

Departament Komunikacji Społecznej

ul. Słonimska 1

15-950 Białystok

tel.: 85 879 79 79

opinia@um.bialystok.pl

Poradnik bezpieczeństwa

Dodana: 16.09.2025 14:43

Kategorie: Aktualności | Bezpieczeństwo

Rząd Rzeczypospolitej Polskiej opracował „Poradnik bezpieczeństwa”, z którego można dowiedzieć się o kwestiach ważnych w sytuacji rzeczywistego zagrożenia. Znajdują się tam informacje m. in. o sygnałach alarmowych i komunikatach ostrzegawczych wykorzystywanych przez służby w Polsce. Alarmy i komunikaty są ściśle określone i warto je znać, aby zapobiec dezinformacji. Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji opublikowało również „Instrukcję reagowania – zagrożenie atakiem z powietrza”, zawierającą zasady postępowania w przypadku zagrożenia.

"Poradnik bezpieczeństwa" zawiera praktyczne wskazówki dla każdego z nas o tym jak zadbać o siebie i swoich bliskich, jak przygotować dom na nieprzewidziane wydarzenia i jak wspierać innych i działać odpowiedzialnie. [Opracowanie jest dostępne w internetowym Serwisie Rzeczypospolitej Polskiej.](#)



OGŁOSZENIE ALARMU DLA LUDNOŚCI CYWILNEJ

Jaki dźwięk?

Sygnal akustyczny - modulowany dźwięk syreny przez 3 minuty



Zapowiedź słowna

Trzykrotnie powtarzany komunikat - np.
„Uwaga! Uwaga! Ogłaszam alarm... dla ...”

Jaki znak?

Żółty znak w kształcie równobocznego trójkąta.






ODWOŁANIE ALARMU DLA LUDNOŚCI CYWILNEJ

Jaki dźwięk?

Sygnal akustyczny - ciągły dźwięk syreny przez 3 minuty



Zapowiedź słowna

Trzykrotnie powtarzany komunikat - np.
„Uwaga! Uwaga! Odwołuję alarm... dla ...”



Komunikaty ostrzegawcze

Komunikat Regionalnego Systemu Ostrzegania (RSO)

- Informacja o **OGŁOSZENIU** zagrożenia: rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności, przewidywany czas trwania i inne.
- Informacja o **ODWOŁANIU** zagrożenia.



Komunikat przekazywany przez redaktorów dzienników oraz wydawców stron internetowych

- Informacja wizualna o **OGŁOSZENIU** zagrożenia: rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności, przewidywany czas trwania i inne.
- Informacja wizualna o **ODWOŁANIU** zagrożenia.



Komunikat przekazywany przez nadawcę programu radiowego i telewizyjnego oraz operatora ruchomej publicznej sieci telekomunikacyjnej

- Informacja audio/ audiowizualna/ wizualna o **OGŁOSZENIU** zagrożenia: rodzaj i obszar zagrożenia, zalecenia dla ludności, przewidywany czas trwania i inne.
- Informacja audio/ audiowizualna/ wizualna o **ODWOŁANIU** zagrożenia.



Komunikat ALERT RCB

- Informacja o **OGŁOSZENIU** zagrożenia przekazana w wiadomości SMS na zlecenie RCB przez operatorów sieci telekomunikacyjnych.





Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

Opisane są tam m.in. sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze, z których korzystają służby w sytuacji rzeczywistego zagrożenia lub do przeprowadzenia ćwiczeń. Ważnym jest, że o ćwiczeniach informacje podawane są odpowiednio wcześniej.

W Polsce mamy obecnie tylko dwa rodzaje sygnałów alarmowych w sytuacji rzeczywistego zagrożenia dla ludności cywilnej:

- ogłoszenie alarmu – ciągły, modulowany dźwięk syreny przez 3 minuty,

- odwołanie alarmu – ciągły, jednostajny dźwięk syreny przez 3 minuty.

Jeśli usłyszysz sygnał alarmowy, należy włączyć radio lub telewizor i stosować się do komunikatów.

Ogólnie do informowania o zagrożeniu służby wykorzystują: syreny alarmowe, megafony, media – radio, telewizję, internet, Regionalny System Ostrzegania (RSO), Alerty RCB wysyłane na telefony komórkowe oraz bezpośredni kontakt.

25 września 2026 r. MSWiA opublikowało „Instrukcję reagowania – zagrożenie atakiem z powietrza”, zawierającą zasady postępowania i informacje dotyczące bezpiecznego schronienia w przypadku zagrożenia.

Magdalena Gajewska

[Link do instrukcji ↓](#)

INSTRUKCJA REAGOWANIA

ZAGROŻENIE ATAKIEM Z POWIETRZA



POZNAJ

ALERTY RCB

o zagrożeniu atakiem z powietrza

BĄDŹ
PRZYGOTOWANY
DBAJ O SWOJE
BEZPIECZENSTWO

1 CZUJNOŚĆ

„UWAGA! Rosyjski atak powietrzny na terenie Ukrainy. Sytuacja jest monitorowana. W przestrzeni RP operuje polskie lotnictwo. Oczekuj dalszych komunikatów.”

CO SIĘ DZIEJE?

- ROSYJSKI ATAK POWIETRZNY NA UKRAINĘ BLISKO GRANICY Z POLSKĄ
- W PRZESTRZENI RP OPERUJE POLSKIE LOTNICTWO WOJSKOWE
- MOŻESZ USŁYSZEĆ PRZELATUJĄCE SAMOŁOTY WOJSKOWE

CO ROBIĆ?

- PRZYGOTUJ SIĘ NA KOLEJNE INFORMACJE
- MOŻESZ USŁYSZEĆ SYGNAŁ ALARMOWY - MODULOWANY DŹWIĘK SYRENY PRZEZ 3 MINUTY
- MOŻESZ POTRZEBOWAĆ BEZPIECZNEGO MIEJSCA
- JEŚLI SYTUACJA SIĘ ZMIENI, MOŻESZ DOSTAĆ KOLEJNY ALERT

2 GOTOWOŚĆ

„UWAGA! Trwa zmasowany rosyjski atak powietrzny na zachodnią Ukrainę. Oczekuj dalszych komunikatów. Reaguj na sygnały alarmowe.”

CO SIĘ DZIEJE?

- WIĘKSZE RYZYKO WTARCNIĘCIA WROGIEGO OBIEKTU NA TERYTORIUM POLSKI
- MOGĄ BYĆ KOLEJNE KOMUNIKATY OSTRZEGAWCZE. MOŻESZ USŁYSZEĆ SYGNAŁY ALARMOWE

CO ROBIĆ?

- PRZYGOTUJ SIĘ, BY ZNALEZĆ SIĘ W BEZPIECZNYM MIEJSCU
- PAMIĘTAJ: SYGNAŁ ALARMOWY TO MODULOWANY DŹWIĘK SYRENY PRZEZ 3 MINUTY

3 ALARM DZIAŁAJ TERAZ!

„UWAGA! UWAGA! UWAGA! Zagrożenie atakiem z powietrza. Znajdź bezpieczne miejsce. Stosuj się do poleceń służb. Oczekuj dalszych komunikatów.”

CO SIĘ DZIEJE?

- ZAGROŻENIE ATAKIEM NA TERYTORIUM POLSKI
- KOMUNIKAT MOŻE POJAWIĆ SIĘ RAZEM Z SYGNAŁEM ALARMOWYM



JESTEŚ W BUDYNKU

- Jeżeli jest punkt schronienia, idź tam
- Jeżeli go nie ma, idź do pomieszczenia położonego jak najniżej - np. odpowiednio przygotowanego garażu podziemnego czy piwnicy lub pomieszczenia bez okien oddzielonego dwiema ścianami od zewnątrz - np. korytarza

CO ROBIĆ?

JESTEŚ NA ZEWNĄTRZ

- Idź do najbliższego punktu schronienia
- Korzystaj z aplikacji gdziesleukryc.pl
- Możesz wykorzystać odpowiednio przygotowany garaż podziemny, piwnicę, tunel czy przejście podziemne



**Sygnał alarmowy
o zagrożeniu atakiem z powietrza
to modulowany dźwięk trwający
3 minuty**

Przed otrzymaniem Alertu RCB

- Zapoznaj się z „Poradnikiem Bezpieczeństwa” i poznaj zawarte w nim zasady postępowania
- Ustal z rodziną sposób reagowania
- Sprawdź najbliższe miejsce ukrycia



Ochrona ludności
i obrona cywilna



Ministerstwo Spraw
Wewnętrznych i Administracji