

V rámci pravidelného cyklu článků věnovaných problematice ochrany člověka za běžných rizik a mimořádných událostí přinášíme devátý díl na téma – nebezpečí v zimních měsících II. Věříme, že vyučující informace využijí jako vhodnou doplňkovou pomůcku k plánování a realizaci výuky.

V minulém článku byly zmíněny všeobecně nástrahy zimního počasí, v tomto díle se zaměříme, vzhledem k blížícím se školním lyžařským kurzům, na lyžování a pobyt na horách.



Hlavním garantem bezpečnosti na našich horách je **Horská služba ČR**, která při výkonu své činnosti zejména:

- organizuje a provádí záchranné a pátrací akce v horském terénu,
- poskytuje první pomoc a zajišťuje transport zraněných,
- vytváří podmínky pro bezpečnost návštěvníků hor,
- zajišťuje provoz záchranných a ohlašovacích stanic Horské služby,
- provádí instalaci a údržbu výstražných a informačních zařízení,
- informuje veřejnost o povětrnostních a sněhových podmínkách na horách a opatřeních HS k zajištění bezpečnosti na horách,
- provádí hlídkovou činnost na hřebenech, sjezdových tratích, pohotovostní službu na stanicích a domech HS,
- provádí lavinová pozorování,
- spolupracuje s ostatními záchrannými organizacemi doma i v zahraničí.

1210 je číslo tísňového volání na Horskou službu, zdarma a non-stop. Starší žáky a studenty by mohla zaujmout aplikace pro operační systémy mobilních telefonů iOS (Apple) a Android pro rychlé a snadné přivolání pomoci nejbližší hlídky Horské služby v případě nouze. Tato funkce není závislá na dostupnosti datového signálu, ale pracuje s lokalizací pomocí GPS. Aplikace dokáže rovněž odeslat Horské službě nouzovou SMS zprávu s přesnou polohou uživatele telefonu. Mobilní "Horská služba" pomůže také vyhledat lyžařská střediska, poskytne základní aktuální informace o sněhových podmínkách, lavinovém nebezpečí a počasí na daném místě. Podle aktuální polohy uživatele umí také najít nejbližší stanici Horské služby a zobrazit její telefonní číslo a dobu provozu. Součástí aplikace je také desatero Horské služby, návod, jak poskytnout první pomoc, pravidla jízdy na sjezdovkách a instrukce, jak předcházet nebezpečí v lavinových oblastech.

Jako vhodnou teoretickou přípravou před lyžařským výcvikem je výklad **Deseti pravidel FIS (mezinárodního lyžařského svazu) pro chování na sjezdových tratích** a také **Deseti zlatých pravidel pro pohyb ve volném terénu** (<http://www.horskaslužba.cz>).

Důležité je se také zmínit o nebezpečí pádu laviny, tj. náhlého a prudkého sesuvu velkého množství sněhu po svahu, který s sebou může strhnout i kamení a kmeny stromů. Může nastat na místech s určitým sklonem terénu (cca nad 5°), určitým povrchem, množstvím a typem sněhu. V ČR jsou přesně vymezeny lokality lavinového nebezpečí, které jsou v zimním období označeny, a je zakázáno do nich vstupovat. Riziku zasypání lavinou lze předcházet respektováním nařízení Horské služby o vyhlášených lavinových nebezpečích. Stupňů lavinového nebezpečí je 5, od 1. stupně – nízkého až po 5. stupeň velmi vysoké nebezpečí.

Přesto může nastat situace, kdy budeme lavinou ohroženi. Ve chvíli, kdy se lavina dá do pohybu, je třeba se pokusit ujet (na lyžích, saních či snowboardu) z její dráhy. Pokud nestihneme uniknout, snažíme se pomocí kroumovných pohybů udržet na povrchu a „vyplavat“ do strany mimo hlavní proud. Snažíme si chránit obličej a stočit se do klubíčka. Po zastavení se pokusíme vytvořit si vzduchovou kapsu před ústy a nosem, vyčistit si ústa od sněhu.

Nejsme-li vážně zraněni, pokusíme se sami vyhrabat z laviny, nejprve však zjistíme, kterým směrem je povrch (necháme volně viset hodinky nebo řetízek, případně slinu po tváři a pomocí gravitace určíme správný směr nahoru). Není dobré se vzdávat, prvních 15 minut pod lavinou má člověk 90% šanci na záchranu.

V případě, že budeme svědky zasypaní jiné osoby lavinou, je třeba se uklidnit a sledovat zasaženého v lavině, označit si v duchu místo, kde jsme ho viděli naposledy. Zavolat okamžitě pomoc nebo pro ni někoho vyslat. Při prohledávání prostoru pamatovat především na svoji bezpečnost.



Na tomto odkaze (<http://www.hzscr.cz/clanek/cyklus-videoklipu-bezpecnost-pri-lyzovani-a-snowboardingu.aspx>) je umístěn videoklip s radami a informacemi k záchraně osob z lanovek.

Začlenění této problematiky v RVP ZV bylo uvedeno v předcházejícím článku, proto zde jen stručně uvádíme názvy vzdělávacích oblastí a jejich kapitol: Člověk a jeho svět (Rozmanitost přírody), Člověk a příroda (Přírodopis - Neživá příroda, Zeměpis – Terénní geografická výuka, praxe a aplikace), Člověk a zdraví (Výchova ke zdraví).

Důležité pro 1 stupeň ZŠ:

- Žák zná Horskou službu ČR, její základní činnosti a číslo tísňového volání;
- Žák ví, že na horách se může do terénu vydat jen v doprovodu dospělého a je-li to bezpečné;

Důležité pro 2 stupeň ZŠ:

- Žák chápe problematiku z prvního stupně a rozvíjí své znalosti dál;
- Žák zná Deset pravidel FIS pro chování na sjezdových tratích a Deset zlatých pravidel pro pohyb ve volném terénu;
- Žák zná stupně lavinového nebezpečí, zná doporučený postup při zasažení lavinou a ví, jak je důležité respektovat nařízení Horské služby.

Za Vaši zpětnou vazbu budeme velmi rádi, prosím neváhejte se na nás obrátit, odpovíme na Vaše případné dotazy či připomínky.

Autor:

kpt. Mgr. Martina Talichová

Odbor ochrany obyvatelstva a krizového řízení - oddělení instruktáží a školení
MV-generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR

E-mail: martina.talichova@grh.izscr.cz

www.hzscr.cz