CESTAMI OCHRANY ŽIVOTA A ZDRAVIA

Civilná ochrana
je systém úloh a opatrení zameraných na ochranu života, zdravia a majetku, spočívajúcich najmä v analýze možného ohrozenia a v prijímaní opatrení na znižovanie rizík ohrozenia, ako aj určenie postupov a činnosti pri odstraňovaní následkov mimoriadnych udalostí.

Mimoriadnou udalosťou
sa rozumie živelná pohroma, havária, katastrofa, ohrozenie verejného zdravia II. stupňa alebo teroristický útok.

Živelná pohroma
je mimoriadna udalosť, pri ktorej dôjde k nežiaducemu uvoľneniu kumulovaných energií alebo hmôt v dôsledku nepriaznivého pôsobenia prírodných síl, pri ktorej môžu pôsobiť nebezpečné látky, alebo pôsobia ničivé faktory, ktoré majú negatívny vplyv na život, zdravie alebo na majetok.

Havária
je mimoriadna udalosť, ktorá spôsobí odchýlku od ustáleného prevádzkového stavu, v dôsledku čoho dôjde k úniku nebezpečných látok, alebo k pôsobeniu iných ničivých faktorov, ktoré majú vplyv na život, zdravie alebo na majetok.

Katastrofa
je mimoriadna udalosť, pri ktorej dôjde k narastaniu ničivých faktorov a ich následnej kumulácii v dôsledku živelnej pohromy a havárie.

Ohrozenie obyvateľstva verejného zdravia II. stupňa
je nepredvídané a nekontrolované ohrozenie verejného zdravia chemickými, biologickými alebo fyzikálnymi faktormi, vrátane takého ohrozenia verejného zdravia, ktoré má medzinárodný dosah.

Teroristický útok
je použitie násilia alebo hrozby, s cieľom dosiahnuť politických, ideologických a náboženských cieľov. Je to súhrn antihumánnych metód hrubého zastrašovania politických odporcov a obyvateľstva rôznymi formami násilia.

Poslaním civilnej ochrany
je chrániť život, zdravie, majetok a utvárať podmienky na prežitie pri mimoriadnych udalostiach a počas vyhlásenej mimoriadnej situácie.



Mimoriadna situácia
je obdobie ohrozenia alebo obdobie pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti na život, zdravie alebo majetok, ktorá je vyhlásená podľa zákona Národnej rady SR č. 42/1994 Z. z. o civilnej ochrane obyvateľstva v znení neskorších predpisov; počas nej sa vykonávajú opatrenia na záchranu života, zdravia alebo majetku, na znižovanie rizík ohrozenia, alebo činnosti nevyhnutné na zamedzenie šírenia a pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti.

Varovanie obyvateľstva sa vykonáva varovnými signálmi

Názov signálu: VŠEOBECNÉ OHROZENIE
Použitý v prípade: ohrozenia alebo pri vzniku mimoriadnej udalosti, ako aj pri možnosti rozšírenia následkov mimoriadnej udalosti
Spôsob varovania: 2 – minútový kolísavým tónom sirén

Názov signálu: OHROZENIE VODOU
Použitý v prípade: Pri ohrození ničivými účinkami vody
Spôsob varovania: 6 – minútový stály tón sirén

Názov signálu: KONIEC OHROZENIA
Použitý v prípade: Koniec ohrozenia alebo koniec pôsobenia následkov mimoriadnej udalosti
Spôsob varovania: 2 – minútový stály tón sirén

Po odznení varovných signálov je obyvateľstvo oboznámené o spôsobe ochrany a správania sa doplňujúcou hovorenou informáciou prostredníctvom hromadných informačných prostriedkov.

Volať, ak je ohrozený život, zdravie, majetok a životné prostredie



- **čo sa stalo** – druh udalosti, aké sily a prostriedky majú byť vyslané
- **kde sa to stalo** – v obci, objekte, lokalite, okrese, kraji
- **komu sa stalo** – postihnutie osôb, poškodenie majetku, ohrozenie životného prostredia
- **kedy sa to stalo** – v obci, objekte, lokalite, okrese, kraji
- **ďalšie doplnkové informácie** – kto volá, telefónne číslo pre spätné volanie

Mimoriadna situácia
sa vyhlasuje a odvoláva prostredníctvom hromadných informačných prostriedkov.
Po vyhlásení mimoriadnej situácie sa vykonávajú tieto úlohy a opatrenia:

- **Organizovanie a zabezpečovanie** hlásnej a informačnej služby.
- **Záchranné práce** silami a prostriedkami z celého územia kde bola vyhlásená mimoriadna situácia, a ktoré spočívajú hlavne v záchrane a vyslobodzovaní osôb, poskytnutí predlekárskej a lekárskej pomoci a v odsune ranených.
- **Evakuácia** podľa ohrozenia je krátkodobá do 72 h., alebo dlhodobá nad 72 h.
- **Núdzové zásobovanie a núdzové ubytovanie.**
- **Ochrana obyvateľstva evakuáciou a ukrytím.**
- **Ochrana obyvateľstva pred účinkami nebezpečných látok prostriedkami individuálnej ochrany.**
- **Použitie základných zložiek integrovaného záchranného systému** a ostatných zložiek integrovaného záchranného systému.
- **Vykonávanie protiradiačných, protichemických, protibiologických opatrení** a prijatie režimových opatrení.





Všeobecné zásady pri ohrození

- Musíme si uvedomiť, že najväčšiu hodnotu má ľudský život a zdravie a až potom záchrana majetku.
- Pamätajme na sebaochranu a vzájomnú pomoc, poskytnutie prvej pomoci.
- Rešpektujme informácie poskytované prostredníctvom televízie, rozhlasu a pokynov veliteľov zásahu jednotlivých zložiek IZS.
- Nerozširujme neoverené a poplašné správy.
- Nedpodceňujme vzniknutú situáciu a zachovajte rozvahu.
- Netelefonujme zbytočne, aby ste počas mimoriadnej udalosti alebo vyhlásenej mimoriadnej situácie nepreťažovali telefónnu a mobilnú sieť.
- Pomáhajme ostatným, najmä starým a chorým ľuďom, deťom, postarajme sa o bezvládnych.
- Dodržiavajme pokyny pracovníkov civilnej ochrany obyvateľstva a ďalších záchranných zložiek, krízových orgánov štátnej správy a samosprávy.
- Varovanie obyvateľstva je jedno z najdôležitejších opatrení civilnej ochrany. Ak zaznie varovný signál – vznikla mimoriadna udalosť, podľa tónu a následnej informácie prostredníctvom médií a pokynov zistíme, o aké nebezpečenstvo a ohrozenia sa jedná.





1. ročník základnej školy



Viem čo robiť?
Poznám nebezpečenstvá?
Kto som a ako sa volám?

Čo by som chcel vedieť, čo sa musím naučiť, ako sa správať pri ohrození mimoriadnymi udalosťami?

Ako zvládnuť sám seba, ako konať počas mimoriadnej udalosti, keď sa ocitnem v nebezpečenstve, alebo ak sa stratím?

Viem?
Správne vysloviť a napísať svoje meno?

Predstaviť sa u lekára, v škole a počas nebezpečenstva záchranárom?

Poznám?
Našu obec, naše mesto? Kde bývam – bydlisko, dom, byt, obec, mesto, osada, ulica, číslo domu, bytu, adresa, poschodie, okolie, orientačné body?

Meno a adresu neoznamujeme neznámym ľuďom, zvlášť tým, čo sa snažia s deťmi nadviazať rozhovor.

Didaktická hra – Nestratím sa? Nestratím!
Poznajú deti dôležité telefónne čísla? Vedeli by viesť rozhovor po telefóne?

Kde volať, ak niekomu príde zle? Koho volať, ak vznikne požiar?

Poznajú žiaci signály civilnej ochrany a činnosť po ich vyhlásení?

Vysvetliť žiakom obsah učiva ochrana života a zdravia
Naša obec. Evakuácia (náhle opustenie) školy v prípade ohrozenia – postup opustenia školy, miesto zhromaždenia, presun do bezpečného priestoru.

Signály civilnej ochrany a činnosť žiakov po ich vyhlásení.

Horľaviny a ich následky.

2. ročník základnej školy



Poznám nebezpečenstvá?
Viem čo robiť
pri ohrození mimoriadnymi udalosťami?

- Možnosti vzniku, príčiny a druhy mimoriadnych udalostí.
- Zoznámenie sa s detskými ochrannými prostriedkami a určovanie veľkosti.
- Druhy signálov civilnej ochrany a činnosť žiakov po vyhlásenie varovného signálu Všeobecné ohrozenie.
- Ako sa bude organizovať evakuácia školy prípade ohrozenia požiarom.
- Kde sa nachádza protipožiarne stanovište, stanica požiarnej ochrany a spôsob privolania pomoci.
- Nebezpečenstvá pri zaobchádzaní s elektrickými a plynovými zariadeniami.
- Nebezpečenstvá z otvoreného ohňa, správne používanie zápaliek, zapaľovačov.

Viem?
Kedy a kadiaľ ísť do zdravotného strediska.

Ako sa správať v čakárni, u lekára a pri lekárskych prehliadkach.

Ako sa chrániť pred chorobami a spôsoby vhodného oblečenia.

Podávanie prvej pomoci pri uhryznutí kliešťom, uštipnutí zmijou, osou a včelou.

Poznám?
Význam vody v prírode? Obozretnosť pri používaní povrchovej vody.

Jedovaté rastliny a jedovaté huby.

Zásady správneho a bezpečného správania sa v prírode. Zvieratá vo voľnej prírode.

Úlohy a kontrolné otázky
- Vymenuj varovné signály a uveď, aký tón vydáva siréna pri signáli VŠEOBECNÉ OHROZENIE.
- Činnosť žiakov po varovaní.
- Povedz, ako sa dozvieš o hroziacom nebezpečenstve?
- Vieš, čím sa líši signál Všeobecné ohrozenie od signálu OHROZENIE VODOU?
- Vieš, ako bude organizovaná evakuácia školy v prípade ohrozenia?
- Poznáš činnosti pri opustení školy v prípade ohrozenia? Vieš, kde stojíš v skupine pred odchodom z triedy?
- Vieš, ktoré materiály v škole a v triede sú horľavé?
- Uveď príklad, kedy sa evakuuje vaša škola.

3. ročník základnej školy

Poznám charakteristiku ohrození?
Viem čo robiť pri ohrození mimoriadnymi udalosťami?

Mimoriadne udalosti
Poznáš príčiny vzniku a druhy mimoriadnych udalostí. Akým spôsobom sa varuje obyvateľstvo pred ich účinkami?
Charakterizuj živelnú pohromu, haváriu, katastrofu, ohrozenie verejného zdravia a teroristický útok.
Uveď miesta možností vzniku mimoriadnych udalostí v okolí školy, bydliska.
Vymenuj najčastejšie požiarne nedostatky (poruchy) v škole a v domácnosti.

Evakuácia
Poznáš spôsob organizovania evakuácie osôb, zvierat a vecí?
Opíš základný postup pri evakuácii školy počas ohrozenia.
Povedz, ako a kedy sa môžeme evakuovať z ohrozeného priestoru.
Vymenuj, ktoré veci sa odporúčajú vziať si zo sebou pri evakuácii – evakuačná batožina.
Uveď hmotnosť evakuačnej batožiny pre deti.

Zdravotná príprava
- všeobecné zásady ochrany zdravia,
- hygiena tela, bielizne a šiat,
- správna životospráva – jedlo, spánok, oddych, učenie,
- ošetrovanie a obväzovanie prstov ruky, lakťa, oka, hlavy.

Význam poskytnutia prvej pomoci. Vybavenie domácej lekárničky a jej využitie. Nebezpečenstvo svojvoľného použitia liekov. Spôsob privolania pomoci k zranenému. Ošetrenie jednoduchých poranení rúk, nôh a hlavy. Význam symbolu Červený kríž.

Pohyb a pobyt v prírode
Urči a označ významné budovy podľa svetových strán. Ukáž hlavné svetové strany pred vchodom do školy.
Nakresli, čo dôležité sa nachádza severne, východne, západne a južne od vchodu do školy.
Povedz, ktoré sú hlavné časti buzoly. Urči, na ktorú svetovú stranu ukazuje tmavý koniec strelky.
Urči pomocou buzoly, čo sa nachádza od vášho stanovišťa na vedľajších svetových stranách.
Charakterizuj tvárnosť okolia obce, mesta. Uveď rozdiel medzi rovinou a pahorkatinou.
Povedz, ktorý je najvyšší vrch v tvojom okolí.

4. ročník základnej školy

Poznám charakteristiku ohrození živelnými pohromami, haváriami, katastrofami, ohrozením zdravia a teroristickým útokom?
Viem čo robiť pri ohrození mimoriadnymi udalosťami?

Mimoriadne udalosti
Charakteristika územia postihnutého mimoriadnymi udalosťami, zásady ochrany pred účinkami nebezpečných látok, prvá pomoc pri zasiahnutí organizmu nebezpečnou látkou. Používanie detských ochranných prostriedkov, význam a použitie improvizovaných prostriedkov individuálnej ochrany – vykonanie čiastočnej hygienickej očisty. Činnosť pri ohrození chemickými, biologickými a rádioaktívnymi látkami.

Zdravotná príprava
Starostlivosť o vitálne ústroje ľudského organizmu, nákazlivé choroby a ochrana pred nimi, obväzovanie nohy pri poranení kolena, lýtka, stehna, ošetrovanie pri povrchových poraneniach. Použitie trojrohej šatky pri znehybnení hornej končatiny. Zásady poskytovania prvej pomoci pri jednoduchých poraneniach.

Pohyb a pobyt v prírode
Určovanie hraníc SR a susediacich štátov na mape, určovanie nadmorských výšok na mape, odhad krátkych vzdialeností, jednoduchý náčrt pochodu, kresba okolia stanovišťa – panoráma, čítanie z mapy podľa farieb a topografických značiek, určovanie svetových strán na mape.

Nebezpečné látky a ochrana obyvateľstva
Možnosti výskytu nebezpečných látok v okolí školy.
Vymenuj a charakterizuj nebezpečné látky, ktoré poznáš. Vymenuj aspoň tri priemyselné podniky (závody), ktoré v okolí školy a bydliska pracujú s nebezpečnými látkami (chlór, amoniak ap.).
Ako poskytneme predlekársku pomoc v prípade zasiahnutia organizmu zdraviu škodlivými látkami?
Vymenuj opatrenia na ochranu životov, zdravia v prípade vzniku mimoriadnej udalosti spojenej s únikom nebezpečnej látky.
Čo je čiastočná hygienická očista a aký je jej význam pre ochranu zdravia?
Detské ochranné prostriedky (ochranná maska, kazajka, vak, improvizované prostriedky ochrany), ich význam a použitie.
Urči, v ktorom smere sa šíri nebezpečná látka pri poveternostných podmienkach a ktorým smerom opustíš ohrozený priestor.
Povedz, načo môžu byť použité nebezpečné látky v prípade teroristického útoku.
Opíš Vysoké Tatry z hľadiska tvárnosti.