

























# ZÁVOD POŽÁRNICKÉ VŠESTRANNOSTI A BRANNOSTI - STUDIJNÍ MATERIÁL

## K2 – Orientace v přírodě

1 	2 	3 	10 	11 	12 
4 	5 	6 	13 	14 	15 
7 	8 	9 	16 	17 	18 
19 	20 	21 			
22 	23 	24 			

1 Ježek

2 Pes

3 Zajíc

4 Lípa

5 Smrk

6 Bříza

7 Kopřiva

8 Sněženka

9 Pampeliška

10 Jelen

11 Veverka

12 Divoké prase

13 Borůvka

14 Rulík

15 Vraní oko

16 Jedle

17 Dub

18 Borovice

19 Buk

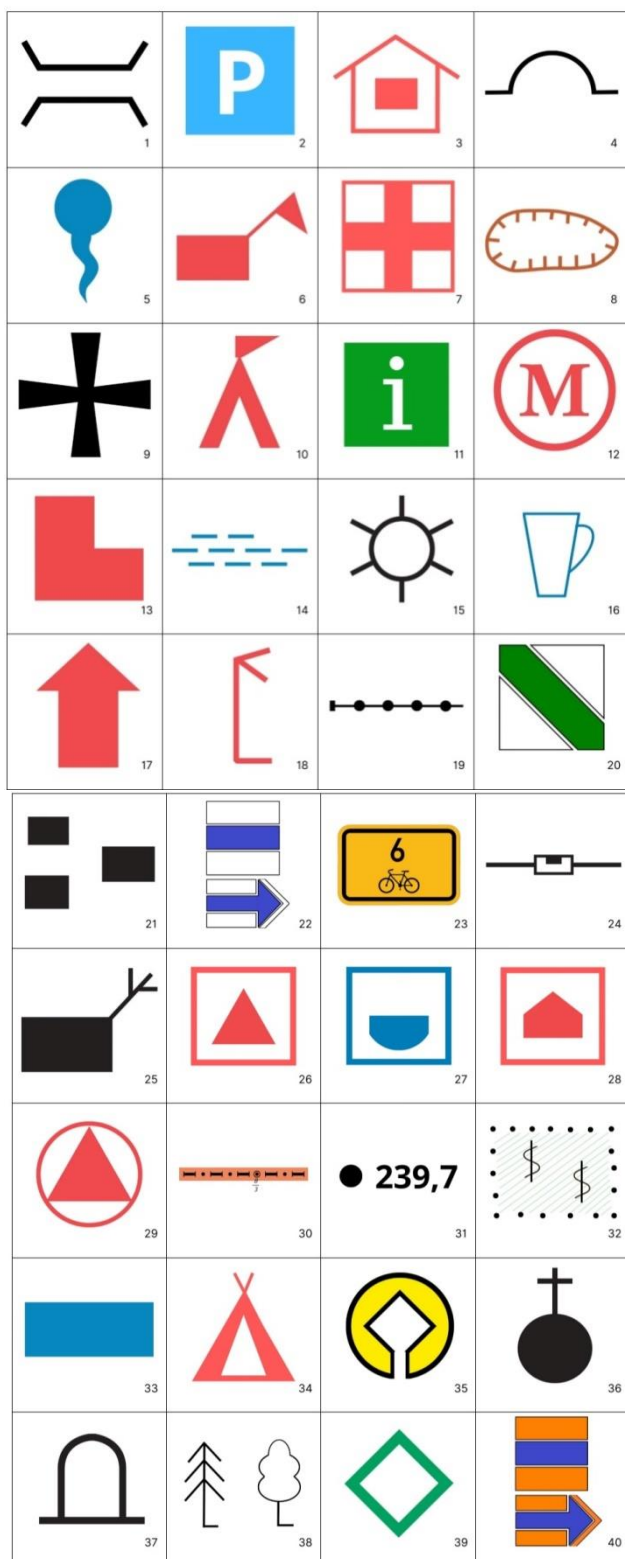
20 Modřín

21 Javor

22 Mateřídouška

23 Jitrocel

24 Heřmánek



- 1 Most
- 2 Parkoviště
- 3 Hotel
- 4 Jeskyně
- 5 Pramen
- 6 Restaurace
- 7 Nemocnice
- 8 Propast
- 9 Kostel
- 10 Veřejné tábořiště



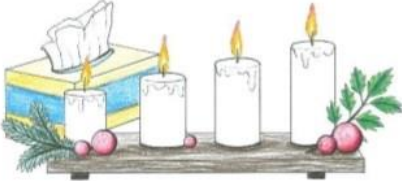


- 11 Turistické informace
- 12 Muzeum, galerie
- 13 Zřícenina
- 14 Močál, bažina
- 15 Vodní mlýn

- 16 Minerální pramen
- 17 Hrad, zámek, tvrz
- 18 Turistický rozcestník
- 19 Lyžařský vlek
- 20 Naučná stezka
- 21 Samostatné budovy
- 22 Turistická stezka
- 23 Cyklostezka
- 24 Železniční stanice
- 25 Hájovna, myslivna




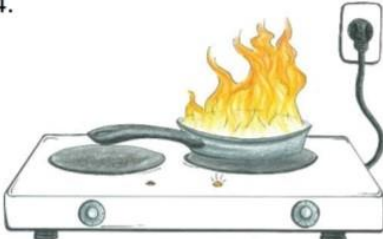

- 26 Odbočka k vrcholu nebo vyhlídce
- 27 Odbočka ke studánce nebo pramenu
- 28 Odbočka k chatě nebo přístřešku
- 29 Hraniční přechod
- 30 Státní hranice
- 31 Výškový bod
- 32 Vinice
- 33 Veřejné koupaliště
- 34 Autocamping
- 35 Památka UNESCO
- 36 Kaple
- 37 Pomník
- 38 Orientačně důležitý strom
- 39 Přírodní zajímavost
- 40 Stezka pro běžkaře

## K5 – Požární ochrana





















Obr. 6 Požární ochrana – Rizika v domácnosti – kategorie přípravka, mladší hlídky MH a ZŠ1

Obrázek	Co představuje riziko
1. 	„Kanystr s hořlavinou u ohně.“ (kromě hořlaviny se připouští též všechny druhy hořlavin, tj. benzín, nafta, oleje atp.)
2. 	„Horký čaj na stole.“
3. 	„Kapesníčky u hořících svíček.“
4. 	„Rozbitý kabel v zásuvce.“
5. 	„Přetékající vana.“

Obr. 7 Požární ochrana – Chování při MU – kategorie starší hlídky MH, dorost, ZŠ2 a SŠ

Popis mimořádná situace	Obrázek	Správná reakce závodníka
Vidím venku požár, který nedokážu sám uhasit	1. 	1. „Nepřibližuji se“ 2. „Volám hasiče (připouštím se též volám 150)“ 3. „Varuji lidi v okolí“
V místnosti, kde jsem hoří a dokážu ji sám bezpečně opustit	2. 	1. „Držím se u země“ 2. „Chráním si nos a pusu“ 3. „Opustím prostor“ 4. „Volám hasiče“ (připouštím se též volám 150)“
Jsem v místnosti, ve které zatím nehoří, ale nemůžu z ní vyjít, protože bych musel kolem požáru nebo přes silně zakouřený prostor	3. 	1. „Neotvírám dveře“ 2. „Utěsním dveře“ 3. „Volám hasiče“ (připouštím se též volám 150)“ 4. „Upozorním na sebe“
Na sporáku hoří olej v pánvičce	4. 	1. „Nehasím vodou“ 2. „Přiklopím pokličkou nebo mokrou utěrkou“ 3. Vypnu sporák/plotýnku
Doma hoří televizor	5. 	1. „Nehasím vodou“ 2. „Hasím práškovým hasicím přístrojem“ (připouštím se též hasicím sprejem) 3. „Volám hasiče“ (připouštím se též volám 150)“

Obr. 9 Požární ochrana – Grafické značky technických prostředků PO

1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	











- 1 plnoproudá proudnice C
- 2 hadice v kotouči
- 3 rozdělovač
- 4 ruční stříkačka (džberová stříkačka)
- 5 sací koš
- 6 požární automobil např. CAS 25
- 7 savice
- 8 sběrač
- 9 přetlakový ventil
- 10 přenosný agregát např. požární stříkačka

- 11 hydrantový nástavec
- 12 hydrantový klíč
- 13 nastavovací žebřík
- 14 záchranné lano
- 15 hadicový můstek (přejezdový)
- 16 plovoucí motorová stříkačka
- 17 přenosný hasicí přístroj
- 18 přiměšovač
- 19 motorová řetězová pila
- 20 nádoba (kanystr) na pěnidlo








## K6 – Základy první pomoci




Obr. 10 Základy první pomoci – Situace pro kategorie přípravka, mladší hlídky MH a ZŠ1



Situace	Obrázek	První pomoc
Řezná rána – mírné krvácení		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opláchnout tekoucí vodou</li> <li>2. Můžeme dezinfikovat okolí rány</li> <li>3. Přečrýt sterilním krytím (náplast, obvaz)</li> </ol> 
Odřenina		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opláchnout tekoucí vodou</li> <li>2. Můžeme dezinfikovat okolí rány</li> <li>3. Přečrýt sterilním krytím (náplast, obvaz)</li> </ol> 
Krvácení z nosu		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posadit a předklonit hlavu</li> <li>2. Stisknout kořen nosu</li> <li>3. Studený obklad na zátylek (za krk)</li> </ol> 
Uštknutí hadem		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uklidňovat pacienta, omezit celkový pohyb</li> <li>2. Možno chladit studeným obkladem</li> <li>3. Volat Zdravotnickou záchrannou službu (155)</li> </ol> 
Pokousání		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opláchnout tekoucí vodou</li> <li>2. Můžeme dezinfikovat okolí rány</li> <li>3. Přečrýt sterilním krytím (náplast, obvaz)</li> <li>4. Vyhledat lékaře – nebezpečí vztekliny</li> </ol> 

Obr. 11 Základy první pomoci – Situace pro kategorie starší hlídky MH a ZŠ2

Situace	Obrázek	První pomoc
Úžeh		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Přesunout do stínu</li> <li>2. Ochladit (ventilátor, průvan, sprcha, obklady)</li> <li>3. Podat tekutiny</li> </ol>
Bodnutí hmyzem		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Odstranit žihadlo</li> <li>2. Zjistit, jestli je dotyčný alergický, pokud ano: dle stavu volat Zdravotnickou záchrannou službu (155) nebo podat lék</li> <li>3. Pokud ne: chladit</li> </ol>
Popáleniny		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sundat spálený oděv a šperky, je-li to možné (nestrhávat, nervat, ...)</li> <li>2. Chladit studenou vodou</li> <li>3. Navštívit lékaře nebo volat Zdravotnickou záchrannou službu (155) – podle rozsahu</li> </ol>
Omrzliny		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Přesunout do tepla</li> <li>2. Zahřát omrzliny ve vlažné vodě</li> <li>3. Netřít a nesusit třením</li> <li>4. Překrýt sterilním krytím nebo obvazem</li> <li>5. Navštívit lékaře</li> </ol>
Zlomenina končetiny		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nezatěžovat poraněnou končetinu</li> <li>2. Postižený zaujme polohu, která mu nejvíce vyhovuje (úlevová poloha), s končetinou nehýbat.</li> <li>3. Chladit</li> <li>4. Uklidňovat</li> <li>5. Podle závažnosti volat Zdravotnickou záchrannou službu (155)</li> </ol>

Obr. 12 Základy první pomoci – Situace pro kategorie dorost, SŠ

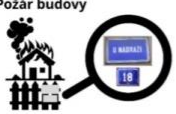







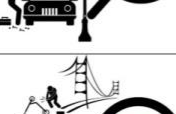

Situace	Obrázek	Příznaky	První pomoc
Cévní mozková příhoda – mrtvice		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pokles koutku.</li> <li>2. Ochrnutí končetin.</li> <li>3. Porucha řeči.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Volat Zdravotnickou záchrannou službu (155).</li> <li>2. Kontrolovat vědomí a dýchání.</li> <li>3. V případě bezvědomí uložit postiženého na záda a provést záklon hlavy, zkontrolovat dech.</li> <li>4. Pokud postižený nedýchá – resuscitace.</li> <li>5. Pokud je v bezvědomí a dýchá – zotavovací poloha a kontrolovat dýchání.</li> </ol>
Infarkt		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Silná, tlaková nebo pálivá bolest na prsou, trvá několik minut, pocit špatného dechu.</li> <li>2. Bolest někdy také na zádech či krku.</li> <li>3. Bolest vystřeluje do jedné (zpravidla levé) či do obou horních končetin, pod levou lopatku nebo do dolní čelisti.</li> <li>4. Rychlé, krátké dýchání, pocení, nevolnost.</li> <li>5. Šednutí, modráni kůže.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Volat Zdravotnickou záchrannou službu (155).</li> <li>2. Polosed.</li> <li>3. Uvolnit oděv kolem krku a pasu.</li> <li>4. Zabránit v pohybu.</li> <li>5. Pokud má pacient léky na první pomoc, podat mu je.</li> </ol>
Otřes mozku		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Úder do hlavy.</li> <li>2. Zmatenost.</li> <li>3. Ztráta paměti na okolnosti úrazu.</li> <li>4. Nevolnost.</li> <li>5. Spavost.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mluvit na pacienta.</li> <li>2. Polosed.</li> <li>3. Nepodávat žádné jídlo ani pití.</li> <li>4. Zabránit vdechnutí zvratků.</li> <li>5. Volat Zdravotnickou záchrannou službu (155).</li> </ol>

Epilepsie		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Křeče.</li> <li>2. Krátkodobá ztráta vědomí.</li> <li>3. „Pěna u úst“.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Odstranit předměty, o které by se mohl postižený poranit.</li> <li>2. Během křečového záchvatu nebránit v pohybu.</li> <li>3. Nerozevírat ústa, nevkládat nic do úst.</li> <li>4. Změřit čas záchvatu.</li> <li>5. Po záchvatu zjistit stav vědomí, popř. otočit na záda, provést záklon hlavy a kontrolovat dýchání.</li> <li>6. Pokud jde o epileptika se známou diagnózou, postižený se po záchvatu probral, je neporaněný a komunikuje, není třeba volat Zdravotnickou záchrannou službu ani vyhledávat pomoc lékaře.</li> </ol>
Bezvědomí		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Postižený nereaguje na oslovení ani zatřesení.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Otočit na záda, kontrola průchodnosti dýchacích cest, záklon hlavy.</li> <li>2. Kontrola dechu.</li> <li>3. Volat Zdravotnickou záchrannou službu (155).</li> <li>4. Pokud postižený nedýchá – resuscitace.</li> <li>5. Pokud dýchá – zotavovací poloha (pokud nezvrací, lze nechat na zádech a držet záklon hlavy = pokud předcházel úraz, je žádoucí omezit nadbytečnou manipulaci). Stálá kontrola dýchání.</li> </ol>



# K7 – Ochrana obyvatelstva

Udr. 1> Uchrana obyvatelstva – Obrázky situací a vzory správných odpovědí

Situace	PŘÍPRAVKA, MLADŠÍ MH, ZŠ1 (nejvhodnější telefonní čísla)	STARŠÍ MH, ZŠ2, DOROST A ŠŠ Vzor správné odpovědi (slova, která MUSÍ zaznít v odpovědi jsou podtržena)
 <b>Požár budovy</b>	<b>150</b> <b>HASIČI</b> 	„Volám <u>150</u> . Do telefonu řeknu: <u>Imenuji se</u> ..., že <u>hoří dům</u> a na jaké <u>adrese.</u> “
 <b>Hromadná nehoda</b>	<b>112</b> <b>Evropská TÍŠŇOVÁ LINKA</b> 	„Volám <u>112</u> . Do telefonu řeknu: <u>Imenuji se</u> ..., že se stala <u>hromadná</u> <u>nehoda</u> a na jakém <u>kilometru</u> <u>dálnice.</u> “
 <b>Zranění v horách</b>	<b>1210</b> <b>HORSKÁ SLUŽBA</b> 	„Volám <u>1210</u> . Do telefonu řeknu: <u>Imenuji se</u> ..., že jsem se <u>zranil v horách</u> a <u>číslo bodu záchrany.</u> “
 <b>Loupež</b>	<b>158</b> <b>POLICIE</b> 	„Volám <u>158</u> . Do telefonu řeknu: <u>Imenuji se</u> ..., že <u>vyloupili auto</u> a jaké je <u>číslo nejbližší lampy.</u> “
 <b>Pád z koloběžky</b>	<b>155</b> <b>ZÁCHRANKA</b> 	„Volám <u>155</u> . Do telefonu řeknu: <u>Imenuji se</u> ..., že se došlo ke <u>zranění</u> při <u>pádu z koloběžky</u> a jaké je <u>číslo nejbližšího mostu.</u> “

## 1. úkol – ZÁCHRANÁŘSKÁ ULIČKA – plní všechny kategorie

Hlídká má za úkol vytvořit na cvičné tříproudové silnici záchrannáskou uličku.

### Provedení úkolu

Hlídká přistoupí k obrázku silnice, na které jsou ve 3 pruzích postavená auta (viz Obr. č. 13):































Obr. 13 – Ochrana obyvatelstva – Základní postavení pro plnění úkolu



Hlídká posune auta na silnici tak, aby vytvořila záchrannáskou uličku a umístí do místa, ve kterém se vytvořila záchrannáská ulička zelenou šipku ve směru jízdy a na ni hasičský vůz.

Obr. 14 – Ochrana obyvatelstva – Vytvoření záchrannáské uličky



# OBSAH EVAKUAČNÍHO ZAVAZADLA

## JÍDLO A PITÍ + NÁDOBÍ



## DOKUMENTY A CENNOSTI



## LÉKY A HYGIENA



## OBLEČENÍ A VYBAVENÍ PRO PŘESPÁNÍ



## PŘÍSTROJE, NÁSTROJE A ZÁBAVA

