

Rządowe Centrum Bezpieczeństwa (RCB) uruchomiło nowy „**Poradnik bezpieczeństwa**”, który wkrótce w formie papierowej trafi do wszystkich gospodarstw domowych w Polsce. Publikacja ma pomóc obywatelom przygotować się na różne sytuacje kryzysowe – od awarii i katastrof, po zagrożenia militarne.

Poradnik dostępny jest już online pod adresem: www.poradnikbezpieczenstwa.gov.pl. Dokument został przygotowany we współpracy Ministerstwa Obrony Narodowej, Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Rządowego Centrum Bezpieczeństwa, z udziałem ekspertów, samorządów, służb i organizacji pozarządowych.

Co zawiera poradnik?

W publikacji można znaleźć m.in.:

- wskazówki dotyczące tworzenia rodzinnych planów kryzysowych,
- zasady postępowania podczas ewakuacji,
- informacje o sygnałach alarmowych,
- listy kontrolne pomagające w przygotowaniu zapasów i niezbędnego wyposażenia.

Alarmy dźwiękowe - jak je rozpoznawać?

Kwestia przygotowania obywateli do sytuacji kryzysowych nabrała szczególnego znaczenia, gdy na wschodzie Polski uruchomiono ostatnio syreny alarmowe w związku z zagrożeniem wtargnięcia dronów w polską przestrzeń powietrzną. Jak się okazało, wielu mieszkańców nie zareagowało na sygnały – najpewniej z powodu braku wiedzy, co one oznaczają.

Dla przypomnienia:

- **trzy krótkie sygnały syren** – wezwanie do wyjazdu bojowego dla straży pożarnej,
- **trzyminutowy modulowany dźwięk syreny** – ostrzeżenie o zagrożeniu atakiem z powietrza,
- **trzyminutowy dźwięk ciągły** – odwołanie alarmu.

RCB przypomina także o konieczności śledzenia alertów SMS, komunikatów w radiu i telewizji oraz weryfikowania informacji w oficjalnych źródłach.

Poradnik bezpieczeństwa ma pomóc uniknąć takich sytuacji i zwiększyć naszą świadomość – tak, aby każdy wiedział, jak reagować w razie zagrożenia.

Poradnik na czas kryzysu i wojny, (niżej dostępny) wyjaśnia, jak przygotować się i działać w sytuacjach kryzysowych – od awarii czy skażenia po ewakuację. Zawiera wskazówki dotyczące ochrony przed dezinformacją, reagowania na alarmy, udzielania pierwszej pomocy i kompletowania plecaka ewakuacyjnego z najpotrzebniejszymi rzeczami, co zwiększa bezpieczeństwo i ułatwia szybkie działanie.

[Poradnik__bezpieczeństwa__pion_wersja_polskojęzyczna_PLPobierz](#)
[Bądź_gotowy!_poradnikPobierz](#)



Bądź gotowy!

Przygotuj plecak ewakuacyjny
na sytuację kryzysową

RCB

Norway
grants



radio na baterie
+ baterie



latarka + baterie



najpotrzebniejsze
dokumenty



zapałniczka
/zapałki



maski oddechowe
/ochronne



mapa z lokalnymi
drogami, kompas,
busola, GPS



otwieracz
do puszek



posiłki na 2 dni



nóż, ołówek
i notes



komplet sztućców



kurtka
przeciwdeszczowa



apteczka



śpiwór



worki na śmieci



ubranie na zmianę



mydło,
żel do dezynfekcji



kombinerki, łom,
narzędzie
wielofunkcyjne



gotówkę
w niewielkich
nominałach



butelkę
filtrującą
z nowym filtrem



gumy, sznurki,
opaska zaciskowa

Źródło: gov.pl