



Fond T-Mobile

T-Mobile



TÍSŇOVÁ TELEFONNÍ ČÍSLA  
EMERGENCY PHONE NUMBERS  
ALARMOWE NUMERY TELEFONÓW

150

HASIČI  
FIREFIGHTERS  
STRAŽ POŽARNÁ (JEDNOSTKI RATOWNICZO – GAŚNICZE)

+155

ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA  
EMERGENCY MEDICAL SERVICE  
POGOTOWIE RATUNKOWE

158

POLICIE  
POLICE  
POLICJA

112

MEZINÁRODNÍ LINKA TÍSŇOVÉHO VOLÁNÍ  
INTERNATIONAL EMERGENCY HELPLINE  
MIĘDZYARODOWY NUMER ALARMOWY

- 1. **Oznamte co se stalo a kde:** stručně popište průběh nehody; sdělte kolik osob je zraněných, jaká jsou zranění a jakým způsobem byla poskytnuta první pomoc. Dále co nejpřesněji a nejsrozumitelněji lokalizujte místo, kde se zranění nachází.
- 2. **Sdělte své jméno a místo odkud voláte, případně číslo svého mobilního telefonu.**
- 3. **Vyčkejte na dotazy a pokyny dispečera a jako poslední zavěste.**

- 1. **Clearly explain what has happened and provide your location:** briefly describe the nature of accident, include information about how many people are injured; the types of injuries, and what first aid has been administered. Then, using points of reference and landmarks, provide a clear and accurate description of your location.
- 2. **Provide your name, specific location, and cell/mobile phone details.**
- 3. **Listen carefully to, and follow the advice/instruction of the dispatcher.**

- 1. **Po połączeniu z którymś z wymienionych numerów telefonicznych proszę udzielić informacji co się stało i gdzie:** przebieg zdarzenia, ile jest osób poszkodowanych, opis doznanych obrażeń, zakres udzielonej pierwszej pomocy, lokalizacja osób poszkodowanych;
- 2. **Proszę podać swoje imię, nazwisko i miejsce, skąd wykonywane jest połączenie telefoniczne oraz numer swego telefonu komórkowego;**
- 3. **Proszę poczekać na instrukcje dyspozytora i zastosować się do nich.**

Bohumil Šustek, Strámské podhradí 130, 549 57 Teplice n. M.  
tel., fax: +420 491 581 317, GSM: +420 607 917 434, e-mail: bohumil.sustek@tiscali.cz  
www.sweb.cz/szsbroumovsko, č. ú.: 164294738/0300

# SKALNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA

ROCK  
RESCUE  
SERVICE

SKALNE  
POGOTOWIE  
RATUNKOWE



**Jsme tady pro Vás  
We are here for You  
Jesteśmy tutaj dla Was**





## SKALNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA (SZS)

je dobrovolné občanské sdružení, které bylo založeno v roce 2000 z iniciativy horolezců a hasičů okresu Náchod, kvůli množícím se úrazům, ztrátám orientace a jiným problémům návštěvníků zdejších skalních terénů. V současné době má SZS 35 členů. Oblast působení SZS zahrnuje tři základní části: Adršpašsko-Teplické skály, Ostas a Broumovské stěny. Celková rozloha této oblasti je celkem 410 km<sup>2</sup>, nachází se zde 320 km pěších (z toho 180 km v obtížném terénu), 110 km cyklistických tras a jsou zde tisíce horolezeckých výstupových cest. Celá tato oblast je orientačně velmi náročná.

Členové SZS se podílí na lokalizaci a přístupu k místu nehody, poskytování předlékařské první pomoci, pomáhají Hasičskému záchrannému sboru při poskytování technické první pomoci (vyproštění a následný transport) a Policii ČR při pátrání po pohřešovaných osobách.

### RIZIKA PRO NÁVŠTĚVNÍKY SKALNÍCH OBLASTÍ

- možnost úrazu ve skalním terénu, a to i na značených turistických stezkách
- ztráta orientace a bloudění za tmy
- přecenění vlastních schopností
- pád z výšky, nebo propadnutí se do hloubky
- možnost podchlazení nebo přehřátí

### DOPORUČUJEME

- noste s sebou mapu oblasti v měřítku 1:25 000 např. BROUMOVSKO KLADSKÉ POMEZÍ SEVER z roku 2008
- pamatujte na to, že v hlubokých roklích nefungují mobilní telefony ani méně citlivé přístroje GPS a i ty opravdu kvalitní vykazují značné nepřesnosti
- pohybuje se pouze po značených turistických stezkách; v případě ztráty orientace se vraťte zpět ke značce, kterou jste viděli naposledy a od ní se snažte najít další pokračování
- používejte pevnou obuv a rovněž počítejte se změnou počasí
- v zimních měsících, v případě vyšší sněhové pokrývky, jsou méně frekventované turistické trasy fyzicky velice náročné
- v případě úrazu zachovejte klid, poskytněte zraněnému první pomoc, která je ve Vašich možnostech, přivolejte odbornou pomoc dle instrukcí uvedených v další části tohoto letáčku
- nezapomeňte, že dispečeri Zdravotnické záchranné služby, nebo Hasičského záchranného sboru Vám mohou poradit jak si dále počínat

### PREVENCE

V oblasti je rozmístěno 11 stanišť první pomoci s nosítky a obvazovým materiálem. Prosím, neničte ani zbytečně neotvírejte tato staniště – slouží všem a mohou zachránit život!

# SKALNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA

## ROCK RESCUE SERVICE | SKALNE POGOTOWIE RATUNKOWE



### ROCK RESCUE SERVICE (RRS)

is a volunteer civic association founded in 2000 by the Náchod district rock climbers and firefighters because of the increase in injuries, and other search and rescue needs encountered by the visitors of this region's rocky landscape.

RRS operates in the areas of Adr-Teplice Rocks, Ostas a Broumov Walls. This area is 410 km<sup>2</sup>. There are 320 km of footpaths (including 180 km of difficult terrain), 110 km of bike tracks as well as thousands of rock climbing routes. It is very easy to get lost throughout the whole area.

#### RRS members specialize in:

- finding and accessing the location of the accident
- helping firefighters while freeing and transporting the injured
- first-aid
- helping the Police search for missing people

#### RISK FOR VISITORS

- injuries on rocky terrain and even on marked footpaths
- getting lost after dark
- overestimating oneself
- falling off a high point or becoming trapped

#### RECOMMENDATION

- always carry a 1:25 000 map eg. BROUMOVSKO KLADSKÉ POMEZÍ SEVER from the year 2008
- do not forget that mobile phones as well as less sensitive GPS navigators do not work in deep ravines. Even very good quality devices are not precise in such places
- follow the marked footpaths. If you get lost, return to the last sign you saw
- wear solid shoes and be prepared for a change in the weather
- in the winter when there is a deep of snow, the less frequently used footpaths are physically demanding
- in case of injury, stay calm and give first-aid
- call for professional help and follow their advice. See the phone numbers at the bottom of the booklet

#### PREVENTION

There are 11 first-aid booths throughout the area equipped with a stretcher and bandages. Please do not damage or unnecessarily open these booths. They are meant for everybody and they can save lives!



### SKALNE POGOTOWIE RATUNKOWE (SPR)

jest formacją ochotniczą, założoną w 2000 r. z inicjatywy wspinaczy i pożarników obwodu Nachod, w związku z licznymi przypadkami urazów ciała turystów i zagubieniami w skalnych labiryntach. Aktualnie SPR liczy 35 członków. Teren obsługiwany przez SPR obejmuje 3 obszary: Adrszpaszsko – Teplickie Skály, Ostasz i Broumowskie Ściany. Całkowita powierzchnia tego terenu to 410 km<sup>2</sup>, 320 km pieszych tras turystycznych (w tym 180 km w trudnym terenie) i 110 km turystycznych tras rowerowych. Cały ten obszar jest bardzo trudny z uwagi na możliwość utraty orientacji.

Zadaniem SPR jest szybka lokalizacja zagubionych turystów, odnalezienie ich i udzielenie przedlekarskiej pomocy oraz organizacja współdziałania w tym zakresie pomiędzy policją, strażą pożarną i służbą medyczną (pogotowie ratunkowe).

#### RYZYKA PRZY ZWIEDZANIU SKALNYCH TERENÓW

- możliwość doznania różnych urazów ciała na ścieżkach turystycznych
- utrata orientacji i zagubienie się w terenie oraz zagrożenia wynikające z zapadania zmroku
- przecenianie własnych sił skutkujące omdleniami i zasłabnięciami
- upadki z wysokości lub wpadnięcia w otwory między skałami
- możliwość przegrzania lub wychłodzenia organizmu

#### PORADY DLA TURYSTÓW

- noście ze sobą mapy terenu w którym realizujecie turystyczne wędrówki „BROUMOVSKO KLADSKÉ POMEZÍ SEVER z 2008 r.”
- pamiętajcie, że w głębokich wąwozach nie funkcjonują telefony komórkowe ani urządzenia GPS, a niektóre GPS-y wskazują błędne informacje
- podążajcie wyłącznie po oznakowanych trasach turystycznych (pieszych lub rowerowych)
- w przypadku zagubienia się proszę się cofnąć do ostatniego widzianego oznaczenia trasy turystycznej. Od tego znaku kontynuujcie dalszą drogę zgodnie z oznakowaniami trasy
- używajcie wygodnego obuwia turystycznego o przyczepnych, sztywnych podeszwach. Pamiętajcie, że w każdej chwili może zmienić się pogoda
- w miesiącach zimowych przy wyższej pokrywie śnieżnej przejścia ścieżkami turystycznymi są utrudnione lub niemożliwe
- w przypadku urazu ciała zachowajcie spokój, udzielcie osobie poszkodowanej pierwszej pomocy i przywołajcie profesjonalną pomoc (pogotowie ratunkowe, policja, straż pożarna) zgodnie z informacjami zawartymi w dalszej części niniejszej ulotki



- pamiętajcie, że dyspozytor pogotowia ratunkowego lub straży pożarnej może udzielić Wam porady w zakresie dalszego postępowania z poszkodowanym.

#### PUNKTY MEDYCZNE PIERWSZEJ POMOCY

W całym obszarze ochranianym przez SPR na trasach turystycznych znajduje się 11 stanowisk pierwszej pomocy wyposażonych w nosze i niezbędne środki opatrunkowe. Bardzo prosimy – nie niszczyć tych sanitarnych stanowisk i wykorzystujcie znajdujące się tam środki opatrunkowe tylko w niezbędnym zakresie, aby mogły służyć Wam i innym potrzebującym w ochronie zdrowia i życia!