

Dekalog budowy odporności społecznej



AGNIESZKA ZOFIA KORDALEWSKA
Prezes Zarządu, Fundacja Gotowi.org

W czasach, gdy wojna, katastrofy naturalne, awarie infrastruktury i kryzysy społeczne przestają być odległymi scenariuszami, odporność na zagrożenia staje się jedną z podstawowych kompetencji współczesnego społeczeństwa. Nie wystarczą już same ustawy, procedury i służby – potrzebni są także świadomi obywatele, lokalne wspólnoty i praktyczne przygotowanie, które pozwolą działać spokojnie, odpowiedzialnie i skutecznie wtedy, gdy codzienny porządek nagle się załamie.

Jak być przygotowanym na trudne czasy?

Stare chińskie przekleństwo brzmi: „Obyś żył w ciekawych czasach”. W takich właśnie czasach przyszło nam żyć. Ledwo otrząsnęliśmy się po pandemii, gdy tuż za wschodnią granicą rozgorzała wojna. Ta jeszcze się nie zakończyła, a południową Polskę nawiedziła gigantyczna powódź. Zaledwie kilka miesięcy później w wielu miejscach w Polsce woda z wodociągów przez wiele dni nie była zdatna ani do picia, ani do celów higienicznych. Nadeszła prawdziwa zima, a zamiecie i zawieje śnieżne unieruchomiły samochody i pociągi w wielu regionach Polski na wiele godzin. Na warszawskim Ursynowie ok. 40 wielorodzinnych bloków przez blisko tydzień było pozbawionych ciepłej wody i ogrzewania w wyniku pęknięcia rury. A w Niemczech duża berlińska dzielnica została pozbawiona zasilania w energię elektryczną na ok. 7 dni.

Codziennie mamy do czynienia z atakami na infrastrukturę krytyczną.

Trudne czasy tworzą silnych ludzi. Silni ludzie są świadomi, odpowiedzialni, przygotowani, mają sprawdzone procedury postępowania i dobre nawyki.

Do tego doniesienia medialne na temat sytuacji geopolitycznej nie napawają optymizmem. Obok konfliktu na Ukrainie, trwającego już blisko piąty rok, bardzo niespokojnie jest na Bliskim Wschodzie i w wielu innych regionach świata. I mimo że bezpośrednio nas te zdarzenia nie dotyczą, to jednak, patrząc na wieloletnie sojusze, które dziś rozpadają się jak domki z kart, widzimy, że to, na czym opierał się porządek świata ustalony 70–80 lat

temu, przestaje istnieć. Mamy zatem powody do niepokoju.

Na przestrzeni ostatnich lat, przekonujemy się, że zagrożenia, katastrofy czy nagłe sytuacje awaryjne są nieodłącznym elementem naszej codzienności, powodują lęk oraz niepewność. Zdajemy sobie sprawę z tego, że na niestabilność współczesnych czasów nie mamy żadnego wpływu.

Będąc jednak świadomi otaczającej nas rzeczywistości możemy być odpowiedzialni, zapobiegliwi i przygotowani i w ten sposób całkiem dobrze poradzić sobie w obliczu dowolnego zagrożenia.

Od czego zacząć?

Pan Premier, Minister Obrony Narodowej, Władysław Kosiniak-Kamysz, wskazuje jednoznacznie, że to właśnie teraz jest czas na budowanie społecznej odporności na zagrożenia. A zaniechanie w tym zakresie będzie poważnym grzechem.

Najlepiej zacząć już teraz, chociażby od przeczytania kilku wartościowych pozycji książkowych, np. Pawła Frankowskiego lub Krzysztofa Lisa. W następnym kroku warto zapoznać się z treściami portalu www.gotowi.org, z broszurą wydaną przez MON i MSWiA, a na YouTube z filmami autorstwa np. śp. Adolfa Kudlińskiego.

W dowolnym momencie warto wziąć udział, wraz ze swoją firmą lub lokalną społecznością, w Warsztatach Gotowości organizowanych przez Fundację Gotowi.org. Podczas szkoleń przekazywane są konkretne narzędzia i sprawdzone sposoby

radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Dzięki temu uczestnicy budują poczucie bezpieczeństwa, pewności siebie, sprawczości i skuteczności wobec zagrożeń. Przekonują się, że lęk i panikę towarzyszące każdemu zagrożeniu można zamienić w konkretne, natychmiastowe działania.

Odporność społeczna rośnie wtedy, gdy każdy członek lokalnej społeczności ma domowe zapasy, wie jak się zachować gdy zawyją syreny, potrafi udzielać pierwszej pomocy osobie poszkodowanej, potrafi obsługiwać urządzenia do awaryjnego zasilania lub do awaryjnej komunikacji, zna podstawy samoobrony, potrafi czytać mapy czy w równym stopniu – panować nad stresem; gdy jako lokalna społeczność znamy się wzajemnie, mamy rozpoznane nasze potrzeby i możliwości.

10 prostych kroków do zbudowania odporności na zagrożenia

W trakcie Warsztatów Gotowości realizowany jest program edukacyjny oparty na 10 krokach:

1. **Analiza zagrożeń** typowych dla Polski i właściwych zachowań przed wystąpieniem zagrożenia, podczas jego trwania i po jego ustąpieniu; wyjaśnienie na czym polega zasada zaspokojenia podstawowych potrzeb oraz zasada trójek, informacja o sygnałach alarmowych i metodach wzywania pomocy w każdych warunkach.
2. **Zasady ewakuacji i tworzenia rodzinnych planów awaryjnych** – m.in. planów komunikacji i ewakuacji awaryjnej czy wyboru miejsc schronienia.

3. **Zestawy awaryjne:** noszone na co dzień Podręczne Zestawy Awaryjne i Plecaki Awaryjne, które warto wozic np. w samochodzie.
4. **Bezpieczny dom i jego podstawowe wyposażenie:** domowe zapasy, pozyskiwanie i uzdatnianie wody, awaryjne ogrzewanie i awaryjne gotowanie, czujniki i gaśnice domowe, zapasy paliwa, kopie dokumentów, gotówka.
5. **Ratownictwo medyczne i konieczne wyposażenie domowej apteczki**
 - ponieważ w 3 kluczowych sytuacjach realnie zagrażających życiu człowieka potrzebna jest natychmiastowa pomoc
 - karetka dojedzie dopiero za 12–15 minut
 - uczy my jak ratować życie.
6. **Samoobrona,** w tym prawne aspekty obrony koniecznej, unikanie zagrożeń, bezpieczne poruszanie się w przestrzeni publicznej, umiejętność tonowania sytuacji i deeskalacji konfliktu.
7. **Zaangażowanie się w lokalne działania**
 - poznajmy się, angażujmy się, tworzymy lokalne sieci kontaktów, włączajmy się w wolontariat, współpracujmy z lokalnymi służbami – dzięki temu tworzymy bezpieczne otoczenie, odporne i radzące sobie w trudnych sytuacjach.
8. **Zdobywanie nowych umiejętności**
 - np. kurs pierwszej pomocy, samoobrony, postępowania się bronią, ale nie mniej ważna jest umiejętność naprawiania urządzeń domowych.
9. **Dbanie o zdrowie** – warto zapisać się na kompleksowy przegląd stanu zdrowia i wykonywać kolejne przynajmniej raz na rok.

10. **Korzystanie z narzędzi i wiedzy:** książki, portal www.gotowi.org, poradniki, filmy na YouTube – poszerzaj swoją wiedzę, rozwijaj umiejętności, które w chwili próby, bez dostępu do internetu, pomogą przetrwać trudny czas.

Prawdziwe bezpieczeństwo ma trzy kręgi: obejmuje nas samych, naszych najbliższych i otoczenie. Nasze bezpieczeństwo osobiste będzie większe, jeśli w naszym najbliższym otoczeniu będzie wielu dobrze przygotowanych i przeszkolonych ludzi, a lokalna społeczność będzie się znała – jej członkowie będą umieli ze sobą współpracować i chętnie sobie pomagać.

Zbudowanie odporności na zagrożenia nie jest ani trudne, ani kosztowne. Wystarczy tylko zacząć to robić.

3 kręgi osobistego bezpieczeństwa

Najważniejsze, w każdych okolicznościach, jest bezpieczeństwo osobiste. Bez różnicy, czy będąc świadkiem wypadku, czy w domu, gdy zabraknie ogrzewania lub wody zdanej do picia – najpierw należy zadbać o własne bezpieczeństwo, a gdy jest bezpiecznie, można pomagać innym.

Gdy bezpieczeństwo osobiste jest zapewnione, przychodzi kolej na zadbanie o swoich najbliższych: rodzinę, współpracowników, przyjaciół, a także o osoby ze szczególnymi potrzebami, osoby starsze, dzieci i zwierzęta.

Ostatni krąg bezpieczeństwa to otoczenie: miejsce pracy, osiedle, wioska, miejscowość. To mogą być sąsiedzi, koledzy z pracy, społeczność. Nasze bezpieczeństwo osobiste

będzie tym większe, im większa liczba osób w otoczeniu będzie przygotowana i przeszkolona. Im lepiej lokalna społeczność będzie się znała, tym chętniej będzie ze sobą współpracować i pomagać sobie wzajemnie. Wówczas nikt nie będzie czyhał np. na wodę czy domowe zapasy u sąsiada, a wręcz przeciwnie – wesprze w potrzebie, udzieli koniecznej pomocy. Samotne wilki giną!

Społeczna odporność na zagrożenia

Budowanie społecznej odporności na zagrożenia jest procesem złożonym. Potrzebujemy nowego sposobu myślenia o odporności i gotowości na zagrożenia, aby każdy wiedział, co robić w każdej sytuacji awaryjnej, bez względu na jej charakter.

Gotowość musi być wpleciona w tkankę naszych lokalnych społeczności – każdy ma do odegrania swoją rolę. Społeczeństwo potrzebuje odpowiednich narzędzi do działania zarówno w celu zapobiegania zagrożeniom, jak i szybkiego reagowania w przypadku ich wystąpienia.

Potrzebujemy lokalnych liderów, lokalnych punktów odporności działających dziś np. jako domy kultury. Potrzebujemy sprawnych i przygotowanych do działania urzędów oraz silnych społeczności lokalnych w całym kraju. Ich mnogość sprawi, że całe polskie społeczeństwo uzyska moc odstraszania i sprawczość wobec dowolnego zagrożenia.

W rok od wejścia w życie *Ustawy o ochronie ludności i obronie cywilnej* mamy zatrażające wyniki badań przeprowadzonych przez PCK: ponad 75 proc. badanych gmin oceniło swoje przygotowanie jako neutralne lub negatywne.

Ponadto 39,5 proc. powiatów nie umiało określić gotowości swojej jednostki do realizacji zadań ochrony ludności, a 21 proc. oceniło ją negatywnie. Dodatkowo 22,1 proc. urzędów gmin i 21 proc. starostw powiatowych oceniło, że nie jest gotowe do realizacji zadań z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej.

Społeczna odporność opiera się na ludziach, którzy potrafią działać razem, ufają sobie i rozumieją swoją rolę w chwili zagrożenia. O bezpieczeństwie państwa przesądza więc nie tylko sprawność instytucji, lecz także gotowość lokalnych wspólnot do współdziałania.

Ustawa, rozporządzenia i plany nie wystarczą. Te narzędzia nie sprawią, że urzędnicy i mieszkańcy wsi, osiedli czy miasteczek będą przygotowani na trudne czasy, że będą gotowi realizować przypisane im zadania.

Żeby zrealizować ten idealny plan, potrzebujemy zaangażowanych liderów oraz realnej, konkretnej współpracy: lokalnej administracji, nauki, lokalnego biznesu, NGO i społeczeństwa obywatelskiego.

Unikatowa inicjatywa oddolna

Od początku, czyli od 2019 roku, Fundację Gotowi.org tworzą pasjonaci, którzy wierzą, że bezpieczeństwo Polski oparte jest na trzech filarach: mądrych, dobrych sojuszach, nowoczesnej armii i odpornym, przygotowanym na zagrożenia społeczeństwie.

Fundacja już siódmy rok edukuje i informuje społeczeństwo, wpływając na otoczenie, administrację samorządową, biznes oraz

młodzież, osoby dorosłe i seniorów. Przeszkolonych zostało już ponad 15 200 osób w całej Polsce: od Dolnego Śląska po Warmię i Mazury.

Oddolne inicjatywy często wyznaczają kierunek zmiany społecznej, bo łączą wiedzę, pasję i zaangażowanie z konkretnym działaniem. Tam, gdzie państwo i system dopiero budują swoją sprawność, NGO stają się pierwszą szkołą odporności, współpracy i odpowiedzialności.

Do czasu pojawienia się *Ustawy o ochronie ludności i obronie cywilnej* inicjatywa Gotowi.org była jedyną taką w Polsce, przecierając szlaki w gminach, powiatach, szkołach i instytucjach publicznych.

Wszędzie tam, gdzie udało się pozyskać dofinansowanie, Fundacja organizowała szkolenia i warsztaty. Z własnych, prywatnych środków eksperci Gotowi.org realizowali wiele spotkań edukacyjnych, a także już siódmy rok prowadzą

portal www.gotowi.org będący unikalnym kompendium informacji o zagrożeniach i o tym, jak się na nie przygotować.

W lutym 2025 roku Fundacja wyszła z kolejną inicjatywą, tworząc Strefę Obrony Cywilnej i Ochrony Ludności. Jest to przestrzeń szerokiej współpracy, wymiany doświadczeń, dobrych praktyk i realizacji projektów ze wszystkimi i dla wszystkich, dla których społeczna odporność na zagrożenia ma wielki sens.

Mimo tak ogromnego wysiłku i zaangażowania działania Gotowi.org są nadal kroplą w morzu potrzeb. Dlatego Gotowi.org zaprasza do współpracy NGO, administrację, biznes, społeczeństwo obywatelskie i naukę. Do dołączenia, do zaangażowania się w działania Fundacji, do wspólnego tworzenia społeczeństwa, które poradzi sobie z każdą sytuacją awaryjną, będzie się wspierało i pomagało sobie wzajemnie. Społeczeństwa, które stanie się silne, bezpieczne i odpowiedzialnie radzące sobie z możliwymi zagrożeniami. ■

O AUTORCE

Agnieszka Zofia Kordalewska – Prezes Zarządu, Fundacja Gotowi.org. Ekonomistka, przez ponad 30 lat, związana z bezpieczeństwem przedsiębiorstw (w szczególności bezpieczeństwem: podatkowym, finansowym i kontynuacji działania), pełniła funkcje zarządcze w firmach o różnych profilach działalności, w tym audytorskich. Od 2014 roku zgłębia sztukę przetrwania. W 2019 roku ufundowała Fundację Gotowi.org, a w 2020 uruchomiła portal www.Gotowi.org oraz rozpoczęła wydawanie broszury „Elementarz Bezpieczeństwa”. Autorka programu „10 kroków do zbudowania odporności na zagrożenia”. Była w Polsce prekursorką edukacji w zakresie przygotowania ludności na sytuacje kryzysowe. Współtwórczyni Plecaka Awaryjnego 17 (nominowanego do Godła Teraz Polska) oraz Podręcznego Zestawu Awaryjnego. Od 2019 roku, jako jedyna z Polski, działa w strukturach UNDRR (Biura Narodów Zjednoczonych ds. Redukcji Ryzyka Zagrożeń); w 2024 została globalnym Focal Point dla NGO. Współpracuje z administracją publiczną przy tworzeniu rozwiązań w obszarze ochrony ludności i obrony cywilnej, uczestniczy w pracach rad programowych i wydarzeniach eksperckich (m.in. od 2024 roku jest społecznym asystentem Wiceprzewodniczącego Sejmowej Komisji Obrony Narodowej). Współpracuje także z mediami m.in.: Polskim Radiem i Onet.pl. Członkini Rady Interesariuszy Wydziału Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego.

Partnerzy



Pomorski Thinkletter

2026 nr 2 (25)

BEZPIECZEŃSTWO I ODPORNOŚĆ POLSKI W CZASACH PRZEŁOMU I NOWYCH ZAGROZEŃ

MODERNIZACJA I ROZWÓJ ARMII

- JAK TO ZROBIĆ MĄDRZE I EFEKTYWNIIE?

SUWERENNOŚĆ TECHNOLOGICZNA I RODZIMY PRZEMYSŁ

- NOWY EKOSYSTEM ROZWOJU POLSKI

SPÓJNE PAŃSTWO I SPOŁECZEŃSTWO

WOBEC WOJNY KOGNITYWNEJ I HYBRYDOWEJ

REGIONALNE I LOKALNE FILARY BEZPIECZEŃSTWA

- NOWE PRIORYTETY SAMORZĄDÓW

KONGRES
OBYWATELSKI



POBIERZ CAŁĄ PUBLIKACJĘ

www.kongresobywatelski.pl

