SZCZEGÓŁOWY HARMONOGRAM I ZAKRES TEMATYCZNY MODUŁÓW WARSZTATOWYCH

MODUŁ 1:

SYGNAŁY ALARMOWE I BEZPIECZNE MIEJSCE – JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA ZAGROŻENIE

Zakres merytoryczny

- ➔ Sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze: przełamywanie zjawiska ignorancji alarmów. Jak interpretować sygnały dźwiękowe i komunikaty w dobie powszechnego szumu informacyjnego i powiadomień masowych (systemy komórkowe, syreny).
- ➔ Środki ochrony indywidualnej (PPE): przegląd i przeznaczenie nowoczesnego oporządzenia ochronnego, masek przeciwgazowych oraz improwizowanych środków ochrony dróg oddechowych
- ➔ Miejsca schronienia w sytuacjach realnego zagrożenia: klasyfikacja budowli ochronnych (schrony, ukrycia, ukrycia doraźne).
- ➔ Praktyczne zasady przygotowania domowego „miejsca bezpiecznego i pozycji bezpiecznej" i zabezpieczenia infrastruktury przed skażeniem lub zniszczeniem.

MODUŁ 2:

LOGISTYKA EWAKUACJI I PRZETRWANIE W PRAKTYCE

- ➔ Indywidualne przygotowanie do przetrwania: architektura i kompletowanie plecaka ewakuacyjnego (Bug-Out Bag - BOB)
- ➔ Organizowanie bezpiecznego domu i zestawów awaryjnych: analiza zagrożeń typowych dla Polski (anomalie pogodowe, blackouty, kryzysy kinetyczne).
- ➔ Tworzenie domowych zapasów (metoda „safe home").
- ➔ Praktyczna logistyka ewakuacji ludzi, zwierząt i mienia: planowanie tras ewakuacyjnych, przygotowanie rodziny i zabezpieczenie mienia.
- ➔ Symulacja procedur ewakuacyjnych.
- ➔ Współdziałanie z podmiotami ochrony ludności: zasady poprawnej komunikacji i współpracy ze służbami ratunkowymi, Strażą Pożarną, Policją i Wojskiem. Podporządkowanie i dyscyplina obywatelska jako klucz do optymalizacji działań ratowniczych służb mundurowych.

MODUŁ 3:

BEZPIECZEŃSTWO W SIECI I OCHRONA PRZED DEZINFORMACJĄ

- ➔ Reagowanie na dezinformację jako współczesny wymiar patriotyzmu: anatomia operacji psychologicznych i wrogiego wpływu informacyjnego.
- ➔ Techniki weryfikacji danych (fact-checking), rozpoznawanie fake newsów oraz powstrzymywanie paniki.

➔ Ochrona tożsamości cyfrowej, zabezpieczanie urządzeń mobilnych oraz komunikacji bezprzewodowej przed inwigilacją i przejęciem kontroli.

MODUŁ 4:

MEDYCYNA RATUNKOWA I SOLIDARNOŚĆ SĄSIEDZKA

➔ Podstawy pierwszej pomocy w wydaniu obywatelskim (użycie staz taktycznych, opatrunków uciskowych). Postępowanie w przypadku m.in. urazów mechanicznych, oparzeń oraz hipotermii.
➔ Podnoszenie własnej odporności na zagrożenia – psychologia sytuacji kryzysowych w ujęciu cywilnym. Metody kontrolowania stresu, zarządzanie lękiem oraz techniki zachowania jasności umysłu w obliczu prowokacji i chaosu informacyjnego
➔ Podział ról w grupie podczas eliminacji skutków katastrof.
➔ Solidarność społeczna: praktyczna realizacja zasady niesienia pomocy osobom starszym, dzieciom oraz słabszym członkom społeczności lokalnej przed przybyciem wyspecjalizowanych podmiotów ratowniczych