

Karta informacyjna: śnieżyce

Śnieżyce mogą być niebezpieczne, istnieją jednak kroki, które można podjąć wcześniej oraz w trakcie burz, aby odpowiednio się do nich przygotować. Podjęcie działań zaradczych jest najlepszym sposobem na uniknięcie poważnego ryzyka dla zdrowia związanego z zimową pogodą. Niniejsza karta informacyjna zawiera wskazówki, które pomogą w przygotowaniu się na śnieżyce.

W jaki sposób można się zabezpieczyć przed zagrożeniami powodowanymi przez śnieżyce?

- Zostań wewnątrz domu, gdzie jest ciepło. Jeśli wychodzisz na zewnątrz, ogranicz czas spędzany na dworze i noś dużo warstw odzieży. Najlepsza jest luźna, ciepła odzież. Nie zapomnij o rękawicach, szaliku, czapce, nausznikach i obuwiu.
- Przechowuj zapasy wody pitnej oraz żywności puszkowanej / niewymagającej gotowania na co najmniej trzy dni. Przygotuj zestaw awaryjny obejmujący dodatkowe koce, środki pierwszej pomocy i lekarstwa oraz latarkę z zapasowymi bateriami.
- Jeśli musisz wyjść na zewnątrz, aby odśnieżyć, pracuj powoli. Rób przerwy i obserwuj swój organizm.
- Nawet jeśli odśnieżysz i posypiesz solą własny chodnik, chodź ostrożnie i powoli, ponieważ na ścieżce nadal może znajdować się śnieg i lód. Zachowanie uwagi może zapobiec obrażeniom głowy oraz innym w wyniku upadku.
- Nie zapomnij o zwierzętach domowych. Nawet psy i koty mogą potrzebować pomocy w przypadku zimowej pogody. Zabierz je do domu i upewnij się, że mają wodę i koce.

W jaki sposób można się zabezpieczyć podczas podróży w trakcie śnieżyцы?

- Podróżowanie podczas śnieżyцы może być niebezpieczne, unikaj więc długich podróży, jeśli to możliwe.
- Jeśli musisz wyjechać, zaplanuj podróż wcześniej i powiadom kogoś, dokąd jedziesz.
- Przed wyjazdem upewnij się, że samochód jest w dobrym stanie. Upewnij się, że okna są odśnieżone oraz że posiadasz zestaw ratunkowy, obejmujący wodę, koce i łopatę śnieżną.
- Jedź powoli, zwiększ odległość od następnego pojazdu i **ZAWSZE** bądź przygotowany/-a na powrót, jeśli warunki staną się zbyt niebezpieczne.
- Jeśli korzystasz z transportu publicznego, zapoznaj się z rozkładem jazdy autobusu lub pociągu, aby wiedzieć, kiedy przyjedzie. Zmniejsz to czas spędzany na zewnątrz na przystanku.

W jaki sposób można pomóc innym zabezpieczyć się przed śnieżycami?

- Przechowuj listę danych kontaktowych do krewnych, sąsiadów i przyjaciół i określ zarówno podstawowe, jak i alternatywne sposoby komunikacji między sobą.
- **Często się z nimi kontaktuj**, szczególnie z osobami starszymi, niepełnosprawnymi i/lub mieszkającymi samotnie.
- Ustal, gdzie znaleźć oraz w jaki sposób skontaktować się ze służbami ratunkowymi, takimi jak policja, straż pożarna, pogotowie ratunkowe (EMS) i szpitale.
- Przechowuj zapasową baterię i ładowarkę do urządzeń mobilnych.
- Jeśli nie czujesz się na siłach, aby sprawdzić, czy u innych osób wszystko w porządku, zadzwoń pod nr 311, aby zamówić usługę kontroli stanu zdrowia.

Jeśli nie posiadasz dostępu do ogrzewania, **zadzwoń pod nr 311** w celu uzyskania pomocy. Możesz również udać się do jednego ze schronisk miejskich, gdzie można się ogrzać, zlokalizowanych na terenie Chicago. Centrum Garfield przy ulicy 10 S. Kedzie Avenue jest czynne przez 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu, świadcząc usługi kierowania mieszkańców do schronisk w sytuacji kryzysowej.