



W TROSCE O TWOJE BEZPIECZEŃSTWO



Nowy Sącz
Dobrze wróży

**Szanowni Państwo,
Mieszkańcy Miasta Nowego Sącza**

Biorąc pod uwagę charakter współczesnych zagrożeń, kwestia zapewnienia bezpieczeństwa zawsze będzie dla nas działaniem priorytetowym. Pamiętajmy, że w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia często jesteśmy ograniczeni przez czas, który mamy na podjęcie decyzji. Dlatego warto znać zasady i sposoby postępowania na wypadek zaistnienia różnych zagrożeń.

Ponadto musimy sobie zdawać sprawę z faktu, że współczesne zagrożenia czyhają na nas w najmniej spodziewanych miejscach, nawet z pozoru bezpiecznych, do jakich zaliczyć można internet.

Zachęcam do zapoznania się z treścią kolejnej edycji broszury informacyjnej kierowanej przez Urząd Miasta do mieszkańców Nowego Sącza.

Równocześnie pragnę przypomnieć, że w Nowym Sączu funkcjonuje w systemie całodobowym Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego, do którego możecie się Państwo zwracać we wszystkich sprawach związanych z lokalnymi zagrożeniami.

**Prezydent Miasta Nowego Sącza
Ryszard Nowak**

Nowy Sącz – 2014 r.

Informacje o zagrożeniach regionalnych

Wydział Zarządzania Kryzysowego i Ochrony Ludności Urzędu Miasta informuje, że jeśli chcą Państwo otrzymywać za pośrednictwem skrzynki elektronicznej informacje, komunikaty, ostrzeżenia i prognozy o zagrożeniach meteorologicznych, hydrologicznych i innych, dotyczących obszaru Miasta Nowego Sącza, proszę o wysłanie e-maila na poniższy adres Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego w Nowym Sączu:

c z k @ n o w y s a c z . p l

wpisując w temacie wiadomości „ZGODA NA KOMUNIKAT”. Przesłanie wiadomości jest równoznaczne ze zgodą Państwa na otrzymywanie drogą elektroniczną informacji przesłanej przez Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego, a sporządzonej przez Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej - Centralne Biuro Prognoz Meteorologicznych w Krakowie.

Równocześnie informujemy, że w przypadku wystąpienia zagrożenia, wszelkie informacje o bieżącej sytuacji na terenie Miasta Nowego Sącza, komunikaty i ostrzeżenia meteorologiczne oraz zalecenia dla ludności zamieszkałej na zagrożonych terenach będą na bieżąco zamieszczane przez dyżurnych operacyjnych Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego na stronie Urzędu Miasta Nowego Sącza w zakładce „Ostrzeżenia i alarmy” dostępnej po kliknięciu w link:

<http://www.nowysacz.pl/ostrezenia-i-alarmy>

Jednocześnie pragniemy zaprosić mieszkańców Miasta Nowego Sącza do zapoznania się z systemem wczesnego ostrzegania mieszkańców o zagrożeniach za pomocą SMS. Równocześnie informujemy, że rejestracji można dokonać również poprzez stronę internetową Urzędu Miasta Nowego Sącza.

Zachęcamy do zarejestrowania się w systemie według kryteriów podanych na plakacie zamieszczonym na kolejnej stronie broszury.



PREZYDENT MIASTA NOWEGO SĄCZA RYSZARD NOWAK

INFORMUJE:

JĘŚLI CHCESZ BEZPŁATNIE OTRZYMYWAĆ WIADOMOŚCI SMS Z INFORMACJAMI O:

- sytuacjach kryzysowych w mieście zagrażających zdrowiu i życiu,
- zagrożeniach meteorologicznych lub hydrologicznych (np. burze, silne opady, silne wichury i inne),
- wydarzeniach kulturalnych i sportowych (festyny, imprezy sportowe, koncerty i inne)

zarejestruj się w systemie informacyjnym.

WYŚLIJ SMS* POD NUMER 799 599 523
w treści wpisując wybrany kod rejestrujący

Serwis informacyjny	Kody rejestrujące	Kody wyrejestrowujące
WSZYSTKIE KOMUNIKATY	Tak.01	Nie.01
Wyd. Kulturalne i Sportowe	Tak.02	Nie.02
Zagrożenia i ostrzeżenia	Tak.03	Nie.03
(obszar całego miasta)		
• Osiedle Helena	Tak.03he	Nie.03he
• Osiedle Przetakówka/Zabelcze	Tak.03pz	Nie.03pz
• Osiedle Kochanowskiego	Tak.03ko	Nie.03ko
• Osiedle Barskie/Westerplatte	Tak.03bw	Nie.03bw
• Osiedle Chruślice/Goląbkowice	Tak.03cg	Nie.03cg
• Osiedle Falkowa/Piątkowa	Tak.03fp	Nie.03fp
• Osiedle Centrum	Tak.03ce	Nie.03ce
• Osiedle Stare Miasto	Tak.03sm	Nie.03sm
• Osiedle Przydworcowe/Szujskie	Tak.03ps	Nie.03ps
• Osiedle Millenium/Kilińskiego	Tak.03mk	Nie.03mk
• Osiedle Wojska Polskiego	Tak.03wp	Nie.03wp
• Osiedle Gorzków	Tak.03go	Nie.03go
• Osiedle Nawojowska	Tak.03na	Nie.03na
• Osiedle Kaduk/Wółki	Tak.03kw	Nie.03kw
• Osiedle Biegonice/Dąbrówka	Tak.03bd	Nie.03bd
• Osiedle Zawada/Poreba Mała	Tak.03zp	Nie.03zp



Rejestracji można dokonać również on-line poprzez wypełnienie formularza dostępnego na stronie www.nowysacz.serwersms.pl

Więcej informacji na stronie internetowej Miasta Nowego Sącza www.nowysacz.pl.

*Opłata za wysłanie wiadomości SMS rejestrującej oraz wyrejestrowującej z systemu jest zgodna z cennikiem właściwego operatora telefonii komórkowej, w którym Użytkownik posiada telefon komórkowy.
Czas dostarczenia do Użytkownika wiadomości z Komunikatem jest uzależniony od przesłania sieci operatora telefonii komórkowej, w którym Użytkownik posiada telefon komórkowy.



Zasady wzywania Pogotowia Ratunkowego

Zapoznaj się ze wskazówkami dotyczącymi wzywania pogotowia ratunkowego, których przestrzeganie pozwoli na szybsze i skuteczniejsze dotarcie pomocy.

Pogotowie Ratunkowe należy wzywać tylko w przypadku nagłego zachorowania, pogorszenia stanu zdrowia lub wypadkach bezpośrednio zagrażających życiu i zdrowiu.

Wzywanie pomocy należy zacząć od wybrania numeru alarmowego:

112 lub 999

Przed wszystkim należy pamiętać, by nawet w trudnych sytuacjach mówić spokojnie i nie panikować. Nie krzyczeć i nie ponaglać dyspozytora. Takie zachowanie pozwoli na szybsze dotarcie pomocy.

Podaj dyspozytorowi szczegółowe informacje w następującej kolejności:

1. Miejsce, w którym znajduje się pacjent (dokładny adres lub lokalizacja).
2. Swoje imię i nazwisko oraz numer telefonu, z którego dzwonisz. W przypadku gdy dzwonisz z telefonu komórkowego, określ jeszcze raz z jakiej miejscowości dzwonisz, gdyż czasem komórki nie przełączają się prawidłowo do najbliższych stacji pogotowia.
3. Powiedz co się wydarzyło.
4. Podaj dane pacjenta (wiek, płeć, imię i nazwisko - jeżeli znasz).
5. Inne informacje o jakie może zapytać dyspozytor.
6. **NIGDY NIE ROZŁĄCZAJ SIĘ PIERWSZY/PIERWSZA.**

**ZAWSZE POSTĘPUJ ZGODNIE Z ZALECENIAMI DYSPOZYTORA
POGOTOWIA RATUNKOWEGO**



Twoje bezpieczeństwo w miejscu zamieszkania

Statystyki wskazują, iż większość pożarów mieszkań rozpoczyna się w kuchni. Kuchnia powinna być dobrze zorganizowanym miejscem pracy. Zapoznaj się ze sposobami gaszenia elementów wyposażenia kuchni oraz zasadami bezpieczeństwa.

Gdy podczas przygotowywania posiłku w kuchni zapali się olej:

- wyłącz dopływ gazu lub płytę grzejną;
- przykryj patelnię lub garnek przykrywką;
- do gaszenia możesz również użyć specjalnego koca gaśniczego lub gaśnicy przeznaczonej do gaszenia tłuszczów, olejów i urządzeń kuchennych (typu F);
- NIGDY NIE ZALEWAJ PŁONĄCEGO TŁUSZCZU WODĄ. Dodanie do płonącego tłuszczu wody spowoduje eksplozję, która cię poparzy i doprowadzi do rozprzestrzenienia się pożaru;
- po stłumieniu ognia nie przesuwaj patelni lub garnka i nie przenoś, aż do całkowitego ostudzenia tłuszczu.

Gdy zapali się urządzenie elektryczne:

- jeśli urządzenie jest pod napięciem NIE WOLNO GASIĆ GO WODĄ;
- odetnij dopływ prądu poprzez wyjęcie wtyczki z kontaktu (np. drewnianym kijem od szczotki) lub poprzez odłączenie bezpieczników;
- dopiero po odłączeniu prądu możesz ugasić pożar gaśnicą, kocem gaśniczym, wodą lub piaskiem.

Gdy na człowieku zapali się ubranie:

- człowiek ten najczęściej będzie biegał i wykonywał nieskoordynowane ruchy;
- przewróć go twarzą do ziemi (zabezpieczysz w ten sposób jego drogi oddechowe przed toksycznym i gryzącym dymem);
- płonąca odzież najlepiej ugasić wodą lub kocem gaśniczym;
- jeżeli nie masz w pobliżu dostępu do koca gaśniczego lub wody, do gaszenia możesz użyć swojego ubrania lub innego dużego kawałka materiału;
- gaszenie zawsze rozpoczynaj od głowy przesuwając się w kierunku stóp.

Gaśnica

Prawo nie nakazuje posiadania gaśnicy w domu, lecz w trosce o własne bezpieczeństwo warto ją mieć. Zadbaj o sprawność i niezawodność gaśnicy, gdyż dobrze użyta skutecznie ugasi pożar w zarodku. Co najmniej raz na rok zlecaj profesjonalistom jej przegląd i konserwację.

Obiekty użyteczności publicznej, produkcyjne i magazynowe zgodnie z przepisami prawa muszą być wyposażone w gaśnice. Zapoznaj się z typami gaśnic, by w razie zaistnienia niebezpieczeństwa użyć gaśnicy właściwego typu.

- Gaśnica typu A używana jest do gaszenia pożarów materiałów stałych zwykle pochodzenia organicznego;
- Gaśnica typu B używana jest do gaszenia pożarów cieczy i ciał stałych topiących się;
- Gaśnica typu C używana jest do gaszenia pożarów gazów;
- Gaśnica typu D używana jest do gaszenia pożarów metali;
- Gaśnica typu F używana jest do gaszenia pożarów tłuszczów i oleju w urządzeniach kuchennych.

Do zabezpieczenia mieszkania najlepiej wybrać gaśnicę oznaczoną symbolami ABC, natomiast do kuchni najlepiej gaśnicę oznaczoną symbolem F.

Czujka tlenu węgla

Producenci czujek produkują coraz lepsze i nowocześniejsze detektory tlenu węgla. Czujka wykrywa minimalne, a nadal bezpieczne dla życia stężenie tlenu węgla (czadu) w powietrzu i natychmiast sygnalizuje to przez głośny alarm i migoczącą diodę. Dzięki czujce masz czas, by zapobiec zatruciu czadem.

Rozważ zamontowanie takiej czujki w pomieszczeniu, gdzie znajduje się kominek, w pobliżu podgrzewacza gazowego (junkersa) oraz w sypialni. Montaż czujki dymu jest bardzo prosty, a zasilana ona może być zarówno z baterii, jak i z sieci elektrycznej. Nie zaleca się montażu czujki w kuchni (gdyż mogą pojawić się fałszywe alarmy spowodowane obecnością pary wodnej), w pobliżu okien i klimatyzatorów (gdyż mogą one zaburzyć przepływ powietrza), jak również w miejscach podatnych na brud i kurz.

Bezpieczne używanie urządzeń elektrycznych:

- używaj odbiorników prądu elektrycznego, według kryterium, na ile obliczono moc instalacji elektrycznej w twoim domu;
- nie stosuj bezpieczników o większej mocy niż dopuszczalna oraz nie próbuj sam ich naprawiać;
- nie ustawiaj sprzętu telewizyjnego i radiowego w regałach, które nie mają odpowiedniej wentylacji, na półkach obłożonych książkami i innymi materiałami palnymi;
- nie wykonuj prowizorycznej podłączeń do instalacji elektrycznej;
- nie ustawiaj elektrycznych urządzeń grzewczych w pobliżu materiałów palnych (mebli, firanek itp.). Zachowaj odległość minimum 50 cm;
- co jakiś czas sprawdzaj czy kable zasilające urządzenia grzewcze nie są zbyt rozgrzane oraz czy ich izolacja nie jest popękana;

- sprawdzaj co jakiś czas czy nie obłuzowały się gniazda elektryczne. Obłuzowane połączenia przewodów elektrycznych mogą doprowadzić do zwarcia i tym samym do pożaru;
- regularnie czyść komputer stacjonarny, szczególnie wentylator. Odkurz go lub wyczyść sprężonym gazem (gdy używasz gazu rób to na zewnątrz).

Jak przygotować miejsce zamieszkania na długotrwałe opady mogące spowodować lokalne podtopienia lub powódź?

Rozważ zasadność następujących działań w twoim miejscu zamieszkania:

- zabezpiecz odprowadzenie wód deszczowych – zadбай o sprawny system odprowadzania wód z dachu. Pamiętaj również, by tak ukształtować teren wokół domu, aby wody deszczowe miały swobodny odpływ z okolic budynku;
- konserwuj rowy odwadniające – częstą przyczyną podtopień jest ich niedrożność. Brak przepustu lub zbyt mała jego średnica przed wjazdem na posesję powoduje, że woda w rowie zostaje podpiętrzona i wlewa się na teren twojej posesji. Dbaj o odmulanie, wykaszanie i oczyszczanie ze śmieci rowów odwadniających;
- rozważ zastosowanie osłon stałych – w miejscach, gdzie spodziewane zalanie nie jest głębokie, można opasać dom niskim murkiem betonowym lub kamiennym. Ze względu na znaczne koszty wykonania tych osłon nie stosuje się tego rodzaju zabezpieczeń wyższych niż 1 metr;
- jeżeli spodziewany jest zalew przekraczający głębokość 1 metra najlepiej jest umożliwić wodzie swobodny przepływ przez dom. W tym przypadku pomieszczenia przez które przepływałaby woda powinny być wykonane z materiałów wodoodpornych lub pokryte warstwą nieprzepuszczalną. W tych pomieszczeniach nie powinny się znajdować piece CO, pralki itp.;
- pamiętaj o zabezpieczeniu majątku – biorąc pod uwagę fakt zamieszkiwania na terenie, gdzie występują długotrwałe opady powodujące podtopienia i powodzie najlepiej tak urządzić mieszkanie, by cenne lub ważne przedmioty i dokumenty znajdowały się na kondygnacji, która znajduje się powyżej spodziewanego poziomu wody;
- pamiętaj o uszczelnieniu dachu i zamknięciu okien, gdyż zalanie mieszkania lub domu przez te otwory nie kwalifikuje do przyznania pomocy jako ofiarom intensywnych opadów deszczu lub powodzi;
- przygotuj rodzinę do powodzi – człowiek zaskoczony przez podtopienie lub powódź często zachowuje się nierozsądnie. Jeśli wiesz, że powódź lub potopienie może cię zaskoczyć opracuj RODZINNY PLAN POWODZIOWY.

RODZINNY PLAN POWODZIOWY

Plan ewakuacji

Narysuj mapkę miejscowości z zaznaczonym domem oraz miejscami i drogami ewakuacji.

Ważne telefony

Wpisz numery ważnych telefonów takich jak: Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego, Policja, Straż Pożarna, Pogotowie Ratunkowe, Gazowe, Energetyczne, Wodno-Kanalizacyjne oraz do członków najbliższej rodziny.

Lokalizacja wyłączników

Narysuj plan domu i zaznacz, gdzie znajdują się: wyłącznik elektryczny, główny zawór gazu, wodociągowy i kanalizacyjny.

Adres kontaktowy

Wpisz, gdzie w razie rozłąki rodzina się spotka, lub zostawi wiadomość.

Lokalne radio

Wpisz częstotliwość lokalnej rozgłośni radiowej.

Co zrobić

Wpisz listę czynności, które uznalście za najważniejsze do wykonania przed opuszczeniem domu.

Co zabrać

Wpisz najważniejsze przedmioty do zabrania w razie ewakuacji (dokumenty, kosztowności, pamiątki rodzinne, zapasową odzież, leki, zabawki, telefon, radio zasilane na baterie).

Rodzinny Plan Powodziowy

W sytuacjach kryzysowych często „traci się głowę”. Warto wtedy mieć gotowy, wcześniej przygotowany i przećwiczony plan postępowania, w którym każdy z członków rodziny ma wyznaczoną rolę i zadania. Informację dotyczące zagrożenia powodziowego, sposobu ostrzegania oraz lokalizacji punktów ewakuacji będą zawsze przekazywane przez Urząd Miasta. Mając pełną świadomość zagrożenia powodziowego można przystąpić do opracowania Rodzinnego Planu Powodziowego.

We wskazane pola należy wpisać indywidualne ustalenia dotyczące postępowania w razie zagrożenia, telefony alarmowe, częstotliwość lokalnej rozgłośni radiowej, adresy kontaktowe, listę najważniejszych przedmiotów, które należy ze sobą zabrać w razie ewakuacji. Ponadto w przedmiotowym planie należy sporządzić mapkę z zaznaczonymi drogami i miejscami ewakuacji, a także schemat domu z lokalizacją bezpiecznych miejsc, wyłącznika elektrycznego, zaworów: gazowego, wodociągowego, kanalizacyjnego i innych istotnych miejsc (takich jak lokalizacja ważnych dokumentów).

Rodzinny Plan Powodziowy powinien być znany oraz zostać przedyskutowany i przećwiczony wspólnie przez wszystkich domowników.

Zasady poprawnej ewakuacji

Zapamiętaj, że ewakuacja to świadome ratowanie siebie, swoich bliskich i dobytku, a nie ucieczka na oślep z zagrożonego obszaru. Dlatego zapamiętaj niżej wymienione zasady właściwej ewakuacji:

- w pierwszej kolejności zawsze ratujemy zagrożone ludzkie życie;
- jeśli zauważyłeś pożar, pierwszą czynnością, jaką powinienesz zrobić, jest zaalarmowanie osób przebywających w domu lub bloku. Wyjdź na klatkę schodową i zaalarmuj sąsiadów krzykiem. Następnie wezwij Straż Pożarną;
- wybierz najkrótszą, oznakowaną drogę ewakuacyjną;
- z silnie zadymionych pomieszczeń wychodź w pozycji pochylonej. Idź wzdłuż ściany, żeby nie stracić orientacji w pomieszczeniach;
- podczas ewakuacji z pożaru zabezpiecz drogi oddechowe zmoczonym w wodzie ręcznikiem lub innym materiałem;
- nie otwieraj bez potrzeby drzwi do pomieszczeń objętych pożarem, gdyż nagły dopływ powietrza sprzyja gwałtownemu rozprzestrzenieniu się ognia. Jeśli musisz otworzyć drzwi do takiego pomieszczenia, stań przy ścianie obok i dopiero wtedy je otwórz;
- zawsze bezwzględnie współpracuj z osobą, która kieruje ewakuacją. Wykonuj jej polecenia;
- nie panikuj i staraj się uspokoić innych;
- wskazuj innym drogę ewakuacji i pomagaj osobom mniej sprawnym od ciebie;

- nigdy nie korzystaj z windy! W czasie pożaru możesz w niej zostać uwięziony. Do wyjścia używaj zawsze klatki schodowej;
- po opuszczeniu zagrożonego miejsca sprawdź czy twoja rodzina, sąsiedzi i znajomi opuścili budynek. Jeśli kogoś brakuje, powiadom o tym kierującego ewakuacją.

O warunki do sprawnej ewakuacji zadбай już teraz:

- nie stosuj krat w drzwiach i oknach, na klatkach schodowych i przejściach między nimi oraz wyjściach na dach, gdyż krata utrudni ewakuację podczas pożaru i wydłuży czas oczekiwania na pomoc strażaków;
- jeżeli twoje mieszkanie musi zostać wyposażone w kraty, zakładaj takie, które można też otworzyć od wewnątrz. Klucz przechowuj w miejscu znanym wszystkim domownikom. Pamiętaj, że podczas pożaru wyjście przez kratę może być jedyną drogą ewakuacji;
- dbaj o drożność dróg ewakuacyjnych. Nie zastawiaj sprzętami korytarzy i dojsz do mieszkań – może to utrudnić ewakuację, a ratownikom dostęp do miejsca pożaru.

W przypadku nakazu opuszczenia domu, zrób to natychmiast. Przed opuszczeniem domu, dzieciom znajdującym się pod twoją opieką przypnij do ubrań karteczkę z ich imieniem i nazwiskiem oraz kontaktem do ich opiekunów. Pamiętaj, aby zabrać ze sobą wcześniej przygotowane rzeczy (tj. niezbędne leki, ważne dokumenty, kosztowności, pieniądze, telefon komórkowy itp.). Pamiętaj, że bagaż nie może przekraczać 50 kg. Pamiętaj również, by po opuszczeniu mieszkania zarejestrować się w punkcie ewidencyjnym, by łatwiej mogła cię odnaleźć rodzina.

Regionalne zagrożenia naturalne

Pył PM – 10

Miasto Nowy Sącz w związku z położeniem w Kotlinie Sądeckiej oraz ze względu na intensywne spalanie w okresie zimowym odpadów emitujących do środowiska pył PM - 10, zagrożone jest wysokim stężeniem w powietrzu tej niebezpiecznej dla zdrowia substancji. Pył zawieszony może zawierać substancje toksyczne, takie jak wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne (m.in. benzoapiren), metale ciężkie oraz dioksyny i furany. Stężenie pyłu w powietrzu może być większe przy bezwietrznej pogodzie oraz w dniach gdy nie pada deszcz i śnieg.

Przy zwiększonym stężeniu pyłu zawieszonego zaleca się ograniczanie przebywania na świeżym powietrzu kobiet w ciąży, dzieci, osób starszych oraz osób chorujących na alergię i astmę.

W Nowym Sączu obowiązuje zakaz spalania odpadów w paleniskach domowych.

W domowych paleniskach wytwarza się stosunkowo niska temperatura (spalanie w paleniskach domowych odbywa się w temperaturach 200-500°C). Dodatkowo, spalanie śmieci w domach to tzw. źródła emisji niskiej. W takiej sytuacji niemożliwe jest wyniesienie zanieczyszczeń na duże wysokości i ich rozproszenie przez wiatr, co skutkuje lokalnym wzrostem substancji zanieczyszczających w powietrzu. Docierają one do górnych dróg oddechowych i płuc oraz przenikają przez ściany naczyń krwionośnych, co w przyszłości powoduje choroby układu krwionośnego, oddechowego oraz krążenia. W wyniku połączenia wody z unoszącymi się substancjami chemicznymi, powstają tzw. kwaśne deszcze. Wbrew pozorom nie rozpuszczają się one w glebie, a kumulują, powodując zasolenie gleby i zakwaszenie oraz korozję konstrukcji metalowych. W Nowym Sączu spalanie śmieci dozwolone jest jedynie w specjalnie do tego przeznaczonych spalarniach. Temperatury są tam dziesięciokrotnie wyższe (ponad 1000°C), a dzięki temu do atmosfery dostaje się znacznie mniej dioksyn.

Co zrobić jeżeli sąsiad spala odpady?

Należy zwrócić uwagę i uświadomić, że truje nie tylko siebie, ale również innych dookoła. Jeżeli to nie pomoże, należy zawiadomić Straż Miejską lub Policję, by zostały przeprowadzone odpowiednie czynności sprawdzające w miejscu zdarzenia.

Barszcz Sosnowskiego

Od kilku lat identyfikowane są przez służby miejskie ogniska niebezpiecznej dla zdrowia rośliny, jaką jest „Barszcz Sosnowskiego”. Roślina ta zawiera furanokumaryny, które pod wpływem światła słonecznego wywołują na skórze poważne poparzenia skutkujące zapaleniem skóry, pojawieniem się bolesnych pęcherzy, trudno gojących się ran, a także zapalenie spojówek. Działanie tej rośliny może być odczuwalne nawet dla osób, które nie miały z nią bezpośredniego kontaktu, jednak znalazły się w jej polu oddziaływania, które może się znajdować w odległości nawet kilku metrów od rośliny. Roślina ta została zlokalizowana w Nowym Sączu między innymi w międzywalu rzeki Dunajec w rejonie mostu „Heleńskiego”, na wysokości Parku Strzeleckiego oraz na brzegu rzeki Kamienica w okolicach skrzyżowania ulicy Prażmowskiego z ulicą Jamnicką.

Z uwagi na niebezpieczeństwo wynikające z działania „Barszczu Sosnowskiego” apelujemy do wszystkich o nie zbliżanie się do miejsc, w których on występuje.



Zdjęcia ilustrują roślinę „Barszcz Sosnowskiego”

Twoje bezpieczeństwo w czasie wypoczynku

Bezpieczeństwo to także wszelkie działania, które mają zapobiec utracie zdrowia i życia w czasie wypoczynku. Mając powyższe na uwadze zastosuj się do poniższych zasad.

Bezpieczne poruszanie się na szlakach turystycznych:

Przed wyruszeniem na wędrowkę, niezależnie od tego czy będziesz wędrował pieszo, rowerem, konno, kajakiem czy na nartach pamiętaj by:

- przygotować wcześniej dokładny plan wycieczki, spływu, wyprawy;
- zaplanować długość i trudność trasy na miarę swoich możliwości;
- przestudiować mapę terenu, w który się wybierasz i opis szlaku;
- sprawdzić stan techniczny i sprawność sprzętu, którym się posługujesz;
- zabrać odpowiedni ubiór oraz apteczkę pierwszej pomocy;
- zostawić wiadomość o celu i trasie swojej wycieczki;
- zabierz ze sobą telefon komórkowy.

W trakcie wędrówki zastosuj się do Dekalogu Turysty Górskiego:

1. Przed wyruszeniem w góry zastanów się czy posiadasz dostateczne doświadczenie. Przed wyjściem poddaj ocenie stan zdrowia, siły swoje i towarzyszy – szczególnie dzieci.
2. Przygotuj wcześniej dokładny plan wycieczki. Poczytaj przewodniki, mapy, skorzystaj z usług informacji turystycznej i wskazówek przewodników górskich.
3. W górach szybko i często zmieniają się warunki atmosferyczne, niezbędna jest odzież chroniąca przed złą pogodą i zimnem oraz mocne, wysokie buty na profilowanej podeszwie.
4. Wychodząc na wycieczkę pozostaw w domu, w schronisku lub u znajomych wiadomość o celu i trasie wycieczki oraz godzinę powrotu. W ten sposób zapewnisz sobie szybką pomoc w razie wypadku.
5. Szybkość poruszania się dostosuj do możliwości najmniej sprawnego uczestnika wycieczki. „Pożeranie kilometrów” prowadzi do wyczerpania oraz ogranicza możliwość podziwiania uroków górskiego krajobrazu.
6. Uważaj na każdy krok – upadki zdarzają się także w łatwym terenie. Szczególnej ostrożności wymagają trudniejsze partie trasy: strome, mokre i zaśnieżone stoki – są one zwykle poprowadzone optymalnie zarówno pod względem bezpieczeństwa, jak i wysiłku na ich pokonanie.
7. Nie strącaj kamieni, gdyż narażasz innych turystów na poważne niebezpieczeństwo. Miejsce zagrożone przez spadające kamienie przechodź szybko i uważnie.
8. Decyzja zawrócenia z drogi to nie hańba, lecz głos rozsądku. Nie wstydź się zawrócenia, gdy załame się pogoda, nadejdzie mgła lub gdy trasa okaże się zbyt trudna.
9. Szanuj przyrodę, nie hałasuj. Dbaj o czystość i porządek w górach. Usuwając śmieci dajesz przykład kultury.
10. Jeżeli mimo ostrożności zdarzy się wypadek – przede wszystkim zachowaj spokój. Poszkodowanego ułóż w pozycji bezpiecznej w widocznym miejscu i pod opieką. Wezwij Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe.

Jeżeli w górach zdarzy się wypadek wezwij pomoc za pomocą numeru alarmowego Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego:

601 100 300

Bezpieczny wypoczynek nad wodą

Podczas upalnego lata, pożądanym przez większość społeczeństwa jest wypoczynek nad wodą, która kojarzy się głównie z morzem, jeziorem lub rzeką. Woda w rzece – pozornie spokojna – może być bardzo niebezpieczna.

W wyniku braku elementarnej wiedzy o specyfice wód płynących, jak również lekceważenia przepisów dotyczących kąpieli, a przede wszystkim kąpieli w miejscach niedozwolonych, następuje większość utonięć.

Aby spokojnie i przyjemnie spędzić wolne chwile nad wodą miej na uwadze kilka cennych wskazówek dotyczących bezpiecznego przebywania nad nią:

W czasie wypoczynku nad wodą w Nowym Sączu pamiętaj, że:

- w obrębie miasta Nowego Sącza na rzekach nie ma miejsc strzeżonych przez ratowników takich jak kąpieliska czy miejsca wyznaczone do kąpieli;
- w obrębie miasta Nowego Sącza na rzekach są jedynie miejsca zwyczajowo wykorzystywane do kąpieli czyli takie, na których nie dyżurują ratownicy, a dno rzeki nie spełnia wymogów do utworzenia kąpieliska;
- nie lekceważ znaków informacyjnych na brzegach rzek oraz poleceń ratowników WOPR, którzy doraźnie patrolują ciekę wodne.

Podczas wypoczynku nad wodą:

- staraj się nie pływać samemu – możesz poprosić kogoś, aby cię obserwował w trakcie pływania;
- nie wchodź do wody wbrew zakazowi ratownika, a także wtedy kiedy na maszcie przy jego stanowisku wisi czerwona flaga, zawsze stosuj się do zaleceń ratowników WOPR, którzy pełnią dyżur w danym miejscu i czasie;
- pływając nie oddalaj się od wyznaczonego, strzeżonego miejsca, zwłaszcza jeśli jesteś początkującym adeptem pływania;
- nigdy nie skacz (zwłaszcza na głowę) podczas wejścia do wody, badaj głębokość oraz ukształtowanie powierzchni dna;
- nie wchodź do wody bezpośrednio po posiłku, po spożytym alkoholu lub podczas złego samopoczucia;
- w przypadku złego samopoczucia, uczucia zimna – natychmiast wyjdź z wody;
- najlepiej pływaj w wodzie o temperaturze powyżej 18°C;
- po dłuższym poddaniu się działaniu promieni słonecznych wejście do wody powinno być poprzedzone stopniowym, powolnym schłodzeniem ciała;
- staraj się nie przebywać zbyt długo w wodzie, stosuj odpowiednio długie przerwy;
- nigdy nie pozostawiaj dzieci bez opieki nad wodą;
- w trakcie przebywania w wodzie unikaj krzyków, jak również nieuzasadnionego wzywania pomocy;

- nie wyrzucaj do wody śmieci oraz szkła;
- zapoznaj się i przestrzegaj zasad regulaminu miejsca wypoczynku, na którym się znajdujesz;
- nie wolno zażywać kąpieli w miejscach niebezpiecznych, a zwłaszcza położonych przy śluzach, mostach, budowach wodnych, portach, zaporach, przy ujęciach wody pitnej, w stawach hodowlanych, basenach przeciwpożarowych, jak również w pobliżu szlaków żeglownych oraz w wodach o silnym zanieczyszczeniu.

**Podczas wypoczynku nad wodą zapisz numer alarmowy
do Sądeckiego Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego**

691 609 999

Przykładowe znaki dotyczące bezpieczeństwa nad rzekami, jeziorami, akwenami wodnymi, w tym stosowane na terenie Miasta Nowego Sącza w rejonie rzek Kamienicy i Dunajca oraz potoku Łubinka:



KĄPIEL ZABRONIONA



**NAKAZ USTAWICZNEGO
NADZORU NAD DZIEĆMI**



UWAGA WIRY



**UWAGA NIEBEZPIECZNA
GŁĘBOKOŚĆ WODY**



**UWAGA NAGŁY
USKOK**

Oznakowanie zgodne z Rozporządzeniem Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 6 marca 2012 r. w sprawie sposobu oznakowania i zabezpieczania obszarów wodnych oraz wzorów znaków zakazu, nakazu oraz znaków informacyjnych i flag (Dz. U. z 2012 r. poz. 286).

Bezpieczeństwo posługiwania się kartami bankomatowymi

Bezpieczeństwo kart magnetycznych zapewnia przede wszystkim numer PIN (Personal Identification Number). PIN umożliwia uwierzytelnienie osoby posługującej się kartą, dlatego tak ważnym jest by nie udostępniać nikomu numeru PIN pod żadnym pozorem.



Zdjęcia ilustrują nakładkę na klawiaturę bankomatu służącą do szytywania numerów PIN





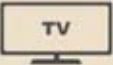
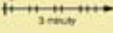
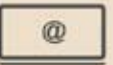
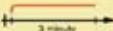
Zdjęcia ilustrują czytnik do sczytywania danych z paska magnetycznego karty bankomatowej

Zanim dokonasz transakcji w bankomacie sprawdź czy czytnik kart bankomatowych nie wygląda podejrzanie, czy klawiatura bankomatu nie wystaje ponad poziom obudowy, czy czoło bankomatu nie posiada elementów nie pasujących do ogólnego kształtu urządzenia (np. kamery skierowanej na klawiaturę bankomatu), czy w pobliżu czytnika kart są pozostałości po kleju, różne zarysowania lub opilki metalu.

Jeśli nie jesteś przekonany co do wyglądu bankomatu lub gdy jego stan odbiega od normy, powinieneś skorzystać z innego urządzenia jednocześnie informując instytucję finansową o swoich podejrzeniach. W miarę możliwości korzystaj z bankomatów zlokalizowanych w placówkach bankowych. Zawsze zasłaniaj klawiaturę podczas wprowadzania kodu PIN. Śledź wyciągi bankowe i sprawdzaj, czy wszystkie operacje wykonane z twojego konta są operacjami wykonanymi przez ciebie. Jeśli zauważysz coś podejrzanego wskazane jest powiadomienie Policji.

Unikaj korzystania z bankomatów w odludnych miejscach z dala od kamer monitoringu miejskiego lub w godzinach nocnych.

SYGNAŁY ALARMOWE

RODZAJ ALARMU	SPOSÓB OGŁASZANIA ALARMÓW			
	AKUSTYCZNY SYSTEM ALARMOWY	ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU		
		Urządzenia nagłaśniające	Media elektroniczne	Operatorzy telekomunikacyjni
OGŁOSZENIE ALARMU  Wizualny sygnał alarmowy Znak żółty w kształcie trójkąta	SYRENY 	Stałe 	Programy telewizyjne 	Wiadomości SMS 
	INNE ŹRÓDŁA DŹWIĘKÓW 	Ruchome 	Programy radiowe 	Wiadomości e-mail 
ODWOŁANIE ALARMU 	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! UWAGA! Ogłaszam alarm ... dla ...			
	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! UWAGA! Odwołuję alarm ... dla ...			

KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE

RODZAJ KOMUNIKATU	SPOSÓB OGŁASZANIA KOMUNIKATU	SPOSÓB ODWOŁANIA KOMUNIKATU
	ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU	
UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU SKAZANIAM	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! Osoby znajdujące się na terenie około godz ... min ... może nastąpić skażenie ... w kierunku ...	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! Odwołuję uprzedzenie o zagrożeniu ... dla ...
UPRZEDZENIE O ZAGROŻENIU ZAKAŻENIAMI	Formę i treść komunikatu uprzedzenia o zagrożeniu zakażeniami ustalają organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! Odwołuję uprzedzenie o zagrożeniu ... dla ...
UPRZEDZENIE O KŁĘSKACH ŻYWIŁOWYCH I ZAGROŻENIU ŚRODOWISKA	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców ... (podejść natychmiast, spodziewany czas wyłączenia i wpływ na mieszkańców)	Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: UWAGA! UWAGA! Odwołuję uprzedzenie o zagrożeniu ... dla ...

Źródło: Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 7 stycznia 2013 r. w sprawie systemów wykrywania skażeń i powiadamiania o ich wystąpieniu oraz właściwości organów w tych sprawach (Dz. U. z 2013 roku, poz. 96).

Bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni

Nie zawsze zdajemy sobie sprawę z faktu, że jesteśmy obiektem działań socjotechnicznych służących osiągnięciu określonych celów poprzez różnego rodzaju manipulacje. Większość pospolitych naciągaczy, oszustów i złodziei z powodzeniem stosuje techniki socjotechniczne, których celem może być np. udostępnienie danych osobowych (na podstawie których można wyludzić kredyt) lub udostępnienie loginów i hasła do bankowości internetowej. Dlatego:

Korzystaj z programu antywirusowego i aktualizuj go na bieżąco.

Twój komputer może zostać zarażony wirusem na wiele różnych sposobów. Nawet jeżeli jesteś ostrożny i nie uruchamiasz plików pochodzących z niezaufanych stron, możesz paść ofiarą wirusa. Programy, z których korzystasz na co dzień, zawierają błędy, które są wykorzystywane przez przestępców. Czasami wystarczy odwiedzić specjalnie przygotowaną stronę internetową, aby w systemie uruchomił się w sposób ukryty złośliwy program.

Używaj różnych haseł przy korzystaniu z poczty internetowej oraz portali typu Facebook, Allegro czy sklepów internetowych.

Popularne portale internetowe są nieustannie poddawane atakom internetowym, których celem jest zdobycie poufnych danych ich użytkowników. Korzystanie z różnych haseł pozwoli na zminimalizowanie strat, gdyby któreś z nich wpadło w ręce przestępcy.

Tworząc pytanie pomocnicze do resetowania hasła konta internetowego, wymyśl takie, na które tylko ty znasz odpowiedź. Nigdy nie udostępniaj swoich haseł innym osobom.

W celu zapewnienia bezpieczeństwa twoim hasłom, nie zapamiętuj ich w przeglądarkach internetowych.

Zapamiętywanie haseł w przeglądarkach to wygodny mechanizm, ale jeżeli twoje urządzenie zostało zainfekowane złośliwym oprogramowaniem, to istnieje ryzyko, że zapamiętane hasła zostaną bez twojej wiedzy odczytane i przesłane do przestępcy.

Jeżeli zainteresowała cię oferta odnaleziona w ogłoszeniu internetowym, nie dokonuj jakichkolwiek płatności z góry.

Niektóre serwisy ogłoszeniowe (olx.pl, otomoto.pl, gratka.pl, gumtree.pl) nie weryfikują danych sprzedającego, jego historii i wiarygodności. Rozważ zakupy w swojej okolicy, gdzie możesz spotkać się ze sprzedawcą osobiście i obejrzeć przedmiot. Zachowaj szczególną ostrożność jeżeli sprzedawca unika kontaktu osobistego, prosi o przedpłatę lub gdy towar ma podejrzanie niską cenę. Przed dokonaniem przelewu, sprawdź za pomocą wyszukiwarki Google, czy numer konta podany przez sprzedającego, nie został już opisany w sieci internet, jako rachunek oszusta.

Zabezpieczaj swoją domową sieć bezprzewodową WiFi.

Jeżeli korzystasz z bezprzewodowej sieci WiFi, upewnij się, że dostęp do niej jest zabezpieczony. Każde z urządzeń udostępniających taką sieć, ma możliwość ustawienia poziomu zabezpieczeń wraz z hasłem, którego podanie jest wymagane do połączenia się z siecią. Korzystaj ze standardu WPA lub WPA2.

Jeżeli nie zabezpieczasz swojej sieci, to osoba postronna może się do niej podłączyć i korzystać z internetu w twoim imieniu.

Gdy logujesz się do swojego konta bankowego, przed wprowadzeniem danych, sprawdź czy faktycznie znajdujesz się na właściwej stronie internetowej oraz czy połączenie jest szyfrowane.

Strony logowania do bankowości internetowej, zawsze zabezpieczone są szyfrowanym połączeniem potwierdzonym certyfikatem. Adres strony musi rozpoczynać się tekstem **https://**. Sprawdź również dalszy ciąg adresu strony. Jeżeli jesteś celem ataku, możesz znajdować się na stronie, której adres tylko przypomina prawdziwy adres strony twojego banku. Nie wprowadzaj żadnych danych, jeżeli twoja przeglądarka ostrzega cię o błędach związanych z certyfikatem strony.

Jeżeli strona logowania zachowuje się w nietypowy sposób, np. prosi cię o podanie hasła jednorazowego w momencie, w którym nigdy wcześniej się to nie zdarzyło, od razu skontaktuj się z pracownikiem banku.

Twoje hasło

Dobre hasło jest łatwe do zapamiętania, ale niemożliwe do odgadnięcia przez włamywacza ani do złamania za pomocą specjalnych programów. Dobre hasło jest unikatowe i złożone. Poniżej podano kilka zaleceń i przeciwwskazań, które warto uwzględnić przy wybieraniu silnych haseł:

- użyj kombinacji wielkich i małych liter, symboli i cyfr;
- utwórz hasło o długości co najmniej ośmiu znaków. Im więcej znaków jest w hasle, tym jest ono trudniejsze do odgadnięcia;
- spróbuj utworzyć hasło możliwie nic nie znaczące i losowe;
- utwórz osobne hasło dla każdego konta;
- regularnie zmieniaj hasła;
- **nie** używaj jako hasła swojego imienia, nazwiska, pseudonimu ani liczb takich jak data urodzenia;
- **nie** używaj w hasle swojej nazwy użytkownika w żadnej postaci;
- **nie** używaj nazw pochodzących od własnego imienia i nazwiska, imion członków rodziny ani zwierząt domowych;
- **nie** używaj pojedynczych wyrazów z żadnego języka. Włamywacze posługują się narzędziami korzystającymi ze słowników, aby łamać tego typu hasła;

- **nie** stosuj haseł typu „123456”, wyrazu „hasło” ani podobnych słabych haseł;
- **nie** odpowiadaj „tak” na pytanie przeglądarki internetowej, czy ma ona zapisać dane hasło na komputerze;
- nigdy nie zapisuj haseł i nie podawaj ich innym osobom.

Jak wymyślić dobre hasło ?

Przykład

Najpierw utwórz zwrot, który później dostosujesz do każdego odwiedzanego serwisu. Na przykład: „*chcę pojechać w wakacje do Egiptu*”. Potem utwórz skrót tego zwrotu, używając pierwszej litery każdego wyrazu oraz zamieniając literę „w” na cyfrę „1”, a wyraz „do” na cyfrę „2”. Otrzymamy następujący ciąg znaków: cp1w2E. Na koniec umieść w nowym hasle pierwszą i ostatnią literę danej strony oraz znak specjalny. Na przykład nowym i złożonym hasłem do strony nowysacz.pl będzie ciąg znaków: ncp1w2Ez!

Sieci społecznościowe

Sieci społecznościowe to wspaniały wynalazek umożliwiający utrzymywanie kontaktu ze znajomymi i rodziną, ale mogą także stanowić zagrożenie. Oto kilka prostych wskazówek, które pomogą zwiększyć bezpieczeństwo korzystania z sieci społecznościowych.

Zachowaj dyskrecję: Zastanów się, co publikujesz w swoim profilu, na forum, w wiadomościach błyskawicznych i za pośrednictwem wszelkich innych metod komunikacji elektronicznej. Dzięki temu możesz udaremnić ewentualną kradzież tożsamości i zapobiec innym destrukcyjnym zagrożeniom. Najlepiej nie upubliczniać w pełni swojego imienia i nazwiska, nazwy firmy, adresów, numerów telefonu, daty urodzin i innych danych tego typu. Publikowane informacje powinny być na tyle ogólne, aby uniemożliwiały wykorzystanie ich przeciwko tobie.

Dystans to podstawa: Serwisy społecznościowe są pełne informacji — zarówno przydatnych, jak i zbędnych. W tej sytuacji najlepiej zachować pewien dystans do tego, co się widzi. Ludziom zdarza się kłamać w celu uzyskania określonych korzyści. Zastanów się, zanim sam coś napiszesz. Wprowadzie internet zapewnia pewną anonimowość, ale każde działanie może odbić się rykoszetem. Dotyczy to wszelkich nieprzyzwoitych, obraźliwych czy agresywnych wypowiedzi. Zachowaj spokój i rozsądek. Zawsze pomyśl przed opublikowaniem swojej wypowiedzi.

Ostrożności nigdy nie za wiele. Pamiętaj, że twój rozmówca może faktycznie nie być tym, za kogo się podaje. Znamy wiele takich historii: ktoś sądzi, że prowadzi konwersację, a w rzeczywistości staje się celem ataku wymierzonego na wydobycie od swojego rozmówcy danych osobowych by zrobić z nich niecny użytek. Ludzie nie zawsze są tymi, za kogo się podają. O ile nie możesz zweryfikować otrzymywanych od nich informacji, nie ujawniaj żadnych swoich danych osobowych, finansowych ani zawodowych.

Sprawdź swoje ustawienia prywatności: Sieci społecznościowe czasami dość niefrasobliwie umożliwiają innym oglądanie twoich danych, nawet jeśli nie masz tych osób w gronie znajomych. Jednak obowiązują tutaj odpowiednie wytyczne lub reguły dotyczące ochrony danych osobowych. W przeciwieństwie do Umowy Licencyjnej Użytkownika przeglądanej pobieżnie podczas instalowania programów warto zapoznać się z ustawieniami prywatności w danej sieci społecznościowej. Większość z nich jasno informuje o tym, co się dzieje z danymi użytkownika na stronie itp.

Podsumowując, sieci społecznościowe to wspierały sposób na utrzymywanie kontaktu z innymi, ale do zapewnienia bezpieczeństwa ważnych i prywatnych danych niezbędne jest zachowanie rozsądku w czasie korzystania z ich możliwości.

Zapoznaj się z metodami działania cyberprzestępców

Musimy zdawać sobie sprawę z faktu, że jesteśmy coraz bardziej narażeni na inwigilację ze strony cyberprzestępców, którzy usiłują dostać się do naszych kont bankowych. W internecie działa coraz więcej aplikacji wykradających poufne dane. Oszuści starają się wyludzić nasze loginy oraz hasła do bankowości internetowej poprzez podszywanie się pod banki. Pamiętaj, że programy antywirusowe nie zabezpieczą nas przed kradzieżą z naszych kont bankowych, jeśli sami udostępnimy oszustom swoje poufne dane.

Jedną z metod, jakimi posługują się przestępcy działający w sieci jest phishing. Phisher przeważnie rozpoczyna atak od rozesłania pocztą elektroniczną odpowiednio przygotowanych wiadomości, które imitują oficjalną korespondencję z banku, serwisu aukcyjnego lub innych portali. Zazwyczaj zawierają one informację o rzekomym dezaktywowaniu konta i konieczności jego ponownego reaktywowania. W e-mailu znajduje się odnośnik do strony, na której można dokonać ponownej aktywacji konta. Pomimo, że witryna z wyglądu przypomina stronę prawdziwą, w rzeczywistości jest to przygotowana przez przestępcę pułapka. Nieostrożni i nieświadomi użytkownicy ujawniają swoje dane uwierzytelniające (identyfikatory, hasła, numery PIN). Zdarza się również, że przestępcy posługują się prostszymi metodami, które polegają na wysłaniu e-mailu z prośbą lub wręcz żądaniem podania danych służących do logowania na konto.

Innym sposobem działania cyberprzestępców, który ma doprowadzić do pozyskania poufnych danych jest wykorzystanie złośliwego oprogramowania zwanego (w zależności od swojej formy): robakami, koniami trojańskimi (trojanami) lub wirusami. Takiego robaka lub inny złośliwy program można ściągnąć korzystając z zainfekowanych witryn internetowych.

Bardziej zaawansowany i znacznie bardziej niebezpieczny dla użytkownika jest pharming. Jest to działalność oszustów, która zamiast wysyłania fałszywych wiadomości e-mail polega na przekierowaniu użytkowników wpisujących prawidłowe adresy (np. swojego banku) na fałszywe, zainfekowane strony internetowe.

Oszustwo „nigeryjskie” polega na wciągnięciu ofiary w grę psychologiczną poprzez wysyłanie e-maili. Oszuści tworzą fikcyjne opowieści, w których proponują duże sumy pieniędzy. Jednak w rzeczywistości chcą wyłudzić pieniądze lub dane personalne. Listy pisane są najczęściej słabą angielszczyzną lub tłumaczone przez translatory na język polski. By nie paść ofiarą oszustów „nigeryjskich” warto uświadomić sobie, że jeżeli zostaliśmy zwycięzcami w wyimaginowanej loterii, w której nie braliśmy udziału, co więcej nic o niej nie wiemy lub jeśli otrzymaliśmy wiadomość o wielkim spadku po osobie, której nie znamy – to jest to próba oszustwa.

Jak się bronić?

By nie stać się ofiarą cyberprzestępców przede wszystkim pracuj na legalnym systemie operacyjnym. Dbaj, by komputer, z którego logujesz się do systemu bankowego, był zabezpieczony zgodnie z zaleceniami producenta. Ponadto instaluj tylko legalne oprogramowanie oraz aktualizacje zalecane przez producenta stosownego oprogramowania. Wyposaź komputer w dobry program antywirusowy.

Pamiętaj, że najważniejszym z zabezpieczeń jest twoja ostrożność i przezorność.

Wiedz, że banki nigdy nie będą cię prosić o podanie poufnych danych za pośrednictwem internetu. Jeśli ktoś będzie cię prosił o takie dane, to z całą pewnością będzie to hacker, oszust lub naciągacz.

Jeśli zorientujesz się, że padłeś ofiarą oszustwa internetowego, niezwłocznie skontaktuj się z bankiem celem dokonania blokady dostępu do systemu lub karty bankomatowej. W dalszej kolejności poinformuj o zdarzeniu Policję i złóż zawiadomienie o podejrzeniu przestępstwa.

Każdy internauta powinien mieć świadomość zagrożeń, jakie wiążą się z pobieraniem z sieci oprogramowania z niepewnych serwerów czy odpowiadaniem na podejrzaną korespondencję elektroniczną.

By czuć się bezpiecznie w internecie pamiętajmy że:

- serwisy nie wysyłają e-maili z prośbą o odwiedzenie i zalogowanie się na stronie;
- nie należy otwierać hiperłączy bezpośrednio z otrzymanego e-maila;
- należy regularnie aktualizować system i oprogramowanie;
- nie wolno wysyłać e-mailem żadnych danych osobowych – w żadnym wypadku nie wypełniamy danymi osobowymi formularzy zawartych w wiadomościach e-mail;
- banki i instytucje finansowe stosują protokół **https** tam, gdzie konieczne jest bezpieczne zalogowanie się do systemu. Adres strony www rozpoczyna się wtedy od wyrażenia **https://**, a nie **http://**;
- jeśli strona z logowaniem nie zawiera w adresie nazwy protokołu **https**, nie powinniśmy podawać żadnych danych i zgłosić ten fakt pracownikom banku.

Bezpieczne zakupy w internecie

Dane wskazują, że coraz częściej robimy zakupy korzystając z popularnych portali aukcyjno – ogłoszeniowych. W ostatnim czasie coraz więcej osób zgłasza się na Policję, by poinformować o oszustwie podczas robienia zakupów w sieci. Zdarza się, że poszkodowani zamiast zamówionego towaru otrzymują bezwartościowe przedmioty lub przesyłka do nich w ogóle nie dociera. Zapłacenie za przedmiot i nie otrzymanie go, to nic innego jak wyłudzenie czyli oszustwo (Kodeks karny przewiduje za ten czyn karę do 8 lat pozbawienia wolności).

By zakupy przez internet były bezpieczne wystarczy przestrzegać podstawowych zasad i zwracać uwagę na kilka szczegółów. Przede wszystkim zwracamy uwagę na cenę produktu. Bardzo tani od razu powinien obudzić naszą czujność. Czytajmy komentarze na temat sprzedającego (duża ilość komentarzy pozytywnych zmniejsza ryzyko dokonania oszustwa). Należy również zwracać uwagę od kiedy sprzedawca jest zalogowany w serwisie oraz ile osób korzystało z jego usług.

Nie wolno również zapomnieć o dokładnym przeczytaniu opisu aukcji i regulaminu zakupu. W razie jakichkolwiek wątpliwości pytamy sprzedawcę telefonicznie lub mailowo. Jeśli sprzedającym jest firma, należy sprawdzić czy naprawdę ona istnieje. Potwierdzamy wygranie licytacji, ale z wpłatą pieniędzy poczekajmy kilka dni. Opóźni to czas dostawy, ale w przypadku, gdy konto zostało przejęte przez osobę podszywającą się pod sprzedającego - zmniejszamy ryzyko utraty pieniędzy. Koniecznie gromadź całą korespondencję ze sprzedającym. Nie zajmuje to wiele miejsca, a jest bezcennym dowodem kontaktów ze sprzedającym.

Dziecko w sieci

Nie możemy zapomnieć o dzieciach i młodzieży korzystającej z internetu. Często przeglądane przez nich treści są nieadekwatne do ich wieku, co może niekorzystnie wpłynąć na ich psychikę i zachowanie. Ważną rolę w procesie uświadamiania najmłodszych odgrywają rodzice. To oni jako pierwsi powinni poinformować swoje pociechy o możliwych zagrożeniach.

Rodzice powinni zastosować się do poniższych zaleceń:

- rozmawiamy ze swoimi dziećmi, omawiamy kwestie bezpiecznego korzystania z komputera i internetu;
- kontrolujemy, co nasze dzieci robią w sieci, na jakie strony zaglądają i jakich szukają informacji;
- w przypadku napotkania w internecie nielegalnych treści nie zastanawiamy się i zgłoszmy ten fakt na Policję;
- zapytajmy informatyka o możliwość blokady niektórych stron.

Często rodziców nurtują pytania: co powiedzieć dzieciom, na co powinny zwracać uwagę, do kogo mają się zwrócić o pomoc w przypadku problemów w sieci? Staraj się wytłumaczyć dzieciom że:

- przyjaciele poznani w sieci mogą nie być tymi, za których się podają, w rzeczywistości możesz rozmawiać z osobą, która ma wobec ciebie złe zamiary;
- nigdy nie wolno podawać w internecie swojego nazwiska, wieku, numeru telefonu;
- nigdy nie wolno umawiać się z osobami poznanymi przez internet;
- należy uważać na e-maile otrzymane od nieznajomych. Nigdy nie otwieraj podejrzanych załączników oraz linków przesyłanych przez nieznane ci osoby, gdyż mogą zawierać wirusy;
- traktuj innych z szacunkiem – nie wyzywaj, nie obrażaj, nie strasz.

Twoje bezpieczeństwo w miejscu zamieszkania

Zaspokojenie jednej z podstawowych potrzeb człowieka, jaką jest poczucie bezpieczeństwa, wymaga podejmowania szeregu wielokierunkowych przedsięwzięć, często we współpracy z różnymi instytucjami. Ważne jest, by pamiętać, że wszyscy mamy wpływ na nasze bezpieczeństwo.

Policyjne statystyki wskazują, że mieszkania i domy jednorodzinne często znajdują się w centrum uwagi złodziei. Najczęściej spotykanymi zagrożeniami są:

Włamanie

Czyn określony w art. 279 kodeksu karnego, którego celem jest zabór mienia, po usunięciu przeszkody fizycznej służącej ochronie tego mienia.

Rozbój

Czyn określony w art. 280 kodeksu karnego to kradzież połączona z użyciem przemocy wobec osoby lub groźbą natychmiastowego jej użycia albo dokonana poprzez doprowadzenie człowieka do stanu bezbronności.

Poznaj metody działania oszustów

Metoda „na wnuczką” - jest to metoda wykorzystywana w ostatnim okresie dosyć często, w której sprawca dzwoni na telefon domowy przedstawiając się jako wnuk/wnuczka, siostrzeniec/siostrzenica (głos w telefonie jest zniekształcony i ofiara myśli, że dzwoni faktycznie ktoś z rodziny). Tłumaczy, że potrzebuje pilnie pieniędzy na okazyjny zakup, lub związane jest to z losowym zdarzeniem np. nagłą chorobą czy wypadkiem. Oszust w rozmowie telefonicznej twierdzi, że nie może przyjechać po pieniądze, podając jakiś błahy powód i oświadcza, że wysyła po nie swojego dobrego znajomego lub kolegę (podając jego dane personalne). Po jakimś czasie znajomy „wnuczka” zjawia się w mieszkaniu ofiary po pożyczkę pieniężną. Bądź ostrożny w kontakcie z nieznajomymi. Nigdy nie zgadzaj się na przekazywanie pieniędzy osobom, których nie znasz. Nie ufaj osobom, które telefonicznie podają się za twoich krewnych lub ich przyjaciół. Zawsze staraj się sprawdzać czy „prośba o pomoc” jest prawdziwa. Gdy ktoś telefonuje w takiej sprawie i pojawia się jakiegokolwiek podejrzenie, że może to być próba oszustwa koniecznie powiadom Policję.

Metoda „na kolegę”- sprawca podaje się za kolegę syna lub córki właścicieli mieszkania. Swoją pewnością siebie i informacjami, które posiada, udaje mu się wprowadzić w błąd zaskoczoną osobę i wyłudzić od niej pieniądze.

Metoda „na litość”- do mieszkania puka osoba, która prosi o coś do jedzenia lub picia twierdząc, że niedawno zmarł jej ojciec, a matka przebywa w szpitalu. Starsze osoby nie zastanawiając się ani przez chwilę nad udzieleniem pomocy, przygotowują posiłek, a w tym czasie sprawca okrada mieszkanie.

Metoda „na domokrażcę”- domokrażca oferuje do sprzedaży tanie towary lub też pojawia się przynosząc „dobrą nowinę” o wygranej w różnego rodzaju konkursach albo loteriach. Ludzie z reguły są „chciwi” na pieniądze i stają się ofiarami własnej naiwności.

Metoda na pracownika opieki społecznej, Urzędu Skarbowego, ZUS-u - oszust podaje się za pracownika opieki społecznej, Urzędu Skarbowego czy ZUS-u i przekonuje ofiarę, że otrzyma: świadczenia pieniężne, zwrot podatku, większą emeryturę lub rentę. Jednak, aby pieniądze te uzyskać ofiara musi wpłacić opłatę manipulacyjną lub dać pieniądze na zakup znaczków skarbowych. Czasami jednak działanie to ma na celu wskazanie miejsca, gdzie przechowywane są pieniądze w mieszkaniu. Później złodziej prosi o podanie np. szklanki wody, a w tym czasie kradnie oszczędności.

Metoda „na funkcjonariusza” - oszust może także podszywać się pod funkcjonariusza Policji lub Straży Miejskiej. Informuje nas, iż ktoś z rodziny nie ma pieniędzy, aby zapłacić za mandat. Może też twierdzić, że ktoś z rodziny popełnił przestępstwo lub jechał samochodem pod wpływem alkoholu. Sprawca sugeruje, iż sprawę można załatwić polubownie poza „granicami prawa”. Chęć pomocy bliskim skłania ofiarę do wręczenia pieniędzy „przebierańcom”.

To tylko niektóre z sytuacji mogących się przytrafić mieszkańcom Sądeckiego, bo pomysłowość przestępców nie zna granic.

W opisanych wyżej sytuacjach lub wobec podobnych zdarzeń starajmy się zawsze:

- potwierdzać fakty przekazywane nam przez nieznanego lub nieznaną; zadzwonić osobiście na numer telefonu komórkowego syna lub wnuka, aby upewnić się, czy jego znajomy mówi prawdę;
- odroczyć w czasie przekazanie nieznanym osobom pieniędzy;
- podczas rozmowy ustalić, że pieniądze przekażemy wyłącznie członkowi rodziny, który ich akurat potrzebuje;
- przebywać zawsze w tym samym pomieszczeniu mieszkania co nieznanomy;
- zażądać okazania legitymacji służbowej bądź dowodu osobistego, a najlepiej poprosić o numer telefonu instytucji, którą nieznanomy reprezentuje;
- gdy masz jakiegokolwiek wątpliwości, umów się z nieznaną osobą na inny termin i sprawdź jej wiarygodność;
- zadbaj o dobre zabezpieczenie mienia. Wybierając okucia i zamki drzwi lub okien sprawdź czy mają one atesty gwarantujące, że zostały wykonane z dobrych materiałów;
- utrzymuj dobre stosunki sąsiedzkie, poinformuj o swoim wyjeździe poza miejsce zamieszkania zaufanego sąsiada.

ZAPAMIĘTAJ!

Pod żadnym pozorem nie przekazuj pieniędzy osobom, których nie znasz osobiście.

We wszystkich wyżej opisanych przypadkach prosimy o kontakt

z Policją dzwoniąc na numer alarmowy **997**.

Swoje uwagi i spostrzeżenia przekazaj dzielnicowemu, do którego kontakt możesz ustalić

za pośrednictwem dyżurnego miejscowej jednostki policji lub za pomocą

strony internetowej <http://nowy-sacz.policja.gov.pl>

Właściwe gospodarowanie odpadami komunalnymi

Zapamiętaj poniższe zasady dotyczące segregacji odpadów:

Do pojemnika lub worka **niebieskiego** wrzucamy papier, np:

- gazety i czasopisma, prospekty i katalogi, zeszyty, książki w miękkich okładkach lub z usuniętymi okładkami twardymi, torby i opakowania papierowe, tekturę i opakowania tekturowe.

Do pojemnika lub worka **żółtego** wrzucamy tworzywa sztuczne oraz opakowania metalowe, np:

- plastikowe butelki po napojach (zgniecione) i zakrętki, plastikowe torebki, puszki po konserwach, kapsle, kartony po mleku i sokach, puszki po napojach, drobny złom żelazny oraz drobny złom metali kolorowych (np. zabawki, narzędzia).

Do pojemnika lub worka **zielonego** wrzucamy szkło, np.:

- słoiki szklane, butelki szklane, szklane opakowania.

Do pojemnika na odpady **zmieszane** wrzucamy np.:

- zabrudzony tłusty papier, papier higieniczny, podpaski, pieluchy jednorazowe, kalkę techniczną, papierowe i tekturowe opakowania po materiałach budowlanych, tapety, foliowane i lakierowane katalogi, gumy, tłuste folie, worki do odkurzaczy, zimny popiół, resztki jedzenia oraz odpady ulegające biodegradacji.

Do pojemnika na odpady zmieszane nie wrzucamy: przeterminowanych leków, chemikaliów, zużytych baterii, akumulatorów, odpadów budowlanych i rozbiórkowych, zużytych opon, zużytego sprzętu elektronicznego i elektrycznego, odpadów wielkogabarytowych.

Zbiórka odpadów zielonych (np. skoszona trawa, liście) odbywa się od kwietnia do października według oddzielnych harmonogramów.

Wybrane wartości meteorologiczne z wielolecia 1953 – 2013 zanotowane w Stacji Hydrologiczno – Meteorologicznej Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej w Nowym Sączu

Temperatury:

Średnia roczna temperatura	8,2 °C
Miesiąc najcieplejszy	Lipiec (śr. temperatura 18,1 °C)
Miesiąc najzimniejszy	Styczeń (śr. temperatura – 2,5 °C)
Absolutne max. temperatury	36,8 °C (8 sierpnia 2013 r.)
Absolutne min. temperatury	- 33,5 °C (28 lutego 1963 r.)
Amplituda temperatur ekstremalnych okresu obserwacyjnego	70,3 °C

Opady:

Najniższa suma roczna	512,7 mm (1986 r.)
Najwyższa suma roczna	1154,7 mm (2010 r.)
Najwyższa miesięczna suma opadu	317 mm (lipiec 2001 r.)
Najniższa miesięczna suma opadu	0,1 mm (listopad 2011 r.)
Maksymalna liczba dni z deszczem	195 dni (2001 r.)
Minimalna liczba dni z deszczem	142 dni (1959 r.)
Średnia liczba dni z deszczem w wieloleciu	172 (tj. 47,1 % roku)
Największa liczba dni z pokrywą śnieżną	109 dni (1963 r., 1964 r.)
Najmniejsza ilość dni z pokrywą śnieżną	27 dni (1994 r.)
Średnia liczba dni z pokrywą śnieżną	71,4 dni (tj. 19,6 % roku)

Ciśnienie atmosferyczne

Wysokość barometru 294,9 m n.p.m.

Średnie ciśnienie atmosferyczne	980 hPa
Absolutne maksimum ciśnienia	1011,5 hPa
Absolutne minimum ciśnienia	933,3 hPa

Uśłonecznienie

Średnia roczna suma godzin	1450 godz./rok
----------------------------	----------------

Najważniejsze numery telefonów:

Pogotowie Ratunkowe **999**
 Straż Pożarna **998**
 Policja **997**
 Europejski Numer Alarmowy **112**
 Pogotowie Energetyczne **991**
 Pogotowie Gazowe **992**
 Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne **994**
 Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego (24h): **18 448 66 81, 18 443 57 02**

Centrala Urzędu Miasta Nowego Sącza:..... 18 443 53 08, 18 448 65 00
 Fax Urzędu Miasta Nowego Sącza: 18 443 78 63
 Sekretariat Prezydenta i Wiceprezydentów:..... 18 443 56 72, 18 448 65 49
 Biuro Prezydenta Miasta: 18 443 53 08
 Biuro Obsługi Rady Miasta Nowego Sącza:..... 18 443 55 40
 Wydział Zarządzania Kryzysowego
 i Ochrony Ludności:..... 18 448 66 81
 Komenda Straży Miejskiej: 986, 18 443 75 84, 18 443 70 54
 Biuro Obsługi Mieszkańców: 18 448 65 45
 Wydział Organizacyjny: 18 448 65 16
 Wydział Architektury i Budownictwa: 18 443 70 06, 18 448 66 43
 Wydział Geodezji i Mienia: 18 443 45 88, 18 448 67 00
 Wydział Gospodarki Komunalnej:..... 18 444 21 66, 18 444 14 13
 Wydział Ochrony Środowiska:..... 18 448 67 50, 18 448 67 51
 Wydział Spraw Obywatelskich:..... 18 443 55 93, 18 444 28 82
 Urząd Stanu Cywilnego:..... 18 443 79 88
 Wydział Komunikacji i Transportu:..... 18 473 71 50, 18 473 71 60
 Wydział Zdrowia i Opieki Społecznej:..... 18 448 67 80
 Wydział Inwestycji i Remontów: 18 443 55 20, 18 444 21 77
 Wydział Edukacji: 18 414 13 70, 18 442 03 38
 Wydział Kultury i Sportu: 18 448 67 70
 Wydział Wymiaru i Księgowości Podatków: 18 443 81 22
 Wydział Analiz Budżetu Miasta:..... 18 443 53 08
 Wydział Księgowości Budżetowej: 18 443 53 08
 Wydział ds. Przedsiębiorczości: 18 414 50 90
 Miejski Rzecznik Konsumentów: 18 443 51 62
 Zespół ds. problematyki osób
 niepełnosprawnych:..... 18 441 30 03, 18 441 91 27
 Powiatowy Inspektorat Nadzoru Budowlanego
 dla Miasta Nowego Sącza: 18 443 70 03

Strona internetowa Urzędu Miasta Nowego Sącza: **www.nowysacz.pl**

e-mail: **urząd@nowysacz.pl**

Podziękowania:

Urząd Miasta Nowego Sącza składa serdeczne podziękowania za współudział w opracowaniu treści niniejszej broszury informacyjnej dla następujących jednostek:

Komenda Miejska Policji
w Nowym Sączu



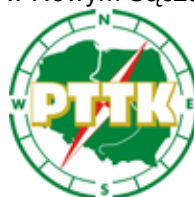
Sąddeckie Pogotowie
Ratunkowe



BNP Paribas Bank Polska S. A
w Krakowie



PTTK Oddział BESKID
w Nowym Sączu



Komenda Straży Miejskiej
w Nowym Sączu



Sąddeckie Wodne Ochotnicze
Pogotowie Ratunkowe



Do opracowania niniejszej broszury włączyły się następujące komórki organizacyjne Urzędu Miasta Nowego Sącza:

- Wydział Gospodarki Komunalnej;
- Wydział Ochrony Środowiska.

Za zaangażowanie serdecznie dziękujemy.

Urząd Miasta Nowego Sącza składa serdeczne podziękownia dla reklamodawców za współfinansowanie kosztu wydania broszury.

URZĄD MIASTA NOWEGO SĄCZA

Rynek 1, 33-300 Nowy Sącz

tel. [+48 18] 44 86 500 | fax: [+48 18] 44 37 863

urząd@nowysacz.pl | www.nowysacz.pl



OPRACOWANIE:

Wydział Zarządzania Kryzysowego i Ochrony Ludności Urzędu Miasta Nowego Sącza

KOREKTA TEKSTU:

Jerzy Leśniak

PRZYGOTOWANIE DO DRUKU I DRUK:

Wydawnictwo i Drukarnia NOVA SANDEC s.c.

Wydanie II, Nowy Sącz 2014