowie Wodociągowe - 994

Pogotowie Ciepne - 993

Pogotowie Gazowe - 992

Pogotowie Energetyczne - 991



Źródła wiedzy na temat sytuacji powodziowej i meteorologicznej



Rządowy portal – ochrona przed
powodzią
www.powodz.gov.pl



Państwowe
Gospodarstwo Wodne
Wody Polskie

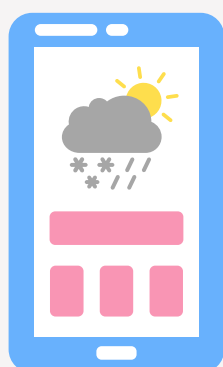
Państwowe Gospodarstwo Wodne
Wody Polskie



Rządowe Centrum
Bezpieczeństwa



Instytut Meteorologii i Gospodarki
Wodnej (IMGW)



Regionalne portale pogodowe
i aplikacje mobilne z alertami
pogodowymi

RCCB

Rządowe Centrum
Bezpieczeństwa