

**"Bądź gotowy - poradnik na czas kryzysu i wojny"****Bądź gotowy - poradnik na czas kryzysu i wojny**

**Jest to poradnik, w którym w prosty sposób wyjaśniono, jak przygotować się do funkcjonowania/działania w sytuacji kryzysowej - co zrobić, by uniknąć zagrożenia i jak się zachować podczas jego wystąpienia. Sytuacje kryzysowe mogą mieć różne podłoże - i nie zawsze musi to być intencjonalne działanie człowieka, ale np. wypadek/awaria w zakładzie przemysłowym, który wykorzystuje w procesie technologicznym niebezpieczne substancje - dlatego warto być przygotowanym. Wiedzieć, co oznaczają np. wyjące syreny, jak się alarm odwołuje, co należy wtedy zrobić.**

**Poradnik składa się z dwóch części. Pierwsza zawiera informacje niezbędne do przygotowania się na zagrożenie, druga - wskazówki działania w czasie kryzysu. W materiale znajdziemy m.in.: jak budować odporność na poziomie rodziny, aby zwiększyć bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich; jak chronić się przed dezinformacją, aby nie ulec np. panice; jak się zachować podczas alarmu i co oznaczają poszczególne sygnały; jak przygotować się do ewentualnej ewakuacji; jak się zachować w przypadku skażenia terenu, braku dostaw energii elektrycznej czy sytuacji zakładowej; jak udzielić pierwszej pomocy.**

**[źródło:https://www.gov.pl/web/rcb/badz-gotowy--poradnik-na-czas-kryzysu-i-wojny](https://www.gov.pl/web/rcb/badz-gotowy--poradnik-na-czas-kryzysu-i-wojny)**