

**Jak przygotować siebie
i rodzinę na sytuacje kryzysowe
oraz skutecznie współpracować
z lokalnym samorządem**

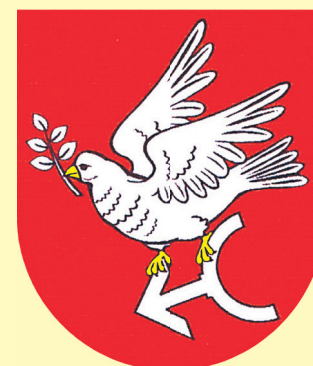
PORADNIK OBRONY CYWILNEJ



REKLAMA

Q504784916A

**BĄDŹ BEZPIECZNY
W POWIECIE
GOLUBSKO-DOBRYŃSKIM**



O TYM MUSISZ PAMIĘTAĆ

Latarki. Po jednej na każde z ważniejszych pomieszczeń: sypialnia (lub sypialnie), pokój dzienny, kuchnia. Upewnij się, że działają

Gaśnica w miejscu znanym wszystkim domownikom

Po jednym komplecie zapasowych **baterii** na latarkę

Zapałki, świece

**DOM,
PRĄD
I ZASILANIE**

Radio na baterie i co najmniej jeden komplet baterii

Zasilacz awaryjny lub generator prądotwórczy (jeśli możliwe). Kable do powerbanków

Zapasowy telefon, prosty – jedynie do dzwonienia i wysyłania SMS-ów.

Telefon i komputer ze zaktualizowanym oprogramowaniem oraz programem antywirusowym. Polubione ważne profile: urząd gminy/miasta, starostwo powiatowe, urząd wojewódzki, Rządowe Centrum Bezpieczeństwa, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministerstwo Obrony Narodowej

Kopie zapasowe najważniejszych danych z komputera i telefonu na pendrive lub dysku przenośnym. Ewentualnie dodatkowa kopia w bezpiecznej chmurze

**DOKUMENTY,
TELEFONY
KOMPUTERY
I INTERNET**

Powerbanki i kable. Jeden powerbank na każdego domownika

Kopie cyfrowe – skany lub zdjęcia najważniejszych dokumentów osobistych zapisane wraz z innymi kopiami zapasowymi

Samochód jest sprawny, przegląd jest ważny, a usterki są usunięte

Zbiornik paliwa zatankowany w co najmniej 50%. Najlepiej do pełna

SAMOCHÓD

Plecak ewakuacyjny w samochodzie

Papierowy atlas lub mapa w samochodzie

Co najmniej jedna **zgrzewka wody**

Żywność na 72 godziny, o długim czasie przechowywania. W miarę możliwości – podzielona na racje

**ŻYWNOŚĆ,
WODA,
LEKI**

Apteczka z plastrami, opatrunkami, lekami przeciwbólowymi

Leki przyjmowane regularnie przez domowników

Jeśli ktoś w domu nosi **okulary** – zapasowa para w solidnym etui

NA WYPADEK EWAKUACJI

1. Wszyscy domownicy znają sygnały alarmowe
2. Wszyscy domownicy wiedzą, gdzie znajduje się najbliższy schron lub miejsce ukrycia
3. Wszyscy domownicy wiedzą, gdzie znajduje się plecak ewakuacyjny
4. Wszyscy znają miejsce spotkania w razie rozdzielenia
5. Wszyscy znają sposób komunikowania się, w razie, gdyby alarm lub ewakuacja zastała ich poza domem

POSTĘPOWANIE W RAZIE ALARMU

1. Sygnał rozpoznany jako alarmowy
2. Zamknąć wszystkie okna
3. Wyłączyć kuchenki, piecyki
4. Wyłączyć gaz i prąd
5. Sprawdzić, czy sąsiedzi wiedzą o alarmie
6. Przygotować się do zejścia do schronu lub ukrycia
7. Wziąć ze sobą plecak ewakuacyjny

FILARY OBRONY CYWILNEJ

Do niedawna obrona cywilna kojarzyła się z czasami minionymi. Niektórzy czytelnicy zapewne pamiętają, że taka formacja istniała już kiedyś, w czasach, gdy istniało realne ryzyko wybuchu III wojny światowej – pomiędzy Układem Warszawskim i NATO.

K

Kojarzące się z nią pojęcia: schrony, maski przeciwgazowe, przyrządy do wykrywania i pomiaru promieniowania, ćwiczenia na wypadek ataku bombą atomową czy podręczniki przysposobienia obronnego – to pamiętki tamtych czasów. Wtedy spodziewano się, że wojna będzie wojną atomową.

Teraz sytuacja jest inna. Po trzydziestu latach spokoju agresywne działania Rosji, choćby pełnoskatowa wojna w Ukrainie, sprawiły, że obrona cywilna została odtworzona. Na razie przede wszystkim formalnie – na mocy ustawy o ochronie ludności i obronie cywilnej, która weszła w życie na początku tego roku.

Nowa obrona cywilna jest odpowiedzią na nowe zagrożenia: bomba atomowa jest tylko jednym z wielu. Widać już, że Rosja używa przeciwko państwom NATO – w tym Polsce – narzędzi wojny hybrydowej: dezinformacji, dywersji. Jest możliwe, że użyje innych, na przykład dronów czy rakiet. W najgorszym razie może dojść do lądowej inwazji. Wojna to jednak tylko jedno z możliwych zagrożeń. Awarie – takie jak niedawny brak prądu, który dotknął Hiszpanię czy klęski żywiołowe – takie jak zeszłoroczna powódź, to także zagrożenia, na które musimy być przygotowani.

Dlatego ustawa dotyczy ochrony ludności i obrony cywilnej. Ochrona ludności to działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa ludności przez ochronę życia i zdrowia ludzi, mienia, w tym zwierząt, infrastruktury niezbędnej do zaspokojenia potrzeb bytowych, dóbr kultury i środowiska w sytuacji zagrożenia,



prowadzone przez organy administracji zwane organami ochrony ludności oraz podlegające im podmioty ochrony ludności.

Natomiast obrona cywilna to działania, które prowadzone są w razie wojny. Ich celem jest ochrona ludności cywilnej przed zagrożeniami wynikającymi z działań zbrojnych i ich następstw.

Obrona cywilna nie jest odrębną formacją. Tworzą ją organy i podmioty ochrony ludności – które w razie wojny lub ogłoszenia stanu wojennego przekształcają się w organy i podmioty obrony cywilnej. Zmiana nazwy wynika z prawa międzynarodowego, które w I Protokole Dodatkowym do Konwencji Genewskich określa status i rolę obrony cywilnej.

W następnych tekstach dowiecie się szczegółowo, czym są te organy, podmioty oraz jak obywatele mogą i powinni zachowywać się w razie zagrożenia.

WIĘCEJ INFORMACJI NA TEMAT BEZPIECZEŃSTWA znajdziesz w oficjalnym Poradniku Bezpieczeństwa, przygotowanym przez Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministerstwo Obrony Narodowej oraz Rządowe Centrum Bezpieczeństwa.

Dostęp online: www.gov.pl/poradnikbezpieczenstwa.

Poradnik będzie również dostępny w wersji drukowanej – **zostanie wysłany do każdego obywatela w Polsce**, aby każdy miał pod ręką praktyczne wskazówki, jak zachować się w sytuacjach kryzysowych.

OCHRONA LUDNOŚCI, OBRONA CYWILNA, ODPORNOŚĆ – CZYM SĄ

Najważniejsza dla zrozumienia systemu ochrony ludności i obrony cywilnej oraz roli obywateli w tym systemie jest odporność społeczna.

Jeśli kojarzy się to z odpornością organizmu – to tak dokładnie jest. Organizm odporny jest na choroby wtedy, gdy zapobiega się chorobie, a jeśli już choroba wystąpi – szybko następuje wyzdrowienie i powrót do pełni sił. Tak samo jak organizm chroni się przed wirusami i bakteriami – tak samo społeczeństwo broni się przed zagrożeniami takimi jak wojna czy klęski żywiołowe.

DEFINICJA USTAWOWA

● Społeczna odporność – należy przez to rozumieć indywidualną i grupową zdolność ludzi do zaspokajania swoich podstawowych potrzeb bytowych, w tym dzięki posiadaniu własnych zapasów niezbędnych produktów, oraz ich zdolność do współdziałania z podmiotami ochrony ludności, a także do zdobywania kompetencji w zakresie kształtowania świadomości zagrożeń i zapobiegania zagrożeniom oraz pożądanym zachowań na wypadek wystąpienia zagrożeń

WYJAŚNIENIE

● Każda osoba powinna więc móc wnieść swój wkład w społeczną odporność, nabywając świadomości zagrożeń, wiedząc, jak zachować się w razie ich wystąpienia, posiadać niezbędne zapasy – na przykład żywności – oraz wiedzieć, czym jest system ochrony ludności i umieć z nim współdziałać. Odporność zaczyna się od nas: im bardziej będziemy odporni jako osoby, jako rodziny, jako sąsiedzkie społeczności, tym większa szansa, że zagrożeniu uda się zaradzić. Służby – organy ochrony ludności i obrony cywilnej – będą mogły wówczas koncentrować się tam, gdzie ich praca będzie najbardziej potrzebna.

OCHRONA LUDNOŚCI

● To działania organów i podmiotów ochrony ludności mające na celu ochronę życia i zdrowia ludzi, ochronę zwierząt, mienia, ważnej infrastruktury, dóbr kultury i środowiska w razie wystąpienia zagrożeń. Ochrona ludności działa w czasie pokoju. Tworzą ją rozmaite instytucje, służby oraz organizacje – wszystkie które zostały uznane za mogące się przydać w razie zagrożeń

„A CO ZE STRAŻAKAMI? A CO Z ZARZĄDZANIEM KRYZYSOWYM?”

● Ochrona ludności nie jest nową służbą czy formacją. To system, który spaja ze sobą wiele już istniejących formacji i organizacji, w tym zawodową i ochotniczą straż pożarną. Liczy się natomiast skala, na jaką będzie działać. Gdy mamy jeden nieduży pożar, pomocy udzielają strażacy, z którymi rutynowo współpracują inne służby, na przykład ratownictwo medyczne czy policja. Gdy pożar jest duży i wymusi zamknięcie drogi czy ewakuację sąsiednich posesji – może się okazać że będzie nazywany sytuacją kryzysową i zaangażowanych będzie więcej służb. Zagrożenia przed którymi ma chronić nas ochrona ludności i obrona cywilna można porównać do tych największych pożarów i ich konsekwencji.

OBRONA CYWILNA

● Są to działania podejmowane już w razie wybuchu wojny albo wtedy gdy jej wybuch będzie bardzo prawdopodobny. Obrona cywilna oznacza działania podejmowane w celu ochrony ludności przed skutkami konfliktu zbrojnego. Wtedy ochrona ludności staje się obroną cywilną

**ZAPAMIĘTAJ WIĘC
HIERARCHIĘ
BEZPIECZEŃSTWA.**

Najpierw – społeczna odporność
która jest fundamentem
dla bezpieczeństwa.
Potem – ochrona ludności.
W razie wojny – obrona cywilna

ORGANY I PODMIOTY OC I OL

1

O bezpieczeństwo dba samorząd

Organy ochrony ludności - są to po prostu poszczególne organy administracji samorządowej i rządowej. Najbliższy obywateli jest wójt (lub burmistrz / prezydent miasta) - a więc szczebel gminy i miasta.

Wyższym organem jest starosta.

Na szczeblu województwa organami ochrony ludności są zarówno wojewoda, jak i marszałek województwa. Wreszcie organami rządowymi są poszczególni ministrowie - w zakresie swoich zadań oraz jako najważniejszy - minister spraw wewnętrznych. Na czas wojny minister ten staje się Szefem Obrony Cywilnej. Organy ochrony ludności są więc odpowiedzialne za planowanie, przygotowanie i kierowanie ochroną ludności i obroną cywilną. Ale konkretne zadania wykonują podmioty obrony cywilnej.

2

RCB pełni rolę wspomagającą

Jednym z podmiotów ochrony ludności jest Rządowe Centrum Bezpieczeństwa. Jest ono odpowiedzialne za wspomaganie rządu w zakresie zarządzania kryzysowego i ochrony infrastruktury krytycznej oraz inne działania. Zapewne znasz Alert RCB - to także będzie jedno z narzędzi ostrzegania. RCB publikuje także liczne poradniki dla obywateli.



3

Oto zadania strażaków

Podmiotami ochrony ludności z mocy ustaw są straże pożarne - w liczbie mnogiej, gdyż z urzędu obejmuje to zarówno Państwową Straż Pożarną, jednostki Ochotniczych Straży Pożarnych oraz straże pożarne w zakładach przemysłowych. Do ich zadań będzie w razie zagrożenia należało prowadzenie akcji ratowniczych i walka z pożarami.



4

Ratownicy medyczni pomogą rannym

Jednostki ratownictwa medycznego oraz szpitale także są z urzędu podmiotami ochrony ludności. Oprócz nich do systemu włączone są mocą ustawy Polski Czerwony Krzyż, Morska Służba Poszukiwania i Ratownictwa oraz organizacje odpowiedzialne za ratownictwo wodne i górskie, a więc WOPR, TOPR i GOPR.

Ich rola się nie zmienia - cały czas odpowiedzialne są za ratownictwo i udzielanie pomocy medycznej.



Odporność społeczna - czym jest?

Tak jak organizm może być odporny na choroby i urazy, tak samo społeczeństwo może być odporne na zagrożenia. Niektórym chorobom można zapobiec - przez zdrowy tryb życia, regularne badania czy przyjmowanie szczepionek. Innym nie zawsze się uda zapobiec i potrzebne jest działanie - zabieg lekarski czy przyjmowanie leków. Jeśli jednak człowiek złamie rękę, to odporny, zdrowy organizm szybciej wróci do zdrowia niż organizm słaby. Dokładnie te same zasady działają w społeczeństwie. I tak samo jak organizm, który składa się z narządów i układów, tak samo społeczeństwo działa dzięki różnym systemom, często określanym jako infrastruktura krytyczna.

Krytyczny dla organizmu jest układ krwionośny - dlatego odporność organizmu będzie wzmacniać wiedza i umiejętność tamowania krwotoków oraz dostępność specjalistycznej pomocy. Tak samo krytyczny dla społeczeństwa jest system energetyczny. Jeśli zabraknie prądu, skutki mogą być dotkliwe. Jednak odporny system będzie uruchamiać rezerwy, a w teren ruszą brygady energetyków, by naprawiać uszkodzenia. A jeśli obywatele będą przygotowani na przerwę w dostawie prądu, skutki będą mniej odczuwalne, a straty mniejsze.

Dlatego odporność społeczna jest sprawą nie tylko organów państwa, ale odpowiedzialnością nas wszystkich.

5

Organizacje też będą pomocne

Podmiotami ochrony ludności są także niektóre organizacje pozarządowe. Organizacje harcerskie i skautowe, które objęte są honorowym protektorem Prezydenta RP - takie jak Związek Harcerstwa Polskiego czy Związek Harcerstwa Rzeczypospolitej. Ponadto Polski Związek Łowiecki także zaliczono do podmiotów ochrony ludności.



7

Organizacji pomocowych może być więcej

Każdy organ ochrony ludności może także zawrzeć porozumienie z organizacjami społecznymi oraz przedsiębiorcami w celu wykonywania określonych umów zadań w zakresie ochrony ludności i obrony cywilnej. Nie ma tu zamkniętego katalogu. Liczy się tylko to, czy dana organizacja lub firma mogą wykonać określone zadania. Mogą to być zarówno organizacje społeczne (np. Strzeleckie), jak i przedsiębiorstwa - na przykład z branży budowlanej.



6

Inna rola lokalnych firm

Zgodnie z ustawą, wójt, starosta czy marszałek województwa mogą uznać za podmiot ochrony ludności należące do samorządów jednostki organizacyjne czy przedsiębiorstwa. Takimi mogą być na przykład samorządowe firmy transportowe zajmujące się na co dzień komunikacją miejską.



RODZAJE ZAGROŻEŃ

We współczesnym świecie występuje szereg zagrożeń. Wystarczy otworzyć gazetę czy zajrzeć do internetu, by przekonać się, że jest ich wiele. Jednak w naszej sytuacji niektóre są bardziej prawdopodobne od innych - i na nie musimy być przygotowani.

Kłęski żywiołowe

Kłęski żywiołowe towarzyszą nam od dawna. Są to zwłaszcza powodzie, duże pożary, gwałtowne burze i ulewę. Występują przede wszystkim na skutek działania sił przyrody, choć czasem - choćby w przypadku pożaru - powodem może być działanie człowieka, celowe lub nie.

Skutkiem może być przerwanie dostaw prądu, wody czy gazu oraz zablokowanie dróg - co może wywołać kolejne konsekwencje, na przykład przerwy w dowozie żywności. Także brak prądu może wywoływać kolejne problemy.

Może tak się okazać, że aby uniknąć narażenia życia i zdrowia, niezbędna będzie ewakuacja z obszarów zagrożonych klęską żywiołową. Będzie ona jednak krótkotrwała. Dużo dłużej trwać może odbudowa zniszczonych obszarów.

Awarie techniczne

Wypadki, jakie wynikają z awarii urządzeń technicznych, także są stałym zagrożeniem. Może to być katastrofa transportowa - na przykład wypadek pociągu przewożącego chemikalia lub awaria w fabryce, gdzie wykorzystywane są trujące substancje. Może to być zawalenie budynku lub pęknięcie zapory wodnej. Za każdym razem ich konsekwencje będą podobne do klęsk żywiołowych.

Działania hybrydowe

Są to wrogie działania innych państw - a zwłaszcza Rosji i Białorusi - mające na celu destabilizację sytuacji w naszym państwie. Hybrydowość tych działań oznacza, że stosowa-



wane są różne środki i metody. Może to być rozsiewanie dezinformacji (fałszywych wiadomości), ataki na sieci komputerowe, jak również szpiegostwo i sabotaż, jak na przykład podpalenia, jakie miały miejsce już w Polsce. Metody te mogą być stosowane jednocześnie. Państwa stojące za nimi ukrywają jednak swoją rolę, jak złodziej, który przyłapany na kradzieży upiera się, że „to nie jest moja ręka”.

Możliwe jest, że tego rodzaju ataki w przyszłości będą miały na celu odcięcie społeczeństwa

od kluczowych usług i dóbr. Jeśli na przykład dojdzie do serii sabotaży niszczących linie energetyczne, duży obszar - nawet całe województwo - może zostać na wiele godzin pozbawiony prądu. Powstałe zamieszanie będzie sprzyjać rozpuszczaniu wrogich plotek, mających na celu pogłębić chaos i obniżyć zaufanie do państwa i jego instytucji, a także wbić podziały pomiędzy różne grupy ludności. Plotki te mogą głosić, że na przykład mieszkańcy dużych miast będą mieli najpierw włączany prąd, a na wsi - nie będzie przez wiele dni.

Ograniczona wojna

To sytuacja, w której wrogi państwo - a za takie przede wszystkim należy uważać Rosję - dokonuje ataku na nasze terytorium, ale w sposób ograniczony. Może na przykład użyć tylko rakiet, dronów i samolotów, aby zaatakować ważne obiekty, jak rafinerie, bazy paliw czy stacje kolejowe, by wymusić na naszym państwie polityczne ustępstwa. Taki atak nie oznacza wkroczenia obcych żołnierzy na nasze terytorium, ale zakłócić może funkcjonowanie infrastruktury krytycznej. Gdyby pociski i drony uderzyły

w miejsca, gdzie produkowane i składowane są paliwa - zapewne niezniszczone zostałyby wszystkie, ale doszłoby do ograniczeń w dostępności benzyny na stacjach. Zagrożona byłaby także ludność mieszkająca w pobliżu celów oraz na trasie przelotu rakiet czy dronów. Poważnym wyzwaniem będzie także poradzenie sobie z psychologicznymi skutkami ataku - wszak byłby to już akt otwartej, choć ograniczonej wojny.

Wojna otwarta na pełną skalę

Jest to zagrożenie najmniej (wciaż) prawdopodobne, ale niosące ze sobą najpoważniejsze konsekwencje. Jest to bowiem otwarty atak z użyciem wojska - obejmujący także lądową agresję.

W takim przypadku, oprócz ataków na ważną infrastrukturę, dojdzie może do prób zajęcia części terytorium. W razie wojny dostępność paliwa, prądu, żywności może być ograniczona. Wiele osób zostanie powołanych do służby w wojsku, obronie cywilnej czy w podlegających militarystacji zakładach i instytucjach. Zamknięte zostaną niektóre strategicznie ważne drogi, wystąpią ograniczenia w działaniu każdej instytucji czy firmy.

Prawdopodobne jest, że wiele miejscowości zagrożonych działaniami wojennymi zostałoby ewakuowanych i zadaniem obrony cywilnej byłaby opieka nad nimi. Duża intensywność walk sprawiłaby także, że niestety, należy się liczyć z dużą liczbą osób poszkodowanych - co byłoby wyzwaniem dla systemu opieki medycznej.

SCHRONY I UKRYCIA - PORADNIK

Na mocy ustawy w celu ochrony ludności, zarówno przed skutkami działań wojennych czy klęsk żywiołowych, tworzy się obiekty zbiorowej ochrony. Dzielą się one na schrony, ukrycia oraz miejsca doraźnego schronienia

● **SCHRON** jest to budynek lub część budynku - na przykład piwnica - która po pierwsze, została formalnie uznana za budowlę ochronną, a po drugie, ma zamkniętą hermetyczną konstrukcję, wyposażoną w urządzenia filtrów wentylacyjne lub pochłaniacze. Taki obiekt chroni przed ostrzałem, odłamkami bomb, ale także przed skażeniem promieniotwórczym lub chemicznym.

● **UKRYCIE** jest to budynek lub jego część, która została uznana za budowlę ochronną, lecz jej konstrukcja nie jest hermetyczna. Chroni więc przez bombardowaniem czy ostrzałem, może ochronić przed choćby wichurą lub burzą, ale nie zapewni bezpieczeństwa w razie skażenia.

Szczegółowe warunki dotyczące nowo budowanych budowli ochronnych zapewni wydane w niedługim czasie roz-

porządzenie. Ważne jest na razie to, że budowle ochronne, aby spełniać swoją rolę, muszą mieć odpowiednio mocną konstrukcję oraz wyjście zapasowe - na przykład na wypadek, gdyby zawalił się budynek, pod którym jest schron.

O tym, czy dany obiekt jest schronem lub ukryciem, decyduje organ ochrony ludności: wójt (burmistrz lub prezydent), starosta lub wojewoda. Mogą oni uznać za takowe budynki będące w ich posiadaniu (na przykład w szkołach czy budynkach administracji), ale mogą także zawierać porozumienia z właścicielami budynków w tym zakresie lub odgórnie wyznaczyć dany obiekt. Schron lub ukrycie mogą być na co dzień wykorzystywane do codziennych potrzeb, na przykład jako magazyn, ale właściciel ma obowiązek zapewnić niezwłoczne przygotowanie go do użycia w celu ochrony.

● **MIEJSCE DORAŻNEGO SCHRONIENIA** to kategoria przewidziana tylko na czas wojny lub stanu nadzwyczajnego (wojennego, wyjątkowego, klęski żywiołowej). Są to obiekty już istniejące zaadaptowane na mocy nakazu organu ochrony ludności: wójta (burmistrza lub prezydenta), starosty lub wojewody. Takimi obiektami są zwłaszcza pomieszczenia budynków, garaże podziemne, tunele, budowle ziemne i wykopy. Mogą być także tworzone od podstaw.

Wymagane jest, aby w granicach miast w razie wojny schronienie we wszystkich obiektach ochronnych znalazło w miastach co najmniej 50% osób przebywających na terenie miasta, a poza granicami miast - 25%. Z tego w miastach budowle ochronne mają być przewidziane dla 25% ludności, a poza miastami - dla 15%.

Ważne jest to, że zgodnie z ustawą obiekty są **obowiązkowo dostępne dla wszystkich**. Nie ma możliwości, aby schron powstał tylko dla osób z jednego bloku czy firmy.

Zgodnie z ustawą, obiekty zbiorowej ochrony podlegają ewidencji. Na podstawie tej ewidencji, zwanej Centralną Ewidencją Obiektów Zbiorowej Ochrony, wszystkie organy ochrony ludności - muszą zapewnić informacje o lokalizacji schronów, ukryć i miejsc doraźnego schronienia.

Obiekty zbiorowej ochrony oznacza się symbolem obrony cywilnej, czyli granatowym trójkątem równobocznym na pomarańczowym tle oraz nazwą: Schron, Ukrycie, Miejsce Doraźnego Schronienia.



Ponieważ odtwarzanie obrony cywilnej zaczęło się niedawno, niewielka jest jeszcze sieć schronów i ukryć. Dlatego też regularnie sprawdzaj informacje podawane przez miejscowe władze.

Dąż do tego, aby wiedzieć, gdzie w okolicy miejsca zamieszkania, pracy, nauki i innych, w których często przebywasz - wiedzieć, gdzie jest schron.

JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ?

Przygotowanie jest kluczowe, aby przetrwać nawet najcięższy kryzys i nie stać się osobą, która nie tylko będzie potrzebowała pomocy, ale sama będzie mogła udzielić jej swoim bliskim.

1.

2.

3.

4.

PO PIERWSZE: ZNAJ SIEBIE I SWOICH BLISKICH

Dokładne planowanie wymaga szczegółów i sprawdzania nawet pozornie oczywistych faktów. Weź kartkę i spisz informacje na temat Ciebie i twoich najbliższych. Ile to jest osób? Jakiej płci? W jakim wieku? Czy ktoś nosi okulary? A może ma trudności z przemieszczaniem się? A może zażywa regularnie leki lub podlega regularnym badaniom? Czy w waszej rodzinie są seniorzy? Ile macie zwierząt i czego wymaga dobra opieka nad nimi?

Sprawdź ty albo ktoś z Twojej rodziny czy nie jesteś osobą, której nie nadano przydziału mobilizacyjnego - to będzie oznaczało, że taka osoba może zostać powołana do służby wojskowej lub w obronie cywilnej. Sprawdź, jakie wymagania wobec osób pracujących postawił w razie kryzysu twój pracodawca. Stosownie do tego przygotuj swój rodzinny plan kryzysowy.

Jeśli to ty prowadzisz działalność gospodarczą - zastanów się, jakie firmowe zasoby są najważniejsze. Co musisz chronić w pierwszej kolejności. Porozmawiaj o tym z pracownikami.



PO DRUGIE: ZNAJ SWÓJ REGION

Zastanów się, co wiesz o swojej okolicy - osiedlu, dzielnicy, miejscowości, gminie i powiecie. Czy mieszkasz blisko czy daleko od dróg? Gdzie są sklepy i stacje benzynowe? Gdzie są szpitale i przychodnie? Co wiesz o swoich sąsiadach, nawet jeśli nie rozmawiasz z nimi na co dzień?

Czy w pobliżu są jednostki wojskowe, fabryki, przebiegają linie kolejowe czy linie wysokiego napięcia? Tych miejsc w razie kryzysu należy unikać. Mogą być celem ataku, ponadto możliwe, że drogi w ich pobliżu zostaną zablokowane przez służby mundurowe.

Zaopatrzyć się w papierowy atlas samochodowy, a jeśli masz możliwość - mapy okolicy. Mapy w telefonie czy komputerze wymagają dostępu do internetu - sprawdź czy możesz z nich korzystać offline po ich pobraniu na telefon.

PO TRZECIE: PRZYGOTUJ DOM

Sprawdź, ile jedzenia i picia potrzebujecie, aby przetrwać co najmniej trzy dni bez potrzeby robienia zakupów. Weź pod uwagę czy ktoś w domu nie potrzebuje określonego jedzenia - z powodów zdrowotnych. Nie zapomnij o zwierzętach. Przygotuj zapas napojów, zwłaszcza wody oraz jedzenia. Wybieraj produkty o długim czasie przydatności do spożycia. Możesz też nabycie racje żywnościowe.

Przejrzyj zawartość apteczki domowej. Pamiętaj, aby mieć zawsze zapas środków opatrunkowych i przeciwbólowych.

Jeśli masz możliwość - rozważ nabycie agregatu prądotwórczego lub zasilacza awaryjnego. Obowiązkowo zaopatrzyć się w latarki, zapasowe baterie i powerbanki. W razie kryzysu może zostać przerwany dostęp do internetu, problemy mogą też dotknąć sieci komórkowej. Zaopatrzyć się w radio na baterie.

Zastanów się, jak ogrzewany jest twój dom. Rozważ awaryjne sposoby ogrzewania, te, które nie wymagają dopływu prądu. Postaraj się dokonać przeglądu instalacji. Nie odkładaj na później przeglądów i napraw - w razie kryzysu będzie na to za późno. Zaopatrzyć się w gaśnicę i nauczyć się jej używać.

Jeśli masz piwnicę - sprawdź jej stan. Oceń czy jej wielkość i warunki pozwalają, by wykorzystać ją jako schronienie. Czy nie jest zawilgocona? Czy nie ma problemów z dostępem powietrza? Czy są tam rzeczy, które można usunąć?

Jeśli nie masz piwnicy - zastanów się nad wykorzystaniem innego pomieszczenia. Powinno nie mieć okien lub mieć ich jak najmniej. Jeśli to jest możliwe - wybierz pomieszczenie, którego ściany nie są ścianami zewnętrznymi, lecz znajduje się wewnątrz budynku. Możliwe, że nie znajdziesz idealnego pomieszczenia - lepiej jednak wybrać wystarczająco dobre niż nie wybrać żadnego. Możesz już teraz ulokować tam najważniejsze zapasy, zwłaszcza wodę, trochę jedzenia, radio i powerbank oraz plecak ewakuacyjny.

Jeśli mieszkasz w bloku - postaraj się, aby cała wspólnota była przygotowana. Rozmawiaj z sąsiadami. Jeśli wynajmujesz mieszkanie - porozmawiaj z właścicielem, jeśli to jest możliwe.

PO CZWARTE: PRZYGOTUJ SIĘ NA NAJGORSZE

Dokładnie omów przygotowania z rodziną. Uspokój ich - zwłaszcza dzieci, że przygotowania nie oznaczają tego, że nieszczęście nadejdzie - lecz że trzeba być przygotowanym. Może się okazać, że będziecie musieli ukrywać się.

Najgorszym przypadkiem jest ten, w którym musisz opuścić swoje miejsce zamieszkania - gdyż zagrożenie jest zbyt poważne. Zrób to tylko wtedy, gdy władze wydadzą takie polecenie i stosuj się do instrukcji. Omów taką sytuację z bliskimi. Ustalcie sposób kontaktu na wypadek, gdybyście zostali rozdzieleni.



PLECAK EWAKUACYJNY

Pamiętaj, że plecak szykujesz dla siebie i swoich bliskich. Zaczynij więc od sprawdzenia, czy masz jakiś plecak w domu, który możesz wykorzystać. Sprawdź, ile rzeczy z poniższej listy możesz do niego spakować. Przejdź się z nim na spacer, choćby trwający pół godziny.

Zobacz, co tobie pasuje w ułożeniu, a co trzeba zmienić.

Podobnie zrób, jeśli kupujesz specjalnie plecak lub plecaki. Spakuj, przetestuj i dostosuj do swoich potrzeb i możliwości.

Plecak ewakuacyjny jest plecakiem pozwalającym przetrwać pierwsze kilka dni poza domem lub pojazdem.

Idealnie, jeśli każda osoba w rodzinie ma swój plecak.

Najlepiej mieć przygotowane zestawy zarówno w domu, jak i w samochodzie, a także w innych miejscach: na przykład miejscu pracy.

Powiedz wszystkim w rodzinie, gdzie znajdują się te plecaki.

Do każdego plecaka dołącz kartkę z nazwiskiem i adresem, ewentualnie danymi kontaktowymi, których nie boisz się ujawnić.

PLECAK, EWENTUALNIE TORBA

● Solidny, dopasowany do anatomii i sprawności fizycznej osoby, która będzie go używać. Dla osoby dorosłej odpowiednia objętość to około 30 litrów.

● Z jedną dużą komorą oraz jedną mniejszą (na dokumenty, laptopa) oraz bocznymi kieszeniami.

WAŻNE: na plecak ewakuacyjny nie nadaje się rzecz w kamuflażu wojskowym lub taki przypominająca. Możesz zostać uznany za osobę pełniącą służbę wojskową lub z wojskiem związaną. Kolor powinien być neutralny, choć nie jaskrawy (np. czarny, niebieski, szary).



DOKUMENTY

Skany lub zdjęcia najważniejszych dokumentów umieszczone na pendrive lub dysku przenośnym.



APTECZKA PIERWSZEJ POMOCY

Możesz nabyć specjalne apteczki, które możesz przymocować do plecaka.

JEDZENIE I PICIE

W plecaku powinien być zestaw posiłków na 72 godziny. Wybierz rzeczy trudno psujące się, hermetycznie zamknięte, np. konserwy lub gotowe racje żywnościowe. W plecaku powinna być butelka filtrująca ze świeżym filtrem. Nie zapomnij o sztuczkach oraz workach na śmieci. Aby jeść higienicznie, spakuj mydło i żel do dezynfekcji.



ŚPIWÓR ORAZ UBRANIA

Jeden zestaw ubrania na zmianę oraz kurtkę chroniącą przed deszczem.

Ważne! Wybierz rzeczy, które nie mają wojskowego wyglądu, unikaj także takich, które mają symbole odnoszące się do jakichś wartości, ideologii, religii - nigdy nie wiesz, na kogo trafisz. To samo dotyczy ubrań, które nosisz na sobie w czasie kryzysu.



NAWIGACJA I ŁĄCZNOŚĆ

Obowiązkowo: radio na baterie, latarka, mapa lub atlas samochodowy. Jeśli umiesz się posługiwać: spakuj kompas lub busolę. Rozważ nabycie odbiornika GPS oraz zapasowego, prostego telefonu komórkowego. Pamiętaj także o zapasowych bateriach, powerbanku i kablach zasilających.

DROBNE NARZĘDZIA

Nóż ze stałym ostrzem oraz multitool, sznurek i opaski zaciskowe, notes i ołówek ewentualnie długopis. Spakuj też zapalniczkę lub zapalki oraz gwizdek. Nie zapomnij o niewielkim zapasie gotówki w drobnych nominałach.



W SYTUACJI KRYZYSOWEJ



OGŁOSZENIE ALARMU DLA LUDNOŚCI CYWILNEJ

Jaki dźwięk?

Sygnał akustyczny -
modulowany dźwięk
syreny przez 3 minuty



Jaki znak?

Żółty znak w kształcie
równobocznego trójkąta



Zapowiedź słowna

Trzykrotnie powtarzany
komunikat np.

“Uwaga! Uwaga!
Uwaga!
Ogłaszam alarm
dla ...”

ODWOŁANIE ALARMU DLA LUDNOŚCI CYWILNEJ



Jaki dźwięk?

Sygnał akustyczny -
ciągły dźwięk
syreny przez 3 minuty



Zapowiedź słowna

Trzykrotnie powtarzany
komunikat np.

“Uwaga! Uwaga!
Uwaga!
Odwołuję alarm
dla ...”

**! NIE IGNORUJ
ALARMÓW !**

WAŻNIEJSZE TELEFONY:

Centrum
Powiadamiania
Ratunkowego
112

Pogotowie
ratunkowe
999

Straż pożarna
998

Policja
997

Pogotowie
energetyczne
991

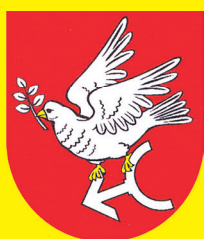
Pogotowie
gazowe
992

Komenda Powiatowa Państwowej
Straży Pożarnej
w Golubiu-Dobrzyniu
☎ 47 7513 310 (sekretariat)
tel./fax (56) 683 22 44
✉ golub-dobrzyn@
kujawy.straz.gov.pl

Stanowisko Kierowania
Komendanta
Powiatowego PSP:
☎ +48 47 7513 300
☎ +48 47 7513 301
☎ +48 47 7513 302
☎ (56) 683 22 44

Komenda Powiatowa Policji
w Golubiu-Dobrzyniu
☎ 477 549 200,
☎ 477 549 221
(oficer dyżurny)
fax: 477 549 247

Sekretariat Komendanta
☎ 477 549 205
fax: 477 549 264
✉ golub-dobrzyn@
bg.policja.gov.pl



**POWIAT
GOLUBSKO-DOBRZYŃSKI**

**STAROSTWO POWIATOWE
w Golubiu-Dobrzyniu**
ul. Plac 1000-lecia 25
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 56 683 53 80 lub 56 683 53 81
fax 56 475 61 11
✉ powiat@golub-dobrzyn.com.pl