

Spis treści

I. ALARMOWANIE I EWAKUACJA W SZKOLE	5
1. Alarmowanie i ostrzeganie	5
2. Ewakuacja szkoły	9
II. ZAGROŻENIA I SPOSOBY POSTĘPOWANIA	12
3. Ogólna charakterystyka zagrożeń	12
4. Jak się zachować, gdy wybuchnie panika?	16
5. Zagrożenia w najbliższym otoczeniu	20
6. Katastrofy i awarie techniczne	24
7. Zagrożenia naturalne i ekologiczne	27
8. Zagrożenia spowodowane użyciem broni	31
9. Postępowanie w wypadku rażenia bronią	35
10. Terroryzm	39
III. PIERWSZA POMOC	44
11. Postępowanie ratownika niemedycznego na miejscu zdarzenia	44
12. Ocena czynności życiowych poszkodowanego	47
13. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa i defibrylacja	51
14. Wstrząs pourazowy	55
15. Postępowanie ratownicze w razie zasłabnięcia i omdlenia	58
16. Opatrywanie ran i tamowanie krwotoków	62
17. Zadławienia	65
18. Złamania kości i urazy stawów	68
19. Urazy termiczne	72
20. Ewakuacja poszkodowanych	75

IV. BEZPIECZEŃSTWO NARODOWE I OCHRONA LUDNOŚCI..... 78

21. Organizacje międzynarodowe	78
22. Bezpieczeństwo narodowe Rzeczypospolitej Polskiej	82
23. Siły Zbrojne Rzeczypospolitej Polskiej	86
24. Rodzaje służby wojskowej i Narodowe Siły Rezerwowe	90
25. Powinności obronne administracji rządowej i samorządowej oraz obywateli państwa	93
26. Obrona Cywilna	96
27. Ochrona ludności cywilnej	99
28. Ewakuacja z terenów zagrożonych	102
29. Prawo humanitarne	106
30. Ochrona dóbr kultury	109