

Jak se zachovat při mimořádné události

Příručka pro slabozraké a nevidomé žáky
základních a středních škol



Jak se zachovat při mimořádné události

Hasičský záchranný sbor Olomouckého kraje

© Hasičský záchranný sbor Olomouckého kraje a Olomoucký kraj

Vydal: Olomoucký kraj, Jeremenkova 40a, 779 11 Olomouc

www.kr-olomoucky.cz

ISBN: 978-80-87982-63-1

Vydání první

Tisk: Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana, ve Smečkách 602/15, 115 17 Praha 1

Rok vydání 2017

ÚVODNÍ SLOVO

Milí žáci a studenti,

do rukou se vám dostává příručka s informacemi, jak se správně zachovat při nečekané situaci nebo mimořádné události. Ta může prakticky kdykoliv zastihnout každého z nás. Co v takové chvíli udělat? Jak si udržet chladnou hlavu? Na koho se obrátit s žádostí o pomoc? Nová příručka vám nabízí odpovědi na tyto otázky i mnohé další.

Přeji vám, abyste se do situace, kdy půjde o zdraví či dokonce o život osob, nikdy nedostali. Pokud vám nebo někomu dalšímu přece jen někdy bude hrozit nebezpečí, můžete být na danou nenadálou situaci připraveni i díky této příručce.

O své poznatky z příručky se můžete podělit se svými rodiči i kamarády. Pomůže vám to lépe si osvojit získané informace.

Ladislav Okleštěk,

hejtman Olomouckého kraje

*Milí mladí přátelé,
v životě platí „Kdo je připraven, není překvapen“. Po-
kud si zapamatujete rady a pravidla, jak se zachovat
v různých nebezpečných situacích, jak přivolat a po-
skytnout pomoc, žádná mimořádná událost vás ne-
překvapí.*

*plk. Ing. Karel Kolařík,
ředitel Hasičského záchranného sboru
Olomouckého kraje*



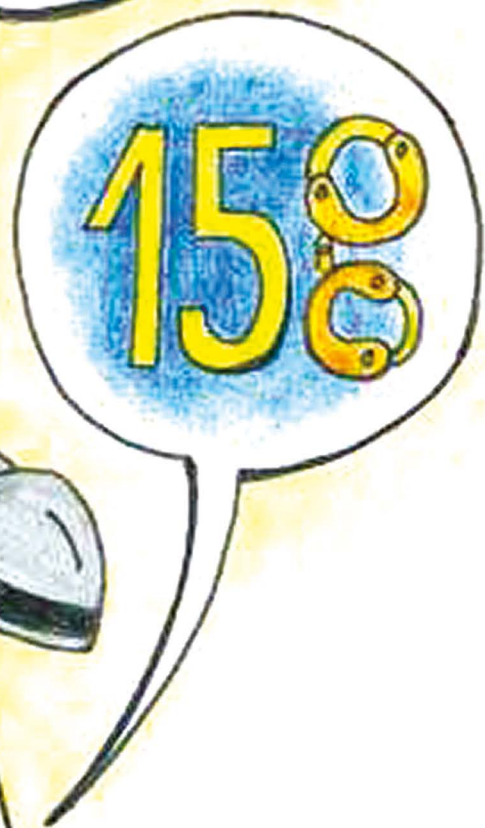
CO JE TO MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST

Mimořádnou událostí se rozumí škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činnostmi člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.



LINKY TÍSŇOVÉHO VOLÁNÍ

Kdykoliv se můžete ocitnout v situaci, která nebude běžná. Jsou to například náhlé zdravotní problémy vaše nebo blízké osoby, situace kdy dojde k ohrožení života při požáru v bytě, dopravní nehodě a nebo při pobytu v přírodě. To vše můžeme nazvat mimořádnou událostí, na kterou byste měli být připraveni, vědět jak se zachovat a co udělat.



V případě, že sami nejste schopni tuto událost řešit, řekněte o ní někomu dospělému, například paní učitelce, vychovatelce, rodičům. Když není nikdo na blízku, zavolejte na linku tísňového volání.

Tísňovým voláním se rozumí bezplatná volba telefonních čísel, která slouží pro záchranu lidských životů, zdraví nebo majetku.

TÍSŇOVÉ LINKY

112 - Jednotné evropské číslo tísňového volání

150 - Hasičský záchranný sbor

155 - Zdravotnická záchranná služba

158 - Policie České republiky

156 - Městská policie

Doporučujeme, aby vám rodiče pořídili mobilní telefon vybavený tlačítkem SOS, které po stisku vytáčí automaticky přednastavená čísla a zasílá na ně SOS SMSky.



KDY VOLAT A CO ŘÍCI DO TELEFONU

Při vzniku události můžete volat konkrétní číslo tísňového volání, ale pokud si nevíte rady a nebo si nevezpomenete na určité číslo, tak si pamatujte číslo 112. Nebojte se vytočit číslo tísňového volání, pokud je to opravdu nutné.

Krajské operační a informační středisko hasičského záchranného sboru přijímá všechny zprávy o událostech a při ohlášení musí od volajícího zjistit maximum informací, a to zejména:



- a) Co se stalo – například požár, dopravní nehoda nebo jiná mimořádná událost, počet zraněných osob,
- b) Kde se to stalo – popsat, kde se daná událost stala,
- c) Kdo volá – jméno osoby podávající zprávu o události, její telefonní číslo a adresu (místo) odkud je voláno.

Nikdy nezavěšujte jako první, vyčkejte, zda nebudete dotázáni na doplňující informace. V případě pochybností podané informace o události provede obsluha tísňové linky zpětný dotaz na osobu podávající tuto zprávu. **Po nahlášení události na tísňovou linku volejte své rodiče nebo pečující osobu a informujte ji stručně o nastalé situaci.**

* * *

JSEM V OHROŽENÍ, CO MÁM UDĚLAT?

Pokud jste na ulici a jste v ohrožení (strach z pádu do výkopu, velký hluk, výbuch, nařízené vystoupení z dopravního prostředku v neznámém prostředí a dalších situacích, které vyhodnotíte jako nebezpečné = nevím, co se děje, nevím si rady a nejsem schopen si pomoci sám), volejte „*Prosím pomoc!*“ případně telefonicky na tísňovou linku 112. Zdůrazněte, že jste nevidomí nebo velmi špatně vidíte, řekněte pomáhající osobě nebo operátorovi telefonní linky, jak vám má pomoci.

Nevidomému se může stát, že se dostane do situace, kdy není schopen se v prostředí sám zorientovat z nejrůznějších důvodů – čerstvá sněhová vrstva, náledí, silný vítr, ztráta orientace v cizím prostředí (v lese, parku, ve velkém městě).

CO V TOMTO PŘÍPADĚ DĚLAT?

Zůstaňte stát na místě a nepokračujte v chůzi, pokuste se oslovit někoho v okolí, popř. volejte nahlas „*Prosím pomoc!*“, pokud se nikdo neozve a delší dobu nikdo neprojde kolem, volejte tísňovou linku 112 a informujte operátora na druhém konci linky o tom, co se stalo, odkud jste vyšli a o posledním bodu, který jste dobře identifikovali, např. stanice tramvaje, autobusu, obchod, nádraží atd., uveďte, že jste nevidomý(á), vyčkejte na pokyny od operátorů z tísňové linky, kteří vám zajistí pomoc, na cestu si vždy berte mobilní telefon.

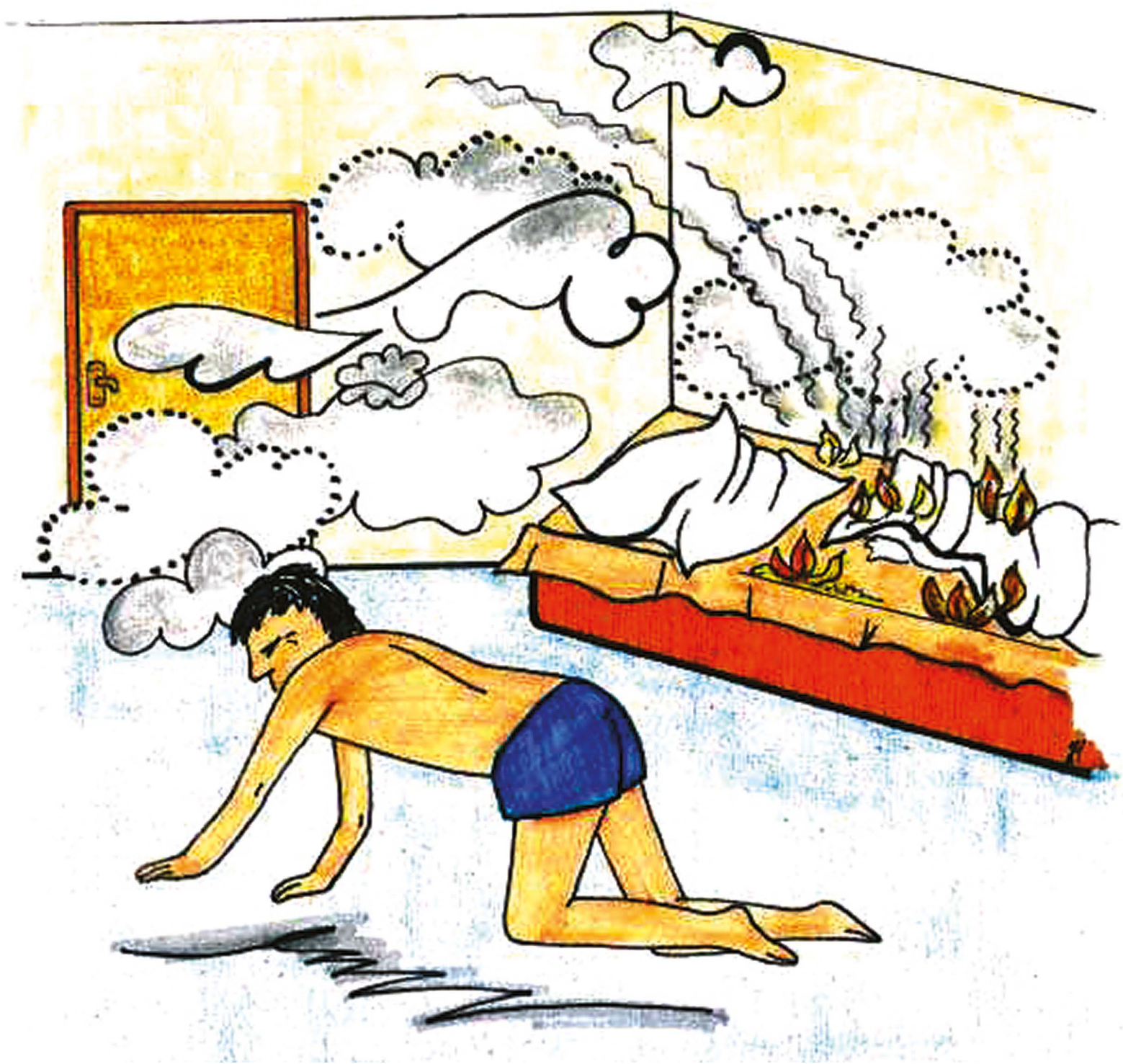
POŽÁR V BYTĚ

Oheň je dobrý pomocník při opékání špekáčků, ale nebezpečný živel, pokud se vymkne kontrole. Mezi časté požáry v bytech patří, například požár ze zapálené svíčky na adventním věnci.

Požár je velmi nebezpečná událost, a to zejména pro osoby se zrakovým postižením. Domácí prostředí skýtá řadu rizik vzniku požáru: elektrické spotřebiče (rychlovarná konvice, topné spirály, elektrický vařič atp.), plynové spotřebiče (karma, plynový sporák, plynová trouba atp.), otevřený oheň (kamna, krb, svíčka).

V PŘÍPADĚ VZNIKU POŽÁRU V DOMÁCNOSTI:

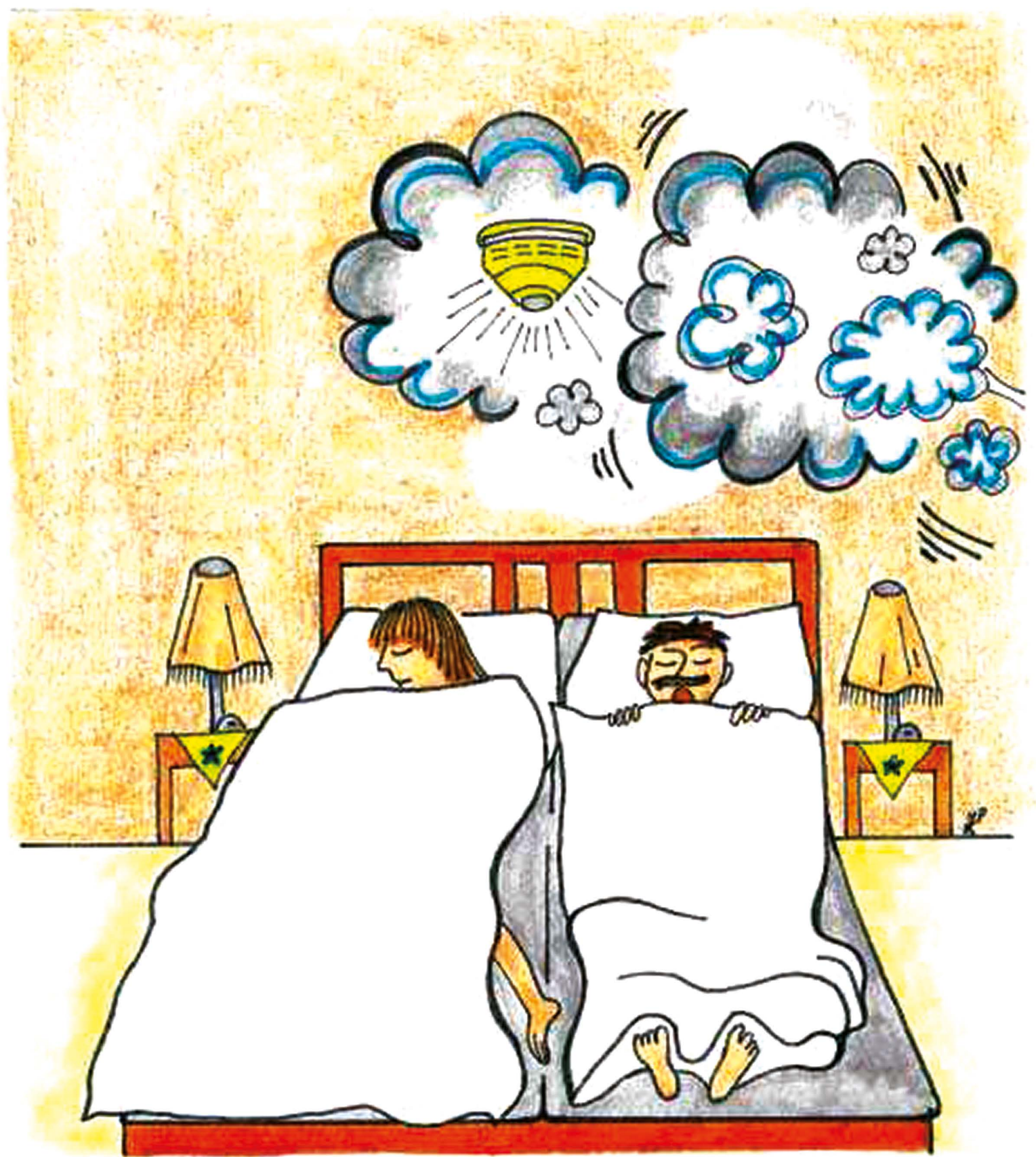
- jde-li o začínající požár, například svíčky na stole, snažte se jej uhasit – použijte hasicí přístroj nebo hasicí sprej, pokud jej máte doma, k uhašení lze použít i mokrý hadr, deku apod.
- požár oznamte na tísňovou linku 150 nebo 112 a upozorněte ostatní osoby v domácnosti,
- při požáru vašeho bytu opusťte okamžitě byt směrem na chodbu a zavřete za sebou dveře,
- před kouřem si chraňte dýchací cesty (ústa i nos) kapesníkem, ručníkem, šátkem, a pohybujte se při zemi,
- pokud nemůžete opustit byt (jsou silně zakouřené chodby, horké dveře a klika), snažte se utěsnit dveře do místnosti proti průniku kouře (dekou, peřinou apod.) a z okna nebo balkonu hlasitě volejte o pomoc, upozorněte na sebe vyvěšením např. bílého prostěradla nebo ručníku z okna, můžete také tlouct do topení.



HASICÍ PŘÍSTROJE

Hasicí přístroj slouží k uhašení malého požáru. Pokud máte hasicí přístroj ve své domácnosti, seznámete se s jeho obsluhou před skutečným použitím při požáru. Pro domácnost, kde je široká škála hořlavých materiálů je nejvhodnější použít **práškový hasicí přístroj**. Je určen pro hašení pevných látek, hořlavých kapalin a elektrických zařízení.

**NEJLEPŠÍ PREVENČÍ PŘED ROZŠÍŘENÍM POŽÁRU
JSOU AUTONOMNÍ HLÁSIČE POŽÁRU!**



HLÁSIČ POŽÁRU

Hlásič požáru je jednoduché zařízení, které obsahuje v jedné krabičce vše potřebné pro spolehlivé odhalení začínajícího požáru a vyvolání poplachu hlasitým pískáním.

JE LEPŠÍ, KDYŽ VÁS VZBUDÍ HLÁSIČ, NEŽ-LI HASIČ!

ÚKOL:

Pokuste se zjistit, zda máte doma hasicí přístroj a hlásič požáru a kouře.

HOŘÍCÍ ODĚV

Při záchraně vlastního života může dojít nešťastnou náhodou k zapálení oděvu na vás nebo na někom blízkém. V takovém případě jednejte s rozvahou a zachovejte klid. Dodržujte základní pravidlo **zastav se, lehni si, kutálej se**. Zásadou je zamezit přístupu vzduchu, a proto neběhejte, lehněte si, chraňte si obličej dlaněmi a převalujte se po hořící straně. Tím zamezíte přístupu vzduchu. Kamarádovi můžete pomoci tak, že ho překryjete dekou a požár uhasíte.

ÚKOL:

Vyzkoušejte si pravidlo zastav se, lehni si a kutálej se ze strany na stranu pro sebeuhašení hořícího oděvu. Kamarád tě pak překryje dekou nebo bundou.



VAROVÁNÍ OBYVATELSTVA

VŠEOBECNÁ VÝSTRAHA

V případě hrozby nebo vzniku mimořádné události jste na tuto skutečnost upozorněni prostřednictvím varovného signálu „*VŠEOBECNÁ VÝSTRAHA*“.

Tento signál je vyhlašován kolísavým tónem sirény po dobu 140 vteřin a může zaznít třikrát po sobě v tříminutových intervalech. Po zaznění je doplněn mluveným slovem pomocí elektronických sirén nebo rozhlasem v obci. Dále můžete slyšet pokyny z vozidel složek integrovaného záchranného systému (hasičů a policie).

PRAVIDLA CHOVÁNÍ:

- pokud uslyšíte signál „*Všeobecná výstraha*“, vyhledejte ihned úkryt v nejbližší budově,
- v budově zavřete dveře, okna a vypněte klimati-

zaci (varovný signál může s velkou pravděpodobností signalizovat únik nebezpečných / toxických látek),

- snažte se jednat v klidu, s rozvahou a bez paniky,
- zapněte televizi nebo poslouchejte rádio, ze kterých se dozvíte informace o tom, co se stalo, proč byla spuštěna siréna a varováno obyvatelstvo, a také, co máte dělat,
- zachovejte klid a zbytečně netelefonujte, dodržujte pokyny zasahujících složek.

Úkryt opusťte, až pominou důvody k ukryvání. O tom se dozvíte opět z rádia, televize nebo rozhlasu.

Budete-li potřebovat z jakýchkoliv důvodů pomoc, upozorněte na sebe tím, že do okna pověsíte bílý ručník nebo prostěradlo jako znamení pro záchranné složky. Tyto prostředky si můžete připravit předem na určité místo.

POŽÁRNÍ POPLACH

Kromě varovného signálu „*Všeobecná výstraha*“ se v České republice používá signál „*Požární poplach*“. Tento signál je vyhlašován přerušovaným tónem sirény po dobu 1 minuty. U elektronických sirén a rozhlasů je doplněný hlasovou zprávou: „*Požární poplach, požární poplach, požární poplach. Svolání hasičů, svolání hasičů. Byl vyhlášen požární poplach, požární poplach*“. Vyhlašuje se za účelem svolání jednotek sboru dobrovolných hasičů obcí.



ZKOUŠKA SIRÉN

Technické ověřování provozuschopnosti systému varování a vyrozumění se provádí v Olomouckém kraji zpravidla každou první středu v měsíci ve 12:10 hodin zkušebním tónem (nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin).



VAROVÁNÍ

17

EVAKUACE

Evakuace je nařízené opatření pro rychlé, bezpečné a účinné přemístění osob, zvířat a majetku z objektu nebo oblasti ohrožené mimořádnou událostí (např. blížící se povodní, rozsáhlým požárem) do bezpečí. V případě dlouhodobější evakuace jde o přemístění osob do míst nouzového ubytování, která jsou předem vytipována. Zde je pro evakuované zajištěno nouzové ubytování a stravování. Evakuace může být vyhlášena obecním rozhlasem nebo jiným způsobem (sirény, příslušníci policie apod.). Evakuace se vztahuje na všechny osoby v místech ohrožených mimořádnou událostí s výjimkou osob, které se budou podílet na záchranných pracích, na řízení evakuace nebo budou vykonávat jinou neodkladnou činnost.

PŘED EVAKUACÍ JE NUTNÉ:

- věnovat pozornost vysílání rozhlasu a televize, kde budou upřesněny pokyny,
- zabezpečit obydlí a připravit evakuační zavazadlo,
- zabezpečit domácí a hospodářská zvířata (nachystat krmivo, přemístit do místa pro evakuaci zvířat),
- vypnout přívod elektrického proudu, uzavřít hlavní uzávěr plynu a vody, uhasit otevřené ohniště, odpojit přijímače od antén,
- zlikvidovat potraviny podléhající zkáze,
- zkontrolovat uzavření oken a dveří,
- uvědomit sousedy,
- uposlechnout výzev orgánů zajišťujících evakuaci.

CO SI PŘIPRAVIT PRO PŘÍPAD POTŘEBY OPUŠTĚNÍ BYTU PŘI VYHLÁŠENÍ EVAKUACE?

Písemný popis specifických potřeb (např. vidím jen obrysy, vidím jen světlo a stín, nevidím vůbec, mám další zdravotní problémy, špatně slyším, pohybuji se pouze na vozíku). Nezapomeňte doplnit krátký návod, co dělat při náhlém zhoršení stavu.

Evakuačního zavazadla pro případ mimořádné události (batoh, krosna, kufr, cestovní taška označená visačkou se jménem a adresou):

- doklady, peníze, cennosti, cenné papíry, pojistné smlouvy,
- osobní léky podle individuální potřeby (injekce, dávkovače, inzulín) a další zdravotnický materiál (např. tlakový obvaz, léky tišící bolest nebo snižující horečku, desinfekční a antiseptické prostředky),
- nezbytné kompenzační pomůcky (brýle, zvětšo-



vací lupa, bílá hůl, francouzské hole, sluchadlo s náhradními bateriemi),

- balená voda pro osobní potřebu,
- náhradní prádlo, oblečení a obuv,
- spací pytel nebo deku, toaletní a hygienické potřeby,
- mobil a nabíječku baterií,
- kontakty na své nejbližší (rodina, příbuzní, přátelé),
- děti by měly mít lístek se svým jménem, adresou a telefonním číslem na rodiče,
- knížka a další prostředky pro zkrácení dlouhé chvíle (pro děti hračka).

V případě, že máte vodícího psa, nezapomeňte mu vzít misku na krmivo a vodu nebo je připravit pro osobu, která se o něho bude starat.

ÚKOL:

Zjistěte, kde je vyvěšený plán evakuace vaší školy nebo internetu.

PŘÍPRAVA NA DALŠÍ MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI

Následující doporučená opatření jsou především preventivního charakteru a měla by vám pomoci lépe a účinněji zvládat případné mimořádné události a nedopustit se možných chybných rozhodnutí:

- zjistěte si možná nebezpečí v místě svého bydliště (možnost požáru, povodně, chemické havárie v blízkém podniku apod.) a zkuste si v rodině pohovořit, co byste dělali v případě nebezpečí,
- pro případ mimořádné události si připravte telefonní čísla a stanovte místa setkání pro případy nutného rozchodu rodiny,
- naučte se, jak přivolat pomoc v případě potřeby, znát své příjmení, adresu bydliště a číslo telefonu (malé děti by měly mít u sebe kartičku s těmito údaji, případně dalšími důležitými informacemi o zdravotním stavu),

- nacvičte si rychlé opuštění bytu a domu (i když nejde elektrický proud),
- naučte se dávat srozumitelné pokyny cizím osobám, aby s vámi dokázali správně manipulovat a brali ohled na rizika plynoucí z vašeho individuálního zdravotního stavu (epilepsie, diabetes, srdeční onemocnění, psychické obtíže, fobie, alergie, bolavá místa na těle apod.),
- naučte se, kde je hlavní vypínač elektřiny, uzávěr plynu a vody a seznámte s tím i pečující osoby.

ROZSÁHLÉ POVODNĚ

Rozsáhlé povodně většinou přicházejí pozvolna a to v důsledku dlouhotrvajících silných dešťů. Jen výjimečně mohou nastat v důsledku přívalových dešťů. Informujte se u obecního úřadu, jaké typy povodní hrozí ve vašem okolí a jaké vodní zdroje jsou

z hlediska povodní ohrožující. Je vhodné také vědět, jak a kam můžete být evakuováni v případě povodní.

Nastanou-li povodně nenadále a nemáme čas se na ně připravit, je nutné zanechat veškeré činnosti a co nejrychleji se odebrat na bezpečné místo (kopec, vyšší svah, místo mimo dosah povodní). Při dostatku času je nutné se připravit na evakuaci.

CHEMICKÁ HAVÁRIE

Chemické havárie s únikem nebezpečné chemické látky hrozí zejména z výrobních chemických provozů, skladů mrazíren potravin a zimních stadionů, objektů úpraven pitné vody a bazénů pro veřejnost a skladů hořlavých plynů a kapalin. Informujte se na obecním úřadu, jaká rizika chemické havárie jsou ve vašem okolí.

PŘI VZNIKU ČI VYHLÁŠENÍ CHEMICKÉ HAVÁRIE DOPORUČUJEME:

- urychleně opusťte ohrožené místo a vyhledejte úkryt v budově v prostorách ve vyšších patrech (většina škodlivin je těžší než vzduch) a na odvrácené straně od místa havárie,
- uzavřete a utěsněte okna, dveře a další otvory,
- vypněte ventilaci, vzduchotechniku, klimatizaci,
- sledujte zprávy v hromadných sdělovacích prostředcích,
- připravte si prostředky improvizované ochrany osob,
- budovu opusťte jen na pokyn zasahujících složek.

OCHRANNÉ PROSTŘEDKY

PROSTŘEDKY IMPROVIZOVANÉ OCHRANY

Prostředky improvizované ochrany osob jsou ochranné prostředky chránící dýchací cesty a povrch těla před toxickými látkami a jsou zhotovitelné z běžně dostupných předmětů:

- dýchací cesty chráníme navlhčenou rouškou (kapesník, ručník, utěrka) přiložením na nos a ústa a upevníme ji v zátylku šálou či šátkem,
- hlavu chráníme čepicí, kloboukem, šálou či kuklou tak, aby vlasy, čelo, krk a uši byly úplně zakryty,
- oči chráníme lyžařskými, plaveckými či motoristickými brýlemi, ale větrací průduchy přelepíme lepicí páskou. Místo brýlí lze použít igelitový sáček přes hlavu stažený tkanicí či gumou v úrovni lícních kostí,
- povrch těla chráníme kombinézou, kalhotami,

pláštěnkou, šustákovou soupravou, oděvy je nutné dostatečně utěsnit u krku, rukávů a nohavic,

- nohy chráníme vysokými botami nebo holínkami, ruce ochráníme gumovými nebo koženými rukavicemi či igelitovými sáčky,

- při návratu ze zamořeného prostředí odložíme veškerý svrchní oděv do igelitového pytle a zavážeme jej. Pečlivě se osprchujeme, otřeme se do sucha a oblečeme se do čistého oděvu.

NEJROZŠÍŘENĚJŠÍ ŠKODLIVINY

Za nejrozšířenější škodliviny na území Olomouckého kraje lze označit toxické plyny amoniak NH_3 a chlor Cl_2 , a hořlavé plyny propan butan C_3H_8 a C_4H_{10} a zemní plyn (metan) CH_4 .

Amoniak vysoce toxický, žíravý a málo hořlavý bezbarvý plyn, nepříjemný silně štiplavý zápach, je

těžší než vzduch, silně dráždí a leptá dýchací cesty, pokožku a oči.

Chlor vysoce toxický, žíravý a nehořlavý žlutozelený plyn, typicky pronikavý zápach plynu kyselé povahy, je těžší než vzduch, silně dráždí a leptá dýchací cesty, pokožku a oči.

Zemní plyn (metan) bezbarvý, hořlavý plyn, lehčí než vzduch, se vzduchem vytváří výbušné směsi, má narkotizační účinky, plyn bez zápachu, pro identifikaci je přidáno stopové množství sloučenin typu merkaptanů - zápach podobný sirovodíku (zkažená vejce).

Propan butan bezbarvý, hořlavý plyn, těžší než vzduch, se vzduchem vytváří výbušné směsi, zápach je stejný jako u zemního plynu.

PRVNÍ POMOC PŘI ZASAŽENÍ NEBEZPEČNOU LÁTKOU

Zasažené oči vyplachujeme čistou vodou 10–15 min. Zasažený oděv opatrně svlékneme a pokožku důkladně opláchneme vodou. Při zasažení dýchacích cest vyvedeme postiženého na čerstvý vzduch a neprovádíme umělé dýchání z úst do úst, ale pouze pomocí dýchacího přístroje.

ZÁKLADNÍ INFORMACE INTEGROVANÉHO ZÁCHRANNÉHO SYSTÉMU

HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR KRAJE

je nejlépe technicky vybavená záchranařská složka určená k odstraňování následků mimořádných událostí, krajské operační a informační středisko hasičského záchranného sboru je zároveň operačním a informačním střediskem integrovaného záchranného systému Olomouckého kraje, zabezpečuje pomoc postiženému obyvatelstvu, může využít prostředky dohodnuté s právníckými nebo fyzickými osobami.

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY

zabezpečuje pořádkovou činnost v místě mimořádné události, je schopna informovat obyvatelstvo svými služebními vozy s ampliony.



ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA

jejím základním úkolem je poskytnutí přednemocniční neodkladné péče osobám se závažným postižením zdraví nebo v přímém ohrožení života.



Vytiskla: Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana
v Praze roku 2017

Na zpracování příručky se podíleli zástupci Hasičského záchranného sboru Olomouckého kraje a konzultace poskytl pedagogický sbor Střední školy, Základní školy a Mateřské školy prof. V. Vejdovského, Olomouc-Hejčín.

Příručka vznikla za podpory Krajského úřadu Olomouckého kraje.

HZS Olomouckého kraje

Schweitzerova 91

779 00 Olomouc



**HASIČSKÝ
ZÁCHRANNÝ SBOR
OLOMOUCKÉHO
KRAJE**

Olomoucký kraj

Jeremenkova 40a

779 11 Olomouc



Olomoucký kraj