Moc Małopolskich Społeczności

FUNDACJA IDEA BIZNESU

Biuro Inicjatyw Społecznych

SFOK Stowarzyszenie Forum Oświatowe Klucze

arts FUNDACJA SZTUKI, PRZYGODY I PRZYJEMNOŚCI

BEZPIECZNA SĄDECCZYZNA

MODUŁ III

BEZPIECZNA SĄDECCZYZNA

RAZEM BEZPIECZNIEJ

SĄSIEDZI W SYTUACJI KRYZYSOWEJ

Praktyczny przewodnik współdziałania dla mieszkańców Nowego Sącza i powiatu nowosądeckiego



NAJWAŻNIEJSZA MYŚL

W kryzysie nie musisz działać samodzielnie. Zobacz, kto potrzebuje wsparcia, uzgodnij proste zasady kontaktu i pomagaj tylko w sposób, który nie naraża Ciebie ani innych.

MODUŁ III • „Razem bezpieczniej – sąsiedzi w sytuacji kryzysowej”

Projekt „Przygotowani. Bezpieczni. Razem silniejsi.” | 2026

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO

NIW Narodowy Instytut Wolności

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

Rządowy Program Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

FUNDACJA IDEA BIZNESU / PUBLIKACJA EDUKACYJNA

BEZPIECZNA SĄDECCZYZNA

RAZEM BEZPIECZNIEJ

SĄSIEDZI W SYTUACJI KRYZYSOWEJ

Praktyczny przewodnik współdziałania dla mieszkańców Nowego Sącza i powiatu nowosądeckiego

NAJWAŻNIEJSZA MYŚL
W kryzysie nie musisz działać samodzielnie. Zobacz, kto potrzebuje wsparcia, uzgodnij z sąsiadami proste zasady kontaktu i pomagaj tylko w sposób, który nie naraża Ciebie ani innych.

MODUŁ III • „Razem bezpieczniej – sąsiedzi w sytuacji kryzysowej”

Publikacja powstała w ramach projektu „Przygotowani. Bezpieczni. Razem silniejsi.”, realizowanego przez Fundację Idea Biznesu w ramach programu „Moc Małopolskich Społeczności” w 2026 roku.

Nowy Sącz, październik 2026.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 01

Dlaczego właśnie sąsiedzi?

Bezpieczeństwo lokalne zaczyna się od zaufania i codziennych relacji.

W sytuacji kryzysowej pierwsze decyzje podejmujemy zwykle tam, gdzie jesteśmy: w domu, na klatce schodowej, na podwórku lub przy drodze dojazdowej. Sąsiedzi mogą zauważyć problem i przekazać informację szybciej niż osoba mieszkająca daleko. Nie zastępują jednak ratowników, urzędu ani organizatorów ewakuacji.

Po lekturze będziesz umieć

- Rozpoznać sytuację, w której pomoc sąsiada może być użyteczna i bezpieczna.
- Uzgodnić sposób kontaktu i proste zadania z osobami, które chcą współpracować.
- Zapytać o potrzeby, nie naruszając prywatności i samodzielności drugiej osoby.
- Zweryfikować ostrzeżenie i nie rozpowszechniać niesprawdzonych informacji.
- Wypracować kilka zasad wzajemnej pomocy możliwych do zastosowania od razu.

Trzy słowa, które porządkują działanie

ZAUWAŻ → ZAPYTAJ → UZGODNIJ
Zauważ zagrożenie. Zapytaj, czy i jakiej pomocy ktoś potrzebuje. Uzgodnij konkretne, niewielkie działanie i sposób potwierdzenia, że zostało wykonane.

Opisane w poradniku sytuacje lokalne są przykładami hipotetycznymi.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 02

Gdzie na Sądecczyźnie pomoc ma znaczenie?

Ten sam kryzys może wyglądać inaczej w bloku, domu jednorodzinnym i górskiej miejscowości.

Otoczenie	Możliwe utrudnienie	Co może zrobić społeczność
Osiedle w Nowym Sączu	Przerwa w dostawie energii, niedziałająca winda lub domofon.	Sprawdzić bezpiecznie, kto potrzebuje informacji; uzgodnić kontakt bez windy.
Miejscowość w dolinie Popradu	Intensywne opady, wysoka woda, ograniczony przejazd.	Przekazać oficjalne ostrzeżenia i nie wjeżdżać na zalane drogi.
Teren pagórkowaty i osuwiskowy	Uszkodzenie drogi, przemieszczenie gruntu, utrudniony dojazd.	Trzymać się z dala od niestabilnego terenu, zawiadomić służby.
Zabudowa rozproszona	Odległość między domami, słabszy zasięg, utrudniony dojazd.	Uzgodnić wcześniej kontakt z jedną zaufaną osobą oraz możliwe bezpieczne miejsce spotkania.

W regionie występują m.in. zagrożenia związane z intensywnymi opadami, wezbraniami rzek i potoków, silnym wiatrem oraz osuwiskami. Stopień ryzyka konkretnej nieruchomości należy sprawdzać w aktualnych komunikatach i oficjalnych mapach, a nie na podstawie samej nazwy miejscowości. [1, 2, 3]

WAŻNA GRANICA

Mieszkańcy nie prowadzą samodzielnych akcji ratowniczych w nurtach rzek, na osuwiskach, przy zerwanych przewodach ani w strefie pożaru. Od tego są wyspecjalizowane służby. W nagłym zagrożeniu życia, zdrowia lub bezpieczeństwa dzwoń pod 112.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 03

Zanim nadejdzie kryzys: poznaj otoczenie

Najprostsze ustalenia powstają podczas zwyczajnej rozmowy.

Pięć pytań do siebie

1. Kogo znam w najbliższym otoczeniu i czy mamy sposób kontaktu poza komunikatorem internetowym?
2. Czy wśród osób, z którymi utrzymuję kontakt, ktoś chce uzgodnić sposób proszenia o pomoc?
3. Czy znam bezpieczne dojście do swojego budynku i alternatywne wyjście, jeśli istnieje?
4. Skąd otrzymuję oficjalne komunikaty dla mojej gminy lub miasta?
5. Co sam mogę zaoferować bez przeciążania siebie: informację, telefon, zakupy, wsparcie w organizacji transportu?

Przykład dobrej rozmowy

ZAMIAST: „ZAPISZĘ PANIĄ NA LISTĘ OSÓB NIESAMODZIELNYCH”
Powiedz: „Jeżeli kiedyś zabraknie prądu albo będzie ostrzeżenie, czy chciałaby pani, żebym zapukał i zapytał, czy potrzebuje pani informacji lub pomocy? Jak najwygodniej się kontaktować?”

Nie zbieraj od sąsiadów na zapas informacji o diagnozach, lekach, niepełnosprawności czy sytuacji rodzinnej. Nie udostępniaj numeru telefonu ani adresu innej osoby bez jej wiedzy i zgody. Wystarczą dobrowolnie uzgodnione kontakty i preferencje.

Co można ustalić nieformalnie?

- Jedno główne i jedno zapasowe rozwiązanie kontaktowe.
- Prosty sposób sygnalizowania potrzeby pomocy, bez publikowania wrażliwych danych.
- Osobę, która przyjmie i przekaże rzetelną informację.
- Zasadę, że nikt nie ryzykuje zdrowia, by wykonać sąsiedzkie zadanie.

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 04

Pierwsze 10 minut zagrożenia

Sąsiedzka pomoc zaczyna się od bezpieczeństwa, nie od improwizacji.

1. Zatrzymaj się. Oceń własne bezpieczeństwo i to, czy zagrożenie nadal trwa.
2. Sprawdź komunikat: czy pochodzi od służb, urzędu, RCB, IMGW albo innego wiarygodnego źródła?
3. Przy nagłym zagrożeniu życia, zdrowia lub bezpieczeństwa wezwij 112. Podaj lokalizację oraz rodzaj zdarzenia.
4. Jeśli jest bezpiecznie, skontaktuj się z osobą, której pomoc może być potrzebna. Nie zakładaj, że chce ona pomocy.
5. Uzgodnij jedno zadanie: np. przekazanie ostrzeżenia, znalezienie aktualnego komunikatu lub telefon do wskazanej bliskiej osoby.
6. Potwierdź wykonanie zadania. Jeśli nie możesz pomóc, powiedz o tym wprost i wskaż odpowiednią służbę.

NIE RÓB TEGO

Nie wchodź do zalanej piwnicy, nie dotykaj przewodów, nie przesuwaj uszkodzonych słupów, nie forsuj zamkniętych mieszkań bez przesłanek bezpośredniego zagrożenia. Nie blokuj numeru 112 pytaniami o zwykłą awarię internetu lub brak prądu bez niebezpieczeństwa.

Miniaturowy przykład

Po burzy kilka klatek w Nowym Sączu pozostaje bez oświetlenia. Mieszkaniec sprawdza oficjalne informacje o awarii i przekazuje je osobie, która nie korzysta z internetu. Nie otwiera rozdzielni elektrycznej ani nie zachęca innych do napraw. Uzgadnia jedynie bezpieczny kontakt na wypadek przedłużenia awarii.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 05

Gdy nie działają telefon i internet

Wspólne ustalenia są szczególnie ważne, kiedy codzienne kanały komunikacji zawodzą.

Plan kontaktu: dwa kanały plus jeden awaryjny

Rozwiązanie	Kiedy może pomóc?	O czym pamiętać?
Telefon i SMS	Gdy sieć działa częściowo; SMS bywa możliwy przy przeciążeniu.	Nie wysyłaj wielu wiadomości naraz; zachowaj baterię.
Radio bateryjne / korbowe	Gdy brakuje internetu i energii w domu.	Słuchaj oficjalnych komunikatów i aktualnych zaleceń.
Umówiony kontakt osobisty	Tylko przy bezpiecznym przejściu między domami.	Nie wychodź podczas silnego zagrożenia i nie łam nakazów służb.

Jak przekazać informację bez chaosu?

JEDNA WIADOMOŚĆ = CZTERY ELEMENTY
CO się dzieje? GDZIE? SKĄD informacja i z której godziny? CO należy zrobić według źródła? Jeżeli nie masz potwierdzenia, wyraźnie to zaznacz i nie przedstawiaj pogłoski jako faktu.

W budynku wielorodzinnym można wcześniej porozmawiać z administracją o zwyczajowych kanałach informacji. W zabudowie rozproszonej warto ustalić z zaufaną osobą, jaki kontakt jest najłatwiejszy. Nie wyznaczaj na własną rękę punktów zbiórki w miejscach, których bezpieczeństwa nie sprawdzono.

Jeśli łączność całkowicie zaniknie

- Sprawdź odbiornik radiowy i komunikaty dostępne bez internetu.
- Pozostań w bezpiecznym miejscu, jeżeli nie ma nakazu ewakuacji i warunki na to pozwalają.
- Wyruszaj do uzgodnionego kontaktu osobistego wyłącznie wtedy, gdy trasa jest bezpieczna.
- W sytuacji zagrożenia stosuj bieżące polecenia służb — mają pierwszeństwo przed ustaleniami sąsiedzkimi.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 06

Pomaganie osobom starszym

Wsparcie ma wzmacniać samodzielność, a nie odbierać decyzje.

Nie każdy senior wymaga pomocy. Nie każda potrzeba jest widoczna. Warto pytać bez protekcjonalności i proponować konkretne działania możliwe do przyjęcia albo odrzucenia.

Sześć dobrych praktyk

1. Zapytaj, czy osoba chce pomocy oraz w jakiej formie.
2. Mów spokojnie i wyraźnie. Upewnij się, że ostrzeżenie zostało zrozumiane.
3. Nie przejmuj samodzielnie dokumentów, leków ani kluczy bez wyraźnej zgody.
4. Nie obiecuj transportu, jeśli nie wiesz, czy droga jest przejezdna i podróż bezpieczna.
5. Jeśli zagrożone jest zdrowie lub życie, wezwij odpowiednie służby.
6. Po zakończeniu działania sprawdź, czy potrzebne jest kolejne wsparcie i gdzie można je uzyskać.

Możliwe i bezpieczne gesty

- Przeczytanie oficjalnego komunikatu lub pokazanie go dużą czcionką.
- Pomoc w nawiązaniu kontaktu z rodziną lub wskazaną przez osobę osobą bliską.
- Pomoc w spisaniu najważniejszych numerów lub w przygotowaniu listy rzeczy potrzebnych do ewakuacji.
- Zakupy lub przekazanie podstawowych artykułów, jeżeli warunki na zewnątrz są bezpieczne.

ZAMIAST ZGADYWANIA: ZAPYTAJ

„Co będzie dla pani/pana teraz najbardziej pomocne?” • „Czy mam zadzwonić do kogoś bliskiego?” • „Czy mogę przekazać panu/pani aktualny komunikat?”

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 07

Osoby z niepełnosprawnościami i szczególnymi potrzebami

Dobra pomoc jest uzgodniona, dostępna i dostosowana do konkretnej osoby.

Możliwa potrzeba	Co może zrobić sąsiad — po uzgodnieniu
Trudności z poruszaniem się	Ustalić, czy potrzebna jest asysta lub specjalistyczny transport; nie przenosić osoby na własną rękę.
Trudności ze słuchem	Przekazać komunikat na piśmie, SMS-em lub przez uzgodnioną formę wizualną.
Trudności ze wzrokiem	Jasno opisać sytuację i przeszkody, zapytać przed podaniem ramienia, nie pociągać za rękę.
Trudności poznawcze	Przekazać krótką informację prostym językiem i sprawdzić, czy została zrozumiana.
Urządzenia wymagające prądu	Nie odłączać urządzeń; pomóc skontaktować się z opiekunem, dostawcą sprzętu lub służbami, gdy sytuacja zagraża zdrowiu.

Nie zakładaj, że rodzina lub opiekun zawsze jest na miejscu. Zapytaj, z kim i w jakiej kolejności można się kontaktować. Jeśli osoba jest zależna od aparatury medycznej i awaria zagraża jej zdrowiu, nie zwlekaj z wezwaniem pomocy.

GODNOŚĆ I PRYWATNOŚĆ

Nie fotografuj ani nie publikuj informacji o osobach potrzebujących pomocy. Nie wpisuj ich schorzeń, adresów czy numerów do otwartych grup osiedlowych. Nawet w kryzysie każdej osobie przysługuje prawo do szacunku i decydowania o sobie w możliwym zakresie.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 08

Rodziny z dziećmi, osoby samotne, leki, zwierzęta

W kryzysie znaczenie mają także potrzeby, których nie widać na pierwszy rzut oka.

Rodziny z dziećmi

Przekazuj informacje spokojnie, bez sensacyjnego tonu. Zapytaj rodzica lub opiekuna, czy potrzebuje np. potwierdzonej informacji o drodze ewakuacji, wsparcia w kontakcie z bliskimi albo pomocy z podstawowymi zakupami. Nie przejmuj opieki nad dzieckiem bez jasnego uzgodnienia z opiekunem; w razie zagrożenia stosuj polecenia służb.

Osoby mieszkające samotnie

Samotne zamieszkiwanie nie oznacza bezradności. Jeżeli osoba chce, można uzgodnić krótki sygnał „wszystko w porządku” i termin kontaktu po wystąpieniu ostrzeżenia. Gdy brak odpowiedzi budzi uzasadnione obawy o życie lub zdrowie, powiadom odpowiednie służby.

Osoby stale przyjmujące leki

Nie pytaj o pełne rozpoznanie medyczne. Możesz zapytać, czy osoba ma dostęp do zaleconych leków i czy potrzebuje kontaktu z opiekunem, lekarzem lub apteką. Nie dobieraj ani nie podawaj cudzych leków według własnego uznania.

Zwierzęta domowe

W czasie ewakuacji ustalenia dotyczące zwierząt powinny być zgodne z poleceniami służb. Jeśli możesz i właściciel o to prosi, pomóż przygotować transporter, smycz lub kontakt do opiekuna zastępczego — wyłącznie gdy nie stwarza to zagrożenia.

NAJWAŻNIEJSZE PYTANIE

„Czy potrzebujesz wsparcia teraz — i co mogę zrobić bezpiecznie?” jest lepsze od automatycznego przypisywania komuś roli osoby wymagającej pomocy.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 09

Współdziałanie bez chaosu

Prosty podział zadań porządkuje działanie. Nie oznacza tworzenia oddolnej służby ratowniczej.

Przykładowe zadania – dobrowolne i niewymagające uprawnień

Zadanie	Konkretne działanie	Czego nie robić
Informacja	Sprawdzenie aktualnego komunikatu i przekazanie go zainteresowanym.	Nie rozpowszechniać plotek lub niepotwierdzonych map.
Kontakt	Telefon lub bezpieczne zapytanie o potrzebę pomocy.	Nie ujawniać danych osób trzecich.
Wsparcie organizacyjne	Pomoc z podstawowymi rzeczami i kontaktem do rodziny.	Nie wchodzić do strefy zagrożenia.
Powiadomienie służb	Jasny opis niebezpieczeństwa, liczby osób i miejsca.	Nie blokować 112 sprawami niewymagającymi pilnej interwencji.

Jak podejmować decyzję wspólnie?

1. Co wiadomo na pewno, a czego jeszcze nie potwierdzono?
2. Jakie działanie jest konieczne i bezpieczne w tej chwili?
3. Kto dobrowolnie podejmie konkretne zadanie?
4. Kiedy i jak potwierdzimy, że zadanie wykonano?

NIE MUSISZ BYĆ KOORDYNATOREM
Wystarczy jedno małe ustalenie: „Ja sprawdzę oficjalny komunikat, ty zadzwonisz do sąsiada, a o 18:00 potwierdzimy, czy potrzebne jest jeszcze wsparcie". Każda osoba może odmówić, jeżeli zadanie przekracza jej możliwości.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 10

Komu wierzyć? Oficjalne ostrzeżenia

Dobra informacja pozwala podjąć dobrą decyzję.

Źródło	Do czego służy?	Adres
Alert RCB	SMS przy wybranych poważnych zagrożeniach dla życia lub zdrowia.	gov.pl/web/rcb/alertrcb
IMGW-PIB	Ostrzeżenia meteorologiczne i hydrologiczne, prognozy.	meteo.imgw.pl
RSO / wojewoda	Regionalne informacje o zagrożeniach.	gov.pl/web/mswia/regionalny-system-ostrzegania
Miasto, powiat, gmina	Komunikaty lokalne oraz informacje o działaniach instytucji.	Oficjalny serwis właściwego urzędu

Alert RCB nie wymaga zapisów ani instalowania aplikacji. Nie oznacza to jednak, że każde lokalne zdarzenie spowoduje wysłanie SMS-a — dlatego warto znać również pozostałe źródła. [2]

Jak sprawdzić komunikat?

1. Otwórz oficjalną stronę samodzielnie, nie z nieznanego linku w wiadomości.
2. Sprawdź datę, godzinę, obszar obowiązywania oraz aktualizację ostrzeżenia.
3. Przeczytaj, co służby zalecają zrobić i czy komunikat nie został odwołany.
4. Przekazując dalej, wskaż źródło i godzinę — bez dopisywania własnych sensacyjnych wniosków.

JEŚLI KOMUNIKATY WYDAJĄ SIĘ SPRZECZNE

Sprawdź ich daty i obszar. Nowszy komunikat może aktualizować starszy. W bezpośrednim zagrożeniu stosuj polecenia służb prowadzących działania na miejscu.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 11

Plotka, fałszywy alarm, próba oszustwa

Nie każdy dramatyczny komunikat jest prawdziwy, nawet jeśli rozsyłają go znajomi.

Sygnały ostrzegawcze

- „Prześlij wszystkim natychmiast”, ale bez daty, autora i odwołania do służb.
- Nieznany link wymagający opłaty, hasła, kodu SMS albo danych karty.
- Sensacyjne nagranie rzekomego zagrożenia bez lokalizacji i sprawdzalnego kontekstu.
- Grafika udająca komunikat urzędu, lecz zamieszczona wyłącznie na anonimowym profilu.
- Żądanie wpłaty „za ewakuację” albo ujawnienia dokumentów w prywatnej wiadomości.

Pięć kroków weryfikacji

1. Wstrzymaj przekazywanie wiadomości.
2. Sprawdź kto ją opublikował, kiedy i czego dokładnie dotyczy.
3. Potwierdź w oficjalnym źródle lub niezależnym wiarygodnym komunikacie.
4. Nie klikaj podejrzanych linków i nie podawaj danych.
5. Jeśli to oszustwo SMS, przekaż wiadomość do CERT Polska na numer 8080; inne incydenty można zgłosić na incydent.cert.pl. [4]

ZDANIE DO GRUPY SĄSIEDZKIEJ

„Nie mam potwierdzenia tej informacji. Poczekajmy na komunikat służb. Sprawdzony link i godzinę publikacji podam, gdy je znajdę.”

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 12

Przykładowe komunikaty do wykorzystania

Krótkie, konkretne wiadomości ograniczają chaos.

A. Potwierdzona informacja o zagrożeniu

WIADOMOŚĆ INFORMACYJNA
„Według komunikatu [instytucja, data, godzina] na obszarze [miejscowość] obowiązuje ostrzeżenie dotyczące [zjawisko]. Zalecenia: [dosłownie, krótko]. Źródło: [oficjalny adres]. Proszę sprawdzać kolejne aktualizacje.”

B. Zapytanie o pomoc

WIADOMOŚĆ PRYWATNA
„Dzień dobry, po otrzymanym ostrzeżeniu chciałabym/chciałbym zapytać, czy potrzebuje Pani/Pan przekazania informacji lub kontaktu z bliską osobą. Mogę pomóc w zakresie [konkret]. Jeśli nie, oczywiście to uszanuję.”

C. Prośba o wykonanie zadania

KRÓTKA PROŚBA
„Czy możesz sprawdzić komunikat na oficjalnej stronie gminy i odesłać datę, godzinę oraz najważniejsze zalecenie? Jeśli nie możesz, daj znać — znajdę inną możliwość.”

D. Sprostowanie plotki

KOMUNIKAT KORYGUJĄCY
„Wcześniej przekazana informacja nie została potwierdzona. Proszę jej nie rozpowszechniać. Aktualny komunikat znajduje się tutaj: [adres oficjalnej strony]. Przepraszam za zamieszanie.”

Nie publikuj w grupach otwartych numerów telefonów, danych zdrowotnych, zdjęć osób poszkodowanych ani informacji, że konkretne mieszkanie pozostaje bez opieki.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 13

Scenariusze: Nowy Sącz i okolice

Ćwiczenia opisują sytuacje hipotetyczne, nie rzeczywiste akcje ratunkowe.

Scenariusz A. Blok w Nowym Sączu — brak energii

Wieczorem znika prąd. Nie działa winda, część mieszkańców nie ma dostępu do internetu. Sąsiad chce obejść mieszkania, a inny proponuje samodzielną naprawę instalacji. Omów: jakie oficjalne źródło sprawdzić? Jak skontaktować się z mieszkańcem, który może mieć trudności z poruszaniem? Czego nie wolno dotykać?

Przykładowa odpowiedź. Nie ingerujemy w instalację. Sprawdzamy informacje operatora i administracji. Pytamy zainteresowane osoby, czy chcą wsparcia. Jeśli awaria zagraża zdrowiu osoby zależnej od urządzenia medycznego — pilny kontakt ze służbami.

Scenariusz B. Stary Sącz — nagła zmiana sytuacji pogodowej

Po silnych opadach do mieszkańców docierają różne informacje o sytuacji na drogach. Jedna wiadomość zawiera prośbę, by natychmiast jechać po rzeczy do domu. Omów: jak zweryfikować informacje? Co przekazać osobie bez smartfona? Czy warto jechać niepewną trasą?

Przykładowa odpowiedź. Sprawdzamy aktualne komunikaty właściwych służb i urzędu. Nie wjeżdżamy na podtopione drogi ani nie przejeżdżamy przez wezbrane potoki. Przekazujemy jedynie potwierdzone zalecenia.

Pytania dla uczestników

- Kto potrzebuje informacji, a kto fizycznej pomocy?
- Co należy zrobić teraz, a co można odłożyć?
- Kto potwierdził treść ostrzeżenia i z której jest godziny?

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 14

Scenariusze: doliny i miejscowości górskie

Uwarunkowania terenu zmieniają sposób komunikacji i bezpiecznego udzielania pomocy.

Scenariusz C. Piwniczna-Zdrój — wezbranie potoku

Po intensywnych opadach droga lokalna może być nieprzejezdna, a część mieszkańców rozważa przejście krótszym szlakiem przy potoku. Jedna z osób prosi o pomoc w dotarciu do rodziny. Omów: czy przejście jest bezpieczne? Czy należy stosować się do poleceń służb? Jak pomóc bez wchodzenia w strefę zagrożenia?

Przykładowa odpowiedź. Nie próbujemy pokonać wezbranej wody. Przekazujemy oficjalne informacje, pomagamy zorganizować kontakt i w razie realnego zagrożenia zgłaszamy sytuację służbom.

Scenariusz D. Krynica-Zdrój / Muszyna — przerwana łączność

W jednym z domów po burzy słabnie zasięg telefonu. Starszy mieszkaniec wolałby otrzymywać informacje ustnie. W grupie internetowej pojawia się niesprawdzona wiadomość o obowiązkowej ewakuacji. Omów: jak bezpiecznie dotrzeć do oficjalnych komunikatów i jak uniknąć wzmacniania plotki?

Przykładowa odpowiedź. Sprawdzamy źródło, datę i obszar komunikatu; jeśli brak łączności, korzystamy z radia i uprzednio uzgodnionych sposobów kontaktu. Nie wychodzimy w teren przy utrzymującym się niebezpieczeństwie.

Scenariusz E. Miejscowość z rozproszoną zabudową

Kilka domów położonych jest daleko od siebie, a dojazd prowadzi jedną drogą. Jedna osoba oferuje zakupy dla sąsiadki, inna chce objechać wszystkie posesje, mimo ostrzeżenia o silnym wietrze. Jak zaplanować pomoc bez narażania nikogo?

Przykładowa odpowiedź. Najpierw oceniamy zagrożenie; kontaktujemy się telefonicznie, jeśli działa sieć. Wyjazdy i odwiedziny odkładamy, gdy warunki są niebezpieczne. Nie zastępujemy dyspozycji właściwych służb.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 15

Warsztat: osiem godzin współpracy

Propozycja pracy w małych grupach, zgodna z praktycznym charakterem modułu.

Godzina dydaktyczna (45 min)	Ćwiczenie i efekt
1. Zagrożenia blisko nas	Rozmowa o sytuacjach w osiedlu, bloku, przysiółku lub sołectwie.
2. Zaufanie i bezpieczne pomaganie	Przećwiczenie rozmowy z osobą, która może potrzebować pomocy.
3. Kontakt i przekazywanie informacji	Ułożenie krótkiego wiarygodnego komunikatu.
4. Szczególne potrzeby	Praca na przykładach bez stygmatyzowania i ujawniania danych.
5. Podział zadań	Uzgodnienie 2–3 dobrowolnych ról w hipotetycznym zdarzeniu.
6. Dezinformacja i oszustwa	Porównanie prawdziwego ostrzeżenia z fikcyjną plotką.
7. Scenariusz lokalny	Symulacja sąsiedzkiego działania przy braku prądu lub podtopieniu.
8. Wspólne zasady	Wypracowanie krótkiego zestawu wskazówek i omówienie wniosków.

Osiem godzin dydaktycznych to 360 minut zajęć. Jest to propozycja edukacyjna, nie wymóg tworzenia formalnego planu działania ani zbierania danych mieszkańców.

ZASADA ĆWICZEŃ

Scenariusze nie wymagają wychodzenia w teren, przechodzenia przez wodę, wchodzenia do budynków ani pozorowania niebezpiecznych interwencji. Ćwiczenia dotyczą rozmowy, decyzji, komunikatu i bezpiecznego podziału prostych zadań.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 16

Karta pracy: co zrobić w pierwszych 30 minutach?

Wypełnij wspólnie z grupą na podstawie hipotetycznej sytuacji.

SYTUACJA: _____

MIEJSCE / OTOCZENIE: _____

Pytanie	Ustalenia grupy
Co wiemy na pewno?	
Jakie zagrożenie nadal trwa?	
Jaki komunikat oficjalny sprawdzamy?	
Komu możemy zaproponować wsparcie?	
Jakie 2–3 bezpieczne zadania można podjąć?	
Kto i jak potwierdzi wykonanie zadań?	
Czego absolutnie nie robimy?	

Po ćwiczeniu porównajcie odpowiedzi i sprawdźcie, czy każde działanie jest dobrowolne, realne, zgodne z aktualnymi poleceniami służb i nie narusza prywatności.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 17

Karta do wypełnienia: moje proste ustalenia

To osobista ściąga, nie formularz do publicznego udostępniania.

Co warto ustalić	Moje informacje
Oficjalny serwis mojej gminy / miasta	
Sposób odbioru informacji bez internetu	
Zaufana osoba kontaktowa (za jej zgodą)	
Alternatywny sposób kontaktu	
Jedna rzecz, w której mogę pomóc	
Jedna rzecz, w której sam(a) mogę potrzebować pomocy	
Co robię, jeśli kontakt jest niemożliwy?	

PRZECHOWUJ ROZSĄDNIE
Jeżeli wpisujesz dane kontaktowe, przechowuj tę kartę w prywatnym, bezpiecznym miejscu. Nie fotografuj jej i nie udostępniaj grupowo bez zgody zapisanych osób.

Data aktualizacji: _____

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 18

Siedem zasad wzajemnej pomocy

Gotowa karta do wydrukowania i omówienia z bliskimi lub sąsiadami.

1. **Bezpieczeństwo najpierw.** Nie wchodzimy w miejsce, które może zagrozić życiu i zdrowiu.

2. **Sprawdzamy informacje.** Przekazujemy ostrzeżenia z oficjalnych źródeł i z datą.

3. **Pytamy, nie narzucamy.** Szanujemy decyzje, samodzielność i godność innych.

4. **Pomagamy konkretnie.** Uzgadniamy krótkie, możliwe do wykonania zadania.

5. **Widzimy szczególne potrzeby.** Pamiętamy o osobach, którym trudniej uzyskać pomoc lub informację.

6. **Chronimy prywatność.** Nie publikujemy danych, zdjęć ani informacji o stanie zdrowia.

7. **Współpracujemy ze służbami.** Stosujemy ich polecenia i nie zastępujemy działań ratowniczych.

JEDEN DROBNY KROK JESZCZE DZIŚ

Porozmawiaj z jedną zaufaną osobą o sposobie kontaktu i zapisz adres oficjalnych komunikatów dla swojej gminy. To więcej warte niż rozbudowany plan, którego nikt nie zna.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**

CZĘŚĆ 19

Sprawdź siebie po warsztatach

Lista kontrolna wspiera zapamiętanie umiejętności — nie jest testem kwalifikacyjnym.

Potrafię...	TAK	Jeszcze ćwiczę
Odróżnić pomoc sąsiedzką od zadań służb ratowniczych.	□	□
Wskazać oficjalne źródło ostrzeżeń dla swojej miejscowości.	□	□
Przekazać komunikat wraz z datą i źródłem.	□	□
Zapytać o potrzebę pomocy w sposób taktowny i bez presji.	□	□
Uzgodnić niewielkie zadanie i jego potwierdzenie.	□	□
Rozpoznać próbę oszustwa wykorzystującą zagrożenie.	□	□
Zaproponować alternatywę kontaktu przy zaniku internetu.	□	□
Zastosować zasadę ochrony prywatności mieszkańców.	□	□

Dokończ trzy zdania

Najbardziej przydatna wskazówka: _____

W moim otoczeniu warto wcześniej uzgodnić: _____

Jeden krok, który zrobię w najbliższym tygodniu: _____

CO PRZEKAZAĆ RODZINIE I SĄSIADOM?
Nie rozsyłaj całego łańcucha niesprawdzonych porad. Wybierz trzy zasady z poprzedniej strony, udostępnij źródła oficjalnych informacji i zaproponuj krótką rozmowę o wzajemnym wsparciu.

Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

CZĘŚĆ 20

Źródła i kontakty do samodzielnego sprawdzania

Stan redakcyjny: październik 2026. Adresy i komunikaty mogą się zmieniać.

Podstawowe źródła

[1] Poradnik bezpieczeństwa – materiały rządowe
https://www.gov.pl/web/poradnikbezpieczenstwa

[2] Rządowe Centrum Bezpieczeństwa – Alert RCB, pytania i odpowiedzi
https://www.gov.pl/web/rcb/alert-rcb---najwazniejsze-pytania-i-odpowiedzi

[3] Regionalny System Ostrzegania – MSWiA
https://www.gov.pl/web/mswia/regionalny-system-ostrzegania

[4] CERT Polska – zgłaszanie incydentów / SMS 8080
https://incydent.cert.pl/

IMGW-PIB – ostrzeżenia meteorologiczne i hydrologiczne
https://meteo.imgw.pl/

Powiat nowosądecki – informacje urzędowe
https://nowosadecki.pl/

Miasto Nowy Sącz – informacje urzędowe
https://nowysacz.pl/

Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego – BIP
https://bip.malopolska.pl/nowosadecki,m,464183,powiatowe-centrum-zarzadzania-kryzysowego.html

Telefony i proste zasady

112 — ogólny numer alarmowy. Korzystaj w sytuacjach wymagających pilnej interwencji służb; nie służy do sprawdzania zwykłych awarii. [5]

8080 — numer do przekazywania podejrzanych SMS-ów do CERT Polska; nie jest numerem alarmowym. [4]

Źródło [5]: https://www.gov.pl/web/mswia/kiedy-dzwonic-i-nie-dzwonic-na-numer-alarmowy-112

PRZED PUBLICZNYM UDOSTĘPNIENIEM
Uzupełnij obowiązkowe logotypy i oznaczenia projektu, sprawdź aktualność linków oraz lokalnych kontaktów. To materiał edukacyjny: nie zastępuje decyzji służb ani indywidualnej oceny zagrożenia.

Sfinansowano przez **Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** ze środków Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych **Moc Małych Społeczności**