

Bezpečnosť



HNUTIE KREŠŤANSKÝCH
SPOLOČENSTIEV DETÍ

príručná batožina na tábor

Dôležité čísla

Linka tiesňového volania: 112

Hasiči: 150

Rýchla zdravotnícka pomoc: 155

Polícia: 158

Mestská polícia: 159

Letecká záchranná služba - DISPEČING : 18 155

(aj z mobilov)

Horská záchranná služba - DISPEČING : 18 300

(aj z mobilov)

ČESMAD ASSISTANCE: centrála pre SR: 18 777, non-stop vyslobodzovanie a odťahovanie vozidiel s celkovou hmotnosťou nad 3,5 t, na bezplatnom čísle: 0800 500 505, zo zahraničia na čísle: +421 917 230 485

Linka detskej istoty : 0800 500 500 UNICEF, non-stop

Nezábudka - Liga za duševne zdravie : 0850 11 10 22 Bratislava. Každý pracovný deň od 8.00 do 20.00 telefonická informačná linka o možnostiach pomoci pri duševných problémoch

Linka detskej dôvery: 0800 11 78 78 Košice. Každý pracovný deň od 13.00 do 21.00 nájdú všetky deti na tomto tel. čísle pomoc a radu v akejkoľvek situácii.

Toxikologické informačné centrum : 02/ 5477 4166 / 24 hod. služba

Poznámky:

Zavoláme si na pomoc celú dedinu, políciu, hasičov, záchranárov a nájdeme ťa, tomu ver!!!

Zdroje:

net

Samuel Hruškovič

Zdeněk Friedrich: Detské tábory – bezpečnosť detí pri hrách a činnostiach. Bratislava: Slovenský skauting, 2008

Ak Ti na det'och záleží, tak to dodržiavaš

„Nie sme zodpovední len za to, čo robíme, ale aj za to, čo nerobíme.“
(Molière)

Pri zaist'ovaní bezpečnosti pri táborových činnostiach sú vedúci, inštruktori, animátori povinní:

- Oboznámiť overiteľne všetkých účastníkov (iných vedúcich, návštevy, deti) akcie so všeobecnými zásadami bezpečnej práce – pre pripravovanú hru alebo činnosť. (je to povinnosť, ktorá rieši prípadné nesenie zodpovednosti za vzniknuté škody na zdraví, majetku a pod. Ak činnosť – aktivitu vedie osoba, na ktorú sa podľa veku vzťahuje zodpovednosť.
- Poučiť účastníkov akcie o bezpečnosti a možných rizikách vykonávanej činnosti vždy **pred** začiatkom tejto činnosti
- Po skončení akcie má organizátor akcie informovať rodičov o zraneniach či ochoreniach dieťaťa...
- Operatívne meniť a oznamovať info., ktoré pomáhajú predchádzať nebezpečným situáciám (vyhľadávaním info., sledovaním a prehľadom nad situáciou – počasie, dopravná situácia, výskyt nebezpečných živočíchov...)

Zodpovednosť za prípadné činnosti s následkom na majetku, živote a zdraví

Každý vedúci, inštruktor či animátor má vedieť, aké činnosti s deťmi vykonávať môže, ako podať prvú pomoc, ako vyriešiť krízovú situáciu.

Prvotná zodpovednosť je vždy na usporiadateľovi, t.j. hlavnom vedúcom.

Inštruktori (animátori) majú povinnosť oboznámiť deti so všeobecnými zásadami bezpečnosti pri jednotlivých činnostiach.

Plnú zodpovednosť nesie poverená osoba staršia ako 18 rokov, **aj v čase svojej neprítomnosti.**

Poverená osoba od 14 do 18 rokov nesie čiastočnú zodpovednosť.

Osoba staršia ako 14 rokov, ale nepoverená zodpovednosťou, nesie nepriamu zodpovednosť v prípade svojej prítomnosti.

Osoby mladšie ako 14 rokov nesú zodpovednosť iba za svoju vlastnú činnosť.

Druhý podstatný faktor je ten, aby dieťa zostalo na tom mieste, kde si uvedomilo, že sa stratilo - toto platí pre najmenšie deti. Treba si uvedomiť, že bezhlavé behanie, napr. po lese, nemá zmysel, dieťa sa rýchlo vyčerpá, a čo je najhoršie, veľmi ľahko sa môže zraniť - pri páde aj vážne a zranenie môže ohroziť jeho život.

Dieťa musí vedieť:

-že má zostať na tom mieste, kde si uvedomilo, že sa stratilo

-nepokračovať v ceste, sadnúť si a sedieť, ak sa mu dá niečo si spievať, ak sa stratia viacerí, tak sa nedeliť

-ak v lese dieťa počuje praskot vetvičiek, resp. šuchot lístia, nech zašramotí tiež a trochu zakričí (nie príliš silno, pretože silný krik vysiluje). Takto zver bude vedieť, že v lese je návštevník a zvieratko ujde. Je dôležité, aby sa dieťa nebálo v lese zvierat (dieťa je potrebné oboznámiť s lesnými zvieratkami, dobre pomôže aj atlas zvierat), hlavne v noci, keď je pomerne ticho a zvuky nočných živočíchov počuť ďaleko a pomerne silno. Ak "šramotí záchranár", tak dieťa rýchlo nájde, pretože ho bude počuť.

Preto treba deťom povedať viackrát: "Janko" ("Evka"), ak by si sa náhodou zatúlal(a) v lese, buď pokojný(a), my ťa nájdeme, to sa neboj.

Ako ho nestratiť...

Je veľmi prospešné oboznámiť deti s tým, ako sa majú správať v takejto nepríjemnej situácii. Informované dieťa si spomenie na poučné slová a bude vedieť, čo má robiť a hlavne to, že ho budú hľadať a že ho URČITE nájdú !!!

Toto je najpodstatnejší faktor pre dieťa - pocit istoty : "Hľadajú ma a nájdú ma, nemám sa čoho obávať".

Dôležité odporúčenie: Ak sa stratí dieťa, resp. iná osoba v lese, najlepšie je volať Kynologickú záchrannú službu na tel. čísla : 0905 962 591

Hľadanie strateného dieťaťa, resp. osoby profesionálnym psom je vysoko efektívne.

Čím skôr je pes nasadený na stopu, tým je väčšia pravdepodobnosť rýchleho nájdenia dieťaťa, resp. stratenej osoby.

Dieťa by malo mať pri sebe svoje identifikačné údaje a kontakt na rodičov a vedúceho tábora. Odporúča sa písať aj krvná skupina, lieky ktoré užíva, informácie o zdravotnom stave (cukrovka, epilepsia...). Dôležité to je najmä preto, že stratené dieťa môže byť v šoku a nemusí byť schopné rozprávať, môže byť v bezvedomí. V prvom rade treba dieťaťu pri vychádzkach hravou formou vysvetliť to, že samé nemôže chodiť ďaleko do lesa, pretože by sa mohlo stratiť.

Zodpovedná osoba je povinná:

Poučiť deti o možných rizikách pri vykonávaní činnosti. Po skončení podujatia informovať rodičov o zraneniach a ochoreniach vzniknutých v priebehu tábora (zotavovacieho podujatia).

O vode, špláchaní a kúpaní na tábore....

1. Zabezpečte kvalifikovaný dohľad

Na všetky aktivity na vode a pri vode by mala dohliadať dospelá osoba s príslušným vzdelaním. V našich podmienkach to znamená aspoň s 8-hodinovým kurzom prvej pomoci, ktorý vysvetľuje aj záchranu topiacich sa osôb.

2. Preverte fyzickú zdatnosť

Nevyhnutným predpokladom účasti na aktivitách pri vode by mal byť zdravotný stav dieťaťa. O tom, čo je, a čo nie je vyhovujúci zdravotný stav rozhoduje vodca alebo zdravotník tábora. Drobné porezanie zaiste nie je problém, ale deti s obviazanými končatinami, zvýšenou telesnou teplotou alebo črevnou chrípkou by vo vode nemali čo hľadať. Rovnako ako deti s epilepsiou, alebo inou diagnózou, pri ktorej môže dôjsť k záchvatu.

3. Vyberte bezpečné miesto

Na kúpalisku ste v bezpečí, ale ak sa vyberiete na otvorenú vodnú plochu, je nevyhnutné presne vymedziť priestor, v ktorom je možné pohybovať sa. Určite jasné hranice, za ktorými začína zakázaná zóna. Než tam pustíte deti, skontrolujte čistotu dna. A samozrejme – zohľadnite plavecké schopnosti svojich zverencov. Pre ilustráciu uvádzame americké štandardy hĺbky vody pre jednotlivé skupiny:

neplavci – max. 1 m

začiatočníci – max. do výšky hlavy

plavci – max. 3,5 m.

4. Zabezpečte si plavčíkov

Keďže v našich podmienkach je problém zabezpečiť kvalifikovaných plavčíkov, je potrebné zabezpečiť aspoň dostatok skúsených a zdatných plavcov – vedúcich tábora, ktorí budú dohliadať na bezpečnosť. Minimum je 1 plavčík na 10 detí (od 11-15) a 1 plavčík na 5 detí do (6-10 rokov), pričom minimálny počet plavčíkov na akúkoľvek aktivitu pri vode sú dvaja – aj keď sa kúpe hoci len jedno dieťa.

Zabudnite na Baywatch. Hodiť sa do vln, by mala byť až úplne posledná možnosť. Ak sa totiž niekto topí, tak je ohrozený jeden život. Vo chvíli, keď tam skočí plavčík, sú v ohrození životy dva. Postup v angličtine znie: REACH – THROW – ROW – GO (with assistance),

parametre zaisťujúce bezpečnosť. Od vchodu výklenku by mal mať človek vzdialenosť minimálne 1,5 m, nad hlavou, rovnako 1,5 metra a za chrbtom 2 m priestoru.

Za **najbezpečnejšiu polohu** považuje **sed na batohu**, ktorý človeka izoluje od povrchu, tesne k sebe skrútené nohy a sklonenú hlavu.

Blesk spôsobuje podobné zranenia ako pri zásahu vysokého napätia a jeho zásah má zväčša pre človeka fatálne dôsledky. Podľa Hruškoviča spôsobuje vonkajšie a vnútorné popáleniny, poruchy vedomia až bezvedomie, poruchy centrálnej nervovej sústavy, narušenie činnosti srdca, resp. zástavu srdcovej činnosti, zástavu dýchania, zlomeniny dlhých kostí, sekundárne zranenia po pádoch alebo odhodení do strany tlakovou vlnou a šok.

Pred pobytom v prírode netreba zabudnúť ani na **zistenie aktuálnej predpovede počasia** a pri turistike si vždy nechať dostatočnú rezervu na návrat do bezpečia.

lese, je potrebné zdržiavať sa od najbližšieho stromu vo vzdialenosti minimálne dve metre. Búrku by sa mali ľudia podľa záchranára snažiť v každom prípade prečkať na bezpečnom mieste - v horskej chate, v dome, v aute a podobne.

Pokiaľ sa im však nepodarí nájsť bezpečné priestory včas, odporučil **primerané bezpečné správanie a preventívne úkony** na ochranu pred zasiahnutím blesku.

Treba nájsť terénnu zníženinu, napr. priekopu, do ktorej si čupneme, aby sme doslova kopírovali terén, aby sme z jeho reliéfu nevytŕčali a v žiadnom prípade sa nesmieme skryť pod samostatne stojaci strom. Na úplne voľnom priestranstve je výhodnejšie prečkať búrku v ľahu na zemi, neodporúča sa ani si čupnúť, pretože aj v tomto prípade stále vytrčame ako najvyšší bod terénu a blesk si hľadá z hľadiska fyziky najvýhodnejšiu najkratšiu vzdialenosť.

Využitie rôznych výklenkov, skalných previsov, jaskyniek, klenbových výklenkov alebo staveniska ako úkrytu pred búrkou má podľa záchranára tiež **isté riziká**. Ak blesk udrie na týchto miestach, elektrický výboj schádza po mokrom povrchu smerom k zemi, aby sa mohol uzemniť. **Výboj kopíruje povrch** a obchádza aj vnútro výklenku alebo previsu. Človek, ktorý sa nachádza v tomto priestore, vlastne **vytvorí skratový mostík**, blesk ho využije na pokračovanie a prejde ním. Treba dbať na určité minimálne

čo v preklade znamená: najprv sa ho snaž dočiahnuť – potom mu hod' koleso (alebo niečo podobné) – potom použi plavidlo – a až toto všetko zlyhá, potom skoč do vody, ale vždy s pomôckou (plavákom).

Majte poruke dlhú tyč alebo palicu, ktorú môžete podať unavenému plavcovi a vytiahnuť ho a tiež záchranársky plavák. Postačí koleso alebo prázdny plastový kanister, ktorý máte voľne privityazaný o seba asi na 2 m šnúre.

Užitočný je aj plavák pripevnený o zápästie 10 m šnúrou, ktorý hodíte topiacemu sa a vytiahnete ho.

5. Určite pozorovateľa

Na priebeh aktivity by okrem plavčikov mala dohliadať ešte jedna osoba, ktorá má mať prehľad nad celým areálom.

Plavčíci si totiž strážia každý svoj stanovený úsek. Pozorovateľ by tiež mal raz za čas kontrolovať počet detí.

6. Rozdel'te deti podľa plaveckej zdatnosti

Skôr než sa vyberiete k vode v prírode, vezmite ich na kúpalisko alebo na plaváreň a jednotlivých členov otestujte.

Neoplatí sa to podceňovať, ani spoliehať sa na uistenia rodičov, že dotyčný je dobrý plavec. Môže to byť veľmi riskantné.

Ako rozdeliť deti podľa zdatnosti?

neplavec – by mal vojsť sám do vody a sadnúť si v nej (tým sa vyselektujú deti so strachom z vody)

začiatočník – dokáže skočiť do vody tzv. „panáka“, preplávať cca 8 m, zastaviť, otočiť sa a preplávať naspäť
plavec – dokáže opäť skočiť „panáka“, preplávať cca 70 m niektorým z regulérnych štýlov (čiže žiadneho „psíka“) a asi 20 m na chrbte, pričom celú trasu musí odplávať bez zastavenia, nakoniec ešte musí splývať na chrbte.
Nespoliehajte sa na uistenie detí, že sú dobrí plavci.

7. Kontrolujte plavcov

Absolútnou nutnosťou je mať stále prehľad o tom, koľko ľudí máte a kde. Každému dieťaťu dajte štítok s menom, na ktorom bude farebne rozlíšená jeho plavecká úroveň a vyžadujte, aby ho nosil pred vstupom do vody odovzdal vodcovi (zodpovednej osobe) a po návrate si ho vyzdvihol. Okrem toho pravidelne kontrolujte počet ľudí. Nerobte medzi nimi príliš veľké odstupy. Ak niekto chýba cca 10 minút, ešte sa dá spraviť dostatok opatrení na záchranu, po pol hodine už môže byť neskoro. Pravidelne a primerane často kontrolujte počty ľudí.

8. Zaved'te systém „Kamarát“

Tento rokmi osvedčený systém spočíva v tom, že do areálu nesmie nikto vstúpiť sám, vždy je potrebné prísť vo dvojici, resp. trojici. Dvojica spolu funguje počas

Blesky, tresky a iné ...

Najväčším nebezpečenstvom pre človeka je podľa záchranára **búrka vzdialená tri kilometre**. Ľudia by si mali preto vzdialenosť búrky vedieť vyrátať. Vzdialenosť búrky, resp. úderu blesku si ľahko zistíme tak, že keď zbadáme blesk, začneme počítať sekundy, pokiaľ nebudeme počuť hrom. Jedna sekunda predstavuje 330 metrov, tri sekundy jeden kilometer. Pokiaľ človek po záblesku blesku naráta deväť sekúnd, búrka je vzdialená tri kilometre a predstavuje pre človeka maximálne riziko.

Búrka vzdialená desať a viac kilometrov podľa neho už človeka zásahom blesku neohrozuje.

Riziko zasiahnutia bleskom závisí od **momentálneho miesta pobytu**. Pri pobyte na horách je potrebné ešte pred príchodom búrky okamžite zísť z vrcholov hôr do doliny, pretože na hrebeni hor sa stávame najvyšším bodom terénu.

Pomerne **veľké riziko** zasiahnutia bleskom existuje podľa neho aj v prípade, ak sa nachádzame **100 výškových metrov pod hrebeňom**, napríklad v horskom sedle. Rovnako treba v prípade búrky bezpodmienečne opustiť vodné plochy, voľné priestranstvá. Nebezpečenstvo predstavujú aj úkryty pod samostatne stojacim stromom.

Hoci je málo pravdepodobné, že blesk udrie do hustého porastu stromov, pokiaľ človeka zastihne **búrka v**

Oheň, ohnisko, špekačka...

Oheň sa smie zapalovať iba na povolených miestach.

Oheň sa nesmie zakladať v blízkosti dozrievajúceho obilia, ani v blízkosti stohov sena a slamy.

Oheň sa nesmie zakladať na pňoch – cez korene sa môže šíriť pod zemou, pričom môže tlieť a rozhorieť sa aj po niekoľkých dňoch.

Pri ohni musí byť vždy prítomný vedúci.

Pri zakladaní ohňa sa musí dávať pozor na vietor, ktorý dokáže iskry odfúknuť a spôsobiť požiar.

Pri zakladaní ohňa, pokiaľ nie je vymurované ohnisko, treba vždy najskôr vyčistiť vhodný priestor.

V blízkosti ohňa treba mať vodu na hasenie.

Do ohňa sa nesmú pridávať žiadne horľaviny.

celého pobytu pri vode, až do odchodu. Keď sa deti strážia navzájom, každý si hneď všimne, že mu zrazu chýba kamarát, alebo sa s ním niečo stalo.

9. Dbajte na disciplínu

Tu snád' nie je čo vysvetľovať. Stručne povedané – vodca (zodpovedná osoba) a plavčíci sú absolútne authority, ktoré treba rešpektovať a riadiť sa ich pokynmi. Zároveň je bezpodmienečne nutné bez výnimky sa riadiť všetkými stanovenými pravidlami. Žiadne predvádzanie sa vedúcich.

Iné o vode:

Deti nemôžeme ku kúpaniu nútiť či prehovárať. Dĺžka pobytu detí vo vode je závislá od teploty vody. Deti sa môžu kúpať vo vode 20 stupňov C najviac 30 min.

Pre deti nad 14 rokov a otužilé môže mať voda minimálne 18 stupňov C a pobyt vo vode je maximálne 10 min.

Odporúča sa, aby deti mali v prírodnej vode na nohách obuv, predíde sa možnému pošmyknutiu či poraneniu. Deti nemôžu skákať do vody, keď sú zahriate alebo po dlhšom opaľovaní.

Pripravení do přírody....

Pochod sa nesmie začať pri nepriaznivom počasí. Sledujeme počasie (predpovede, aktuálne zmeny, komunikujeme a pýtame sa na situáciu).

Pred pochodom skupina musí byť oboznámená so smerom, trasou a cieľom pochodu, účastníci musia vedieť, kde a kedy bude skupina čakať a kde bude odpočinok.

Maximálna dĺžka dennej trasy pre deti do 15 rokov je 20 km. (pravidlo výpočtu: vek dieťaťa+2 km, záťaž dieťaťa: vek/2 kg, napr. 10 ročné dieťa max záťaž 5 kg.)

Pre deti do 15 rokov sa neodporúča vysokohorská turistika vo výškach nad 2500 m nad morom. Organizátor musí vždy počítať s odpočinkom, prestávkami po 1 až 2 hodinách pochodu a s časovou rezervou pre nepredvídateľné situácie.

Po zotmení...

Deti môžu ísť v tme iba do známeho terénu, orientácia v tme je veľmi náročná.

Hranicu priestoru je dobre vyznačiť značkami – stužkami bielej farby. Pokiaľ deti môžu používať baterky, je vhodné onačiť trasu materiálmi, ktoré odrážajú svetlo, napr. pásikmi z alobalu, reflexné nálepky.

Deti nemožno strašiť, treba požadovať aj od starších detí aby to rešpektovali.

Hry by mali byť zamerané na akceptovanie tmy, prípadne i samoty ako niečoho samozrejmeho.

Pri trasách mimo tábora by deti mali byť vybavené pískalkou resp. iným signálnym nástrojom.

Deti nie je vhodné strašiť aj preto, lebo strašením sa zvyšuje riziko úrazu z nepredvídateľnej reakcie dieťaťa. Začiatok nočných hier by mal byť vždy určený súčasne s večierkou.

Budenie detí zo spánku uprostred noci nie je z fyziologického hľadiska dovolené. Nie všetky deti sa dokážu úplne prebudiť. Deti musia byť dobre oblečené (v noci býva chladnejšie, môžu prechladnúť). Po nočných hrách by mal byť vždy posunutý budíček.