



Vademecum Bezpiecznego Seniora

2026-04-28

Materiał edukacyjny - „Vademecum Bezpiecznego Seniora”. został przygotowany przez Fundację Aktywności i Edukacji Społecznej FAES w ramach projektu „(Nie) daj się zaskoczyć! Przygotowanie na kryzys dla Seniorów z Krakowa i powiatu krakowskiego”.

- Publikacja została stworzona ściśle z myślą o osobach starszych,
- Vademecum w prosty i czytelny sposób tłumaczy, jak chronić się przed cyberprzestępczością oraz powszechnymi oszustwami (np. „na wnuczka” czy fałszywe SMS-y),
- Materiał zawiera konkretne, gotowe do zastosowania instrukcje – m.in. jak postępować podczas przerw w dostawie prądu (blackout), pożaru, jak udzielić pierwszej pomocy oraz co spakować do plecaka ewakuacyjnego,
- Publikacja jest wynikiem rzetelnego projektu sfinansowanego przez Fundację ORLEN i Fundację PKO Banku Polskiego za pośrednictwem POP Fund.

[DO POBRANIA](#)