

W sytuacjach zagrożenia liczy się przede wszystkim spokój, ale ten dużo łatwiej zachować, kiedy wcześniej zadbasz o swoje otoczenie. W „Poradniku bezpieczeństwa”, przygotowanym przez Rząd Rzeczypospolitej Polskiej, przypomniano, że odpowiednie przygotowanie to najlepsza inwestycja w bezpieczeństwo – i własne, i najbliższych.

Zacznij od transportu. Jeśli masz samochód, dbaj, żeby był sprawny i zatankowany. W środku powinny znaleźć się podstawowe rzeczy: apteczka, gaśnica, trójkąt ostrzegawczy, zestaw do wymiany koła, a także karta ratownicza. Warto mieć też dodatkowe środki łączności – krótkofalówki, CB radio – oraz papierową mapę, bo GPS w kryzysie może zawieść. A gdy już dojdzie do poważniejszego zagrożenia, ogranicz korzystanie z auta. Drogi muszą pozostać wolne dla służb ratunkowych.

W domu lub mieszkaniu przygotowania powinny zaczynać się od podstaw. Zabezpiecz się na wypadek przerw w dostawie prądu, wody czy gazu – miej pod ręką koce, taśmy, ręczniki do uszczelnienia okien i drzwi. Usuń z klatek schodowych i korytarzy to, co może przeszkadzać podczas ewakuacji. Wyposaż mieszkanie w gaśnicę i koc gaśniczy, a instalacje – gazową, elektryczną, kominową i wentylacyjną – regularnie sprawdzaj. Sprawdź też, które miejsce w domu będzie najbezpieczniejsze: najlepiej z dala od okien, przy ścianach nośnych. Dobrze oznacz punkty odcięcia prądu, gazu i wody – użyj taśmy, pokaż też bliskim, jak je wyłączać. Na koniec zadbaj o czujki: dymu, czadu i gazu, i upewnij się, że są zamontowane w odpowiednich miejscach.

Zadbaj również o bezpieczeństwo w miejscach, w których spędzasz sporo czasu – w szkole lub pracy. W szkole warto uczestniczyć w próbnym alarmie i zgłaszać wszystko, co budzi niepokój. Rodzice powinni zapisać kontakt do osoby odpowiedzialnej za odbiór dziecka w sytuacji zagrożenia. W pracy natomiast dobrze wiedzieć, gdzie znajdują się wyjścia ewakuacyjne, punkty zbiórki, gaśnice i AED. Nie ignoruj żadnych uszkodzeń instalacji czy zablokowanych dróg ewakuacyjnych. Dobrą praktyką jest wspólne ćwiczenie planów awaryjnych. Jeśli możesz zostać zmobilizowany do innych zadań państwowych, poinformuj pracodawcę – to ważne także z jego perspektywy.

Na koniec pozostają zapasy domowe, które powinny wystarczyć na minimum trzy dni. W praktyce oznacza to wodę — co najmniej trzy litry na osobę dziennie — oraz żywność, która nie wymaga gotowania. W apteczce umieść leki przyjmowane na stałe, środki przeciwbólowe, opatrunki, rękawiczki i maseczki. Do tego dochodzą środki higieniczne, papier toaletowy, chusteczki nawilżane, środki dezynfekujące, wiadro z pokrywą i worki. Warto mieć własne źródło światła i łączności: latarki, radio na baterie lub korbkę, powerbanki, komplet kabli, zapas baterii, świeczki i zapalniczkę. Przydadzą się także ciepłe koce, śpiwory, gotówka i taśmy do uszczelniania. Jeżeli masz możliwość – przygotuj alternatywne źródło ogrzewania, takie, które działa bez prądu.

Gdy wszystko jest przygotowane wcześniej, łatwiej opanować stres i działać skutecznie. Bezpieczeństwo zaczyna się na długo przed sytuacją kryzysową – od dobrze wyposażonego domu, przeglądu instalacji i przemyślanych zapasów. Dzięki temu, gdy pojawi się zagrożenie, Ty i Twoi bliscy będziecie gotowi.