

Doporučení občanům

Následující doporučená opatření vám mohou pomoci předem vytvořit solidní zázemí pro řešení nenadálé krizové situace (požár bytu, domu apod.).

Příprava rodiny na krizové situace

Zjistěte si možná nebezpečí v místě svého bydliště (možnost požáru, povodně, chemické havárie v blízkém podniku apod.) a připravte se na každé z nich. Ve vaší rodině pak pohovořte o tom, co byste dělali v případě nebezpečí. Pro případ krizové situace si připravte telefonní čísla a stanovte místa setkání pro případy nutného rozchodu rodiny. Doporučujeme si procvičit činnosti v krizových situacích (např. formou hry s dětmi).

Své děti seznajte se zvukovými signály varovných systémů a naučte je přivolávat pomoc v krizových situacích. Naučte své děti znát své příjmení, adresu bydliště a číslo telefonu. Velmi malé děti by měly mít u sebe kartičku s těmito údaji a případně dalšími důležitými informacemi o zdravotním stavu.

Pro zvládnutí požáru v bytě nebo v domě doporučujeme nákup vhodného hasicího přístroje.

Děti v krizové situaci

Děti jsou při krizových situacích zmatené, nervózní a vystrašené. Hledají pomoc u svých rodičů. Zmatek a vystrašenost dospělých se rychle přenáší na děti. Proto vaše činy a jistota jsou jistotou i pro děti. Při záchranných a likvidačních pracích uložte dítěti pro něj splnitelný jednoduchý úkol a čiňte je za něj zodpovědné. Snažte se zabránit pocitu dítěte, že krizová situace nastane znovu, že někdo bude zraněn nebo zabit, že rodina bude nenávratně roztržena a že zůstane úplně samo.

Potraviny a pitná voda

Většina domácností má přiměřené množství potravin připravených a uložených pro běžnou spotřebu. Je však účelné vyčlenit část potravin s delší lhůtou trvanlivosti (až 18 měsíců) pro případ mimořádné události. Tyto potraviny by měly být konzumovatelné za studena, nebo po jednoduché tepelné úpravě. Také zásoba minerálních vod je důležitou součástí připravenosti domácnosti na krizové situace. Tyto však lze nahradit vodou z vodovodu v umělohmotných nebo skleněných nádobách. Lze doporučit i malou zásobu octa nebo kyseliny citronové a jedlé sody pro roztoky na improvizované roušky při výronech plynů.

Domácí lékárnička

Je významným pomocníkem při ošetřování drobných poranění. Lékárnička by měla mít v domácnosti své stálé místo a měla by být uložena mimo dosah malých dětí.

Doporučený obsah lékárničky:

- ✓ nůžky a zavírací špendlík
- ✓ 3 kusy obvazů

- ✓ náplast
- ✓ rychloobvaz
- ✓ náplast s polštářkem
- ✓ trojcípý šátek
- ✓ gáza hydrofilní skládaná
- ✓ pryžové škrtidlo
- ✓ borová voda 2% 100 ml pro výplach očí a oční kapky
- ✓ injekční stříkačka sterilní 10 – 20 ml k výplachům
- ✓ dezinfekční roztok
- ✓ obinadlo elastické
- ✓ resuscitační rouška
- ✓ léky:
- ✓ analgetika např. Acylpyrin, Paralen
- ✓ živočišné uhlí např. Carbocit
- ✓ při alergických reakcích např. Dithiaden

Nezapomeňte lékárníčku 1x za rok doplnit, vyřadit léky a prostředky s prošlou lhůtou použitelnosti.

Zavazadlo pro případ mimořádné situace, evakuace nebo ukrytí

Nejvhodnější jsou různé batohy, cestovní tašky, kufry, označené visačkou se jménem a adresou.

Doporučený obsah zavazadla:

- 1) osobní doklady, peníze, cennosti
- 2) osobní léky a další prostředky – doporučuje se tlakový obvaz, léky tišící bolest, snižující horečku, dezinfekční nebo antiseptické prostředky
- 3) základní trvanlivé potraviny na 3 dny – dobře zabalený chléb, konzervy, suchý salám, tvrdé sýry, trvanlivé ovoce a zelenina, sušenky, bonbony nádoby s tekutinami – voda, čaj, šťávy atd.
- 4) toaletní a hygienické potřeby – toaletní papír, mýdlo, kartáček na zuby a zubní pasta, ručník atd.
- 5) předměty denní potřeby – jídelní misky příbor, umělohmotná nebo polní láhev, nůž, provázek, šitíčko, zavírací špendlíky, otvírač na konzervy, bateriová svítilna, zápalky, svíčky, zapalovač
- 6) bateriový rozhlasový přijímač
- 7) spací pytel, deka, přikrývka, karimatka, nafukovací lehátko náhradní prádlo, náhradní obuv a oblečení, pláštěnka, šátek, pokrývka hlavy

8) pro děti hračka, knihy a další prostředky pro zkrácení dlouhé chvíle

Nelze brát s sebou objemné předměty, rychle se kazící potraviny, alkohol, zbraně, jedovaté látky a zbytečné věci.

Rozhlasový přijímač

Rozhlasový přijímač v domácnosti je nezbytný pro varování obyvatelstva, k získání informací o hrozícím nebezpečí a získání pokynů k ukrytí nebo evakuaci, které budou vysílány na VKV II a SV. Je vhodné mít lehce přenosný rozhlasový přijímač, který je nezávislý na připojení elektrického proudu (bateriový), používané baterie by měly mít dlouhou dobu skladovatelnosti.

Hygienické prostředky

Jsou nedílnou součástí každé domácnosti (mýdlo, zubní pasta, kartáčky, ručníky apod.), proto nezapomínejme mít tyto prostředky v zásobě pro případ naléhavé potřeby

Ochranné vybavení

Pro každou domácnost doporučujeme pomocné ochranné vybavení jako je nepromokavý oděv nebo plášť s kapucí a gumové vysoké boty, gumové rukavice (pro případy povodní, chemického poplachu atd.)

Energetické zdroje

Pro výpadek energetických zdrojů je doporučováno náhradní topné zařízení na uhlí, brikety, dříví. Na vaření se doporučuje lihový nebo petrolejový vaříč, je možný i vaříč na pevný líh. Také lze doporučit vaříč na malou plynovou bombu a různé turistické plynové vaříče. Na svícení se doporučuje zásoba baterií pro bateriové svítilny, petrolej pro petrolejové lampy nebo alespoň zásoba svíček. Petrolejové nebo acetylenové lampy nelze použít v krytech.

Příprava dokladů

Často se stává, že v důsledku požáru jsou zničeny důležité rodinné doklady. Tomu lze předejít tím, že rodinné doklady umístíme do kovové schránky, která je schopna odolávat požárům a případně také živelním pohromám. Do schránky je možné umístit také rodinné cennosti. Doporučujeme malé, přenosné pokladny. Ve schránce by měly být:

- ✓ rodinné doklady (rodný list, oddací list atd.)
- ✓ potvrzení o důchodu a příjmu
- ✓ kreditní karty, průkazky k žirovým účtům, hotové peníze pojistky důležité platební doklady
- ✓ vysvědčení, výpisy z pozemkové knihy, závěť atd.

V případě krizové situace je nutné mít s sebou osobní doklady – občanský průkaz, pas, řidičský průkaz, technické osvědčení apod. Součástí vašich dokladů by měla být i kartička, na které budou uvedeny informace o vašem zdravotním stavu a jméno osoby, kterou je vhodné informovat, pokud by se vám něco stalo.

Příprava vozidla

Pokud jste vlastníky vozidla, buďte připraveni na případnou evakuaci: v případě ohrožení je vhodné mít vozidlo v blízkosti místa svého bydliště, vozidlo mít v dobrém technickém stavu, mít v nádrži nebo v zásobě pohonné hmoty alespoň na 100 km, ve vozidle mít v pořádku nářadí a náhradní díly, zkontrolovaný obsah lékárničky, bateriovou svítilnu, nůž a malou lopatku, pracovní oděv (montérky, starší oděv apod. a deka jsou důležitou součástí vybavení vozidla, malý hasicí přístroj.