Rodzinny plan kryzysowy

Dane kontaktowe na wypadek kryzysu

Imię i nazwisko	Telefon	E-mail

Gdzie się spotkamy: w najbliższej okolicy

Miejsce i adres	Osoba do kontaktu	Telefon

Gdzie się spotkamy: poza miejscowością

Miejsce i adres	Osoba do kontaktu	Telefon

Choroby, alergie, leki przyjmowane na stałe

Imię i nazwisko	Choroby i alergie	Leki

Niezbędne rzeczy i gdzie je trzymamy

Rzecz	Miejsce

Ważne telefony

Kto (lekarz, szkoła, sąsiad)	Telefon

Bezpieczne Kwakowo · aktualizacja 9.10.2026 · źródło: Poradnik bezpieczeństwa, s. 47–51. Trzymaj w kuchni i w plecaku. Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Programu MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI. Publikacja odzwierciedla jedynie opinię jej autora. NIW-CRSO nie jest odpowiedzialny za sposób wykorzystania zawartych w niej informacji.

W nagłym zagrożeniu dzwoń 112.