

## CO - PRÍPRAVA NA SEBAOCHRANU A VZÁJOMNÚ POMOC

Téma: Zásady správania sa pri mimoriadnych udalostiach

Na základe prílohy č. 1 k vyhláske MV SR č. 523/2006 Z.z. o podrobnostiach na zabezpečenie záchranných prác a organizovania jednotiek civilnej ochrany, mimoriadne udalosti sú:

- 1) živelné pohromy (povodne a záplavy, krupobitia, následky víchrice, zosuvy pôdy, snehové kalamity a lavíny, rozsiahle námrazy, zemetrasenia)
- 2) havárie (požiare a výbuchy, úniky nebezpečných látok, prípravkov a odpadov, ropných produktov s následným kontaminovaním územia, ovzdušia, vodných tokov, zdrojov pitnej vody a podzemných vôd, poškodenie vedení rozvodných sietí, ich zariadení a diaľkovodov)
- 3) katastrofy (veľké letecké, železničné, lodné a cestné nehody spojené s požiarimi, prípadne s únikom nebezpečných látok, havárie jadrových zariadení, porušenie vodných stavieb)
- 4) teroristické útoky (sú to napadnutia objektov sústredujúcich spravidla väčšie množstvo osôb s cieľom spôsobiť straty na životoch, zdraví a majetku, spôsobiť strach a paniku obyvateľstva, môžu byť použité konvenčné zbrane a prostriedky obsahujúce chemické, biologické a rádioaktívne látky a materiály).

Ad 1) Územie postihnuté účinkami živelnej pohromy je charakterizované:

- postihnutím veľkého počtu osôb, ktoré sú bez prístrešia a základných životných potrieb, šokované, zranené alebo usmrtené,
- zničením a poškodením budov, priemyselných objektov, mostov, narušením dopravy, zničením kultúrnych pamiatok a chránených prírodných útvarov,
- miestnymi a plošnými závalmi ulíc, poškodením pozemných komunikácií,
- poškodením rozvodných sietí a ich zariadení,
- vznikom požiarov,
- zatopením objektov a zaplavením rozsiahlych území,
- postihnutím veľkého počtu zvierat, zničením a narušením porastov, lesov a pôdy,
- zhoršením hygienických podmienok, vznikom a šírením infekčných ochorení,
- celkovým narušením života, životného prostredia a obmedzením výroby.

Ad 2) Územie postihnuté účinkami havárie je charakterizované:

- postihnutím a ohrozením osôb, ovzdušia, zvierat, terénu, vody a potravín,
- zhoršením hygienických podmienok, vznikom a šírením infekčných ochorení.

Ad 3) Územie postihnuté účinkami katastrofy je charakterizované:

- postihnutím a ohrozením osôb, ovzdušia, zvierat, terénu, vody a potravín,
- zhoršením hygienických podmienok, vznikom a šírením infekčných ochorení,
- narušením života, výroby a životného prostredia.

Ad 4) Priestor postihnutý účinkami teroristického útoku je charakterizovaný:

- usmrtením, zranením a ohrozením veľkého počtu osôb,
- kontaminovaním ovzdušia, vody, potravín a terénu,
- vznikom paniky postihnutého i nepostihnutého obyvateľstva,
- vznikom značných materiálnych škôd a strát a pod.

V rámci všeobecných zásad činnosti pri ohrození treba:

- ▶ si uvedomiť, že najväčšiu hodnotu má ľudský život a zdravie a až potom záchrana majetku,
- ▶ pamätať na sebaochranu, poskytnutie prvej pomoci a vzájomnej pomoci v tiesni,
- ▶ rešpektovať informácie poskytované prostredníctvom rozhlasu a televízie,
- ▶ nerozširovať poplašné a neoverené správy,
- ▶ nepodceňovať vzniknutú situáciu a zachovať rozvahu

- ▶ netelefonovať zbytočne,
- ▶ pomáhať ostatným,
- ▶ dodržiavať pokyny pracovníkov civilnej ochrany a ďalších záchranných zložiek, orgánov štátnej správy a obce

V rámci činnosti v oblasti ohrozenia povodňami a záplavami

1) pred ohrozením je dôležité:

- ▶ vytypovať si bezpečné miesto, ktoré nebude zaplavené vodou,
- ▶ hodnotné veci z prízemných priestorov umiestniť do vyššieho poschodia,
- ▶ pripraviť si vrecia s pieskom na utesnenie nízko položených dverí a okien,
- ▶ pripraviť si trvanlivé potraviny a pitnú vodu na 2-3 dni,
- ▶ ak ste vlastníkom osobného automobilu, pripraviť ho na použitie,
- ▶ pripraviť sa na evakuáciu osôb, zvierat,
- ▶ upevniť veci, ktoré by mohla odniesť voda,
- ▶ pripraviť si evakuačnú batožinu

2) v období povodní a záplav je potrebné:

- ▶ opustiť ohrozený priestor,
- ▶ telefonovať len v prípade tiesňového volania,
- ▶ v prípade vyhlásenia evakuácie rešpektovať pokyny členov evakuačnej komisie,
- ▶ v prípade časovej tiesne sa okamžite presunúť na vytypované miesto, ktoré nebude zaplavené vodou,
- ▶ nešíriť paniku, nerozširovať neoverené správy,
- ▶ pri akejkoľvek činnosti zachovávať kľud a rozvahu!

3) po povodniach a záplavách treba:

- ▶ nechať si skontrolovať stav obydľia (statickú narušenosť, obývateľnosť), rozvodov energií (plyn, elektrickú energiu), stav kanalizácie a rozvod vody,
- ▶ zabezpečiť likvidáciu uhynutých zvierat, poškodených potravín – riadiť sa pokynmi hygienika,
- ▶ informovať sa o miestach humanitárnej pomoci,
- ▶ kontaktovať príslušné poisťovne ohľadom náhrady škôd

Činnosť pri nutnosti urýchleného opustenia ohrozeného priestoru.

V prípade, ak je potrebné rýchlo opustiť priestor ohrozenia, alebo sa nachádzame v uzatvorených priestoroch, je potrebné vykonať nasledovné opatrenia:

- ▶ uzatvoriť prívod plynu, vody a elektriny,
- ▶ pripraviť si a zobrať so sebou najnutnejšie veci (doklady, cenné veci malých rozmerov, lieky a pod.
- ▶ uzamknúť byt,
- ▶ presvedčiť sa, či vaši susedia vedia o vzniknutej situácii,
- ▶ v prípade, ak sa vo vašom okolí nachádzajú deti bez dozoru, starí alebo nevládni ľudia – pomáhať im,
- ▶ sledovať rozhlas, televíziu, miestny rozhlas atď., kde sa dozvieme informácie o možnom ohrození,
- ▶ dodržiavať pokyny osôb, ktoré zabezpečujú evakuáciu,
- ▶ vždy zachovávať rozvahu!

Odporúčaná hmotnosť evakuačnej batožiny: pre deti do 25 kg , pre dospelých do 50kg.  
V batožine by nemali chýbať:

- osobné doklady, dôležité dokumenty, peniaze, cennosti malých rozmerov,
- osobné lieky, vitamíny a nevyhnutné zdravotnícke potreby,
- základné trvanlivé potraviny a nápoje v nepriepustných obaloch na 2-3 dni,
- predmety osobnej hygieny a dennej potreby,
- náhradná bielizeň, odev, obuv, nepremokavý plášť,
- prikrývka, spací vak,
- vrecková lampa, sviečka a zápalky,
- mobilný telefón,
- pre deti pribalená hračka

Zásady prvej pomoci:

Prvá pomoc je súbor opatrení, ktoré môžu zachrániť život, zabrániť zhoršeniu zdravotného stavu, a urýchliť zotavenie.

V rámci prvej pomoci je potrebné:

- ▶ bez ohrozenia vlastného života zistiť čo sa stalo,
- ▶ ako prvého vždy ošetriť najviac postihnutého,
- ▶ zabezpečiť privolanie lekára, sanitky alebo dopravu zraneného do zdravotníckeho zariadenia.

Pri poskytovaní prvej pomoci je nevyhnutné

- ▶ zastaviť život ohrozujúce krvácanie,
- ▶ pri bezvedomí – zaistiť voľnosť dýchacích ciest,
- ▶ pri zástave dýchania – poskytnúť umelé dýchanie,
- ▶ pri zástave srdca – poskytnúť nepriamu masáž srdca,
- ▶ pri šoku – zabezpečiť prikrytie, ležanie rovno, nohy trochu podložiť a zavolať lekára.

Pamätajte na to, že

- ▶ nepotrebuje osobitné vybavenie, ale improvizujeme,
- ▶ nepreceňujeme svoje sily, neohrozíme seba samého,
- ▶ nehýbme s postihnutým viac, ako je nevyhnutné !

Ďalšie informácie v prípade potreby o mimoriadnej udalosti a o pripravených opatreniach je možné získať:

- od svojho zamestnávateľa,
- od obecného úradu,
- od Okresného úradu Senec, odboru krízového riadenia

Dôležité telefónne čísla tiesňového volania:

Integrovaný záchranný systém 112

Požiarnici a dopravné nehody 150

Cestná havarijná služba 154

Záchranná zdravotná služba 155

Polícia 158