

## Kurz první pomoci – 20., 21. 5. 2026

První pomoc není jen soubor pravidel a postupů. Je to zejména odvaha zastavit se, všimnout si člověka v nouzi a podat mu pomocnou ruku v okamžiku, kdy ji nejvíce potřebuje. Každý z nás se může ocitnout v situaci, kdy bude rozhodovat rychlá reakce, klid a ochota pomoci. Právě proto je důležité učit se základy první pomoci už od dětství. Nikdy nevíme, kdy budeme muset pomoci druhému člověku. Můžeme ale být připraveni!



Právě z toho důvodu se naši žáci 6. – 9. tříd zúčastnili ve středu 20. května a ve čtvrtek 21. května pětihodinového kurzu první pomoci, během kterého si vyzkoušeli, jak správně reagovat při různých krizových situacích. Osvěžili si telefonní čísla integrovaného záchranného systému, naučili se, jak správně pomoc přivolat a jak komunikovat



s operátorem tísňové linky. Vzájemně si ošetřovali nejen drobná poranění, ale zastavovali i masivní krvácení pomocí turniketu či provizorního zaškrcovačla vyrobeného z trička a klacku. Součástí kurzu bylo i naučit se poskytnout první pomoc při bezvědomí a základy resuscitace. Tu žáci zkoušeli na několika „oživlých“ figurínách. Zároveň nám pan instruktor předvedl i ukázkou použití AED defibrilátoru, který by měl být nezbytnou součástí každé školy. Praktické ukázky doplněné fotografiemi a videi a rozličné modelové situace žákům přiblížily, jak důležitá je rychlá a správná reakce.



Kurz byl pro všechny nejen zajímavou zkušeností, ale také připomínkou toho, že i děti mohou zachránit lidský život. Důležité je nebát se pomoci, zachovat klid a vědět, co dělat. Věříme, že získané znalosti a dovednosti budou naši žáci umět



v případě potřeby správně využít.

A reakce našich dětí a kolegů? Byly pozitivní, nadšené, kladné. Mnohé zaujala videa, jiné zase možnost si jednotlivé kroky a činnosti sami vyzkoušet. Bylo vidět, že pan instruktor je sám velmi dobře zná z praxe a ví, o čem mluví.

Děkujeme vedení školy za možnost tento kurz zorganizovat a zároveň Spolku rodičů, který každému účastníkovi přispěl částkou 100 Kč. Opravdu to stálo za to.

Iveta Trefná

