



SAFETY PROJECT



SAFE PLACE  
CONGRESS

**HELP-BAG**  
Be responsible

Wyposażenie  
zestawu  
awaryjnego





## **Wyposażenie zestawu (walizki, plecaka) awaryjnego (ewakuacyjnego, ucieczkowego) – do przygotowania i posiadania w domu, w pracy lub w aucie na wypadek wojny, zagrożeń naturalnych lub innych kryzysów**

- Zestaw powinien składać się z kilku modułów zadaniowych odpowiednio rozmieszczonych i wyposażonych w zależności od celu ich użycia i stopnia niezbędności.
- Poniżej wymienione przykłady modułów i ich wyposażenie zostało zaproponowane przez producentów polskiego zestawu awaryjnego HELP BAG®. W wybranych przypadkach zostało zmodyfikowane przez nas poprzez dodanie wybranych elementów wyposażenia.
- Gotowy do zakupu i w pełni wyposażony zestaw awaryjny znajduje się na stronie internetowej sklepu [HELP BAG®](https://www.helpbag.pl).

Taki skompletowany zestaw możesz zakupić z 15% zniżką używając kodu:

### **SAFETYPROJECT15**

Możesz też samodzielnie skompletować taki zestaw korzystając z przykładów modułów wraz z wyposażeniem:

#### **1. Gotowanie i żywność:**

- woda niegazowana (500 ml)
- racja żywnościowa
- tabletki do dezynfekcji wody pitnej (10 sztuk)
- sztućce (łyżka, nóż, widelec)
- kubek stalowy z przykrywką
- zestaw do gotowania (kuchenka z garnkiem, niewielka butla z paliwem, np. gazem)
- filtr do uzdatniania wody (min. 500 l)
- butelka z filtrem
- składany pojemnik na wodę

#### **2. Pierwsza pomoc:**

- apteczka z podstawowym wyposażeniem oraz:
  - staza taktyczna
  - opatrunek izraelski
  - marker taktyczny
- maseczka do sztucznego oddychania
- koc termiczny
- lampa alarmowa
- kamizelka odblaskowa
- środek ochronny na owady
- kleszczołapka z latarką



## SAFETY PROJECT

### 3. Elektronika:

- powerbank 10000 mAh
- radio na dynamo
- telefon awaryjny
- zestaw adapterów kart SIM,
- słuchawki douszne z mikrofonem,
- kabel USB do ładowania (3w1),
- ładowarka sieciowa z uniwersalnymi wejściami,
- telefon satelitarny
- lokalizator GPS

### 4. Ucieczka i przetrwanie:

- młotek ratunkowy
- kaptur ratunkowy
- gogle ochronne z możliwością założenia na okulary
- latarka czołowa ze światłem białym i czerwonym
- rękawice ochronne
- bransoletka wielofunkcyjna z paracordu
- nóż
- wodoodporne etui oraz worek próżniowy na ubranie
- gwizdek alarmowy
- krzesiwo
- zapalniczka wodoodporne
- zapalniczka plazmowa
- kompas
- długopis taktyczny
- notes wodoodporny
- niewielka gra planszowa lub karty do gry
- maskotka dla dziecka

### 5. Higiena:

- ręcznik szybkoschnący
- maseczki higieniczne
- szczoteczka do zębów z pastą
- mydło, żel do dezynfekcji, szampon
- chusteczki nawilżane i higieniczne
- wazelina, krem z filtrem ochronnym przeciwśłonecznym
- tampony, podpaski
- patyczki kosmetyczne i waciki
- stopery do uszu



## SAFETY PROJECT

### 6. **Spanie:**

- Śpiwór typu mumia
- Karimata
- Poduszka dmuchana
- Namiot termiczny
- Hamak z moskitierą

### 7. **Narzędzia:**

- taśma naprawcza
- multitool
- rękawice robocze
- opaski zaciskowe
- łopata
- sznurek jutowy
- przyborek krawiecki
- piła do drewna
- linki elastyczne

### 8. **Pogoda:**

- zestaw ciepłych ubrań i bielizny – w kolorach cywilnych
- ogrzewacze do rąk i stóp
- ponczo
- komin wielofunkcyjny, czapka, kominiarka
- parasol
- okulary przeciwsłoneczne

### 9. **Inne wyposażenie:**

- ubranie zgodnie z porą roku
- leki przyjmowane na stałe
- dokumenty w wersji papierowej i elektronicznej
- gotówka
- mapa najbliższego terenu
- środki obrony osobistej (gaz pieprzowy, paralizator, pałki, sygnalizatory alarmowe itp.)
- inne wg potrzeb



## **Plecak awaryjny zagraniczny – podstawowa wersja plecaka (walizki), do zabrania w czasie zagranicznej podróży służbowej:**

- apteczka z podstawowym wyposażeniem oraz:
  - staża taktyczna i opatrunek izraelski
  - koc termiczny – folia NRC
  - opatrunek hydrożelowy
  - leki zażywane na stałe
  - aspiryna
  - leki przeciwgorączkowe i przeciwbólowe – paracetamol lub ibuprofen
  - elektrolity w tabletkach
  - leki w przypadku zatrucia – loperamid (hamuje biegunkę), nifuroksazyd (lek przeciwbakteryjny), węgiel aktywny (substancja pochłaniająca bakterie i toksyny), probiotyki (wspomagające fizjologiczną florę bakteryjną jelit)
  - leki łagodzące oparzenia słoneczne, ugryzienia i urazy – panthenol oraz żele antyhistaminowe (np. Fenistil, Foxill), maści przeciwbólowe i przeciwzapalne (zawierające np. diklofenak czy ibuprofen) oraz żele przeciwobrzękowe (np. Altacet, Altazija, Altażel, Altac-Emo), jałowe gazy, bandaże oraz preparaty odkażające (np. Octenisept, Asept)
- butelka z filtrem lub filtr do wody albo tabletki do uzdatniania wody
- kamizelka odblaskowa, maseczki jednorazowe, płyn do dezynfekcji
- środek ochronny na owady
- kleszczołapka z latarką
- powerbank 10000 mAh
- dodatkowy telefon komórkowy (awaryjny) z zestawem adapterów do kart SIM
- słuchawki douszne z mikrofonem
- kabel USB do ładowania (3w1)
- ładowarka sieciowa z uniwersalnymi wejściami
- telefon satelitarny i lokalizator GPS
- maska pgaz. lub kaptur ratunkowy
- latarka czołowa ze światłem białym i czerwonym
- rękawice ochronne
- bransoletka wielofunkcyjna z paracordu
- długopis taktyczny i notes wodoodporny
- multitool i nóż taktyczny
- ponczo wodoodporne
- inne – według potrzeb i w zależności od miejsca pobytu i pory roku – z listy powyżej, np. podręczny słownik podstawowych zwrotów w języku miejsca pobytu.



**SAFETY PROJECT**

[Film edukacyjny z opisem modułów i zestawu awaryjnego HELP BAG®](#)

### Źródła wiedzy i dobrych praktyk – bibliografia

1. [Książka J. Stelmach, \*Reagowanie na zamachy – dobre praktyki i rekomendacje\*, Wyd. Difin, Warszawa 2022](#)
2. [Strona internetowa HELP BAG®](#)
3. [Jak przygotować się do podróży zagranicznej](#)
4. [Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego \(EKUZ\)](#)
5. [Akademia Bezpieczeństwa RCB](#)
6. [Poradniki Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji](#)
7. [Kanał wiedzy o bezpieczeństwie: Project SAFE-TY](#)
8. [Strona internetowa Safety Project](#)



**tel:** +48 518 275 996

**e-mail:** kontakt@safetyproject.pl

[www.safetyproject.pl](http://www.safetyproject.pl)  
[safeplace.edu.pl](http://safeplace.edu.pl)



ProjectSAFETY



safety-project-stelmach-jaroslav



safetyproject.pl