
SZKOLENIE Z ZAKRESU OCHRONY LUDNOŚCI I OBRONY CYWILNEJ DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA I GMINY ZAGÓRZ

Podstawa: art. 52 ust. 1 Ustawy z dnia 5 grudnia 2024 r. o ochronie ludności i obronie cywilnej (Dz. U. z 2024 r., poz. 1907 ze zm.) oraz załącznik 9 do Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 6 lutego 2025 r. w sprawie programów szkoleń z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej oraz wymagań dla podmiotów prowadzących szkolenia (Dz. U. z 2025 r., poz. 162 ze zm.)

Andrzej Siwiec
Inspektor ds. obronnych, OC i ZK

ZAGÓRZ .09.2025 r.

Agenda

1. Wprowadzenie;
2. Organy i podmioty ochrony ludności;
3. Sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze;
4. Indywidualne przygotowanie do ewakuacji i przetrwania w warunkach długotrwałego zagrożenia;
5. Obowiązki mieszkańców w obszarze OL i OC;
6. Ewakuacja ludności, zwierząt i mienia oraz współdziałanie z podmiotami ochrony ludności;
7. Środki ochrony indywidualnej i miejsca schronienia w sytuacjach realnego zagrożenia;
8. Gminne obiekty zbiorowej ochrony;
9. Działania pomocowe;
10. Pierwsza pomoc;
11. Literatura.

Wprowadzenie



Rzeczpospolita Polska zapewnia każdemu obywatelowi prawną ochronę życia

art. 38, (Dz. U. z 1997 r. nr 78 poz. 483 z późn. zm.).

Źródła zagrożeń – jako podstawa rozważań nad systemem

Kryzys – zdarzenie nagłe, które zagraża życiu, zdrowiu, mieniu lub środowisku człowieka

Żyłka, T. (2025). Bezpieczeństwo społeczności lokalnej w gminie w województwie podkarpackim, rozprawa doktorska, ASzWoj, Warszawa, s.48.

Wojna – zorganizowany konflikt zbrojny między państwami, narodami lub grupami etnicznymi, religijnymi i społecznymi.

<https://pl.wikipedia.org/wiki/Wojna>

Ustawa z dnia 8 marca 1990r. o samorządzie gminnym *(t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1465)*

Ustawa z dnia 26 kwietnia 2007r. o zarządzaniu kryzysowym *(t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 122)*

Ustawa z dnia 5 grudnia 2024r. o ochronie ludności i obronie cywilnej *(Dz.U. z 2024 r. poz.1907)*

Cel wystąpienia:

przygotowanie mieszkańców przebywających na terenie Gminy Zagórz do właściwych reakcji w sytuacjach zagrożeń, a w tym: w zakresie rozpoznawania zagrożeń, zapobiegania im oraz kształtowania odpowiednich zachowań w przypadku ich wystąpienia, a także wypracowanie zdolności współdziałania z organami ochrony ludności i podmiotami ochrony ludności. Szkolenie ma służyć zwiększeniu odporności społecznej.



Gminne organy i podmioty ochrony ludności

Terytorialne OOL:

Wójt (burmistrz, prezydent miasta)

Starosta

Wojewoda

Minister ds. SW

Pozostałe OOL:

Marszałek województwa

Minister nadzorujący:

- podmioty OL
- organy obsługiwane przez podmioty OL

Podmioty OL:



Sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze

Sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze, które obowiązują na terenie kraju wynikają z:

1. Rozporządzenia Rady Ministrów z 23 lutego 2024 r. w sprawie systemów wykrywania skażeń i powiadamiania o ich wystąpieniu oraz właściwości organów w tych sprawach (Dz.U. z 2024 r., poz. 290 ze zm.);
2. Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 14 maja 2025 r. w sprawie alarmów i komunikatów ostrzegawczych sprawach (Dz.U. z 2025 r., poz. 645 ze zm.).

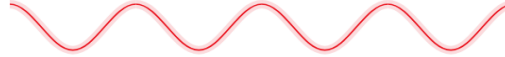
Sygnał alarmowy (komunikat ostrzegawczy) – to sygnał wyemitowany z dowolnego źródła wzywający do natychmiastowego, pośpiesznego i zorganizowanego działania związanego z wykryciem skażenia lub zagrożeniem jego wystąpienia, które może zagrażać życiu lub zdrowiu osób – zostanie przekazany natychmiast;

Sygnał alarmowy (komunikat ostrzegawczy) - w czasie ćwiczeń (treningów) z informacją o zakresie i zasięgu ćwiczenia (treningu) zostanie podany na stronie internetowej UMG Zagórz z dwudziestoczerogodzinnym wyprzedzeniem.

Sygnały alarmowe

Ogłoszenie alarmu

ogłoszenie alarmu – ciągły, modulowany dźwięk syreny przez 3 minuty.



Sygnal akustyczny: modulowany dźwięk syreny przez 3 minuty.

Komunikat w środkach masowego przekazu: trzykrotnie powtarzana

zapowiedź słowna: „Uwaga! Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm (np. powódź, pożar, zagrożenie chemiczne) dla (nazwa obszaru)”

Sygnal wizualny: Trójkątny żółty znak. W uzasadnionym przypadku inny znak ostrzegawczy

odwołanie alarmu – ciągły, jednostajny dźwięk syreny przez 3 minuty.

Odwołanie alarmu

Sygnal akustyczny: ciągły dźwięk syreny przez 3 minuty.

Komunikat w środkach masowego przekazu: trzykrotnie powtarzana

zapowiedź słowna: „Uwaga! Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm (rodzaj zagrożenia) dla (nazwa obszaru)”

Alarm dla jednostki ochrony przeciwpożarowej

Sygnal akustyczny: trzykrotnie wzrastający i opadający dźwięk syreny alarmowej z przerwami 30-sekundowymi trwający 3 minuty

Alarm ćwiczebny/treningowy

Sygnal akustyczny: ciągły dźwięk syreny alarmowej trwający jedną minutę

Komunikaty ostrzegawcze

Lp.	Rodzaj komunikatu	Sposób ogłoszenia komunikatu		Sposób odwołania komunikatu	
		akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu	akustyczny system alarmowy	środki masowego przekazu
1	Uprzedzenie o zagrożeniu skażeniami		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Osoby znajdujące się na terenie około godz. min. może nastąpić skażenie (podać rodzaj skażenia) w kierunku (podać kierunek)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję uprzedzenie o zagrożeniu (podać rodzaj skażenia) dla
2	Uprzedzenie o klęskach żywiołowych i zagrożeniu środowiska		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Informacja o zagrożeniu i sposobie postępowania mieszkańców (podać rodzaj zagrożenia, spodziewany czas wystąpienia i wytyczne dla mieszkańców)		Powtarzana trzykrotnie zapowiedź słowna: Uwaga! Uwaga! Odwołuję uprzedzenie o zagrożeniu (podać rodzaj klęski) dla

Komunikaty ostrzegawcze

Komunikat Regionalnego Systemu Ostrzegania (RSO)

Ogłoszenie komunikatu ostrzegawczego: Informacja, za pośrednictwem aplikacji mobilnej RSO, o zagrożeniu, zawierająca: **rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności na zagrożonym obszarze oraz inne informacje o zagrożeniu, w tym przewidywany czas jego trwania;**

Odwołanie komunikatu ostrzegawczego: Informacja, za pośrednictwem aplikacji mobilnej, o odwołaniu zagrożenia.

Komunikat przekazywany przez redaktorów dzienników oraz wydawców stron internetowych

Ogłoszenie komunikatu ostrzegawczego: Wizualna informacja tekstowa (graficzna), za pośrednictwem dzienników oraz stron internetowych, o zagrożeniu, zawierająca: **rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności na zagrożonym obszarze oraz inne informacje o zagrożeniu, w tym przewidywany czas jego trwania;**

Odwołanie komunikatu ostrzegawczego: Wizualna informacja tekstowa (graficzna), za pośrednictwem dzienników oraz stron internetowych, o odwołaniu zagrożenia.

Komunikaty ostrzegawcze

Komunikat przekazywany przez nadawcę programu radiowego i telewizyjnego oraz operatora ruchomej publicznej sieci telekomunikacyjnej

Ogłoszenie komunikatu ostrzegawczego: Wizualna (tekstowa, graficzna), audiowizualna, audio informacja, za pośrednictwem radia i/lub telewizji i/lub operatorów sieci komórkowej, o zagrożeniu, zawierająca: **rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności na zagrożonym obszarze oraz inne informacje o zagrożeniu, w tym przewidywany czas jego trwania;**

Odwołanie komunikatu ostrzegawczego: Wizualna (tekstowa, graficzna), audiowizualna, audio informacja, za pośrednictwem radia i/lub telewizji i/lub operatorów sieci komórkowej, o odwołaniu zagrożenia.

Komunikat ALERT RCB

Ogłoszenie komunikatu ostrzegawczego: Krótka wiadomość tekstowa (SMS), za pośrednictwem operatorów sieci komórkowej, o zagrożeniu, zawierająca: **rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności na zagrożonym obszarze oraz inne informacje o zagrożeniu, w tym przewidywany czas jego trwania;**

Odwołanie komunikatu ostrzegawczego: nie jest realizowane

Indywidualne przygotowanie do ewakuacji i przetrwania w warunkach długotrwałego zagrożenia

Plecak ewakuacyjny – nie oznacza, że ma być cały czas spakowany

Dokumenty (oryginały i ksera) – dowód tożsamości, paszport, akt własności mieszkania (domu), wypisy z księgi wieczystej, potwierdzenia ubezpieczeń, akty urodzenia, akt ślubu, akty zgonu, zaświadczenia o rentach, emeryturach i dochodach, podstawowe informacje medyczne, notes z zapisanymi najważniejszymi numerami telefonów;

Pieniądze – niewielki nominały w różnej walucie lub sztabki złota o niskiej wadze;

Zapas żywności – na 2-3 dni - batony energetyczne, konserwy, liofilizaty, wojskowe racje żywnościowe, suchary;

Zapas wody – 2l/dzień – butelkowana, butelka z filtrem lub innym systemem filtracji, tabletki do dezynfekcji wody;

Apteczka i leki – leki indywidualne, paracetamol, ibuprofen, środki przeciw: biegunce, nudnościom i wymiotom, elektrolity, termometr, pęseta, plastry, opatrunki (gazy, bandaże), koc termiczny (folia NRC), plastry chemiczne, środki dezynfekcyjne;

Narzędzia i sprzęt survivalowy – Nóż, multitool, sztucce, zapalniczka (krzesiwo, zapalaki), latarka (czołówka) z zapasowymi bateriami, powerbank, naładowany telefon komórkowy, zasilacz do telefonu, radio z wyjściami USB na baterie z możliwością ładowania słonecznego lub na korbkę, mapa, kompas (busola, urządzenie GPS), ołówek i notes, kilka sznurów różnej długości, gwizdek, worki foliowe, flary

Higiena, odzież, karimata i śpiwór – przybory i środki do higieny, ręcznik, maseczki ochronne, komplet ubrań na zmianę, w tym odzież termoaktywna i wodoodporna, mocne buty, kurtka przeciwdeszczowa.

Indywidualne przygotowanie do ewakuacji i przetrwania w warunkach długotrwałego zagrożenia

Przygotowanie planistyczne

Zgromadzić i utrzymywać – 7 dniowy zapas żywności i wody (14l wody / osobę), 14 dniowy zapas paszy i karmy dla zwierząt, do zaopatrzenia w wodę można wykorzystać zbiorniki na wodę deszczowa tzw. Mauzery, zgromadzić plandeki o powierzchni odpowiadającej połowie powierzchni dachu, geowłókninę, materiały (ręczniki, koce, taśma) do uszczelnienia drzwi i okien, worki o pojemności 25 kg, sprawny i zatankowany samochód oraz 20 l. paliwa w kanistrze, środki łączności radiowej (CB, walkie-talkie)

Realizowanie profilaktyki – posiadanie *Karty identyfikacyjnej grupy krwi* tzw. krew karty, poddawanie się kalendarzowi i cykliczne odnawianie szczepień ochronnych, posiadanie paszportu zwierząt i szczepień ochronnych, chipy i rejestracja zwierząt, wyznaczenie doraźnych miejsc schronienia (piwnica bez okien) lub miejsc zbiórki do ewakuacji, zapewnienie drożnych ciągów komunikacyjnych, poinformowanie członków rodziny o umiejscowieniu głównych zaworów: gazu, wody i energii elektrycznej, wyposażenie w gaśnice i/lub koce gaśnicze, znajomość sygnałów i komunikatów ostrzegawczych,

Planowanie rodzinne – omówienie scenariuszy kryzysów i sposobów działania, ustalenie miejsca i terminu zbiórki w miejscu i poza terenem zamieszkania oraz sposób kontaktu po rozdzieleniu, zebranie danych kontaktowych (zapisanie dzieciom i osobom starszym własnych danych i danych kontaktowych i numerów telefonów do dorosłych członków rodziny), przygotowanie wyposażenia do transportu zwierząt domowych

Umiejętności survivalowe – nauczyć się podstawowych umiejętności: rozpalanie ognia, znajdowanie wody, budowa schronienia

Podstawowa wiedza medyczna – nauczyć się podstawowych umiejętności PP.

Obowiązki mieszkańców w obszarze ochrony ludności i obrony cywilnej

Obowiązek alarmowania - osoby zaalarmowane lub powiadomione o zagrożeniu są obowiązane, bez narażania siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia, do:

- 1) podjęcia działań przygotowujących do ochrony przed zagrożeniem;
- 2) podjęcia we własnym zakresie działań mogących zmniejszyć skutki zagrożenia, mających na celu ochronę zdrowia, życia, mienia i dóbr kultury;
- 3) przekazania w miarę możliwości informacji o zagrożeniach i sposobach postępowania osobom, co do których nie ma pewności, że informacja ta do nich dotarła;
- 4) zachowania się w sposób zgodny z komunikatem przekazanym przez właściwy organ administracji publicznej lub kierującego działaniem ratowniczym.

Obowiązek zabezpieczenia mieszkania, mienia osobistego i zapasów - w czasie stanu wojennego i w czasie wojny **osoby zamieszkujące na obszarze**, na którym wprowadzono stan wojenny, albo zamieszkujące strefę bezpośrednich działań wojennych w ramach przygotowania obrony cywilnej **zabezpieczają**:

- 1) miejsce zamieszkania oraz mienie osobiste;
- 2) zapasy własne wody pitnej oraz środków spożywczych;
- 3) zapasy własne środków sanitarnych, higienicznych oraz medycznych.

Obowiązek edukacji z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej - który obejmuje w szczególności przekazywanie wiedzy o potencjalnych i aktualnych zagrożeniach mających wpływ na bezpieczeństwo oraz o zasadach postępowania w sytuacjach zagrożenia.

Ewakuacja ludności, zwierząt i mienia oraz współdziałanie z podmiotami ochrony ludności

Ewakuacja to zorganizowane, tymczasowe przemieszczenie ludności, zwierząt i mienia z rejonów zagrożonych do miejsc bezpiecznych, a jej celem jest zapewnienie bezpieczeństwa w obliczu różnorodnych zagrożeń.

1. zachować spokój,
2. prowadzić nasłuch radiowy, wizualny programów telewizyjnych, alertów RCB, RSO i stron internetowych np.: Urzędu Miasta i Gminy Zagórz, eSanok, itp,
3. sprawdzić czy rodzina i sąsiedzi wiedza o alarmie i ewakuacji,
4. zamknąć okna, wyłączyć urządzenia elektryczne, gazowe, wygasić źródła ognia (kominki, piece CO), zamknąć główne zawory: wody, gazu energii,
5. spakować plecak ewakuacyjny,
6. ubrać się stosownie do warunków pogodowych,
7. wyposażyć dzieci w: dane kontaktowe do dorosłych domowników i informacje medyczne,
8. powiadomić rodzinę o sposobie i kierunku ewakuacji,
9. przy braku możliwości ewakuacji wraz ze zwierzętami zaopatrzyć je w pasze i wodę,
10. ewakuować się środkami transportu publicznego lub pieszo (ewakuacja samochodem ze względu na korki może torować drogi ewakuacyjne)
11. współpracować ze służbami (OSP, policja, wojsko, itp.)

Środki ochrony indywidualnej i miejsca schronienia w sytuacjach realnego zagrożenia

Środki ochrony indywidualnej:

Znajomość sygnałów alarmowania i komunikatów ostrzegawczych oraz zasad postępowania,

Znajomość zasad udzielania pierwszej pomocy,

Przygotowanie rodziny (domu, mieszkania) oraz zgromadzenie zapasów żywności i wody,

Zaplanowanie zasad, miejsc i tras ewakuacji,

Profilaktyka w rozpoznawaniu i neutralizacji potencjalnych zagrożeń,

Zgromadzenie i umiejętność posługiwania indywidualnymi środkami ochrony,

Higiena w sytuacji braku bieżącej wody, energii, gazu lub ogrzewania.

Środki ochrony zbiorowej:

System wykrywania zagrożeń i alarmowania,

Gminne obiekty zbiorowej ochrony:

- budowle ochronne:

- schrony,

- ukrycia,

Miejsca doraźnego schronienia,

Gminne obiekty zbiorowej ochrony

Budowle ochronne:

Schrony - obiekty budowlane lub ich części o konstrukcji zamkniętej hermetycznie i wyposażonej w urządzenia filtrowentylacyjne lub pochłaniacze



Ukrycia - jako budowle lub ich części o konstrukcji niezapewniającej hermetyczności

25% / 15%



Miejsca doraźnego schronienia - jako obiekty zbiorowej ochrony przystosowane do tymczasowego ukrycia

50% / 25%



Działania pomocowe

Etap zapobiegania:

Krajowy proces legislacyjny,

Publikacja zarządzeń Burmistrza,

Planowanie ochrony ludności i obrony cywilnej, poprzez:

- ocenę ryzyka oraz zdolności jego minimalizowania i monitorowania,
- planowanie i przygotowanie warunków do ewakuacji ludności,
- planowanie zabezpieczenia dóbr kultury oraz mienia,
- zapewnienie tworzenia rezerw materiałowych i finansowych oraz łańcucha dostaw towarów, usług i świadczeń,
- uwzględnienie przygotowania na zagrożenia w wyniku zmiany klimatu;

Budowa struktur ochrony ludności i obrony cywilnej,

Przygotowanie terytorialnych organów i podmiotów ochrony ludności do reagowania,

Planowanie, budowa i modernizacja miejsc doraźnego schronienia oraz budowli ochronnych,

Etap osiągnięcia gotowości:

Przygotowanie ludności, poprzez:

- informowanie o potencjalnych i aktualnych zagrożeniach,
- edukowanie w zakresie ochrony ludności i obrony cywilnej,
- instruowanie o zasadach zabezpieczenia przed zagrożeniem i postępowania w sytuacjach zagrożenia, a w tym budowanie społecznej odporności, udzielanie pierwszej pomocy i ewakuacji,
- uruchomienie mechanizmów społecznej odporności;

Opracowanie procedur działania,

Doskonalenie terytorialnych organów i podmiotów ochrony ludności,

Działania pomocowe

Etap reagowania:

Działania związane z wystąpieniem zagrożenia, poprzez:

- prowadzenie wymiany i analizy informacji,
- reagowanie, podejmowanie interwencji i działań ratowniczych,
- rozpoznanie i ocenę zagrożenia,
- powiadamianie, ostrzeganie i alarmowanie ludności,
- ewakuację ludności, mienia i ruchomych dóbr kultury,
- ochronę ludności przed zagrożeniami chemicznymi, biologicznymi, radiacyjnymi i jądrowymi oraz likwidację skutków spowodowanych ich wystąpieniem,
- ochronę ludności przed zagrożeniami wywołanymi działaniem przyrody,
- ochronę ludności przed zagrożeniami związanymi z występowaniem zwierząt wolno żyjących (dzikich) na obszarach zamieszkałych,
- zapewnienie pomocy doraźnej osobom poszkodowanym lub ewakuowanym,
- zapewnienie bezpieczeństwa i porządku publicznego,
- zapewnienie funkcjonowania podmiotów realizujących działania ratownicze, humanitarne, doraźne oraz świadczenia opieki zdrowotnej
- zapewnienie infrastruktury i zasobów niezbędnych do realizacji zadań,
- utrzymanie łańcucha dostaw niezbędnych towarów, usług i świadczeń,
- organizowaniu i koordynowaniu udzielania i przyjmowania pomocy,
- zapewnienie poszkodowanym lub ewakuowanym pomocy: PP, KPP, zdrowotnej, finansowej, psychologicznej i prawnej,
- informowaniu rodzin o poszkodowanych oraz pomocy w ich identyfikacji,
- doraźne grzebanie zmarłych.

Działania pomocowe

Etap odbudowy:

Szacowanie strat,

Pomoc materialna, finansowa i prawna, poprzez:

- dostarczanie żywności, odzieży, leków, sprzętu czy środków finansowych potrzebującym,
- pomoc prawną w sprawach administracyjnych,

Wsparcie edukacyjne, poprzez:

- informowanie o prawach i obowiązkach,
- organizowanie kursów, szkoleń, stypendiów, a także pomoc w nauce dla dzieci i młodzieży,

Wsparcie emocjonalne, poprzez:

- słuchanie, rozmowy, doradztwo, terapię, budowanie poczucia bezpieczeństwa i wsparcia w trudnych sytuacjach.

Pomoc w znalezieniu pracy, poprzez:

- doradztwo zawodowe, pośrednictwo pracy, szkolenia zawodowe.

Działania na rzecz zwierząt, poprzez:

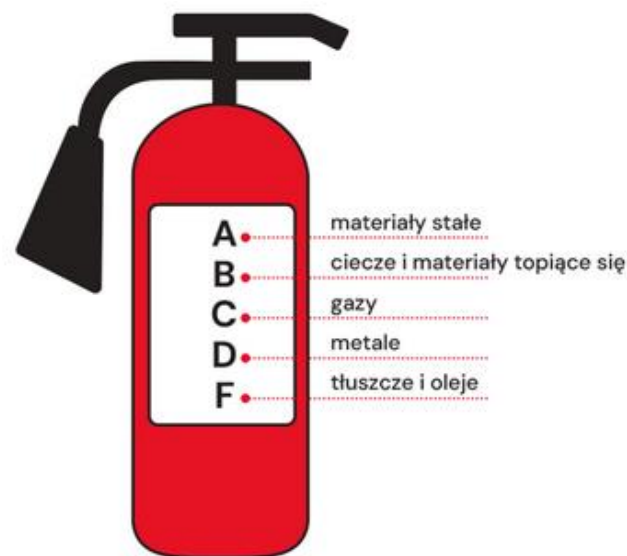
- ochronę zwierząt, adopcję, pomoc w leczeniu i utrzymaniu schronisk.

Działania na rzecz środowiska, poprzez:

- ochronę przyrody, edukację ekologiczną, wspieranie zrównoważonego rozwoju.

Pierwsza pomoc - pożar

1. Gdy zauważysz pożar lub dym, wezwij straż pożarną. Zadzwoń pod numer alarmowy 112,
2. próbuj ugasić ogień, jeśli jest nieduży,
3. o ile to bezpieczne, zakręć główny zawór gazu i wyłącz główne wyłączniki prądu,
4. nie otwieraj okien ani drzwi. Ograniczenie dostępu powietrza spowolni rozprzestrzenianie się ognia,
5. chroń drogi oddechowe. Osłaniaj usta i nos, najlepiej mokrym materiałem,
6. poinformuj służby ratownicze, jeśli ktoś został w budynku i podaj dokładną lokalizację,
7. **Pamiętaj:**
 - **nie gaś wodą urządzeń elektrycznych, palących się olejów ani tłuszczu,**
 - **w czasie pożaru nie używaj windy! Korzystaj ze schodów,**
 - **zwróć uwagę na oznaczenia na gaśnicy – do jakich pożarów jest przeznaczona.**



Pierwsza pomoc - powódź

1. Przygotuj plecak ewakuacyjny,
2. sprawdź, czy sąsiedzi potrzebują pomocy,
3. zabezpiecz dom, przygotuj worki z piaskiem. Uszczelnij drzwi i okna,
4. wysterylizuj, a następnie napełni wodą pitną wannę i/lub garnki albo pojemniki,
5. przenieś wartościowe rzeczy i urządzenia elektryczne na górne piętra budynku,
6. wyłącz instalację elektryczną i gazową, zabezpiecz włązy i wyloty instalacji kanalizacyjnej,
7. zaparkuj pojazdy w bezpiecznym miejscu, nie blokuj dróg,
8. przenieść się na wyższe kondygnacje lub na pagórki,
9. przygotuj zwierzęta do ewakuacji.

10. Pamiętaj:

- nie ignoruj alertów pogodowych i wezwań do ewakuacji,
- nie przemieszczaj się po zalanych obszarach,
- jeśli zostanie ogłoszona ewakuacja, nie zostawaj na zalanym terenie z powodu dobytku. Teren zabezpieczą służby.
- jeżeli ewakuacja nie jest możliwa, wywieś flagę (flaga może być zrobiona np. z ubrań) w widocznym miejscu, aby ratownicy wiedzieli, czego potrzebujesz.

- Biała flaga – muszę się ewakuować.
- Czerwona flaga – potrzebuję pomocy medycznej.
- Niebieska flaga – potrzebuję żywności i wody.

- nie używaj w gospodarstwie wód gruntowych,
- śledź informacje o stanach wód na stronach:

- wody.gov.pl
- isok.gov.pl
- hydro.imgw.pl

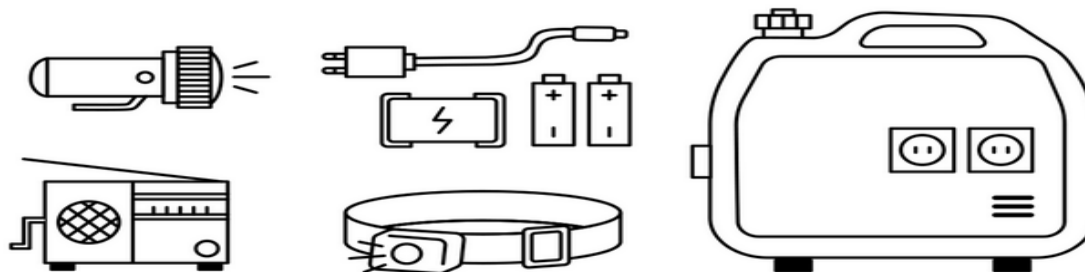


LUB POWIADOM ZAŁOGĘ ŚMIGŁOWCA:



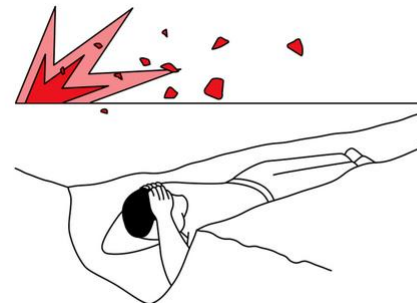
Pierwsza pomoc – brak prądu (blackout)

1. Miej przygotowane alternatywne źródła: światła (latarki z zapasem baterii), ogrzewania (piecyk gazowy lub olejowy, kominiek), łączności (radio na baterie, krótkofalówki, CB radio),
2. rozważ zakup agregatu prądotwórczego,
3. miej naładowane powerbanki. Włącz w telefonie tryb oszczędzania energii,
4. miej przygotowany zapasy żywności gotowej do spożycia (np. konserwy, suchary, batony) i wody (min. 3 litry dziennie na osobę),
5. miej przy sobie zapas gotówki w różnych nominałach,
6. oszczędzaj ciepło, zbierz domowników w jednym pokoju,
7. ogranicz otwieranie lodówki i zamrażarki – dłużej utrzymają niską temperaturę,
8. odłącz wszystkie urządzenia elektryczne od zasilania.
9. **Pamiętaj:**
 - **brak prądu – spowodowany katastrofą naturalną lub celowym działaniem – może potrwać nawet kilka dni. Stracisz wówczas dostęp do wody, ogrzewania, internetu i telefonu oraz możliwość płacenia kartą**



Pierwsza pomoc – atak z powietrza

1. Kiedy usłyszysz sygnał alarmowy,
2. wyłącz urządzenia elektryczne i gazowe,
3. uszczelnij okna i drzwi,
4. pomóż innym – sprawdź, kto wokół Ciebie potrzebuje wsparcia,
5. udaj się ustaloną wcześniej drogą ewakuacyjną do najbliższego schronu lub ukrycia, albo doraźnego miejsca schronienia, które powinny być bez okien, mieć grube ściany, gruby strop, dostęp do powietrza i wyjście awaryjne, zabierając ze sobą dokumenty, żywność i wodę,
6. jeśli na otwartym terenie usłyszysz eksplozję, padnij na ziemię – najlepiej w zagłębieniu – i osłoń głowę,
7. przebywaj w obiekcie zbiorowej ochrony do odwołania alarmu lub otrzymania poleceń od służb.
8. **Pamiętaj:**
 - **nie wychodź ze schronienia pochopnie,**
 - **nie przeciążaj linii telefonicznych – korzystaj z SMS-ów.**



Pierwsza pomoc – zagrożenia chemiczne, biologiczne, radiologiczne i nuklearne

1. Kiedy usłyszysz komunikat ostrzegawczy,
2. zaalarmuj osoby, które są w zagrożonej strefie,
3. opuść niebezpieczny obszar,
4. zamknij i uszczelnij okna, drzwi, otwory wentylacyjne, zasuwy do pieców i kominków, wyłącz klimatyzację - jeżeli zostajesz w budynku,
5. zamknij okna, wyłącz klimatyzację (wentylację), wyjedź ze strefy zagrożenia - jeśli jesteś w samochodzie,
6. zdejmij skażone ubranie - kiedy przyjdiesz z zewnątrz,
7. umyj się mydłem pod bieżącą wodą, najpierw ręce, potem twarz. Weź prysznic. Jeżeli nie możesz, przetrzyj skórę i włosy wilgotną ściereczką. Załóż czyste ubranie.,
8. wrzuć do plastikowych worków wszystkie przedmioty, które mogły zostać skażone, np. ubranie, żywność – szczelnie je zamknij i oznacz

9. Pamiętaj

- **nie jedz produktów, które mogły zostać skażone,**
- **nie dotykaj twarzy zanim nie umyjesz rąk,**
- **poziom promieniowania w miejscu wybuchu jądrowego znacząco spada już po kilku dniach,**
- **w przypadku zagrożenia skażeniem promieniotwórczym przygotuj się na przetrwanie co najmniej kilku dni wewnątrz uszczelnionego budynku.**



chemiczne



biologiczne



radiacyjne



nuklearne

Pierwsza pomoc – zagrożenia terrorystyczne

1. Jeżeli jesteś świadkiem ataku, nie podchodź - uciekaj!
2. ostrzeż innych,
3. zawiadom służby – nie zakładaj, że ktoś inny już to zrobił,
4. nie wracaj na miejsce zdarzenia,
5. ukryj się z dala od tłumu - znajdź osłonę (mury, stalowe konstrukcje, grube ściany), w pomieszczeniu zabarykaduj drzwi, zasłoń okna, wyłącz światło, wycisz telefon,
6. walcz jeżeli nie możesz uciec lub ukryć się - użyj wszystkiego, co masz pod ręką, np. torebki, plecaka, krzesła,
7. nie bądź bierny.
8. **Pamiętaj:**
 - celem ataków mogą być ludzie lub ważne obiekty (np. elektrownie, stacje uzdatniania wody, centra logistyczne, hale koncertowe czy galerie handlowe),
 - dzwoń tylko, jeśli naprawdę musisz – nie blokuj sieci. Nie dzwoń do osób w zagrożeniu – możesz zdradzić ich kryjówkę,
 - nie udostępniaj zdjęć i filmów z miejsca zdarzenia,
 - nie podsycaj paniki – nie rozpowszechniaj niesprawdzonych informacji.



Pierwsza pomoc – zagrożenia cyfrowe

1. Deinformacja

2. sprawdzaj informacje, które wydają Ci się wiarygodne, w kilku niezależnych źródłach,
3. nie rozpowszechniaj niesprawdzonych informacji,
4. nie wierz w doniesienia o upadku państwa i kapitulacji,
5. nie rozpowszechniaj żadnych informacji o lokalizacji i ruchu Wojska Polskiego i wojsk sojuszników. Nie fotografuj, nie nagrywaj, nie przesyłaj i nie publikuj zdjęć wojska, ważnych obiektów, np. mostów, stacji kolejowych, magazynów,

6. Cyberprzestępczość

7. dostałeś podejrzaną wiadomość z linkiem lub załącznikiem? Nie klikaj pochopnie,
8. sprawdzaj adresy nadawców i treść wiadomości. Błędy lub brak polskich znaków mogą sygnalizować oszustwo,
9. chroń dane logowania i numery na kartach płatniczych,
10. regularnie aktualizuj program antywirusowy i aplikacje na komputerze oraz w telefonie,
11. korzystaj tylko z legalnego oprogramowania,
12. nie instaluj aplikacji z niesprawdzonych źródeł,
13. ustaw silne hasła, np. używając menedżera haseł,
14. korzystaj z weryfikacji dwuetapowej (SMS, e-mail),
15. rób kopie zapasowe ważnych plików i dokumentów,
16. zachowaj ostrożność, kiedy korzystasz z publicznych sieci Wi-Fi,
17. zgłoś próbę wyłudzenia lub oszustwa na stronie: incydent.cert.pl lub przez aplikację mObywatel,
18. Prześlij podejrzaną SMS-y z linkami pod numer 8080.



19. **Pamiętaj:**

- **dezinformacja to celowe rozpowszechnianie fałszywych lub zmanipulowanych treści,**
- **wszystkie informacje sprawdzaj w pewnych, publicznych źródłach informacji, takich jak Polskie Radio, Telewizja Polska, rządowe strony internetowe i służby państwowe,**
- **przestępcy mogą przejąć Twoje dane, podszyć się pod Ciebie w sieci, wziąć w Twoim imieniu pożyczkę lub oszukać Twoich znajomych.**

Pierwsza pomoc – niepokojące zachowania

1. W swoim bezpośrednim otoczeniu zwracaj uwagę na:
2. nieuzasadnione próby kontaktu ze strony osób, które oferują łatwy zarobek,
3. zmiany w zachowaniu osób z Twojego otoczenia, których nie da się logicznie wyjaśnić, np. nieuzasadnione próby zdobycia danych osobowych, planów budynku i innych informacji wrażliwych,
4. podejrzanе oznaczenia – graffiti, znaki farbą, kredą lub taśmą – w miejscach, w których nie powinno ich być. Na przykład nietypowe symbole na skrzynkach energetycznych lub telekomunikacyjnych, na murach, drogach i latarniach,
5. osoby, które obserwują, fotografują, filmują (m.in. za pomocą dronów) obiekty takie jak lotniska, centra handlowe, węzły logistyczne, tory kolejowe, jednostki wojskowe, szpitale.
6. **Pamiętaj:**
 - **zawiadomienie Policji czy Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego niczym Ci nie grozi. Twoje zgłoszenie zweryfikują służby i podejmą odpowiednie działania.**
 - **jeśli podejrzewasz, że ktoś planuje przestępstwo, od razu zawiadom służby pod numerem alarmowym 112. Możesz zapobiec tragedii.**
 - **Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa na stronie policja.pl**



Pierwsza pomoc – podstawowa pierwsza pomoc

1. Zadbaj o bezpieczeństwo własne i poszkodowanego. Nie przemieszczaj go, jeśli nie jest to konieczne,
2. oceń stan poszkodowanego: potrząśnij go za ramię i zapytaj: „**Słyszysz mnie?**”
3. jeżeli reaguje;
4. zapytaj, „**Co się stało?**”
5. **zadzwoń pod numer 112 lub poproś o to kogoś z otoczenia – wskaż wtedy konkretną osobę,**
6. jeżeli nie ma kontaktu z poszkodowanym:
7. poproś konkretną osobę z otoczenia, żeby przyniosła defibrylator (AED),
8. sprawdź, czy poszkodowany oddycha w pozycji, w jakiej się znajduje. Obserwuj ruchy klatki piersiowej. W razie potrzeby rozepnij odzież,
9. jeżeli oddycha – ułóż go w pozycji bocznej ustalonej,
10. monitoruj jego stan, sprawdzaj czy oddycha, aż do przybycia ratowników,
11. **Pamiętaj:**
 - **defibrylatory znajdziesz w miejscach publicznych: urzędach, galeriach handlowych, na dworcach, lotniskach i stacjach metra. Zainstaluj aplikację pokazującą rozmieszczenie AED w okolicy.**

**Zachęcam do udziału w ćwiczeniach
podstawowej pierwszej pomoc
organizowanych przez OSP lub Gminę
Zagórz podczas pikników**



Pierwsza pomoc – podstawowa pierwsza pomoc

1. jeżeli poszkodowany nie oddycha
2. połóż poszkodowanego na plecach, na twardym i płaskim podłożu.
3. uklęknij obok jego klatki piersiowej.
4. rozepnij lub rozetnij odzież poszkodowanego tak, aby klatka piersiowa była odsłonięta (także u kobiet).
5. połóż jedną rękę na czole poszkodowanego, drugą na jego podbródku. Odchyl jego głowę do tyłu.
6. otwórz na chwilę jego usta i usuń widoczne ciała obce.
7. nachyl się nad poszkodowanym i przez 10 sekund sprawdzaj, czy oddycha: — obserwuj klatkę piersiową, czy się unosi i opada, — nasłuchuj oddechu przy nosie poszkodowanego, — poczekaj na wydech – poczujesz go na policzku.
8. jeżeli nie oddycha – ułóż dłonie, jedna na drugiej, na środku klatki piersiowej poszkodowanego. Ręce trzymaj wyprostowane w łokciach.
9. uciskaj rytmicznie, mocno i gwałtownie: — głębokość uciśnięć: 5-6 cm, — częstotliwość: 2 uciski na sekundę, — po każdym ucisku oderwij dłonie od mostka, pozostawiając palce w kontakcie z klatką piersiową.
10. po 30 uciśnięciach ponownie udroźnij drogi oddechowe i 2 razy powoli wdmuchnij powietrze do ust poszkodowanego. Jeżeli nie chcesz tego robić, uciskaj klatkę piersiową bez przerw.
11. kiedy ktoś przyniesie defibrylator (AED), użyj go. Urządzenie podpowie Ci, jak działać.
12. prowadź reanimację do chwili, kiedy: — przybędą ratownicy, — zauważysz wyraźne oznaki powrotu krążenia, np. oddech, ruch, kaszel, — udzielanie pomocy stanie się dla Ciebie niebezpieczne.
13. jeżeli poczujesz zmęczenie, wyznacz kogoś, kto Cię zastąpi.

14. Pamiętaj:

- **udzielenie pierwszej pomocy to Twój obowiązek. Nie bój się – kiedy pomagasz, nie ponosisz odpowiedzialności za nieumyślne błędy.**

Zachęcam do udziału w ćwiczeniach podstawowej pierwszej pomocy organizowanych przez OSP lub Gminę Zagórz podczas pikników

Pierwsza pomoc – podstawowa pierwsza pomoc

1. Jeśli wystąpił obfity krwotok
2. załóż opatrunek uciskowy. Użyj np. bandaża, materiału, chusty.
3. gdy krwawienie z kończyny nie ustaje, załóż opaskę do tamowania krwotoków powyżej rany na ramieniu lub udzie. Zapisz godzinę założenia opaski.
4. jeżeli nie możesz założyć opaski ani opatrunku, uciskaj bezpośrednio ranę dłonią lub tkaniną aż do zatrzymania krwotoku lub przybycia ratowników.
5. jeżeli poszkodowany jest blady i spocony – unieś mu nogi na około 30 cm.
6. okryj poszkodowanego. Osoby po urazie wychładzają się szybciej.
7. monitoruj jego stan do czasu przybycia ratowników.
8. **Pamiętaj:**
 - **obfity krwotok może w ciągu kilku minut doprowadzić do śmierci. Działaj szybko.**

**Zachęcam do udziału w ćwiczeniach
podstawowej pierwszej pomoc
organizowanych przez OSP lub Gminę
Zagórz podczas pikników**



Pierwsza pomoc – katastrofa budowlana

1. Ubezpiecz swoje mieszkanie, dom, samochód, zwierzęta gospodarskie, uprawy polowe od skutków katastrofy budowlanej,
2. wyłącz urządzenia gazowe i elektryczne, zamknij główne zawory sieci gazowej, elektrycznej i wody,
3. przygotuj się do ewakuacji - zabierz ze sobą plecak ewakuacyjny, a co najmniej dokument tożsamości i inne ważne dokumenty, żywność, leki, koce, odzież, pieniądze,
4. zadbaj o to, aby dom opuścili wszyscy domownicy oraz sąsiedzi,
5. zachowaj szczególną ostrożność - uwaga na stropy, klatki schodowe,
6. o ile nie możesz opuścić budynku (mieszkania) drzwiami wyjściowymi, klatką schodową z powodu zagrożenia lub innych przeszkód, uciekaj przez okno lub okna sąsiadów, jeśli to możliwe,
7. gdy nie masz możliwości opuszczenia domu - wywieś w oknie białe prześcieradło lub obrus - jako znak dla ratowników, że potrzebujesz pomocy,
8. gdy jesteś unieruchomiony (przysypany) - nawiółuj pomocy, stukaj w lekkie elementy metalowe - ułatwi ratownikom lokalizację,
9. powiadom kierującego akcją ratowniczą o osobach z rodziny i sąsiadach, którzy zostali jeszcze w pomieszczeniach budynku, oraz o osobach, które aktualnie i na pewno przebywają poza domem (w pracy, szkole itp.),
10. jeżeli posiadasz informacje pomocne w akcji ratowniczej, przekaż je niezwłocznie służbie ratowniczej,
11. o ile doznałeś obrażeń (jesteś ranny) zgłoś się do punktu pomocy medycznej,
12. zgłoś swoje potrzeby do punktu pomocy społecznej lub władz terenowych,
13. dalej postępuj, zgodnie z zaleceniami władz miasta, gminy.
- 14. Pamiętaj:**
 - **nie przeszkadzaj w pracy ratownikom,**
 - **nie wracaj na miejsce katastrofy, ani nie wchodź do uszkodzonego wypadkiem budynku bez zezwolenia służb budowlanych, które określą czy takie wejście jest bezpieczne.**

Pierwsza pomoc – gradobicie

1. Ubezpiecz swoje mieszkanie, dom, samochód, zwierzęta gospodarskie, uprawy polowe od skutków gradobicia,
2. zamknij okna, usuń z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać przechodzącym pod spodem pieszym,
3. w miarę możliwości pozamykaj zwierzęta domowe i hodowlane,
4. włącz radio, w celu uzyskania ewentualnych komunikatów,
5. pozostań w domu lub najbliższym schronie lub ukrycia, albo doraźnym miejscu schronienia, które powinny być bez okien, mieć grube ściany, gruby strop, dostęp do powietrza i wyjście awaryjne, zabierając ze sobą dokumenty, żywność i wodę
6. trzymaj pod ręką przygotowane latarki oraz dodatkowe baterie.
7. **Pamiętaj:**
 - **miej przygotowane latarki oraz dodatkowe baterie,**
 - **nie wychodź ze schronienia pochopnie,**
 - **o wszystkich zdarzeniach, mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj pogotowie ratunkowe,**
 - **w przypadku zerwania linii energetycznych zgłoś to pogotowiu energetycznemu.**



Pierwsza pomoc – epidemia

1. Przestrzegaj terminów szczepień ochronnych i szczepień przypominających,
 2. przestrzegaj podstawowych zasad higieny,
 3. nie spożywaj żywności z niepewnych źródeł,
 4. unikaj kontaktu z chorymi na choroby zakaźne, w razie wątpliwości zgłoś się do lekarza,
 5. ogranicz bezpośrednie kontakty ze zwierzętami,
 6. przestrzegaj zaleceń zawartych w ogłoszeniach i komunikatach (np.: ostrzeżenia o wściekłości itp.)
- 7. Pamiętaj:**
- **nie spożywaj, nie przetwarzaj, nie uzdatniaj żywności wykazującej cechy zamoczenia bez zewnętrznych oznak uszkodzenia, ani przechowywanej w niewłaściwej temperaturze (wyłączone urządzenia chłodnicze) oraz po upływie terminu przydatności do spożycia – taką żywność zgromadź w wydzielonym miejscu,**
 - **kupując żywność zwróć szczególną uwagę na wygląd i stan opakowań (zacieki i ślady korozji), czytelność etykiet, terminy przydatności do spożycia,**
 - **nie spożywaj warzyw, jarzyn i owoców będących w czasie powodzi pod wodą,**
 - **zgłaszaj wszelkie wątpliwości związane ze stanem sanitarnym obiektów i dystrybucją żywności do terenowej stacji sanitarno-epidemiologicznej,**
 - **wypompuj wodę z zatopionej lub podtopionej studni, po naprawie uszkodzeń i ponownym napełnieniu zdezynfekuj, wodę odpompowuj do czasu gdy badanie wykaże, że nadaje się do spożycia,**
 - **oczyść okolicę z nieczystości (w pierwszej kolejności odchody ludzkie i zwierzęce, padłe zwierzęta)**



Pierwsza pomoc – burza

1. Ubezpiecz swoje mieszkanie, dom, samochód, zwierzęta gospodarskie, uprawy polowe od skutków burzy,
2. zabezpiecz rynny i inne części budynku,
3. zabezpiecz lampy i inne urządzenia, które mogą ulec zniszczeniu,
4. zamknij okna, usuń z parapetów i balkonów przedmioty, które mogą zagrażać przechodzącym pod spodem pieszym,
5. przeparkować samochody z dala od drzew,
6. wyłącz urządzenia elektryczne,
7. sprawdź drożność studzienek kanalizacyjnych i rowów,
8. Przygotuj zapasowe źródła oświetlenia, powerbanki
9. **Pamiętaj:**
 - **miej przygotowane latarki oraz dodatkowe baterie,**
 - **nie wychodź ze schronienia pochopnie,**
 - **o wszystkich zdarzeniach, mających istotne znaczenie dla bezpieczeństwa ludzi informuj pogotowie ratunkowe,**
 - **w przypadku zerwania linii energetycznych zgłoś to pogotowiu energetycznemu.**



Pierwsza pomoc – upały / susza

1. Pozostań w domu, przy braku klimatyzacji na najniższym poziomie budynku, poza zasięgiem światła słonecznego,
2. stosuj żaluzje lub ciemne zasłony w oknach i drzwiach, na dzień zamykaj drzwi i okna,
3. Mieszkanie (dom) wietrz w godzinach nocnych,
4. oszczędzaj elektryczność,
5. spożywaj zbilansowane, lekkie posiłki i regularnie pij duże ilości wody.
6. ogranicz przyjmowanie napojów alkoholowych,
7. unikaj wychodzenia z pomieszczeń w godzinach 10-16,
8. nie zostawiaj w samochodzie dzieci, zwierząt a także łatwopalnych substancji,
9. ubieraj się w luźno dopasowane rzeczy, zakrywające możliwie największą powierzchnię skóry,
10. noś okrycia głowy, które skutecznie będą chronić twarz i głowę przed nadmiernym nagrzaniem,
11. unikaj zbytniego nasłonecznienia i używaj środków ochrony przed promieniami słonecznymi o wysokim współczynniku skuteczności ochrony,
12. unikaj skrajnych zmian temperatury. Zwolnij tryb życia. Zredukuj oraz ogranicz wyczerpujące zajęcia. Osoby wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodnych miejscach,
13. przy przegrzaniu - żyj zimnej mokrej tkaniny jako okładu do obniżenia temperatury ciała. Podawaj do picia wodę z solą, małymi łykami,
14. przy oparzeniach - weź chłodny prysznic, zmyj olejki (kremy). Miejsca oparzone polewaj dużą ilością zimnej wody. Jeśli na skórze występują pęcherze, zrób suchy, sterylny opatrunek i skorzystaj z pomocy medycznej,
15. chroń zwierzęta, którym zapewnij dostęp do wody.

16. Pamiętaj:

- **podczas upałów występuje zwiększone zagrożenie przeciwpożarowe. Przebywając w lesie, na podsuszonych łąkach czy ścierniskach, zachowaj szczególną ostrożność i staraj się nie zaproszyć ognia,**
- **zmniejsz zużycie wody i nie podlewaj trawników i nie myj samochodów,**
- **gdzie tylko możliwe używaj wielokrotnie tej samej wody.**

Pierwsza pomoc – intensywne opady śniegu

1. Pozostań w domu,
2. jeżeli musisz wyjść na zewnątrz - ubierz ciepłą odzież wielowarstwową (najlepiej termoaktywną) i powiadom członków rodziny o docelowym miejscu podróży i przewidywanym czasie dotarcia,
3. zachowaj ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie, zwróć uwagę na zwisające sopele, zwały śniegu na dachach budynków, itp.
4. jeżeli utknąłeś w drodze poza miastem:
5. pozostań w samochodzie. Nie szukaj sam pomocy, chyba że pomoc jest widoczna w odległości 100 m,
6. umocuj na antenie lub dachu samochodu jaskrawą część ubrania (najlepiej koloru czerwonego) tak, aby widoczna była dla ratowników,
7. użyj wszelkich dostępnych środków do poprawienia izolacji samochodu,
8. uruchamiaj silnik co godzinę na 10 minut. W czasie pracy silnika włącz ogrzewanie oraz zewnętrzne światła samochodu przy tej czynności zachowuj ostrożność z uwagi na trujące działanie tlenku węgla w spalinach. Utrzymuj rurę wydechową wolną od śniegu, a dla wentylacji lekko uchyl okna,
9. wykonuj lekkie ćwiczenia dla utrzymania krążenia krwi. Od czasu do czasu klaskaj w dłonie, w miarę możliwości wymachuj ramionami. Staraj się nie przebywać w jednej pozycji zbyt długo. Jeśli w samochodzie jest więcej niż jedna osoba, należy spać kolejno, na zmianę.

10. Pamiętaj:

- **zwracaj uwagę na oznaki odmrożeń lub wychłodzenia organizmu.**

Literatura

- Kowalkowski, S. (2019), *Aspekty zarządzania kryzysowego w świetle użycia Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej*, ASzWoj, Warszawa.
- Kowalkowski, S. (red.), (2011), *Niemilitarne zagrożenia bezpieczeństwa publicznego*, AON, Warszawa.
- Lidwa, W. (red), (2015). *Zarządzanie kryzysowe podręcznik*, AON, Warszawa.
- Michailiuk, B. (2017), *Ochrona ludności: wybrane problemy*, Wyd. ASzWoj., Warszawa.
- Rey, R. (2020). *Spółeczeństwo odporne na zagrożenia*, Biuletyn Kwartalny RCB, nr 31, Warszawa.
- Szczupaczyński, J. (2025), *Zarządzanie kryzysowe. Zarys problematyki*, Elipsa, Warszawa.
- Żyłka, T. (2025). *Bezpieczeństwo społeczności lokalnej w gminie w województwie podkarpackim*, rozprawa doktorska, ASzWoj, Warszawa.
- *Ustawa z dnia 17 maja 1989 r. prawo geodezyjne i kartograficzne*, t.j. Dz.U. z 2024 r., poz. 1151.
- *Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej*, Dz.U. z 1997 r., nr 78, poz.483 ze zm.
- *Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym*, t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 1465 ze zm.
- *Ustawa z dnia 13 września 1996 r. o utrzymaniu czystości i porządku w gminach* t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 399 ze zm.
- *Ustawa z dnia 27 kwietnia 2001 r. prawo ochrony środowiska*, t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 54 ze zm.
- *Ustawa z dnia 7 czerwca 2001 r. o zbiorowym zaopatrzeniu w wodę i zbiorowym odprowadzaniu ścieków* t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 757 ze zm.
- *Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej* t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 1283 ze zm.
- *Ustawa z dnia 26 kwietnia 2007 r. o zarządzaniu kryzysowym*, t.j. Dz. U. z 2023 r., poz. 122 ze zm.
- *Ustawa z dnia 4 kwietnia 2014 r. o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów* t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 246 ze zm.
- *Ustawa z dnia 20 lipca 2018 r. o pomocy państwa w ponoszeniu wydatków mieszkaniowych w pierwszych latach najmu mieszkania* t.j. Dz. U. z 2024r., poz. 506 ze zm.
- *Ustawa z dnia 5 grudnia 2024 r. o ochronie ludności i obronie cywilnej*, Dz. U. z 2024 r., poz. 1907 ze zm.
- *Rozporządzenie RM z dnia 23 stycznia 2025 r. w sprawie szczegółowej zawartości Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej*, Dz. U. z 2025 r., poz. 136 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 6 lutego 2025 r. w sprawie programów szkoleń z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej oraz wymagań dla podmiotów prowadzących szkolenia*, Dz. U. z 2025 r., poz. 162 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 21 lutego 2025 r. w sprawie kryteriów uznawania obiektów budowlanych albo ich części za budowle ochronne* Dz. U. z 2025 r., poz. 235 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 25 lutego 2025 r. w sprawie ćwiczeń z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej*, Dz. U. z 2025 r., poz. 253 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 3 marca 2025 r. w sprawie elementów porozumienia o wykonywaniu zadań ochrony ludności lub obrony cywilnej oraz sposobu weryfikacji zdolności podmiotu, z którym ma być zawarte porozumienie, do wykonywania tych zadań* Dz. U. z 2025 r., poz. 273 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 14 kwietnia 2025 r. w sprawie Centralnej Ewidencji Zasobów Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej* Dz. U. z 2025 r., poz. 493 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 18 marca 2025 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania naboru ochotniczego do służby w obronie cywilnej* Dz. U. z 2025 r., poz. 394 ze zm.
- *Rozporządzenie MSWiA z dnia 14 maja 2025 r. w sprawie alarmów i komunikatów ostrzegawczych* Dz. U. z 2025 r., poz. 645 ze zm.

**DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ
PYTANIA?**
