

PŘÍPRAVA DOMÁCNOSTI NA KRIZOVÉ SITUACE

Tato informace je souhrn doporučení obyvatelům, jak si předem vytvořit velice solidní zázemí pro případ neočekávané mimořádné situace. Informace vychází ze zahraničních zdrojů a je přizpůsobena pro naše podmínky.

Příprava rodiny na mimořádné situace:

- Na svém obecním úřadě nebo u Hasičského záchranného sboru Královéhradeckého kraje si zjistěte možná ohrožení v místě svého bydliště a jak nejlépe reagovat na každé z nich. Ve Vaší rodině pak prodiskutujte, co byste dělali v každé mimořádné situaci. Pro případ mimořádné události si připravte telefonní čísla na základní složky integrovaného záchranného systému (hasiče, policii a záchrannou službu) a důležité havarijní služby.
- Stanovte si místo shromáždění rodiny pro případy nutného rozchodu členů rodiny a způsob spojení na místo shromáždění.
- Doporučuje se procvičit činnosti rodiny pro případy mimořádných situací.

Příprava dětí na mimořádné situace:

- Seznamte své děti se zvukovým signálem [Všeobecná výstraha](#) a s činností, kterou je potřeba provádět po jeho zaslechnutí; naučte je přivolávat pomoc při mimořádných situacích.
- Naučte své děti znát své příjmení, adresu bydliště a číslo telefonu. Velmi malé děti vybavte kartičkou s výše uvedenými údaji.
- Seznamte děti s hrozbami v okolí vašeho bydliště a s činnostmi, které rodina bude vykonávat při vzniku mimořádné události, s místem setkání, pokud by se rodina musela rozejít, s přípravou evakuačních zavazadel.
- S dětmi procvičte činnosti pro případ mimořádných událostí a jejich úlohu při provádění těchto činností.
- V krizových situacích děti hledají pomoc u rodičů nebo u dospělých, proto s nimi jednejte rozhodně a bez paniky. Snažte se dítě přesvědčit, že máte situaci pod kontrolou.
- Při vzniku mimořádné situace vysvětlete dětem, co o ní víte a co se bude dít.
- Povzbuzujte dítě k hovoru, vyjádření pocitů a o těch hovořte s ostatními.
- Děti jsou při mimořádných událostech vystrašené, nervózní a zmatené. Zabraňte jim v pocitu jejich trvalé ztráty a vedte je ke snížení pocitu strachu.
- Jejich strachu a obavám braňte ukládáním jednoduchých úkolů, čiňte je za ně zodpovědnými. Tím získá dítě pocit sounáležitosti. Při plnění úkolů se dítě vyrovnává se strachem a nervozitou.
- Snažte se zabránit pocitu dítěte, že nastalá situace se může opakovat nebo ještě zhoršit, že bude někdo zraněn nebo zabit, že bude rodina roztržena a ono zůstane samo.
- Zabraňte, aby děti překážely záchranářům při likvidaci následků mimořádné události.

Potraviny a pitná voda:

- Většina domácností je zabezpečena přiměřenou zásobou potravin pro běžnou spotřebu.
- Je účelné, aby domácnost měla pro případ potřeby připraveny trvanlivé potraviny. Ty by měly mít záruční lhůtu alespoň 18 měsíců a měly být uschovány v suchu, chladu a temnu. Uložené trvanlivé potraviny by měly být konzumovatelné i za studena:
 - potraviny na cca 5 dnů
 - konzervovaná strava, kompoty, džemy a marmelády, nakládaná zelenina, med
 - instantní polévky, instantní potraviny, dehydrované potraviny
 - sušené proteinové koncentráty, sušené nebo kondenzované mléko, sušené maso
 - sušenky, trvanlivé pečivo, suchary
 - uzeniny s vysokou trvanlivostí, trvanlivé sýry, paštiky
 - cukrovinky, čokolády, bonbony
 - potravinářské oleje
 - sušené luštěniny, sušené ovoce, sušená zelenina
 - ořechy, jádra, semínka, arašídové máslo, suché müsli
 - rýže, těstoviny, mouky, cukr, škrob
 - rozumná zásoba brambor, cibule, česneku ...
 - potraviny pro domácí a chovaná zvířata

Poznámka:

- zásobu potravin je nutné přizpůsobit zdravotnímu stavu (diabetici, bezlepková dieta apod.)
- zásobu potravin přizpůsobit vlastním možnostem jejich tepelného zpracování
- nepoužívat potraviny, jejichž požití způsobuje pocit žízně
- Doporučuje se mít v domácnosti zásobu balené pitné vody, minerálek nebo alespoň vodu z vodovodu v umělohmotných nebo skleněných nádobách na alespoň 2 - 3 dny. Počítejte minimálně 3 l vody na osobu a den.
- Při vyhlášení krizových stavů se doporučuje vytvořit si zásobu pitné vody ve vhodných nádobách nebo alespoň ve vaně a šetrně s ní hospodařit.
 - zásoba ovocných nebo zeleninových nápojů, krabicové mléko s dlouhodobou trvanlivostí, džusy, konzervované nápoje, šťávy a sycené limonády apod.
 - doporučuje se mít zásobu vody pro hygienické účely ve velkém kanystru nebo jiné vhodné nádobě
 - dezinfekční prostředky pro dezinfekci vody (např. Sanosil, DDW, KATADYN, Micropur, AQUASTERIL, Aqua Salveo apod.), jako nouzový dezinfekční prostředek poslouží i SAVO nebo hypermangan
 - zařízení na filtraci a dezinfekci vody, filtrační láhve, dezinfekci vody UV lampou

- prostředky na převažování vody
- výhoda domácností s vlastním vodním zdrojem a možností zachytávat dešťovou vodu

Prostředky na vaření:

- turistické vařiče na plyn, plotýnkové vařiče na tlakové nádoby s propan-butanem, propanem
- domácí grily na dřevěné uhlí, na PB – využívat ve venkovních prostorách
- turistické vařiče na pevný líh, vařiče na benzin, lihové vařiče
- turistické vařiče na dříví (dřívka)
- při jejich použití vzniká nebezpečí vzniku požáru, a proto se doporučuje vybavit domácnost hasicím přístrojem
- jednorázové nádobí pro servírování jídla – plastové nebo papírové

Hygienické prostředky:

- Každá domácnost by pro případ krizových situací měla být vybavena dostačující zásobou mýdla, toaletního papíru, mycích prostředků a pracího prášku.
- Dále zásobou zubní pasty a kartáčků, dámských vložek (tampónů) a dětských plínek, dezinfekčních prostředků.
- Dále by měla mít:
 - dezinfekční prostředek na ruce
 - vlhčené ubrousky a kapesníčky - náhrady za mytí rukou a obličeje
 - dezinfekční prostředek SAVO nebo obdobný
 - pytle na odpadky

Domácí lékárnička:

- Každá domácnost by měla být vybavena lékárničkou. Léky v ní srovnány podle druhu použití, s vyznačením data, do kdy jsou použitelné.
- Lékárnička by měla mít v domácnosti své stálé místo a měla by být uložena mimo dosah malých dětí.
- Lékárnička se musí alespoň 1 x ročně doplnit a vyřadit z ní léky s prošlou lhůtou použití.
- V lékárničce by měla být zásoba specifických léků na alespoň jeden týden.
- **Věnujte pozornost lékům, které se musí uchovávat v chladu.**

Lékárnička by měla obsahovat:

- nůžky a zavírací špendlík
- 3 ks obvazů, elastické obinadlo
- náplast, rychloobvaz
- náplast s polštářkem
- trojcípý šátek, pryžové škrtidlo

- gáza hydrofilní skládanou
- borovou vodu 2 % 100 ml pro výplach očí a oční kapky
- injekční stříkačku sterilní 10-20 ml k výplachům
- dezinfekční roztok
- resuscitační roušku
- Léky:
 - analgetika – např. Acylpyrin, Paralen
 - živočišné uhlí - Carbocit
 - při alergických reakcích – např. Dithiaden
 - osobní léky

Rozhlasový přijímač:

- Rozhlasový přijímač v domácnosti je nezbytný pro varování a získání informací o případném hrozícím nebezpečí a pro získání pokynů k ukrytí nebo evakuaci.
- Rozhlasový přijímač by měl být nezávislý na připojení elektrického proudu (bateriový nebo solární s dynamem) a lehce přenosný. Mějte k němu vytvořenou zásobu náhradních baterií. Ty by měly mít dlouhou dobu skladovatelnosti:
 - přenosné tranzistorové rádio FM/AM + zásoba náhradních baterií
 - autorádia v autech – na autobaterii nebo za chodu motoru
 - dočasně MP3 přehrávače, některé mobilní telefony, tablety
 - pro tyto malé spotřebiče je možné využít nabitě power banky nebo solární nabíječky

Prostředky pro improvizovanou ochranu:

- Každá domácnost by měla být vybavena prostředky pro [improvizovanou ochranu dýchacích cest, očí a těla](#), jako je nepromokavý oděv nebo plášť s kapucí, gumové vysoké boty, gumové rukavice pro případy povodní, chemického poplachu atd.
- Lze doporučit i menší zásobu octa nebo kyseliny citrónové a jedlé sody (soda bicarbona) pro přípravu roztoku na improvizované prostředky dýchacích cest.

Zdroje světla:

- bateriové svítilny + zásoba náhradních baterií (nejlépe LED čelovky nebo svítilny s vlastním zdrojem – s dynamem nebo solárním zdrojem)
- chemická světla
- svíčky + zásoba sirek nebo zapalovač
- petrolejky + zásoba petroleje
- olejové lampy + olej na svícení
- acetylénové lampy + karbid vápníku
- zásoba odpovídajících knotů

Poznámka: při jejich použití vzniká nebezpečí požáru. Petrolejové nebo acetylenové lampy nelze použít v krytech!

Zdroje tepla:

- výhoda domácností vybavených krby, krbovými kamny, kamny na pevná paliva, sporáky
- zásoby pevných paliv – uhlí, dříví apod.
- tlakové nádoby s propan-butanem + infrazářiče
- kovové koše (venkovní kovová ohniště) – na dříví, dřevěné uhlí apod.
- do panelových domů bezkomínové bio krby na biolih
- spací pytle, teplé deky, teplé oblečení
- prostředky pro zateplení domácnosti – k utěsnění škvír, ventilace apod.

Příprava dokladů:

- Nejdůležitější rodinné doklady je vhodné umístit v tašce na doklady do kovové schránky, která je schopna odolávat požárům a případně živelným pohromám. Do této schránky je možné umístit i rodinné cennosti. Doporučujeme malé, přenosné pokladny.
- Ve schránce by měly být:
 - rodinné doklady (rodný list, oddací list atd.)
 - potvrzení o příjmu, resp. důchodu
 - kreditní karty, peníze, cenné papíry
 - zdravotní doklady - očkovací průkazy a důležité lékařské zprávy
 - pojistné smlouvy
 - nájemní smlouvy
 - smlouvy o stavebním a jiném spoření
 - darovací a nabývací smlouvy
 - velké technické průkazy motorových vozidel
 - důležité platební doklady
 - závěť
 - doklady o vzdělání, vysvědčení, výpisy z pozemkové knihy, apod.
- Nachystejte pro malé děti závěsný štítek nebo pouzdro se jménem, datem narození, adresou bydliště a případně dalšími důležitými údaji, např. o zdravotním stavu.
- V případě mimořádné události je nutné sebou mít sebou i osobní doklady - občanský průkaz, pas, řidičský průkaz, technické osvědčení apod. Součástí osobních dokladů by měla být i informace o Vašem zdravotním stavu a jméno osoby, kterou by bylo vhodné informovat v případě, že by se Vám něco stalo.
- Doporučuje se vytvořit si náhradní sadu ověřených kopií důležitých dokladů a listin a tu umístit na jiném vhodném místě - u příbuzných, rodinných příslušníků, bance apod.

- Jinou možností je své důležité dokumenty naskenovat a uložit na flash memory, kterou můžete vzít s sebou do evakuačního zavazadla

Příprava vozidla:

Jestliže jste vlastníky vozidla, buďte připraveni ho použít pro případnou evakuaci.

- V případě ohrožení mějte automobil při ruce k okamžitému použití.
- Vozidlo musí být v dobrém technickém stavu.
- Nádrž by měla mít zásobu pohonných hmot alespoň na 100 km.
- Ve vozidle by mělo mít v pořádku nářadí a náhradní díly.
- Rovněž by mělo mít automobilní lékárničku se zkontrolovaným obsahem.
- Doporučuje se mít v automobilu bateriovou svítilnu, nůž a lopatku, v zimě pytlík s pískem a sněhové řetězy, čajové svíčky a zapalovač (možný zdroj tepla).
- Součástí výbavy by měl být pracovní oděv (montérky) a deka.
- Ve vybavení automobilu by měl být malý hasicí přístroj.
- Stanovte si několik hlavních i náhradních tras úniku z možné ohrožené oblasti a mějte při ruce i automapu nebo přístroj s GPS
- Automobil případně vybavte:
 - USB adaptérem pro možné nabíjení mobilu (tabletů, MP3 apod.)
 - automobilním napáječem do autozásuvky – tímto automobil může sloužit jako malá nízkokapacitní elektrocentrála

Ochrana domácnosti před požárem:

- Před odchodem z domova na delší dobu uzavřete přívod plynu, vody, odpojte elektrické spotřebiče (mimo ledniček a mrazniček) a uhasťte oheň, odpojte přijímače od anténních rozvodů.
- Doporučuje se vybavit domácnost hasicím přístrojem a seznámit celou rodinu s jeho návodem na použití.

Data v počítačích:

- K zálohování pravidelně využívejte zálohovací disky – externí harddisky, flash memory, BD, DVD a CD, paměťové karty apod., ke kterým budete mít fyzický přístup.

Bezpečnost domácnosti:

- Pořídte si osobní obranné prostředky – nádobky se slzným plynem, paralyzér apod.
- Svou domácnost zabezpečte kvalitním bezpečnostním mechanickým dveřním systémem, okny s bezpečnostními skly nebo bezpečnostními roletami apod.
- Nikomu nesdělujte, jak jste připraveni na mimořádné situace a jaké máte vlastní zásoby a prostředky.

Zdroj: Město Hradec Králové