



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski



Zakup ciężkiego samochodu ratowniczo-gaśniczego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Skórcu- promocyjna akcja edukacyjna

Samochód współfinansowano ze
środków Samorządu Województwa
Mazowieckiego w ramach zadania
„OSP-edycja 2024”

Mazowsze.
serce Polski



Wojewódzki Fundusz
Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej
w Warszawie

Zakup ciężkiego samochodu ratowniczo-gaśniczego z napędem 6x6
dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Skórcu

dofinansowano przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej w Warszawie

wfosigw.pl



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Klimat

Zespół zjawisk i procesów atmosferycznych (warunków pogodowych) charakterystyczny dla danego obszaru, kształtujący się pod wpływem właściwości fizycznych i geograficznych danego obszaru. Ustalany jest na podstawie wyników wieloletnich obserwacji meteorologicznych.



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Zmiany klimatu

Obserwujemy wzrost temperatury powietrza przy powierzchni ziemi oraz temperatury oceanu, powszechne staje się topnienie lodu oraz podnosi się globalny średni poziom morza. Wraz z tymi zmianami dochodzi do wzrostu intensywności i częstotliwości wielu zjawisk klimatycznych, takich jak ekstremalne zjawiska pogodowe: ulewy i burze- powodzie, fale upałów-susze, grad czy tornada. Jedną z przyczyn ocieplenia klimatu jest wzrost stężenia gazów cieplarnianych w atmosferze w wyniku emisji z działalności człowieka.



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Przeciwdziałanie zmianom klimatu

- zapobieganie globalnemu ociepleniu , usuwaniu gazów cieplarnianych z atmosfery-sadzenie drzew, które pochłaniają dwutlenek węgla
- ograniczanie spalania paliw kopalnych
- zwiększanie efektywności energetycznej - korzystanie z odnawialnych źródeł energii, czy oszczędzanie energii
- obniżenie zużycia energii w budynkach i oświetleniu ulicznym -termomodernizacja-i wymiana źródeł światła na energooszczędne
- tworzenie zacienionych miejsc -pomoże mieszkańcom bezpieczniej przetrwać fale upałów. Drzewa nie tylko zapewniają cień ale również skutecznie zatrzymują wodę opadową i poprawiają mikroklimat
- ograniczenie konsumpcji- kupowanie nowych ubrań, gadżetów, czy wymiana działających lub nadających się do naprawienia sprzętów na nowe, przyczynia się do emisji dwutlenku węgla



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Przeciwdziałanie zmianom klimatu

- nie marnowanie żywności -przy zakupie produktów spożywczych powinniśmy wybierać te, które są mało przetworzone, są produkowane lokalnie, sprzedawane są w opakowaniach zwrotnych lub nadających się do recyklingu
- w miastach poruszanie się transportem publicznym
- wybieranie pojazdów spalających mniej paliwa lub elektrycznych



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

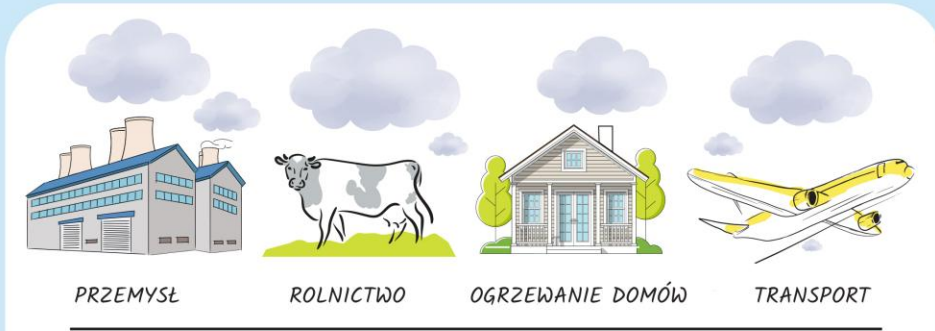


Mazowsze.
serce Polski

Zwalczanie klęsk żywiołowych, przeciwdziałanie katastrofom, ochrona zasobów wodnych

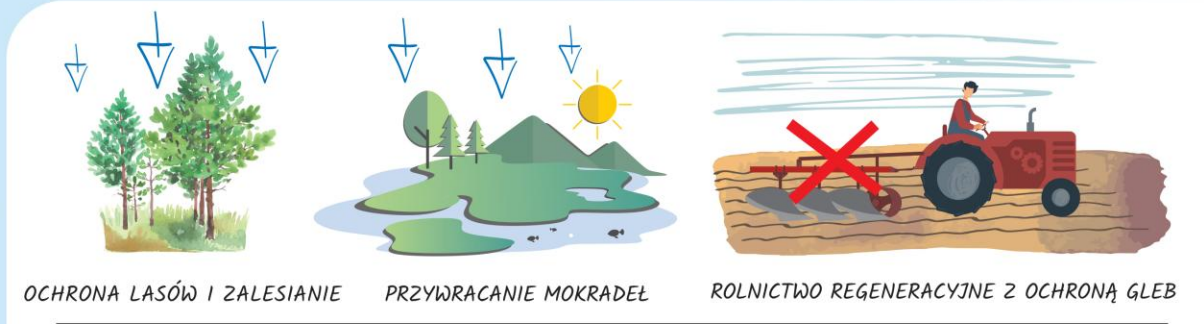
- podwyższenie fundamentów budynków znajdujących się na terenach zalewowych ponad przewidywany poziom wody w czasie powodzi, instalowanie taśm wiążących konstrukcję dachu ze ścianami i fundamentami budynku, co może ograniczyć straty powodowane np. przez huragany
- sadzenie łąk kwietnych, łapanie deszczówki i oszczędzanie wody aby zapobiec suszy
- zakręcanie wody, używanie wody tylko wtedy, gdy rzeczywiście jest potrzebna i zakręcać ją podczas mycia zębów czy golenia się, a w celu umycia naczyń nalewać wody do zlewu lub korzystać ze zmywarki, rezygnacja z kąpieli w wannie na rzecz szybkiego prysznica, naprawić wszystkie ciekące urządzenia w domu
- wznośmy budowle przeciwpowodziowe
- betonowane place zamieniamy na tereny zielone, które wchłaniają wodę
- beton zastępujemy płytami ażurowymi
- nasadzajmy drzewa w parkach, terenach zielonych oraz pasach przydrożnych

NA CZYM POLEGA NEUTRALNOŚĆ KLIMATYCZNA?



PRZEMYSŁ ROLNICTWO OGRZEWANIE DOMÓW TRANSPORT

WARTOŚĆ EMISJI, KTÓRYCH NIE UDAJE SIĘ JESZCZE CAŁKOWICIE WYELIMINOWAĆ



OCHRONA LASÓW I ZALESIANIE PRZYWRACANIE MOKRADEŁ ROLNICTWO REGENERACYJNE Z OCHRONĄ GLEB

WYCHWYTYWANE Z ATMOSFERY I MAGAZYNOWANE GAZY CIEPLARNIANE

≤ 0

NEUTRALNOŚĆ KLIMATYCZNA OZNACZA OSIĄGNIĘCIE RÓWNOWAGI MIĘDZY EMISJAMI A ICH POCHŁANIANIEM



SPOSOBY NA ELIMINOWANIE EMISJI

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

TRENDY ZMIAN KLIMATU W POLSCE



LEGENDA

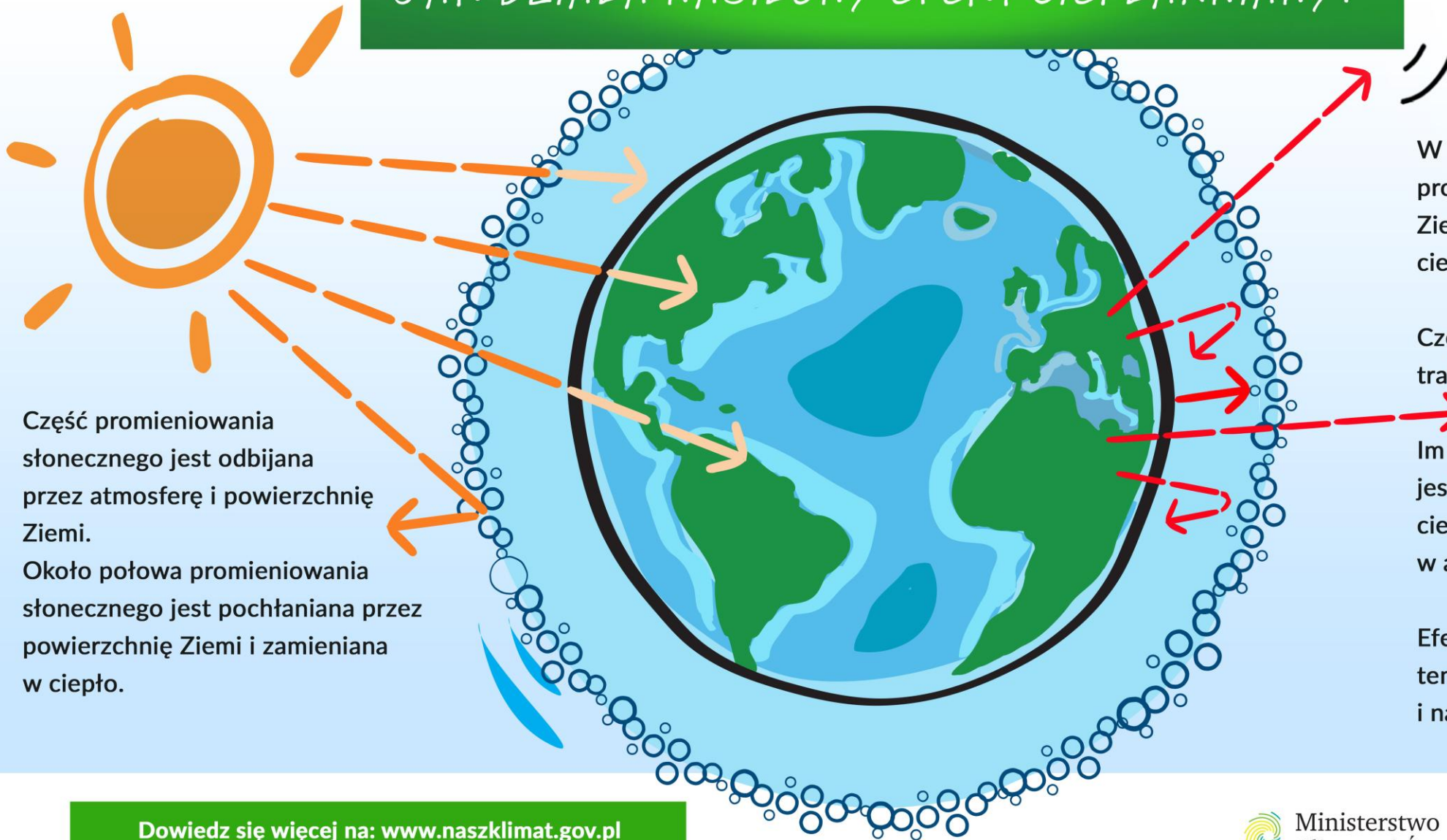
- WZROST LICZBY DNI Z OPADAMI
- WZROST LICZBY DNI Z INTENSYWNYMI OPADAMI
- WZROST SUM DOBOWYCH OPADU
- WZROST SUMY ROCZNEJ OPADU
- WZROST LICZBY DNI Z BURZĄ
- WZROST ŚREDNIEJ ROCZNEJ PRĘDKOŚCI WIATRU
- WZROST ŚREDNIEGO ROCZNEGO POZIOMU MORZA

- WYDLUŻENIE OKRESÓW TRWAJĄCYCH PRZYNAJMNIEJ 5 DNI Z TEMP. MAKSYMALNĄ POWYŻEJ 25 ST.C
- WZROST LICZBY DNI GORĄCYCH (>25 ST.C)
- WZROST LICZBY DNI UPALNYCH (>30 ST.C)
- WZROST LICZBY I DŁUGOŚCI WYSTĘPOWANIA FAL UPALÓW
- WZROST ŚREDNIEJ TEMPERATURY
- WZROST LICZBY TROPICALNYCH NOCY (>20 ST.C)
- SPADEK LICZBY DNI MROŹNYCH
- WZROST ŚREDNIEJ TEMPERATURY W ZIMIE

ŹRÓDŁO: INSTYTUT OCHRONY ŚRODOWISKA – PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY, MPA44

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

JAK DZIAŁA NASILONY EFEKT CIEPLARNIANY?



Część promieniowania słonecznego jest odbijana przez atmosferę i powierzchnię Ziemi.
Około połowa promieniowania słonecznego jest pochłaniana przez powierzchnię Ziemi i zamieniana w ciepło.

W wyniku pochłoniętego promieniowania słonecznego, Ziemia emituje promieniowanie ciepłe.

Część promieniowania ciepłego trafia w przestrzeń kosmiczną.

Im więcej gazów cieplarnianych jest w atmosferze, tym więcej ciepła jest zatrzymywane w atmosferze.

Efektom tego jest wzrost temperatury w atmosferze i na powierzchni Ziemi.

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

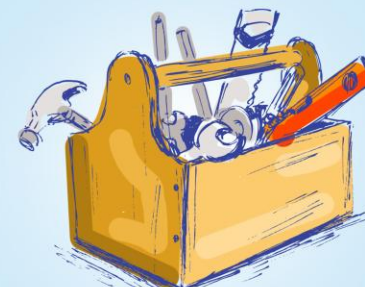
NIE WYRZUCAJ - DAJ DRUGIE ŻYCIE!



ZAMIAST
WYRZUCAĆ



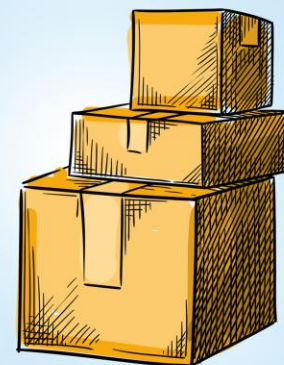
WYMIEN



NAPRAW



SPRZEDAJ



ODDAJ
POTRZEBUJĄCYM



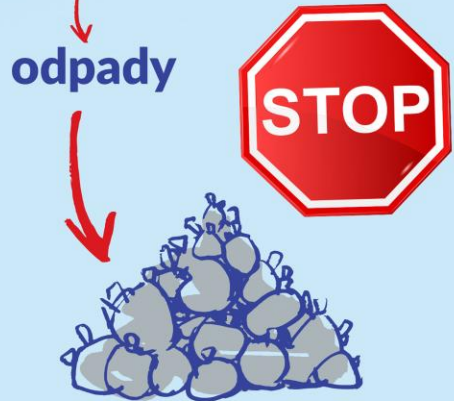
NAPRAW LUB DAJ DRUGIE ŻYCIE

Dowiedz się, jak to działa w Twojej gminie!

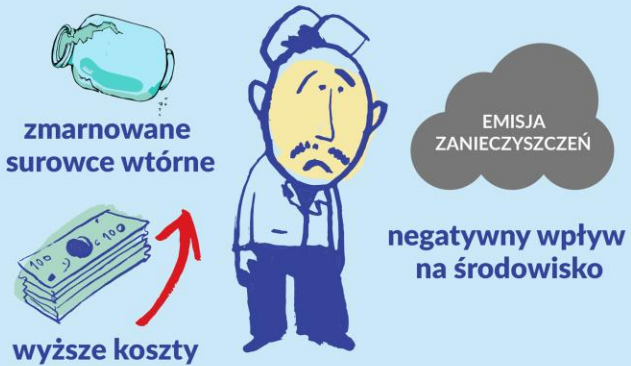
PRZEDSIĘBIORCO, OTWÓRZ SWÓJ BIZNES NA ZAMKNIĘCIE OBIEGU!



produkcja
↓
konsumpcja



GOSPODARKA LINEARNA



GOSPODARKA O OBIEGU ZAMKNIĘTYM



Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

NIE NISZCZ ŚRODOWISKA!



Punkt Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych



rozkłada się
50-80 lat



rozkłada się
ok. **2000** lat



Odpady, rozkładając się, często uwalniają chemiczne substancje, które mogą zanieczyścić powietrze, glebę i wodę, przez co negatywnie wpływają na środowisko i zdrowie ludzi.



nie rozkłada się



rozkłada się
100-1000 lat



rozkłada się
ok. **300** lat



odpady pozostawione
w niewłaściwych miejscach
zagrożają życiu zwierząt,
stają się dla nich pułapkami



rozkłada się
50-200 lat



rozkłada się
ok. **450** lat



Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

ZMARNOWANA ŻYWNOSĆ TO:



NIEPOTRZEBNE DODATKOWE EMISJE GAZÓW CIEPLARNIANYCH ZWIĄZANE Z:

- HODOWLĄ I UPRAWĄ ROŚLIN,
- PRODUKCJĄ ŻYWNOSCI I OPAKOWAŃ,
- TRANSPORTEM.



- ZDEGRADOWANE GLEBY MAGAZYNUJĄCE MNIEJ CO₂,
- LASY WYCIĘTE POD UPRAWY.



NIEPOTRZEBNIE ZUŻYTA ENERGIA DO:

- WYPRODUKOWANIA ŻYWNOSCI,
- PRZECHOWYWANIA PRODUKTÓW,
- PRZYGOTOWYWANIA POTRAW.



JAK MARNOWANIE ŻYWNOSCI WPŁYWA NA ZMIANY KLIMATU?



METAN

JEST GAZEM CIEPLARNIANYM PRAWIE 30 RAZY SILNIEJSZYM NIŻ CO₂



POWIĘKSZAJĄCE SIĘ SKŁADOWISKA ODPADÓW I WIĘCEJ METANU EMITOWANEGO DO ATMOSFERY

OSZCZĘDZANIE ZUŻYCIA WODY



Zużycie bezpośrednie

11 l
mniej



60 l
mniej



EKO



1/2
mniej



EKO



Źródło: waterfootprint.org

Zużycie pośrednie

Mniejszy ślad wodny

1 kg wołowiny =
15 000 l wody



1 kg fasoli =
550 l wody



Ograniczona konsumpcja = mniejszy ślad wodny

1 t-shirt =
2500 l wody



3 t-shirty =
7500 l wody



DOBRE
WYBORY
ZAKUPOWE



Surowce wtórne

Ograniczanie i odzyskiwanie wody, stosowanie surowców z recyklingu w procesie produkcji

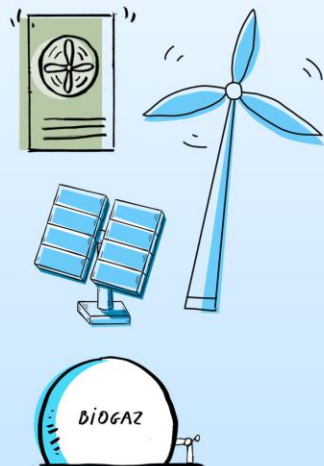


Zamknięty
obieg wody

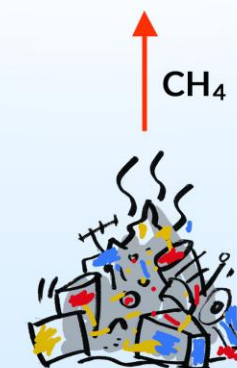
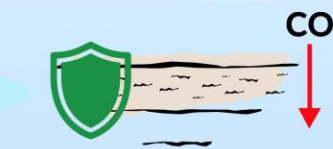
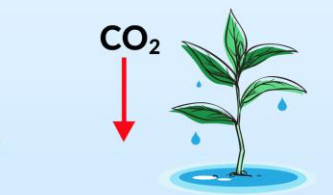
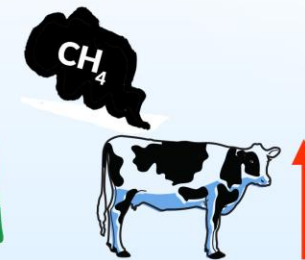
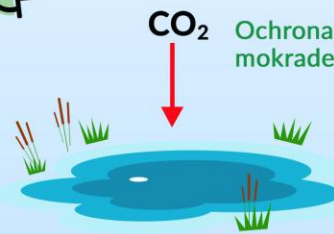
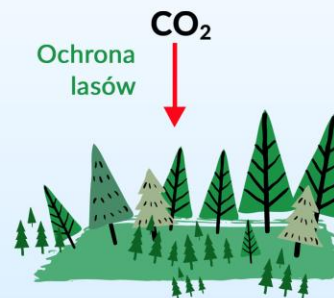
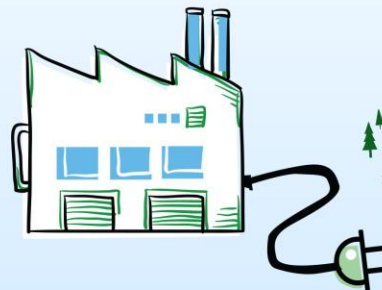


Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

CO MOŻEMY ZROBIĆ?



PRODUKT =
EMISJE PRZY
JEGO
PRODUKCJI



STOSOWAĆ
NISKOEMISYJNE ŹRÓDŁA
ENERGII

OGRANICZAĆ
KONSUMPCJĘ

POPRAWIAĆ
EFEKTYWNOŚĆ
ENERGETYCZNĄ

ZMNIEJSZAĆ
ENERGOCHŁONNOŚĆ
RÓŻNYCH SEKTORÓW
GOSPODARKI

WSPIERAĆ
WYCHWYTYWANIE
I MAGAZYNOWANIE CO₂

OGRANICZAĆ HODOWLĘ
ZWIERZĄT NA RZECZ UPRAWY
ROŚLIN, STOSOWAĆ
ROLNICTWO REGENERACYJNE

OGRANICZAĆ
ILOŚĆ
ODPADÓW

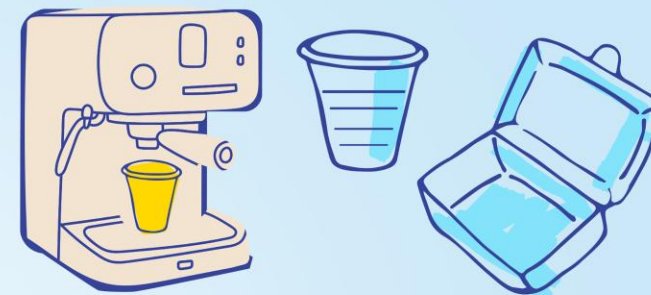
OGRANICZAMY PLASTIK - NOWE PRZEPISY I OPŁATY



OD 1 STYCZNIA 2024 r.



przedsiębiorca będzie
pobierać obowiązkową opłatę



za wydanie opakowań jednorazowego użytku

OD 1 LIPCA 2024 r.



przedsiębiorca będzie zobowiązany również
zapewnić opakowania alternatywne



wytworzone z materiałów
innych niż tworzywa sztuczne

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ I PŁAĆ MNIEJ!



Montaż oświetlenia energooszczędnego

Zwykła żarówka
60W = 63 zł/rok

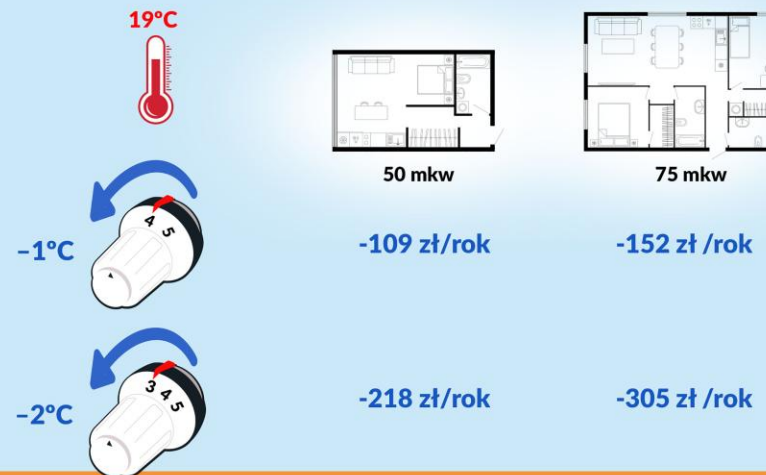


4h dziennie

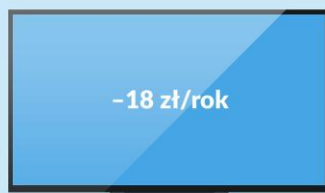


LED = 8 zł/rok
To aż 86% mniej!

Ustawianie ogrzewania o 1°C mniej



Skrócenie czasu używania urządzeń o 1 godzinę dziennie



Zakup urządzeń energooszczędnych

praca zmywarki
o klasie E =
190 zł/rok



praca zmywarki
o klasie C =
150 zł/rok

praca pralki
o klasie C =
90 zł/rok



praca pralki
o klasie A =
62 zł/rok

oszczędność 40 zł

oszczędność 28 zł

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

ZRÓWNOWAŻONY TRANSPORT



UNIKAJ:

lotów samolotem na krótszych trasach



największy ślad węglowy

wysoka emisja gazów cieplarnianych na osobę

1000 km



1x250 kg CO₂

jazdy autem w pojedynkę

WYBIERAJ:

podróże pociągiem na dalsze trasy



najmniejszy ślad węglowy

wspólną jazdę autem

1000 km



4x60 kg CO₂

jazdę rowerem



wypożyczenie rowerów miejskich



wygodne przesiadanie się do komunikacji



PARK & RIDE P

jazdę tramwajem, bez stania w korkach



jazdę autobusem bez konieczności szukania miejsca do parkowania



ekologiczne tankowanie



Źródło: Instytut Ochrony Środowiska - Państwowy Instytut Badawczy, Klimada 2.0

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

OSTRZEŻENIE DLA WŁAŚCICIELI NIERUCHOMOŚCI



MASZ DO WYNAJĘCIA DZIAŁKĘ,
GARAŻ, MAGAZYN? **UWAŻAJ!**



JESTEŚ ŁATWYM CELEM DLA
PODRZUCAJĄCYCH NIELEGALNE,
TOKSYCZNE, TRUDNE DO USUNIĘCIA
ODPADY.



SPRAWDŹ DOKŁADNIE, Z KIM
PODPISUJESZ UMOWĘ!



NAJEMCA UCIEKNIE I ZOSTAWI CIĘ
Z PROBLEMEM!

ZANIM PODPISZESZ UMOWĘ:



SPRAWDŹ REFERENCJE NAJEMCY!



SKONSULTUJ SIĘ Z PRAWNIKIEM!

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

STRATY ŻYWNOŚCI W HANDLU I GASTRONOMII - JAK ICH UNIKAĆ?



**mniejsze a częstsze dostawy
= większa kontrola stanu magazynowego**



**kontrola
temperatury**



lista zakupów



**korzystanie z produktów
lokalnych i sezonowych**



właściwe przechowywanie



kontrola dat ważności



zasilanie awaryjne urządzeń



różnicowanie wielkości porcji



**elastyczne MENU
- możliwość wyboru, np. warzyw**



**przetwarzanie
na później**



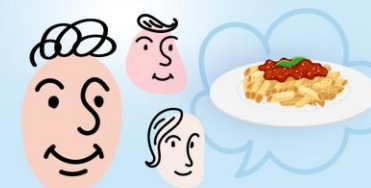
**sprzedaż w promocji produktów
nieatrważych, z krótkim terminem ważności,
o mniejszych rozmiarach**



**oddawanie jedzenia
organizacjom pożytku publicznego
i do jadłodzielni**

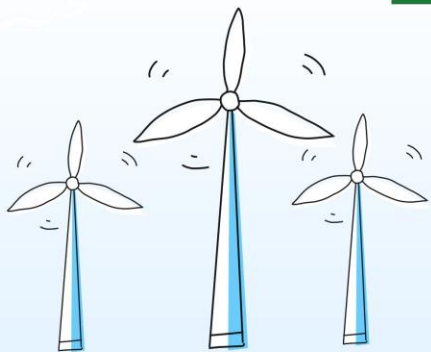


pakowanie na wynos



wczesny wybór menu w przypadku grup

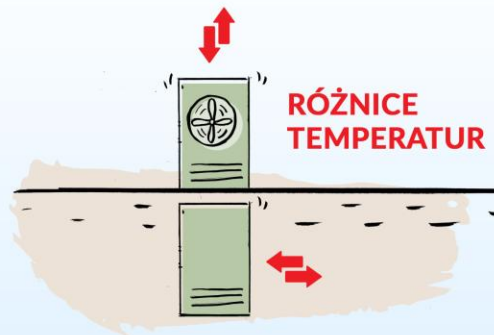
NISKOEMISYJNE ŹRÓDŁA ENERGII



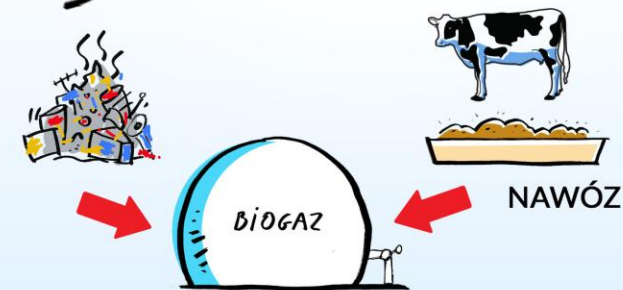
ELEKTROWNIE WIATROWE



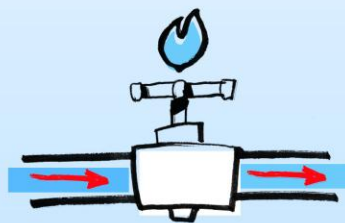
PANELE FOTOWOLTAICZNE



POMPY CIEPŁA



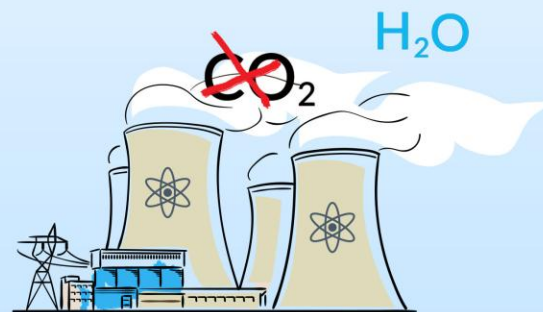
BIOGAZ



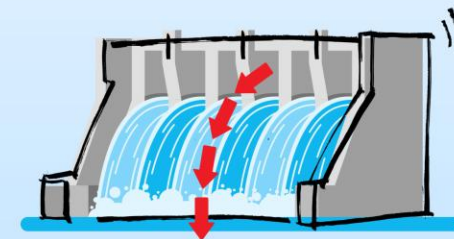
GAZ



BIOMASA



ELEKTROWNIE JĄDROWE



ELEKTROWNIE WODNE

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

JAK BĘDZIE DZIAŁAĆ SYSTEM KAUCYJNY?

KAUCJA

KAUCJA

ZŁ, GR

Szukaj takiego znaczka!



Kupując produkty w:

- jednorazowych butelkach z tworzywa sztucznego o poj. do 3 l,
- szklanych butelkach wielokrotnego użytku do 1,5 l,
- metalowych puszkach o poj. do 1 l,

ZAPŁACISZ DODATKOWO KAUCJĘ.

OPAKOWANIA ODDASZ:

we wszystkich sklepach >200 m²



w niektórych sklepach <200 m²

ZWROT KAUCJI



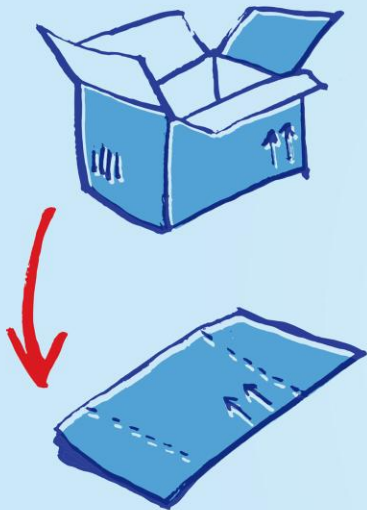
Zwracając puste opakowania,

OTRZYMASZ ZWROT KAUCJI.

Nie musisz mieć paragonu!

RADY NA ODPADY

PAPIER



Zgniataj opakowania, oszczędzaj miejsce do segregacji!

METAL I TWORZYWA SZTUCZNE



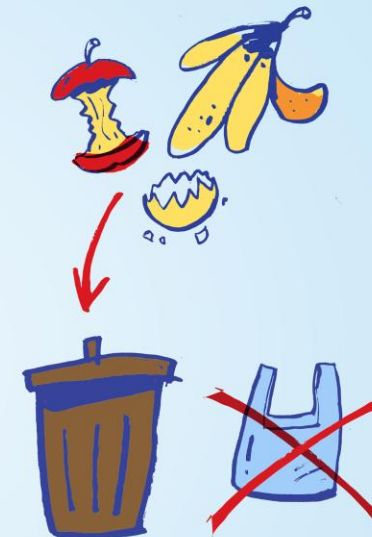
Nie mieszaj frakcji odpadów!
Części z różnych materiałów wyrzucaj oddzielnie.

SZKŁO



Opróżnij pojemniki z zawartości przed wyrzuceniem. Nie musisz ich myć i odrywać etykiet.

BIO



Nie wyrzucaj bioodpadów w torebkach plastikowych, wrzucaj je do kosza luzem.

ZMIESZANE



Wrzucaj tylko te odpady, które nie podlegają selektywnemu zbieraniu

GLOBALNE OCIEPLENIE – FAKTY



3/4 OBJĘTOŚCI

STRACIŁA POKRYWA LODOWA ARKTYKI
W CIĄGU 37 LAT



(OKRES OD 1979 DO 2016 R.)



OSTATNIE 7 LAT NAJCIEPLEJSZE
W HISTORII POMIARÓW



O TYLE WZRÓSŁ
POZIOM OCEANU MIĘDZY
1901 A 2018 r.

↑ 20cm ↑



1850 r.



13,6°C

2020 r.



14,8°C

ŚREDNIA ROCZNA TEMPERATURA

WZROST CZĘSTOŚCI
WYSTĘPOWANIA ZJAWISK
EKSTREMALNYCH



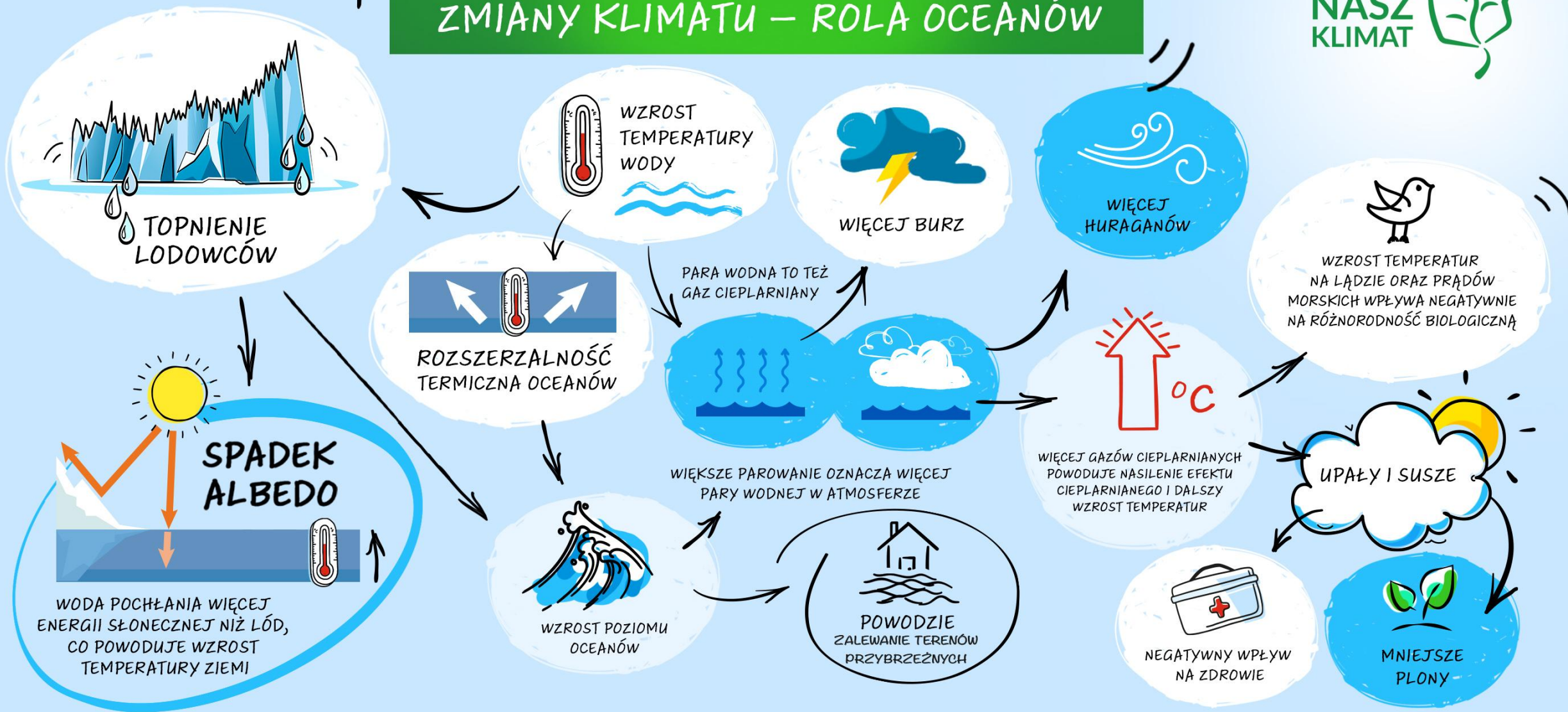
MNIEJ OPADÓW
NA OBSZARACH
SUBTROPICALNYCH

WZROST INTENSYWNYCH
OPADÓW ZWIĄZANYCH
Z CYKLONAMI
TROPICALNYMI

Źródła: Copernicus, Światowa Organizacja Meteorologiczna, Raport IPCC

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

ZMIANY KLIMATU – ROLA OCEANÓW



Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl

Nie marnuj żywności - stosuj zasadę 4P!



**PLANUJ POSIŁKI
- RÓB LISTĘ ZAKUPÓW**



**PRZECHOWUJ WŁAŚCIWIE,
BY PRODUKT ZACHOWAŁ
ŚWIEŻOŚĆ JAK NAJDŁUŻEJ**



**PRZETWARZAJ W PIERWSZEJ
KOLEJNOŚCI ŻYWNOSĆ
O ZBLIŻAJĄCYCH SIĘ TERMINACH
PRZYDATNOŚCI DO SPOŻYCIA**



**PODZIEL SIĘ ŻYWNOSCIĄ,
ODDAWAJ JĄ DO JADŁODZIELNI**



**KUPUJ ODPOWIEDNIEJ WIELKOŚCI OPAKOWANIA
- POMYŚL O LICZBIE POTRZEBNYCH PORCJI**



Ty decydujesz!



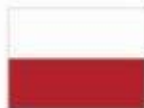
należy spożyć do ~~≠~~ najlepiej spożyć do

**ZWRACAJ UWAGĘ NA TERMINY PRZYDATNOŚCI DO SPOŻYCIA
I DATY MINIMALNEJ TRWAŁOŚCI**

Dowiedz się więcej na: www.naszklimat.gov.pl



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Zakup ciężkiego samochodu ratowniczo-gaśniczego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Skórcu

Samochody ratowniczo-gaśnicze są niezbędne do zapewnienia szybkiego i efektywnego reagowania na sytuacje kryzysowe takie jak pożary, powodzie i inne zagrożenia związane ze zmianami klimatycznymi.

Zakup wzmocni potencjał Ochotniczej Straży Pożarnej w Skórcu, pozwoli na świadczenie lepszych i szybszych usług przez nasze służby ratownicze oraz usprawni proces szybkiego reagowania na zagrożenia również wynikające ze zmian klimatycznych, które coraz bardziej są odczuwalne także w naszym regionie.





Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Zakup ciężkiego samochodu ratowniczo-gaśniczego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Skórcu

Nowy ciężki samochód pożarniczy to nowoczesny i wysoce zaawansowany technicznie pojazd marki Scania P450. Wyposażony w napęd 6x6 co umożliwi sprawne poruszanie się w trudnym terenie. Samochód będzie wyposażony w zbiornik wody o pojemności minimum 8300 litrów oraz zbiornik na środek pianotwórczy o minimalnej pojemności 10% zbiornika wody, co pozwoli na długotrwałe i skuteczne działania ratowniczo-gaśnicze nawet w przypadku dużych pożarów.

Pojazd posiadać będzie także nowoczesną autopompę o wydajności minimum 6000 l/min co umożliwi szybkie i efektywne podawanie wody na miejsce akcji. Na pokładzie będzie znajdował się również sprzęt ratowniczo-techniczny, m. in. 4 aparaty powietrzne z butlą stalową i wyciągarka elektryczną, co sprawi, że strażacy będą w stanie interweniować w różnych rodzajach zagrożeń. Ponadto samochód będzie zakupiony z kompletnym wyposażeniem ratowniczo-gaśniczym.



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Pierwsza pomoc

PIERWSZA POMOC W ZAGROŻENIU ŻYCIA

GDY POSZKODOWANY JEST PRZYTOMNY

- pozostawić w zastanej pozycji
- ocenić rozmiar i rodzaj urazu
- wezwać pomoc: nr 999 lub 112
- nadzorować stan poszkodowanego

GDY POSZKODOWANY JEST NIEPRZYTOMNY

- zwołać o pomoc
- udrożnić drogi oddechowe

ODDYCHA

- ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej
- chwycić za bliższą rękę i zgiąć ku górze
- drugą rękę zgiąć w łokciu i ułożyć na klatce piersiowej a dłoń pod policzkiem
- obrócić poszkodowanego na bok trzymając za nogę i ramię
- pozycja bezpieczna
- wezwać pomoc: nr 999 lub 112
- nadzorować stan poszkodowanego

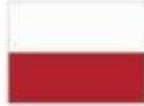
NIE ODDYCHA

- gdy poszkodowany nie oddycha wezwać pomocy: nr 999 lub 112
- wykonać 30 uciśnieć klatki piersiowej na wysokości mostka
- zatykając nos poszkodowanego wykonać 2 sztuczne wdechy
- kontynuować na zmianę uciśnięcia mostka i wdechy do czasu przyjazdu służb ratunkowych

CIELEWY



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Bibliografia

- <https://www.teraz-srodowisko.pl/slownik-ochrona-srodowiska/definicja/klimat.html>
- <https://klimada2.ios.gov.pl/zmiany-klimatu/>
- <https://www.gov.pl/web/edukacja-ekologiczna/infografiki2>