

Sada doporučení BOZP při jednotlivých činnostech

Materiál obsahuje doporučení pro zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při jednotlivých činnostech často zařazovaných do našich aktivit.

Vychází ze zkušeností, analýzy rizik a známých metodických materiálů. Stanovuje vhodné nikoli samospasitelné či absolutně univerzální postupy, která mohou vést k odstranění rizik. Z tohoto pohledu nejde o dokument zcela vyčerpávající. Musí se k němu přistupovat z hlediska zhodnocení konkrétních situací a vlastních podmínek. Nicméně je dost návodný proto, aby při dodržení myšlenky: „Dělej, co umíš, s tím, co máš, tam, kde jsi!“ - byl vhodným poučením, jak dosáhnout potřebného stupně zabezpečení činnosti.

Jednotlivé části hovoří o bezpečnosti:

- při rekreačních sportech na zamrzlých hladinách s. 2
- při lyžování s. 3
- při koupání s. 5
- při pěší turistice s. 7
- při praktické (rukodělné a podobné) činnosti s. 9
- při používání zábavné pyrotechniky s. 11
- při cykloturistice s. 12
- při terénních a nočních hrách s. 14
- při aktivitách v místnosti s. 16
- při manipulaci s ohněm s. 17
- v tělocvičně a na hřišti s. 19
- při střelbě s. 20
- při pohybu na veřej. komunikaci v obcích a při přesunech dopr. prostředky s. 21
- při vodních sportech s. 23
- při užívání PC/IT s. 24

Poznámky:

Výše zmiňovaná teze „Dělej, co umíš, s tím, co máš, tam, kde jsi!“ - má samozřejmě širší platnost a přesah ke všem krokům konaným z hlediska BOZP a požární ochrany. Na nás záleží, jak ji budeme provádět v praxi. V konečném důsledku nejde o nic víc či méně než o zajištění bezpečného prostředí (a to i psychického!) svěřených dětí i nás samotných.

Rozebírat zde otázku disciplíny a pořádku není zcela případné, protože rozprava o ukázněnosti patří více k pedagogice a psychologii, ale připomenout v obecném úvodu k popisům BOZP pro dílčí činnosti, že kázeň a organizovanost jsou zásadními prvky jakékoli bezpečné činnosti, je zcela na místě.

Bezpečnost při rekreačních sportech na zamrzlých hladinách

Co mít na paměti před vstupem na ledovou plochu:

- Bruslit se smí jen na takových místech, na kterých to bylo povoleno po kontrole (např. HZS).
- Na stojatých vodách, což jsou rybníky, jezera, vodní nádrže a přehrady, se doporučuje vstupovat na led v čase, kdy celodenní teploty klesnou pod bod mrazu po dobu deseti dnů a tloušťka ledu je alespoň 20 cm. I ta ale není konstantní po celé vodní hladině, ale je zeslabena v místech přítoků a odtoků a také tam, kde jsou různé nečistoty, listí a odpadky. V ledu mohou být zapíchnuté různé předměty, jako například větve, hole apod. Rybáři, potápěči a vodohospodáři takto označují otvory v ledu. Proto je vhodné se takto označeným místům v bezpečné vzdálenosti vyhnout.
- Nedoporučuje se vstupovat na tekoucí vody. V klimatickém pásmu České Republiky některé řeky nezamrzají vůbec nebo jen na velmi krátkou dobu. I když se může zdát, že je potok nebo řeka souvisle pokryta ledem, v místech hlavního proudu dochází k zeslabení ledu. Tím se riziko propadnutí zvyšuje. V případě proboření na tonoucí osobu nepůsobí pouze chlad a stres, ale také proud, který ji stahuje pod vodu.
- Děti by měly mezi sebou udržovat rozestup, aby příliš nezatežovaly led a v případě proboření přivolaly složky integrovaného záchranného systému.
- Všichni účastníci aktivit na ledové ploše musí být vybaveni vhodným oděvem (rukavice, čepice, kvalitní zimní obuv, teplé ponožky, apod.)

V případě proboření:

- Při proboření v blízkosti břehu se bruslař logicky snaží vylézt směrem ke břehu. Důležité je zachovat klid, panické chování rychle ubírá síly. Jestliže se nehoda stane uprostřed rozsáhlé vodní plochy, doporučuje se vylézt ve směru, odkud tonoucí přišel nebo přijel, protože tam byl led únosný. Od místa proboření je vhodné se plazit nebo válet, aby se hmotnost rozkládala na větší plochu.
- Jestliže nastane situace, kdy se někdo proboří do ledu a není schopen sám vylézt, záleží na momentálním zdravotním stavu a fyzických možnostech svědků, zda se rozhodnou pomoci nebo událost jen telefonicky oznámí na tísňovou linku. Při ohlášení na linku 112 je nutné stručně a zřetelně popsat kdo volá, co se stalo, kde se událost stala a jak je tonoucí osoba daleko od břehu. U velkých vodních ploch je potřeba upřesnit, ke kterému břehu je osoba blíže a popsat nejvhodnější příjezdovou cestu. Hovor vždy ukončuje až operátor tísňové linky po celkovém vytěžení informací. Jestliže se na místě nachází více svědků, je vhodné vyslat některého přihlížejícího, aby šel naproti přijíždějícím složkám IZS a navedl je na místo. Do příjezdu záchranných složek je nutné s tonoucí osobou komunikovat a ujišťovat o blížící se pomoci.
- K vytažení osoby může posloužit větev, hokejka, prkno, případně tažné laně z povinné výbavy vozidla. K záchraně je vhodná i rybářská loďka, kterou zachránce tlačí před sebou po ledu až k tonoucí osobě.
- Zachráněnou osobu, která je vytažená na břeh, je nutné urychleně převléci do suchého oblečení, ideálně ještě zabalit do ochranné folie. V případě, kdy osoba nemá hmatný puls a nedýchá, je potřeba neprodleně zahájit resuscitaci a pokračovat až do příjezdu některé ze složek IZS.
- Záchranu zvířat - ať už přimrzlých nebo probořených - je vždy nutné oznámit na tísňovou linku a vyřešení situace přenechat příslušníkům Hasičského záchranného sboru ČR, případně jednotkám SDH obcí.

Bezpečnost při lyžování

Před zahájením aktivity:

- Pořadatel stanovuje řád akce a denní režim. S těmito zásadami jsou účastníci akce včas a vhodnou formou seznámeni, u dětí jsou s nimi seznámeni i jejich zákonní zástupci. Hrubé nebo opakující se porušení těchto pravidel může být potrestáno i vyloučením z akce.
- Účastníci jsou povinni dodržovat předpisy a pokyny vedoucí k zajištění bezpečnosti a ochraně zdraví, včetně pravidel bezpečného pohybu na sjezdovkách a běžeckých tratích.
- Děti jsou rozřazeny do družstev podle své výkonnosti a zdravotního stavu. Družstvo má nejvýše 15 členů. U dětí se zdravotním postižením se počet snižuje vzhledem k charakteru postižení a dalším okolnostem.
- Péči o zdraví účastníků zajišťuje zdravotník, který má pro tuto práci potřebné předpoklady, znalosti a případně i kvalifikaci.
- Zpravidla se třetí¹⁾ den akce (tábora) se doporučuje z hlediska zdravotního zařadit jako odpočinkový.

Vybavení účastníků:

- ochranná helma;
- lyžařské brýle;
- hůlky;
- funkční oblečení, které je hřejivé, prodyšné a nepromokavé a navzdory tomu i lehké a tenké;
- rukavice;
- ochrana zad/páteře;
- správně padnoucí lyžařské boty;
- lyže, splňující bezpečnostní předpisy.

Zásady bezpečnosti a ochrany zdraví při aktivitě:

- Lanovky a vleky se používají jen pro organizovaný a metodicky vedený výcvik po řádném poučení
- Během pobytu jsou všichni účastníci akce (tábora) povinni dodržovat pokyny příslušníků Horské služby a respektovat výstražná znamení na nebezpečných místech.
- Po celou dobu akce (tábora) jsou všichni instruktoři povinni vyžadovat dodržování kázně, denního řádu a životosprávy a nedovolit dětem přeceňovat své síly nebo prokazovat nemístnou odvahu.
- Výcvik se provádí v terénu, který odpovídá lyžařské vyspělosti družstva.
- Za nepříznivých podmínek (hustá mlha, sněhová bouře) se výcvik omezuje nebo nekoná.
- Pro začínající lyžaře se vybírá terén s bezpečným dojezdem.
- Při turistice na lyžích jedou děti ve skupině v pravidelných odstupech, které se při zhoršené viditelnosti zkracují až na dotek.
- Skupina se řídí pokyny vedoucího, který jde v čele, v jejím závěru jede zkušený lyžař.
- Provádí se časté překontrolování počtu účastníků v průběhu akce i po jejím ukončení.
- Každý z pracovníků musí být schopen podat základní informace o výcviku.

LYŽAŘSKÉ DESATERO HORSKÉ SLUŽBY

1. Ohled na ostatní lyžaře:

Lyžař se musí neustále chovat tak, aby neohrožoval nebo nepoškozoval někoho jiného.

2. Zvládnutí rychlosti a způsobu jízdy:

¹⁾ Odpověď na otázku - Proč zrovna třetí den? Není věcně vymezeno, plyne z dlouholetých zkušeností.

Lyžař musí jezdit s přiměřeným odstupem a s ohledem na vzdálenost, na kterou vidí. Svou rychlost a svůj způsob jízdy musí přizpůsobit svému umění, terénním, sněhovým a povětrnostním poměrům, jakož i hustotě provozu.

3. Volba jízdní stopy:

Každý přijíždějící zezadu musí svou jízdní stopu zvolit tak, aby neohrožoval lyžaře jedoucího před ním.

4. Předjíždění:

Předjíždět se může ze shora nebo zespona, zprava nebo zleva, ale vždy jen s odstupem, který poskytne předjížděnému lyžaři či snowboardistovi pro všechny jeho pohyby dostatek prostoru.

5. Vjíždění a rozjíždění:

Každý, kdo chce vjet do sjezdové tratě nebo se chce po zastavení opět rozjet, se musí rozhlédnout nahoru a dolů a přesvědčit se, že to může učinit bez nebezpečí pro sebe a pro ostatní.

6. Zastavení:

Lyžař se musí vyhýbat tomu, aby se zbytečně zdržoval na úzkých nebo nepřehledných místech sjezdové tratě. Ten, který upadl, musí takové místo uvolnit co nejrychleji.

7. Stoupání a sestup:

Ten, který stoupá nebo sestupuje pěšky, musí používat okraj sjezdové tratě.

8. Respektování značek:

Lyžař musí respektovat značení a signalizaci.

9. Chování při úrazech:

Při úrazech je každý povinen poskytnout první pomoc.

10. Povinnost prokázání se:

Každý, ať svědek, nebo účastník, ať odpovědný, nebo ne, je povinen v případě úrazu prokázat své osobní údaje.

Bezpečnost při koupání

Úvod

Koupáním se myslí rekreační pobývání v bazénu, rybníku, jezeře či jiném k tomu určeném místě. Aktivity během koupání zahrnují např. plavání, hry ve vodě, nebo potápění.

Žádný přehled pravidel není zcela vyčerpávající, neboť nemůže pamatovat na všechny možné situace, jež mohou nastat. Následující doporučení je proto potřeba uplatnit vždy s ohledem na konkrétní prostor (bazén, přírodní koupaliště), roční období, čas a další proměnné.

Co vědět před vstupem do vody:

- Koupat se s oddílem (družinou) osob mladších 18 let lze jen se souhlasem a za přítomnosti pověřené osoby starší 18 let (vedoucího akce) schopné vykonávat dozor u této činnosti.
- Vedoucí musí být vždy dobrý plavec, schopný poskytnout záchranu tonoucím, jinak nemůže být touto funkcí pověřen.
- Děti se mohou koupat jen za dohledu osoby činné při zotavovací akci jako dozor.
- Děti se mohou koupat po dobu maximálně 30 minut, pokud má voda teplotu alespoň 20°C. Otůžilejší děti starší 9 let se mohou koupat i ve vodě o teplotě 18°C. Doba pobytu ve vodě se zkracuje na 10 minut. Po odpovídající přestávce mohou děti v koupání pokračovat.
- V případě vodních sportů a jiných rizikových vodních aktivit je nutné lékařské potvrzení.
- S dětmi se koupe vždy vedoucí a je s nimi ve vodě. Pouze při nácvičku skoků do vody pozoruje děti ze břehu. Druhý dospělý sleduje děti ze břehu.
- Koupání dětí v přírodě musí být přizpůsobeno počasí, fyzické zdatnosti dětí a jejich plaveckým schopnostem.
- Koupání musí být výslovně uvedeno v plánu oddílu, skupiny, vícedenní výpravy, denním programu tábora (rozkaze). Je-li koupání zařazeno dodatečně, musí vedoucí tuto změnu vyznačit v programu.
- Program ve vodě je třeba zařazovat jen v teplém počasí nebo tehdy, jsme-li schopni zajistit následné prohřátí účastníků (sauna, vytápěná místnost).
- Ke koupání využívat koupaliště schválené Hygienickou službou.
- Místo ke koupání v přírodě, s výjimkou koupání v bazénech a rekreačních rybnících, musí být projednáno s hygienikem - v případě přírodních nádrží zveřejňuje HS informace o závadných nádržích na webových stránkách.
- S dětmi se koupat pouze na známých, ověřených místech, vedoucí jde do vody první a prověří bezpečnost.
- Před koupáním je třeba prozkoumat dno, přístup k vodě, hloubku vody a vyhradit prostor pro plavce i neplavce.
- Doporučují se společná koupání oddílů s tím, že na nekoupající se děti dozírá další vedoucí.
- U koupaliště na řece nebo velké vodní ploše při koupání více než jednoho oddílu musí být na vodě loďka, obsazená dospělým a vybavená jednoduchým (i nafukovacím) záchranným kruhem na 10 m dlouhém pevném provazu.
- Při koupání více oddílů a plaveckém výcviku dětí na akci (táboře) má být přítomen zdravotník akce (tábora).

Na co dát pozor při koupání:

- Při první návštěvě koupaliště se vedoucí osobně přesvědčí o plaveckých schopnostech dětí a rozdělí je na plavce a neplavce.
- Pro neplavce platí zvýšený dohled, neopouštět vyhrazený prostor, kde stačí (pokud neprobíhá výcvik neplavců).
- Ani plavci se nesmějí vzdalovat mimo stanovený prostor pro koupání.
- Ve vodě by mělo pobývat nejvýše 6 - 10 dětí na jednoho dospělého.

- Do vody se děti pouštějí nejdříve 1 hodinu po hlavním jídle nebo intenzivní aktivitě, nikdy ve stavu přehřátí organismu.
- Neukázněné děti je nutné okamžitě vykázat z vody. Je kladen vysoký důraz na kázeň a pořádek.
- Osvědčilo se rozdělit děti do dvojic s tím, že se navzájem hlídají.
- Vedoucí musí mít neustálý přehled o všech dětech, tedy i o těch, které se právě nekoupou.
- Je nutné dávat pozor na nebezpečné hry - potápění a podobně.
- Děti se do vody nesmí házet ani strkat.
- Je vhodné děti ve vodě označit, nejlépe barevně rozlišenými čepičkami nebo páskami.
- Po vykoupání se děti převlečou do suchého oděvu, zejména před cestou do místa ubytování ze vzdálenějšího koupaliště nebo před zahájením jiné činnosti.

Kde se koupat nesmí:

- 100 m na obě strany od mostů, přístavních můstků veřejné dopravy, přecladišť a vjezdů do přístavů;
- v požárních bazénech a nádržích (pokud k tomu nejsou určeny);
- u jezů do vzdálenosti, kterou stanoví plavební správa po projednání se správcem jezu (je většinou vyznačeno);
- v plavebních komorách a jejich obvodech;
- v místech zakázaných a označených plavební správou nebo poříčním oddílem Policie ČR;
- v chovných rybnících označených majitelem;
- v nádržích pro odběr pitné vody.

Je zakázáno:

- křížit plavební dráhu plavidel s vlastním pohonem přibližovat se k nim, zavěšovat se a lézt na ně;
- koupající se osoby nesmějí ohrožovat bezpečnost a plynulost plavby;
- zavěšovat se a lézt na plavební znaky, poškozovat je a přemísťovat;
- vstupovat na jezy, plavební zařízení a jejich části, na přístavní můstky, určené pro účely vodní dopravy;
- nechat se volně unášet na nafukovacích lehátkách na vodní hladině v plavební dráze.

Bezpečnost při pěší turistice

Úvod

K hlavním nebezpečím, která mohou při turistice nastat, patří subjektivní nebezpečí (špatná fyzická kondice, výzbroj, výstroj, nedostatečné zkušenosti, přeceňování fyzických sil) a objektivní nebezpečí, na kterém se zejména podílí rychlá změna počasí (mlha, vítr, mráz, sníh, déšť), ztráta orientace, těžký a nebezpečný terén, zranění.

Před turistickým pochodem

- Před pochodem je vedoucí pochodu či jiná pověřená osoba povinna seznámit účastníky s možným nebezpečím, zjistit momentální zdravotní stav účastníků a aktuální podmínky (zejména povětrnostní).
- Účastníky je nutné vždy seznámit se směrem, trasou a cílem výletu a poučit je, co dělat v případě, že se ztratí.
- Stanovit postup a délku pochodu tak, aby odpovídala fyzicky nejméně zdatnému účastníkovi, povětrnostním podmínkám a zvolenému terénu.
- Pro případ samostatného pohybu v terénu zajistit předem seznámení se stanovenou trasou, její očekávanou délkou a postupech pro případ ztráty nebo zranění.
- Noční přesuny v přírodním terénu zajistit tak, aby byl zajištěn dostatečný přímý dohled nad účastníky.
- Do časového rozvrhu pochodu je nutné započítat rezervu (dle délky, u celodenních i 1 - 2 hodiny) a dostatek přestávek - viz podrobněji dále.
- Děti musí být před túrou poučeny o možném nebezpečí - dle trasy, např. pokousání zvířaty, pobodání hmyzem, jedovaté rostliny a houby vyskytující se v oblasti, v létě pak úpal, úžeh, zánět spojivek.
- Před cestou je nutné provést důslednou kontrolu výstroje a výzbroje s přihlédnutím k plánované trase a trvání výletu.
- Všichni účastníci musí být vhodně oblečeni a obuti (vzhledem k počasí a terénu) a mít dostatečné vybavení dle pokynů svého vedoucího. Mezi takové vybavení může patřit: jídlo, pití, KPZ, píšťalka, náhradní oblečení, doklady, peníze, baterka, mapa, příp. náplast na puchýře, spací pytel, stan, kompas či buzola, apod.
- V případě potřeby přespání - krátkodobého stanování je potřeba vybrat suché místo, bez stromů. Vhodné místo ideálně hledat již za světla a pouze na místech k tomu povolených.

Během turistického pochodu

- Skupinu musí vést alespoň jeden člen starší 15 let (instruktor), ideální jsou alespoň dva, aby jeden vedl a druhý šel poslední.
- I v těžším terénu je nutné udržovat skupinu pohromadě (všichni musí slyšet nebo vidět pokyny vedoucího).
- Při hrách a pochodu se vyhýbat svahům a velkému sklonu, kamenitým a suťovým stráním, převislým skalám, lomům apod.
- Při zdolávání přírodních překážek je nutné dávat dětem záchranu.
- Při pochodech je třeba dbát na dostatečné množství tekutin a ochranu proti slunci (včetně vhodně umístěných přestávek ve stínu).
- Při vícedenním putování je nutné promyšleně střídat dny pochodu s dny odpočinku (například do 12 let 1 den pochod : 1 den odpočinek, do 14 let 2:1, do 15 let 3:1).

Poznámka: Dále uvedené údaje jsou orientační a nemají faktickou oporu v žádném úředním předpisu. Vycházejí z dlouholeté praxe a tradují se z (více méně historických) metodických materiálů. Vzhledem k tomu, že ovšem jiné podklady nejsou, přitom jsou vyzkoušené, užívají se stále. Ačkoli například aktuálně prezentované výzkumy nezdědky upozorňují na zjištění, že fyzická zdatnost dnešních dětí a mladých lidí je v porovnání s předcházející dobou o dost slabší. To vše je potřebné vzít v úvahu.

Doporučené zatížení a rychlost pochodu dětí a mládeže při pěší turistice

Délka	věk	začátečníci		pokročilí		zkušení		rychlost (km/h)
		km	kg	km	kg	km	kg	
1 den	4-5	6	0	6	0	6	0	do 2
	6-7	7	0	8	0	9	0	2,5
	8-9	8	2	10	2	12	2	3
	10-11	10	4	12	5	14	6	3
	12-13	12	6	15	7	18	8	3,5
	14-15	15	7,5	18	9	21	10,5	4
2 dny	16-18	20	9,5	25	12	30	14,5	4,5
	10-11	15	4	20	5	24	6	3
	12-13	20	6	25	7	30	8	3,5
	14-15	25	7,5	30	9	35	10,5	4
3 dny	16-18	36	9,5	45	12	54	14,5	4,5
	12-13	28	6	35	7	42	8	3,5
	14-15	33	7,5	40	9	47	10,5	4
	16-18	48	9,5	60	12	72	14,5	4,5

Přestávky v pochodu

- První zastávka po 10 - 15 minutách pochodu;
 - věnovaná hlavně případným úpravám výstroje dětí (tkaničky, batohy apod.).
- Další zastávky zařadíme každých 45 - 50 minut:
 - pro mladší děti po 2 - 3 km chůze;
 - pro starší po 4 - 5 km chůze.
- Přestávka by měla trvat minimálně 5 - 10 minut, v létě i hodinu či déle.
- Během přestávek musíme mít neustálý přehled o tom, kde které dítě je.

SPOLEČNÝ KODEX VŠECH TURISTŮ

1. Základním pravidlem je ohleduplnost k ostatním uživatelům cest i k přírodě.
2. Při nasazených sluchátkách člověk hůře vnímá zvuky z okolí, v přírodě je ale nutná ostražitost.
3. Pro zastávky a odpočinek je ideální zvolit místo mimo cestu.
4. Nenechávat nikde v přírodě odpadky.
5. Chránit značení tras, upozornit na jejich závady.
6. Do přírody se vyrazí relaxovat a nikoli se hádat a rozčilovat.
7. Na společných cestách je nutno nechat projíždějícím cyklistům volný pruh k projetí.
8. Při chůzi je nezbytné sledovat provoz před sebou i za sebou a upozornit ostatní ve skupině na průjezd cyklistů nebo lyžařů.

Bezpečnost při praktické (rukodělné a podobné) činnosti

Úvod

Při praktické (rukodělné a podobné) činnosti musí být klubovna/pracoviště a její vybavení, včetně užívaných výrobních a pracovních prostředků a zařízení, v nezávadném stavu a musí odpovídat požadavkům předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.

Musí být dodržovány předpisy k zajištění bezpečnosti a ochraně zdraví při práci a hygienické předpisy. Účastníkům jsou - na základě vyhodnocení rizik a konkrétních podmínek činnosti - podle potřeby přidělovány ochranné prostředky.

Pokud se praktická (rukodělná a podobná) činnost uskutečňuje u jiné právnické nebo fyzické osoby, musí být ve smlouvě, kterou o tom pobočný subjekt s touto osobou písemně uzavírá, obsažena mimo jiné i ustanovení o opatřeních k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví účastníků, včetně ochranných opatření, která musí být přijata, o poskytování ochranných prostředků, ochranných nápojů, mycích, čisticích a dezinfekčních prostředků apod. Právnická nebo fyzická osoba je povinna zajistit účastníkům bezpečnost a ochranu zdraví při pracovní činnosti ve stejném rozsahu, jako tomu je u vlastních zaměstnanců, s přihlédnutím k jejich věku, fyzickému a rozumovému rozvoji. Při práci malých dětí je třeba zvýšit dozor.

Musí být dodržena bezpečnost při práci s nástroji a nářadím a při každé manipulaci s nimi, je nutná přítomnost dospělé osoby, která před každou prací zkontroluje stav nářadí a dětem nejprve vysvětlí základní pravidla práce s nástroji a nářadím. Vždy musí mít k dispozici lékárníčku první pomoci, hlásit a ošetřit i drobná zranění (kvůli možné otravě, tetanu,...) sepsat záznam o úrazu (viz Příloha IV.20).

Zásady práce s nářadím

Obecné:

- Pracovat vždy na určeném místě podle daných pokynů.
- V těsné blízkosti toho, kdo pracuje s nástroji nebo nářadím nesmí nikdo pobývat (nebezpečí zranění).
- Nástroje se přenáší nejlépe v ochranném obalu, nikdy se s nimi neběhá, ani nehází.
- Pokud se nástroje nebo nářadí nepoužívají, jsou uložena na bezpečném a dobře označeném místě (pozor zejména na hrábě, kosu, uvolněné nářadí apod.).
- Respektovat zásadu, že ostrý nástroj je vždy bezpečnější než tupý.
- Pokud vzniká odpad, tak průběžný úklid odpadu do vyhrazené nádoby, na vyhrazené místo.
- Pozor na používané materiály (hořlaviny, jedy, barvy atp.).

Specifické:

- Mladistvým je zakázáno pracovat ve výškách nad 1,5 metrů a nad volnou hloubkou, popis práce ve výškách je v nařízení vlády 324/1990.
- Při práci ve výšce - nad 1,5 metru (je třeba vybudovat např. zábradlí) musí mít pracovníci bezpečnostní pásy. Výjimku tvoří „lehká práce na žebříku“. Tady nesmí pracovat více pracovníků pod sebou, žebřík musí být uchycen, prostor pod žebříkem musí být vyklizený, pracovník nesmí pracovat „zády“ k žebříku, nesmí se naklánět.
- Zákaz zvedání a přenášení těžkých břemen - děti do 16 let - nad 10 kg, ženy - nad 15 (20) kg, muži - nad 30 (50) kg. Pozor při přepravě nábytku a některých částí například táborových staveb, nádob s vodou. Řešením je práce ve skupině a použití „techniky“ - kára, vozík, kladka.
- Na pracovišti se zvýšeným rizikem nesmí nikdo pracovat osamocně.
- Vhodné obutí a oblečení (uklouznutí, hřebíky, sklo, pozor na rotující či jinak se pohybující části strojů...).

Nůž, nůžky:

- Nůž, nůžky a jiné špičaté předměty podáváme špicí k zemi.
- Volit vhodnou velikost a typ dle účelu použití, stříhaného materiálu, věku a zručnosti dětí.

- Nůž je pro děti nejvhodnější zavírací, nezavírací nůž může z pouzdra vypadnout, pouzdro se může poškodit či ho dítě může ztratit a riziko poranění je mnohem vyšší.
- Opracovávané předměty se nikdy nekrájí, neoškrabují, nenabodávají špicí nebo ostrím k tělu nebo k ruce, ale vždy ve směru od těla.

Sekera:

- Musí být správně nasazena a zaklínována.
- Při chůzi je vždy držena za kovovou část ostrím dolů (nebo v pouzdru).
- Při sekání stát vždy tak, aby při případném sklouznutí sekera nezasáhla končetinu nebo jinou část těla, pozor na odletující třísky nebo kusy špalků.
- Štípat a sekát je nutné vždy na pevném dřevěném podkladu (špalku), nikdy ne přímo na zemi či kamenech (sekera se tak rychle ničí, tupí...).
- Kácení stromů (po řádném povolení - například soušky na topení) přichází v úvahu jen pro zkušené vedoucí.

Pila:

- Řezané dřevo je vždy nutné zabezpečit proti posunu, převážení a sevření listu pily tím, že se vhodně podloží, připevní nebo jej někdo přidrží v dostatečné vzdálenosti od místa řezu.
- Při řezání větších kusů dřeva je vždy nutné, aby těm, kdo přímo řežou, někdo další přidržoval dřevo i odřezávané kusy. U obou osob je třeba dbát na bezpečnost.
- Při přepravě je nutné list opatřit chráničem, aby nedošlo ke zranění osob či poničení majetku.
- Při přenášení pily ji držet vždy tak, aby byly zuby obráceny k zemi.
- Ve skupině nosit náradí přes rameno - možnost zranění při otáčení.

Kladivo:

- Zatlučené hřebíky se vzadu ohýbají jen po létech dřeva.
- Nesprávně ohnutý hřebík může být příčinou zranění.

Elektrické přenosné náradí:

- Pro práci s elektrickým náradím je třeba zvláštní poučení a pověření (vrtačky, ruční řetězové pily na táboře...).
- Elektrické náradí a prodlužovací kabely musí procházet pravidelnými ročními revizemi (karta).
- K dispozici musí být návody na použití.
- Pokud se před započítím práce zjistí, že náradí (příp. prodlužovací šňůry) je vlhké nebo mokré, může být používáno až po vyschnutí a provedení revize.
- Náradí nesmí být připojeno do znečištěné nebo poškozené zásuvky.
- Jestliže náradí vykazuje při práci mechanické nebo elektrické závady musí být náradí okamžitě odpojeno.
- Revize se musí provést při každé předpokládané nebo zjištěné závadě.
- Zajistit revize vybraných technických zařízení, přenosného mechanického i elektrického náradí, tlakových nádob, rozvodů plynu a elektrické energie...

Při používání jiného náradí je povinností pořadatele akce vytvořit podklad a všechny vedoucí, dobrovolníky a účastníky poučit o bezpečnosti při používání daného náradí či nástrojů.

Bezpečnost při používání zábavné pyrotechniky

Úvod

Při řadě akcí je používána zábavná pyrotechnika, popř. jiné pyrotechnické výrobky. Zásady bezpečnosti při práci s dětmi v oblasti používání takovéto pyrotechniky by měly být řazeny mezi prioritní a měla by je provádět pouze náležitě poučená osoba.

Podmínky prodeje pyrotechnických výrobků, zacházení s nimi a požadavky, které musí pyrotechnické výrobky splňovat, s nimi stanovuje zákon č. 206/2015 Sb. Ten zařazuje pyrotechnické výrobky do těchto druhů a kategorií:

I. Zábavní pyrotechnika

- a) Kategorii F1, do níž patří zábavní pyrotechnika, která představuje velmi malé nebezpečí a má zanedbatelnou úroveň hluku, a která je určena pro použití na omezených plochách, včetně zábavní pyrotechniky určené k použití uvnitř obytných budov. Tato kategorie je přístupná od 15 let věku.
- b) Kategorii F2, do níž patří zábavní pyrotechnika, která představuje velmi malé nebezpečí a má nízkou úroveň hluku, a která je určena pro použití na omezených plochách. Tato kategorie je přístupná od 18 let věku.
- c) Kategorii F3, do níž patří zábavní pyrotechnika, která představuje středně velké nebezpečí, je určena pouze pro venkovní použití na otevřených prostranstvích a jejíž úroveň hluku neporušuje lidské zdraví. Tato kategorie je přístupná od 21 let věku, popř. osobě starší 18 let s odbornou způsobilostí (dříve průkaz odpalovače ohňostrojů).
- d) Kategorii F4, do níž patří zábavní pyrotechnika, která představuje velké nebezpečí, je určena pro použití pouze osobami s odbornou způsobilostí a jejíž úroveň hluku neporušuje lidské zdraví.

II. Divadelní pyrotechnika

- a) Kategorii T1, do níž patří divadelní pyrotechnika, která představuje malé nebezpečí, Tato kategorie je přístupná od 18 let.
- b) Kategorii T2, do níž patří divadelní pyrotechnika, kterou mohou používat pouze osoby s odbornou způsobilostí.

III. Ostatní pyrotechnické výrobky

- a) Kategorii P1, do níž patří ostatní pyrotechnické výrobky, která představuje malé nebezpečí, Tato kategorie je přístupná od 18 let.
- b) Kategorii P2, do níž patří ostatní pyrotechnika, kterou mohou používat pouze osoby s odbornou způsobilostí.

Pyrotechnické výrobky musí být označeny mj. kategorií pyrotechnického výrobku, dobu použitelnosti, minimální bezpečnou vzdálenost, čistý obsah výbušných látek (NEC) a musí mít návod na bezpečnou obsluhu.

Konkrétní zásady bezpečnosti:

- Vždy je nutné postupovat dle návodu a dalších instrukcí uvedených na výrobku.
- Pozor na nevyhořelé zbytky pyrotechniky, které mají děti chuť prozkoumat, v případě selhání postupovat dle pokynů na výrobku.
- Nenechat děti sahat na výbušný materiál.
- Nikdy nepoužívat poškozený (roztržený, proražený, navlhlý) výrobek, nebo neoznačený, či jen částečně značený výrobek.
- Pro úplnost ještě připomenutí: Nalezená munice (vojenská, sportovní či lovecká) se nesmí brát do ruky, nález je nutné ohlásit na nejbližší služebně Policie ČR nebo na nejbližší obecní úřad, lze využít i linku tísňového volání: 158 - Policie ČR či univerzální číslo: 112.

Bezpečnost při cykloturistice

Vybavení kola

Podmínkou pro užití jízdního kola (jízdním kolem se z hlediska provozu na pozemních komunikacích rozumí i koloběžka) v provozu na pozemních komunikacích je podle zákona č. 56/2001 Sb. a ve znění Vyhlášky MDS ČR č. 341/2002 Sb. jeho vybavení:

- dvě na sobě nezávislé účinné brzdy;
- jasně znějící zvonek nebo obdobné zařízení (nevztahuje se na účastníky sportovních akcí);
- přední odrazka bílé barvy;
- zadní odrazka červené barvy;
- odrazky oranžové barvy na šlapadlech a v paprscích kol (lze nahradit odrazovými materiály stejných vlastností umístěnými na oděvu nebo obuvi cyklisty).

Dále za snížené viditelnosti:

- světlomet svítící dopředu bílým světlem.
- svítidla svítící dozadu stálým nebo přerušovaným červeným světlem.

Výstroj cyklisty:

- Podle Zákona č. 361/2000 Sb., je cyklista mladší 15 let povinen použít ochrannou přilbu schváleného typu a mít ji nasazenou a řádně připevněnou na hlavě, a to za jízdy v provozu i mimo něj. Při horské cyklistice mají ochrannou přilbu všichni cyklisté.
- Počet vrstev zvolit podle počasí a intenzity výkonu.
- Aplikovat oblekání do více vrstev, tzv. „cibulový princip“ (spodní vrstva, vrstva tepelně-izolační, vrstva proti větru, proti vlhkosti a dešti).
- Oblečení má svůj specifický tvar (aerodynamičnost), barevnost (bezpečnost) a styl (dostatečná délka trik s kapsami - chrání bederní páteř). Oblečení nesmí škrtit a drít. V rozkroku bývá všita speciální vložka.

Mezi další cyklistické vybavení patří:

- Cyklistická obuv opatřená zarážkou nebo nášlapným mechanismem.
- Rukavice bez prstů, se zesílenou dlaňovou částí (ochrana při pádech).
- Brýle proti oslnění, zachycují prach a mouchy.
- Láhev umístěná v držáku (pro doplnění tekutin).
- Pro cykloputování jsou vhodné nosiče, a to nejen zadní, ale i přední pro rozložení váhy (nejlépe v poměru 2:1 = zadní:přední). Maximální zátěž na zadní nosič je 20 kg pro dospělou osobu.
- Mechanická brašna - hustilka a všechny typy ventilků, jeden kus duší a ventilků ve skupině, souprava na lepení duší a kousek měkké gumy na podložení pláště, montážní páky na demontáž pláště, malý stavitelný stranový klíč, sada imbusových klíčů. Na vícedenní cesty ještě další materiál.

Zásady bezpečnosti před jízdou

- Cyklista musí dbát na dobrý technický stav svého jízdního kola a výstroje (pokud vedeme skupinu, je dobré se předem přesvědčit o stavu kol a výstroje všech účastníků).
- Trasy vybírat úměrně věku, zdravotnímu a fyzickému stavu účastníků. Žádoucí je vybrat trasu vedoucí v terénu či po cyklotrasách (co nejméně po frekventovaných komunikacích).
- S sebou základní náradí, lékárničku, větrovku, pití (nezapomenout dodržovat pravidelný pitný režim), lehkou energetickou stravu.
- Dbát na bezpečnost svou (ochranná přilba, rukavice, brýle aj.) i ostatních.
- I se sebemenší skupinou by měli jet dva dospělí (jeden jede jako první, druhý jako poslední). Při počtu dětí 15-30 je žádoucí, aby se skupinou jely tři dospělé osoby. Při počtu účastníků vyšším než 30 by měla jedna dospělá osoba mít ve skupině maximálně 10 dětí. Ideální stav by byl, z hlediska vedení skupiny cyklistů, na jednoho dospělého šest dětí.
- Dítě mladší 10 let smí na silnici jen pod dohledem osoby starší 15 let (to neplatí pro jízdu na chodníku, cyklistické stezce a v obytné a pěší zóně).

- Účastníky je třeba informovat o průběhu trasy, možných nebezpečných úsecích a plánovaných přestávkách.
- Nutné je také striktní dodržování pravidel pohybu skupiny na komunikacích.
- Na vhodných místech zařazovat různá cvičení jízdy zručnosti.

Zdravotní příprava

- zahrnuje pravidla organizace kurzu v terénu. Účast na kurzu je povolena účastníkům zařazeným do I. a II. zdravotní skupiny (III. skupina pouze se svolením lékaře). Skupinu nad 30 účastníků doprovází zdravotník, v menších skupinách může zajišťovat zdravotní dozor doprovázející vedoucí s příslušnou kvalifikací. Je třeba, aby vedoucí před odjezdem zkontroloval, že každý účastník s sebou veze kartičku zdravotní pojišťovny (originál nebo kopii) a podepsané prohlášení o bezinfekčnosti. Měl by znát zdravotní stav účastníků, včetně případných nemocí nebo zdravotních rizik (alergie, astma). Účastníci si s sebou nesmí zapomenout vzít případné vlastní léky.

Pravidla chování při jízdě na kole

- Cyklista je povinen jet při pravém okraji vozovky a pouze na povolených cestách a to tím způsobem, aby nepoškozoval povrch cesty či vozovky
- Jezdí se jenom po jednom za sebou.
- Nesmí se jezdit bez držení řídicích, držet se jiného vozidla, vést za jízdy druhé jízdní kolo, ruční vozík nebo psa.
- Při jízdě musí mít cyklista nohy na šlapadlech.
- Cyklista musí respektovat dopravní značky a předpisy pro účastníky silničního provozu.
- Při vjíždění do provozu od chodníku nebo z polní či lesní cesty se musí dát přednost v jízdě všem vozidlům, která jedou po silnici.
- Po chodníku smí cyklista vést jízdní kolo, ale nesmí přitom ohrozit chodce.
- Vedení kola po silnici je dovoleno, ale kolo je vedeno na straně do silnice.
- Cyklista musí mít kontrolu nad svým kolem a nesmí přeceňovat svou technickou zdatnost
- Jsou-li v okolí zvířata, cyklista musí dbát na to, aby je nevyplašil a brány ohrad nechávat tak, jak je našel (tj. zavřít, pokud byly zavřené).
- Cyklista je povinen dát přednost ostatním a včas a vhodně je upozornit, pokud se chystá změnit směr či rychlost jízdy. Je také nutné udržovat bezpečnou vzdálenost od ostatních cyklistů a jiných účastníků provozu, aby mohl cyklista v případě potřeby bezpečně zastavit, aniž by ohrozil zdravé své či ostatních.

CYKLISTICKÉ DESATERO

1. Dbejte na stav kola a jeho výbavu.
2. Snažte se vidět a být viděni.
3. Vyhněte se alkoholu a omamným látkám.
4. Vydejte se jen na cestu, kterou zvládnete.
5. Buďte ohleduplní a předvídaví.
6. Komunikujte s okolím.
7. Jezděte při pravém okraji a s rozestupy.
8. Dávejte pozor na mrtvé úhly.
9. Kolo zamykejte s rozmyslem.
10. Kolizi se zraněním nahlaste.

Bezpečnost při terénních a nočních hrách

Obecné zásady bezpečnosti při hrách a pohybových aktivitách v přírodě

- Vybrat vhodný prostor/terén pro danou činnost vzhledem k jeho velikosti, bezpečnosti a vnějším vlivům.
- Zajistit seznámení se s prostorem vybraným pro činnost a vyhodnotit rizika z něj vyplývající.
- S ohledem na charakter hry a zvolený terén stanovit vhodné obutí a oblečení a případně použití dalších ochranných pomůcek.
- Dle délky a povahy aktivity zajistit pitný režim a zdravotní dozor.
- Zajistit dohled a případnou pomoc při zdolávání přírodních překážek s ohledem na věk a zdatnost účastníků.
- Poučit účastníky činnosti zejména:
 - o prostoru vymezeném pro hru (místě zahájení, průběhu a ukončení činnosti),
 - o pravidlech pro nahlášení přítomnosti po ukončení hry, pokud to počet účastníků a prostorové podmínky vyžadují,
 - o stanovené délce činnosti,
 - o stanoveném svolávacím signálu,
 - o možných rizicích s ohledem na charakter terénu ve stanoveném prostoru a pravidla realizované aktivity,
 - o postupech pro případ, že se účastník činnosti ztratí nebo zraní,
 - o prevenci přehřátí, spálení sluncem, podchlazení, apod. - v závislosti na ročním období a aktuálním počasí.

Zásady bezpečnosti při nočních hrách v přírodě

- Zvolit vhodné vymezení prostoru - nebezpečí zabloudění (vymezení nejlépe označenými cestami, které pak nesmí nikdo překročit - v noci na cestě postavit alespoň jednu hlídku).
- Noční hry provádět v „bezpečném prostoru“, který všichni dobře znají z denního programu a/nebo je důkladně zabezpečen.
- Seznámit všechny vedoucí a děti s riziky pohybu v noci, nebezpečí poranění ve tmě (terénní nerovnosti a překážky, větve stromů - držet ruku před obličejem...), zásada zvýšené opatrnosti při pohybu.
- Zajistit četné kontroly vedoucích.
- Děti při nočních hrách a stezkách odvahy nestrašit, vedoucí zabezpečují trasu v naprostém klidu (vést děti k tomu aby tmu příp. samotu braly jako součást hry, pobytu v přírodě - pomáhá průběžné přivykání - noční hlídky, kolektivní noční vycházka např. s pozorováním hvězdné oblohy, nácvik pohybu za tmy, poslouchání zvuků přírody...).
- Dbát na vhodné oblečení a obutí účastníků.
- Dle potřeby zkontrolovat další vybavení (svítilna, signální pišťalka - případně znalost domluvených signálů atd.).

Zásady bezpečnosti při nočních hlídkách

- Poučit děti (opakovaně, vždy před nástupem na hlídku):
 - o významu hlídek (někdo musí vždy být vzhůru, aby upozornil ostatní na nebezpečí),
 - jak hlídat, jak vyhlášovat poplach a podobně,
 - na koho z vedoucích se v případě i pouhého pocitu nebezpečí obrátit,
 - jak se na hlídku vhodně obléct a vybavit (svítilna apod.),
 - čeho se vyvarovat (dle místních podmínek - např. při hlídání u ohně či lampy je hlídka oslněna).
- Dbát na to, aby se hlídky neopakovaly příliš často (vždy alespoň dvě noci bez hlídky).
- Správně rozložit hlídky - mladší děti (do 10 let) by měly hlídat jen zvečera nebo ráno, vždy nejdéle hodinu.
- Nenechat děti hlídat samotné - lepší po dvou.

Zásady bezpečnosti při bouřce:

- Vzhledem k relativní spolehlivosti předpovědi počasí a možnosti ji téměř kdykoliv zkontrolovat na internetu, se doporučuje plánovat venkovní aktivity (zejména v rizikových místech) jen v případě, že se neočekávají silné deště a bouřky.
- Pokud se oddíl ocitne v otevřeném prostoru při bouřce, je nutné najít bezpečný úkryt.
- Důležité je vyhnout se otevřeným pláním, osamělým stromům, alejím, kovovým předmětům, vodním plochám, a místům, které může zatopit voda (v případě přívalových dešťů).
- V budově uzavřít okna, dveře, vzdálit se od kamen a kovových předmětů.
- V terénu se ukrýt v údolí, v jeskyni, jámě, hustém lese, v nejhorším případě si lehnout na zem.
- Při nejnnutnějším pohybu se pohybovat pomalu, krátké kroky, při stání nohy u sebe (nenosit kovové předměty jako deštníky, vysílačky s anténou či turistické hole).

Zásady ochrany před úrazem elektrickým proudem

- Dětem je zakázáno manipulovat s elektrickými zařízeními (nejsou-li v bezpečném prostoru pod dohledem odpovědné osoby).
- Naprostý zákaz platí pro lezení na sloupy, dotýkání se drátů (i na zemi), lezení na stromy v blízkosti elektrického vedení.
- Nepouštět draky u elektrického vedení.
- Vyhýbat se elektrickým zařízením jako jsou trafostanice apod.
- Nemočit, ani nelít vodu z mostů nad železnicí s elektrickou trakcí.
- Nedotýkat se člověka zasaženého elektrickým proudem, není-li vyproštěn z elektrického okruhu.

Bezpečnost při aktivitách v místnosti

Před používáním prostoru k plánovaným aktivitám je spolek povinen

- Seznámit dobrovolníky s daným prostorem²⁾ (klubovna, třída, ubytovna) a se závaznými bezpečnostními předpisy; obvykle kromě obecných je nutné se řídit i vnitřními řády budovy) a jeho vnitřním zařízením (např. okna) a vybavením (elektrické a plynové spotřebiče, příp. hasicí přístroj).
- Poučit dobrovolníky, kde je lékárnička a zajistit, aby k ní měli přístup.
- Pokud se jedná o budovu, ukázat, kde jsou hlavní uzávěry plynu, elektřiny a vody a jak se s nimi manipuluje, případně kde je nouzový východ.

Obecná pravidla při plánovaných aktivitách:

- Zajistit přítomnost dospělé osoby, která zodpovídá za dodržování bezpečnosti, kázně a pořádku a organizuje činnost.
- Při příchodu vstupuje do místnosti vedoucí vždy jako první.
- Při odchodu z místnosti odchází vedoucí poslední a zkontroluje stav zařízení.
- Pokud je k dispozici šatna, či prostor k tomu určený, dohlédnout na přezutí a odložení svršků (zvláště v zimním období).
- Dbát na to, aby se děti nenakláněly z oken, nestoupaly na ně ani na parapety, v místnosti s otevřeným oknem musí být vždy zajištěn dozor.
- Zvláštní pozornost je nutné věnovat plynovým a elektrickým spotřebičům, zásuvkám i vypínačům.
- Pokud jsou v místnosti kamna či krb, nedovolit dětem žádnou manipulaci s ohněm.
- Věnovat pozornost povrchu a v případě nerovností či poškození zajistit činnost tak, aby se minimalizovalo riziko úrazu³⁾.
- U nábytku dát pozor především na skleněné plochy, vystouplá kování, ostré hrany;
- Jakoukoli činnost přizpůsobit prostoru a jeho případným omezením.
- Bezpečnost dodržovat i v přílehlých prostorách - toalety, umývárny, zde samozřejmě rovněž dbát na hygienu.
- Pozornost věnovat i schodišti (skákání ze schodů, jízda po zábradlí, klouzání na chodbách apod.).

²⁾ Vlastník prostoru či osoba zodpovědná za akci jsou povinni seznámit s prostorem vedoucí a ostatní dobrovolníky.

³⁾ Pokud je prostor v dlouhodobém pronájmu spolku či je jeho majetkem, je nutno zajistit odstranění závady v nejkratším možném termínu.

Bezpečnost při manipulaci s ohněm

Zásady bezpečnosti před samotnou manipulací s ohněm

- Rozdělávat ohně je povoleno pouze na místech k tomu vhodných.
- Je zakázáno rozdělávat oheň v lese a do 50 m od okraje lesa (viz tzv. Lesní zákon 289/95), výjimku může povolit pouze vlastník.
- Místo rozdělávání ohně musí být izolováno od všech snadno zápalných látek (a tedy ohraničeno nehořlavým materiálem); pozor na kameny z potoka - nebezpečí puknutí.
- Oheň nelze rozdělávat v blízkosti dozrávajícího obilí, v blízkosti stohů sena a slámy, dále ve vyschlé nebo suché trávě, na rašelinových pozemcích a u jiných snadno hořlavých porostů.

Zásady bezpečnosti při manipulaci s ohněm

- Při rozdělávání ohně dávat pozor na vítr (jiskry), podklad ohně, který může chytnout či doutnat a způsobit požár třeba i po několika dnech (rašelina, kořeny, hrabanka, listí apod.), nekázeň (četné případy popálení při hraní si s ohněm - i požáry, popálení kapajícím igelitem, roztavenou pryskyřicí, pád do ohně při nekázni i v mikros pátku atd.).
- Zvýšená pozornost při silném větru, platí zákaz vypalování suché trávy (v této situaci stačí jiskra a hoří celé pole).
- Dodržujeme zásadu "hodně plamenů, málo kouře".
- V blízkosti musí být dostatečné množství vody k následnému uhašení ohně.
- Nenechat oheň bez dozoru dospělé osoby.
- Místo se může opustit až po zchlazení ohniště - nejen uhašení (je tedy nutné počkat, dokud nevychladnou kameny, které obvykle slouží jako vymezení ohniště).
- Zákaz manipulace dětí s jakýmkoli hořlavými I., II. a III. stupně v blízkosti otevřeného ohně
- Rozdělávání ohně a používání sirek je dětem povoleno pouze pod dohledem zodpovědné osoby.
- Povinnost ohlásit i malý požár, který byl ihned uhašen, požárnímu inspektorátu.

Z předpisů a směrnic o požární ochraně a bezpečnosti vyplývají pro každého občana tyto povinnosti a zásady

- Obecná povinnost zabraňovat vzniku požáru.
- Při zpozorování požáru se pokusit sám hasit (pokud je to možné), jinak ihned vyvolat poplach a povolat hasiče.
- Na vyzvání obecního úřadu nebo velitele zásahu poskytnout dopravní prostředky, pohonné hmoty, telefon, hasební nářadí apod.
- Zdržovat se kouření a manipulace s ohněm a otevřeným ohněm na požárně nebezpečných místech (na táboře např. ve skladu uhlí, dřeva, nafty, PB lahví apod.).
- Zajistit, aby roztopená kamna, zapnuté elektrické a plynové vařiče apod. nebyly ponechány bez dozoru.
- Pečovat o řádný dozor nad dětmi a o to, aby neměly volný a nekontrolovaný přístup k zápalkám a jiným hořlavým předmětům a látkám.

Požární ochrana je nedílnou součástí činnosti hlavního vedoucího tábora. Konkrétně na táboře z ní vyplývá

- Odpovědnost za požární bezpečnost na táboře.
- Povinnost zajistit školení pracovníků tábora v oboru požární ochrany podle platných předpisů a o školení vést písemné záznamy (nejlépe jako součást povinného školení o bezpečnosti práce).
- Nutnost opatřit požárně nebezpečná místa na táboře nápisy o zákazu kouření a manipulace s otevřeným ohněm, eventuálně dalšími (např. Pozor, zde je skladována topná nafta apod.).

- Nutnost opatřit věcné prostředky požární ochrany (zajistí provozovatel tábora - pionýrská skupina) úměrně k velikosti a vybavení tábora.
- Umístit a udržovat na táboře Požární řád (rozsah a forma dle předpisů nadřízeného orgánu).

Bezpečnost v tělocvičně a na hřišti

Před zahájením činnosti v tělocvičně či na hřišti je třeba

- aby spolek seznámil dobrovolníky se závaznými bezpečnostními předpisy při využití tělocvičny a hřiště (provozní řád tělocvičny, hřiště - ty kromě obecně závazných obsahují i specifika týkající se konkrétního sportoviště)
- seznámit dobrovolníky i s daným prostorem, poučit, kde je lékárnička a zajistit, aby k ní měli přístup.

V tomto duchu by měl i vedoucí obeznámit účastníky aktivity s bezpečnostními předpisy při využití tělocvičny či hřiště.

Obecná pravidla

- Vedoucí či jiná určená dospělá osoba zodpovídá za dodržování bezpečnosti, kázně a pořádku a organizuje činnost.
- Před vstupem na sportoviště vedoucí zkontroluje vhodné oblečení a obutí dětí (v tělocvičně pozor na boty s černou podrážkou), případně i na další úpravy (sundat řetízky, prstýnky, příp. brýle), aby bylo vše v souladu s provozovanou aktivitou.
- Do tělocvičny vstupuje vedoucí vždy jako první.
- Při odchodu z tělocvičny odchází vedoucí poslední a zkontroluje stav zařízení.
- Pozornost věnovat vždy povrchu - v tělocvičně hrozí kluzká nebo vlhká podlaha, vystouplé parkety, na hřišti je největším nebezpečím sklo a hřebíky, dnes je bohužel možnost setkat i s injekčními jehlami - jich se v žádném případě nedotýkat!
- Volit vždy jen takovou činnost, která odpovídá charakteru, stavu a vybavení, na hřišti přizpůsobit hry povrchu (trávník, antuka či jiné).
- Brát ohled na věkové a osobní zvláštnosti dětí, především na přiměřenou zátěž.
- Mezi začátkem sportovních aktivit a posledním jídlem by měla být přibližně hodinová přestávka.
- Před zahájením každé činnosti (soutěže, hry, cviku) vysvětlit pravidla a postup a ověřit, zda byly dětmi pochopeny.

Cvičení na nářadí

- Nářadí se v tělocvičně přenáší, netahá se po podlaze a ukládá na určené místo.
- Před použitím musí být pečlivě zkontrolováno.
- U každého nářadí (stejně tak např. u nácvičku akrobatických prvků, kde platí další specifická pravidla) musí být poskytována záchrana a to vždy školenou osobou.
- Každý cvičící musí mít dostatek volného prostoru.

Míčové hry

- V tělocvičně je možné hrát jen tam, kde jsou okna a osvětlení dostatečně kryto, pozor dáváme též na výšku stropu.
- Na hřišti vždy vycházíme z jeho rozměrů, povrchu a umístění.

Bezpečnost při střelbě

Úvod

Zásady bezpečnosti při práci s dětmi v oblasti střelby (vzduchovka, luk, kuše, malorážka) by měly být řazeny mezi prioritní a měla by je provádět pouze náležitě poučená osoba starší 18 let (při střelbě z malorážky držitel zbrojního průkazu skupiny B starší 21 let).
Zde platí dvojnásob: JE NEZBYTNÉ KLÁST DŮRAZ NA KÁZEŇ!

Obecné zásady bezpečnosti při práci se střelnými zbraněmi

- Jakýkoliv nástroj ke střelbě (i luk, kuše apod.) je zbraň, je tedy nutné nepodceňovat účinky palných prostředků.
- Nikdy a nikdo nesmí (ani nenabitou zbraní) mířit na jiného člověka.
- Při odložení zbraně je potřeba se přesvědčit, zda není nabitá (u opakovacích zbraní, zda není náboj v nábojové komoře).
- Vedoucí nesmí strpět jakoukoliv nepřipustnou manipulaci se zbraní.
- Při střelbě z čehokoliv se střílí vždy na povel vedoucího („Pal!“)
- Při předávání zbraně se přesvědčit, zda není v nabitém stavu.
- Při odložení zbraně či změně polohy zbraň zajistit, u vzduchovek zlomit hlaveň a vyjmout střelu.
- K terčům lze jít po zabezpečení všech zbraní na povel vedoucího.
- Nalezená munice se nesmí brát do ruky, nález ohlásit vedoucímu, na nejbližší stanici policie či místní Obecní úřad.

Konkrétní zásady bezpečnosti při střelbě ze vzduchovky a malorážky

- Předem je vhodné předvedení manipulace se zbraní, případně grafické znázornění (velké hledí a mušky).
- Je nutné zajistit vhodné místo pro střelbu tak, aby za terčem byla vždy nějaká překážka (pytel s pískem, dřevo...).
- Před střelbou je nutno zkontrolovat zbraň a případně ji namazat, utáhnout a zkontrolovat čistotu hlavně, aby nedošlo k jejímu roztržení.
- Zbraň se nabíjí dle instrukcí a hlaveň míří vždy do bezpečného prostoru, který je určen vedoucím střelby.
- U vzduchovky je nezbytné zajistit, aby se neodrážely diabolky zpět tam, odkud byly vystřeleny.
- Je nutno počítat s maximálním dostřelem vzduchovky až 250m.
- Z malorážky je povoleno střílet pouze na místě k tomu určeném (střelnice, střelecké závody) za účasti kvalifikované osoby, která je oprávněna k manipulaci a držení zbraní.

Konkrétní zásady bezpečnosti při střelbě z luku a kuše

- Při střelbě z luku, kuší atp. se uplatňují podobná bezpečnostní pravidla jako u vzduchovky. Musí je vést osoba znalá daného sportu - zbraně.
- U střelby z luku pozor na 2 velmi nebezpečné činnosti:
 - výstřel nad hlavu do výšky - šíp při pádu k zemi nabere stejnou energii, kterou potřeboval k vystoupení do výšky;
 - výstřel „kam nejdál to doletí“ - i malý dětský luk běžně přestřelí školní hřiště.
- Osoby nezapojené do střelby je třeba zaměstnat i mimo dosah nevydařené střelby.

Bezpečnost při pohybu na veřejné komunikaci v obcích a při přesunech dopravními prostředky přesuny mimo veřejné komunikace

Úvod

Dobrovolníci zajišťující činnost spolku, jeho zaměstnanci a účastníci akcí jsou povinni při pohybu po komunikacích a v ulicích dodržovat zákon o provozu na pozemních komunikacích (zákon o silničním provozu).

Povinnosti spolku před přesunem dětí

- Před přesunem, soutěží či hrou seznámit účastníky s prostorem či trasou.
- Zajistit poučení účastníků akce a to zejména:
 - o způsobu pohybu organizované skupiny na veřejné komunikaci,
 - o způsobu a organizaci přecházení komunikace.
- Pro případ samostatného pohybu ve skupinkách nebo individuálně vyložit účastníkům základní pravidla bezpečného pohybu na veřejných komunikacích a zdůraznit místní specifická rizika, zejména připomenout povinnost:
 - nevstupovat do objektů mimo veřejné prostory,
 - vyhýbat se osamělým místům,
 - opatrnost při komunikaci s neznámými osobami,
 - určit místo a čas ukončení aktivity včetně ověření toho, že všichni účastníci jsou schopni zjišťovat v průběhu samostatné činnosti čas,
 - určit místo srazu pro případ, že se někdo při hře či přesunu ztratí nebo bude potřebovat jakoukoliv pomoc a zajistit na tomto místě stálý dozor.

Povinnosti spolku při přesunech hromadnými dopravními prostředky

- Předem informovat účastníky o zvolené trase a předpokládané době jízdy.
- Předem stanovit osobu, která vydává pokyn pro vystoupení.
- Poučit účastníky o základních pravidlech vyplývajících z přepravního řádu a zajistit jeho dodržování v průběhu přepravy.
- Stanovit způsob řešení situace, kdy některý z účastníků akce vystoupí na jiném než určeném místě.

Zásady bezpečnosti při přesunech dopravními prostředky

- Při výběru typu dopravy vzít v úvahu kapacitu dopravních prostředků při hromadném přesunu lidí tam a zpět.
- Nastupovat a vystupovat organizovaně, po menších skupinkách do různých míst, případně různými spoji a dopravními prostředky.
- Děti přepravovat jen takovými prostředky, které vyhovují příslušným dopravním předpisům.
- Za pořádek ve vozidle (vlak, autobus apod.), kterým se děti přepravují, nese plnou odpovědnost jejich vedoucí.
- Nedovolit dětem, aby pobývaly v blízkosti dveří, vykláněly se z oken, přecházely z vagónu do vagónu.
- Povolení k nástupu dá vedoucí, až když dopravní prostředek stojí ve stanici, a pověří jednoho vedoucího, aby nastupoval první a v dopravním prostředku pomohl zajistit usazení dětí tak, aby se nerozběhly po vozidle, sám nastupuje poslední.
- V dopravním prostředku, kde není zajištěno sezení, dbá, aby se všechny děti držely pevných držadel, vedoucí a starší kamarádi pomohou dětem dát zavazadla na poličky:
- Během přepravy je vhodné děti zabavit drobnými hrami.
- Zavčas před výstupní stanicí dát pokyn k přípravě zavazadel, oblečení (zvláště v zimě) a výstroje...
- Povolení k vystoupení vedoucí/instruktor dá, až když prostředek stojí ve stanici, sám vystupuje první a zajišťuje bezpečnost dětí při výstupu, poslední vystupuje pomocník

a kontroluje, aby všichni vystoupili a v dopravním prostředku nic nenechali (zavazadla, oblečení...).

Zásady bezpečnosti při pohybu na veřejné komunikaci

- Zákon č. 361/2000 o provozu na pozemních komunikacích rozlišuje chodce na jednotlivce, pochodující útvar a organizovanou skupinu mládeže.
- Organizovaná skupina mládeže musí být vedena osobou starší 15 let, způsobilou na skupinu řádně dohlížet.
- Skupina jde po chodníku vždy vpravo, nebo po levé krajnici nejvýše ve dvojstupu (pokud to šířka krajnice umožňuje).
- Nemůže-li jít skupina po chodníku nebo po levé krajnici, smí užít vozovky. Pak je to pochodující útvar a platí pro něj ustanovení jako pro vozidla; v tomto případě pak pochoduje útvar po pravé straně vozovky.
- Za snížené viditelnosti (tma, mlha, hustý déšť) musí být pochodující útvar označen vpředu po obou stranách neoslňujícím bílým světlem a vzadu rovněž po obou stranách červeným světlem; označení světlem může být nahrazeno oděvními doplňky z reflexního materiálu.
- Osoba, která doprovází organizovanou skupinu školní mládeže nebo skupinu dětí doposud nepodléhající povinné školní docházce, je oprávněna při přecházení vozovky zastavovat vozidla.
- Chodci při přecházení na vyznačených přechodech jsou povinni, vyžaduje-li to hustota a plynulost provozu jedoucích vozidel brát ohled na řidiče tím, že nepřecházejí jednotlivě, ale ve skupinách; totéž platí na křižovatkách bez vyznačených přechodů.
- Mimo vyznačené přechody smí chodec přecházet vozovku jen kolmo ke směru silničního provozu.
- Doprovod dětských kolektivů na silnici se doporučuje zajistit nejméně 2 dospělými osobami, z nichž jedna jde vpředu a druhá vzadu.
- Řidič - s výjimkou řidiče tramvaje - je povinen umožnit chodci, který je na přechodu pro chodce nebo jej zřejmě hodlá použít, nerušené a bezpečné přejetí vozovky.
- Je-li blíže než 50m křižovatka s řízeným provozem, přechod pro chodce, místo pro přecházení vozovky, nadchod nebo podchod vyznačený dopravní značkou přechod pro chodce, podchod nebo nadchod, musí chodec přecházet jen na těchto místech; na přechodu pro chodce se chodí vpravo.
- Před vstupem na vozovku se chodec musí přesvědčit, zda může vozovku přejít, aniž by ohrozil sebe i ostatní účastníky provozu na pozemních komunikacích.
- Chodec smí přecházet vozovku, jen pokud s ohledem na vzdálenost a rychlost jízdy přijíždějících vozidel nedonutí jejich řidiče k náhlé změně směru nebo rychlosti jízdy.
- Jakmile vstoupí chodec na přechod pro chodce nebo na vozovku, nesmí se tam bezdůvodně zastavovat a zdržovat.
- Chodec nesmí vstupovat na přechod pro chodce nebo na vozovku bezprostředně před blížícím se vozidlem.
- Chodec musí dát přednost tramvaji.
- Chodec nesmí překonávat zábradlí nebo jiné zábrany na vozovce;
- Chodci smějí jít po levé krajnici nebo při levém okraji vozovky nejvýše 2 vedle sebe; při snížené viditelnosti, zvýšeném provozu na pozemních komunikacích nebo v nebezpečných a nepřehledných úsecích smějí jít chodci pouze za sebou.
- Před železničním přejezdem si musí chodec počínat zvláště opatrně, zejména se musí přesvědčit, zda může železniční přejezd bezpečně přejít.
- Dítě se specifickými poruchami chování či pozornosti s hyperaktivitou je samo sobě nebezpečné kvůli své impulzivnosti. Při přesunu po silnici tedy rozhodně nemůže jít první ani poslední, musí jít co nejvíce u kraje a nejlépe by kolem sebe mělo mít „klidné bodyguardy“, kteří ho budou hlídat, aby najednou nevběhlo do silnice nebo se někam nezatoulalo. Pravidlo „bodyguardů“ by mělo platit obecně ve všech přesunech i třeba při hrách.
- Samostatný pohyb dětí na veřejných komunikacích po setmění není možný.

Bezpečnost při vodních sportech

Úvod

Vodáckou akcí se rozumí aktivita na vodě s neplnoletými účastníky s použitím malých plavidel ve smyslu Pravidel plavebního provozu, kterou upravuje vyhláška č. 334/2015 Sb. O vedení rejstříku malých plavidel a technické způsobilosti malých plavidel, převozních lodí a plovoucích zařízení k provozu na vodních cestách.

Související předpisy:

- Zákon č. 254/2011 Sb., o vodách (vodní zákon), ve znění pozdějších předpisů,
- Zákon č. 114/1995 Sb., o vnitrozemské plavbě, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška č. 67/2015 Sb., o pravidlech plavebního provozu (pravidla plavebního provozu), ve znění pozdějších předpisů,

Organizace

- Vodácká akce musí být pořadatelem předem schválena v souladu s vnitřními pravidly organizační jednotky a vnitřními předpisy.
- Pořadatel jmenuje vedoucího a instruktory, kteří musí splňovat potřebnou kvalifikaci pro tuto činnost.
- Za kvalifikaci se považuje:
 - Zkouška vodáckého minima - základy pravidel bezpečnosti, právní povědomí odpovědnosti při vykonávané činnosti a praktické předvedení vodácké dovednosti.
 - Instruktor, vedoucí či průvodce vodní turistiky.
 - Cvičitel či trenér vodáckého sportu.
 - Záchranář na divoké vodě či záchranář hladinové služby.

Bezpečnostní pravidla

- Vedoucí akce musí předem zvážit, zda jeho schopnosti i schopnosti účastníků odpovídají náročnosti terénu, aktuálnímu vodnímu stavu a povětrnostní situaci. Před zahájením akce prostuduje (popř. se svým poradcem) zvolenou trasu ve vodácké mapě (kilometráži) a zváží nejvhodnější způsob plavby a překonávání překážek.
- Výcvik začátečníků se provádí na vodách obtížnosti ZW (netvoří se vlny, za překážkami se mohou tvořit zpětné proudy).
- Neplavci se nemohou účastnit plavby na vodách typu WW (lehké přeje až extrémně těžké přeje).
- Všechna plavidla musejí dodržovat ustanovení Pravidel plavebního provozu.

Vybavení účastníků

- Účastníci musí mít vhodné boty do vody (jako ochranu proti smyku a zejména proti poranění nohy).
- Všichni mají povinnost mít na sobě plovací vesty, neplavci musí používat vesty typově označené pro neplavce.
- Z použití plovacích vest lze slevit na osobní odpovědnost vedoucího akce při koupání nebo při jednoduché činnosti na klidné vodě.
- Přilby je doporučeno používat na každé proudící vodě (včetně jezů).

Vybavení plavidel

- Užívaná plavidla musí být v dobrém stavu a zajištěna proti potopení.
- Vybavení a náklad plavidla musí být zajištěn tak, aby při převržení nemohl ohrozit plavce. Musí obsahovat:
 - nádobku na vylévání vody nebo ruční pumpu,
 - vyhazovací lanko nebo řetízek delší než 5m,
 - alespoň jedno pádlo s výjimkou plavidla vybaveného vesly,
 - záchranné nebo plovací vesty v počtu podle aktuálního počtu osob na plavidle.

Bezpečnost při práci s IT/PC

Úvod

Bezpečnost práce na PC můžeme rozdělit do dvou rovin:

- **obecné** - zahrnující obecné bezpečnostní opatření pro naše zdraví;
- **bezpečného pohybu** na síti internet.

Dodržování pravidel bezpečnosti práce se vztahuje nejen na klasické stolní počítače. Rozumí se tím práce na soustavě zařízení, která obsahuje zobrazovací jednotku, klávesnici či jiné vstupní zařízení, software a další volitelné příslušenství v bezprostředním pracovním okolí.

Bezpečný pohyb na síti

Počítačová bezpečnost zahrnuje tyto úkoly: zabezpečení ochrany před neoprávněným manipulováním s počítačovým systémem, ochranu před neoprávněnou manipulací s daty, ochranou informací před krádeží nebo poškozením, bezpečnou komunikaci a přenos dat, bezpečné uložení dat, celistvost a nepodvrhnutelnost dat.

Zde jsou zásady bezpečného pohybu na síti:

- Používat počítačové programy, které poskytnou nezbytnou „podporu“. Jsou to např. programy, které zajistí ochranu proti nejrušnějším typům útoků, jako antivirový program, který je vhodné doplnit o nějakou antispymwarovou aplikaci.
- Používat firewall. Firewall je zjednodušeně filtr síťového provozu, který zajišťuje, aby počítač komunikoval pouze tím způsobem, který požaduje uživatel.
- Striktně se vyhýbat návštěvám nedůvěryhodných stránek, jako jsou stránky s nelegálními programy, s nelegálně kopírovanou hudbou, apod.
- Neklikat na vše. Nejde jen o to, že se mnohdy dostaneme na stránky, které nás absolutně nezajímají, ale můžeme také souhlasit s nějakými prazvláštními podmínkami nebo dát svolení k instalaci nežádoucího programu. K tomuto nám může být nápomocná instalace adblocku.
- Ujistit se, že jsou zakázané cookies.
- Dávat si pozor, co instalujeme. Sebelepší zabezpečení je nedostatečné v okamžiku, kdy se uživatel přes veškerá varování rozhodne nějakou aplikaci povolit nebo nainstalovat.
- Do počítače v žádném případě nenahráváme nebo nainstalujeme programy, které nepotřebujeme.
- Uvědomit si, že údaje, které poskytujeme, fungují ve většině případů jako platidlo. (Říká se: Není zdarma jako „zdarma“.)
- Nereagovat na všechny nejrušnější nabídky a výzvy, které se na internetu vyskytují. Nezřídká se jedná o dobře promyšlené marketingové tahy, které mají za cíl přinést prospěch někomu jinému než nám.
- Chránit si osobní data. Dnešní internet je plný útoků, při kterých je dobrovolně prozrazujeme.
- Dávat si pozor na lákavé nabídky - než otevřeme a odpovíme na každou e-mailovou zprávu, „neodmítnutelné“ nabídky hodnotíme co nejstřízlivěji. Vhodná je instalace spamfilteru, který většinu těchto nabídek odstraní.
- Snažit se používat hlavu. Každý systém je natolik silný, jak je silný jeho nejslabší článek. A tím nejslabším článkem se můžeme stát právě my. Uděláme proto všechno, aby se tak nestalo, a aby se brouzdání po internetu neproměnilo v noční můru.

Bezpečnost osob a vybavení:

- Při aktivitě členů na počítačích musí být nad dětmi zajištěn dohled, úměrný jejich věku, mentální vyspělosti i vykonávané aktivitě. Mají-li členové volný přístup k VT, musí být i v tomto případě nad nezletilými vykonáván.
- I v případě práce s počítačem je třeba dbát na hygienu a bezpečnost práce při instalaci a provozu.
- Nikdy počítač, monitor a další zařízení jako tiskárnu či scanner sami nerozděláváme a nemontujeme.

- Každý kdo pracuje s počítačem, s ním musí být nejdříve řádně seznámen.
- Vzhledem k tomu, že je PC elektrické zařízení, je nutné pravidelně provádět jeho revizi. V případě, že je PC poškozeno a ohrožuje bezpečnost členů, nesmí být používáno.
- Počítače by měly být umístěny tak, aby k nim byl snadný přístup, a aby nezbraňovaly volnému pohybu členů po klubovně.
- Osvětlení musí mít odpovídající intenzitu, nesmí oslňovat a způsobovat odrazy na obrazovce a desce stolu.
- Elektroinstalace musí být provedena odborně, patřičnou osobou. Kabely na podlaze, kde se chodí, musí být schovány do lišt, které je třeba upevnit tak, aby nehrozilo zakopnutí či pád (doporučuje se všechny kabely, zapojené do PC zaplombovat stahovací páskou).
- Obrazovka nesmí být poškozena např. poškrábáním či stářím. Musí být čistá a bez prachu. Nesmí na ní být závady typu kmitání, plavání či poskakování znaků nebo střídání jasů. Vzdálenost od očí by neměla být menší než 400 mm.
- Oči by měly být ve stejné výšce jako horní hrana monitoru, nohy mají být celým chodidlem na zemi, myš je dostatečně blízko, ruce na klávesnici a na myši leží tak, aby bylo předloktí přibližně ve vodorovné poloze.
- Klávesnice musí být oddělena od obrazovky a musí být umístěna tak, aby nám umožnila opírat si ruce alespoň do poloviny předloktí. Tlačítka mají být matná. Znaky na tlačítkách musejí být dobře čitelné a kontrastovat s pozadím.
- Je nutné, aby pracovní židle byla stabilní, s nastavitelným sedákem. Opěrka na záda musí být nastavitelná jak výškově tak i úhlem sklonu.
- Práce na PC musí být přerušována bezpečnostními přestávkami nebo změnami činnosti. Bezpečnostní přestávky v délce 5-10 minut musí být zařazeny po každých dvou hodinách aktivity na počítači.
- Po každých 20 minutách se doporučuje podívat se mimo obrazovku na neutrální bod a podobu dvaceti vteřin se na něj koukat a to z důvodu procvičení očí.