

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA Z ERASMU

HORSKÁ ZÁCRANNÁ SLUŽBA NÍZKÉ TATRY – JIH

CO BYLO TŘEBA SPLNIT, ABYCHOM VŮBEC MOHLI VYJET?

Na úvod bychom rádi zmínili, jestliže chcete na stáž vyjet, MUSÍTE si hlídat školní emailovou schránku. Sem totiž jednoho dne, kolem konce března, přišel mail s nabídkou konkurzů na zahraniční stáže. Nabídka nás hned zaujala a začali jsme s vyplňováním. Odeslali jsme přihlášku a přes odkaz jsme začali tvořit strukturovaný životopis a motivační dopis. Všechny tyto dokumenty jsme odeslali a čekali na finální verdikt.

Po tom, co nám dorazilo rozhodnutí s tím, že pojedeme, nás čekalo dvojité kolečko on-line pohovorů. Nejprve v rámci školy a následně s náčelníkem horské služby. Před odjezdem bylo třeba vyplnit spoustu dokumentů, které nám pokaždé přišly na mail. Co bylo nejdůležitější udělat a mít hotové před odjezdem, byly zkoušky. Jasně, Slovensko není daleko na dojíždění, ale nechcete se po večerech učit. Raději budete trávit večery na horské a koukat třeba na filmy, nebo zajdete s chalánama do krčmy...

Celým tímto procesem vás paní inženýrka Ředinová provede a když na něco zapomenete, včas vás upozorní, takže se není čeho bát.

JAK STÁŽ PROBÍHALA?

Stáž nám začínala 6.3. 2025. Po opadnutí stresu ze všech zkoušek nastala cestovní horečka. Dokupovaly jsme výbavu a snažily se vše nacpat do co nejméně zavazadel. Na auto jsme připevnilly rakev a začaly si říkat, jak se do auta vlastně vejdem...Doprava autem je určitě jedno velké plus. Nebyly jsme vázané na veřejnou dopravu, veškerá naše zavazadla jsme daly do kufru a později se i mohly pohodlně pohybovat po okolí. Samozřejmě by se to ale dalo zvládnout i vlakem. Z Prahy jede přímý spoj do Liptovského Mikuláše a určitě by nebyl problém, aby vás někdo z horské vyzvedl.

Na Slovensko jsme se vydaly již o víkendu, před oficiálním nástupem, abychom měly čas se adaptovat a podívat se po okolí. V Bystré jsme bydlely v přístavbě domu u našeho náčelníka. K dispozici jsme měly i kuchyň a vlastní koupelnu. Co se týče pračky, tak je možnost využít ji na stanici HZS, takže nebojte, praní v ruce se vyhnete.

Po příjezdu nás náčelník vzal na stanici HZS, kde jsme se seznámily s částí našich nových kolegů a prohlédli si zázemí. Taktéž jsme byly vybaveny batohy a lékárníčkami. Ještě večer jsme si dojezdy nakoupit do Brezna. Je tam Lidl, Tesco, Kaufland, lékárna i DM-drogerie, takže si vybere každý. Cesta je zhruba na 15 minut.

6.3. ráno jsme se dostavily v 7:30 na stanici, dostaly vysílačky a dojezdy na základnu HZS na Srdiečku. Tam jsme nafasovaly bundy, abychom byly na svahu poznat. Lyže, hůlky a ostatní lyžařské vybavení si můžete nechávat v lyžárně na základně. S kolegy jsme potom vyrazili na exkurzi po areálu. Ukázali nám ošetřovnu v Krupové, ošetřovnu a zázemí na Chopku, materiál HZS i technickou výbavu a prozradili nám

pracovní názvy sjezdovek. Po prohlídce areálu jsme se vydaly na lyžovačku. Chvilku nám dala orientace zabrat, ale časem už nám to docela šlo. Ještě ten večer jsme zažily náš první zásah, při kterém jsme doprovázeli rodinu cizinců s dětmi ve velice nepříznivých přírodních podmínkách. Upřímně, bez našich chalánů bychom v té mlze vůbec nevěděly, kam jet a samy bychom potřebovaly zachránit.

A potom už naše dny vypadaly vesměs podobně:

6:40 vstávačka a snídane

7:30 sraz na stanici, vzít si vysílačky a pokecat s chalany

8:00 začátek směny

8:30 – 16:00 lyžařská služba

od 16:00 volno

Lyžařská služba spočívala v tom, že jsme v batohu vozily lékárničku a mohly jsme lyžovat po areálu a v případě potřeby za pacientem dojet, provést základní ošetření, zhodnotit, jaký způsob transportu bude pro pacienta nejvhodnější a monitorovat stav pacienta do příjezdu kolegů.

Komunikace probíhala skrze vysílačky. Na začátku jsme měly trochu problém porozumět rychlé slovenštině, která se kombinovala s šuměním vysílačky, ale rychle jsme si zvykly, a i my začaly do vysílaček mluvit slovensky. Nutno ještě dodat, že ke zvládnutí této stáže je opravdu potřeba, abyste byli dobří lyžaři a své dovednosti nepřecenili. Přeci jen, lyže budou váš každodenní pracovní prostředek a budete na nich trávit většinu času své služby.

Když už se nám lyžovat nechtělo, tak jsme čas trávily u nás na Chopku, jelikož v případě zásahu bylo toto místo nejvíce strategické. Na oběd jsme chodily buďto na Srdiečko (6,20 euro za polévku, oběd i pití), nebo na Rotundu (5,30 euro za jídlo, ale dražší pití). Po obědě jsme se vracely na Chopok a čekaly na případný výjezd. Účastnily jsme se zásahů, které méně či více ohrožovaly zdraví pacienta. Seznámily jsme se s transportními prostředky, jako je sněžný skútr či kanadské saně a s tím, jak můžeme při tomto transportu z naší strany pomoci. Dále jsme se naučily, jak přistupovat k pacientovi při výjezdu, bezpečně zajistit místo nehody, komunikovat pomocí vysílaček se zbytkem záchranného týmu, hodnotit, jaký transportní prostředek bude pro pacienta nejbezpečnější a nejšetrnější, komunikovat s pacientem, způsob, jak pacienta ošetřit, asistenci při transportu i vypisování následného záznamu o výjezdu. Seznámily jsme se také s lanovou metodikou při zásahu v terénu a měly možnost pár takových zásahů vidět a asistovat při nich. Zúčastnily jsme se také pátrací akce pomocí dronů. Byly jsme taktéž součástí zásahů, při kterých byla za potřebí součinnost s leteckou záchrannou službou a my tak měly možnost vidět koordinaci záchranného týmu, zajištění bezpečnosti a asistovat při nakládání pacienta do vrtulníku. V rámci zdravotnického ošetření jsme se setkaly s pacienty s uzavřenými i otevřenými poraněními. Krvácivé i nekrvácivé

rány, pacienty s neurologickým deficitem, v bezvědomí, asistovaly jsme u kardiopulmonální resuscitace a ošetřovaly tržné i řezné rány. Některé dny vybízely k tomu vyzkoušet si pohyb ve vysokohorském terénu a věnovat se lezecké metodice a metodice práce ve výškách.

Mimo lyžařskou službu jsme jeden pracovní den také strávily na dispečinku HZS v Bystré. Tam jsme se dozvěděly, kam lidé vyžadující pomoc, volají, kdo jejich telefonát přebírá a viděly jsme následnou aktivaci a koordinaci záchranného týmu skrz radiokomunikaci pomocí vysílaček.

Jindy jsme zas s kolegou vyrazili na přednášku pro děti z prvního stupně ZŠ. Zde jsme dětem osvětlili úlohu HZS v rámci integrovaného záchranného systému, pověděli jsme si něco málo o různých aktivitách HZS a pak ukázali vybavení, cepíny, mačky, nosítka, či vakuové dlahy, se kterými HZS pracuje. Práci s dlahami si děti vyzkoušely a navzájem se dokonce přenášely v nosítkách.

JAK JSME TRÁVILY VOLNÝ ČAS?

Jelikož jsme chtěly být na svahu, co to jen šlo, tak jsme volných dnů moc neměly. Chalani nás dokonce i prosili, ať pořád nepracujeme a oddychneme si.

Vyrazily jsme i na výlety. Zajely jsme do Liptovského Mikuláše a zašly na oběd a na kávu do míst, jež nám byla doporučena. Cestou domů jsme udělaly zastávku na Kalamenech, což je uměle vytvořené jezírko, kde vyvěrá termální pramen, a vykoupały se zde. Jindy jsme vyrazily na koně k jednomu z našich kolegů. Pár dní před odjezdem jsme navštívily i wellness a saunový svět v hotelu Permon, kde jsme vyzkoušeli skoro všechny sauny a u toho pozorovali majestátní Kriváň při západu sluníčka.

Na začátku února jsme společně s partou ze severu jeli na kynologické cvičení, kde jsme sehráli roli figurantů. Leželi jsme v záhrabech a čekali, zda nás pejskové najdou. Naštěstí se to podařilo a nikdo z nás neumrzl.

Skoro každý večer jsme trávily na stanici v Bystré a společně s kolegy sledovali filmy. Když jsme zrovna nekoukali na televizi, tak jsme byli v krčmě na pivku a kofole. Nejednou jsme pak ještě jeli na půlnoční mekáč, či na výlet ke Štrbskému Plesu.

Na stanici jsme měli též možnost navštěvovat posilovnu, kde máte k dispozici osu, kotouče, jednoručky, běžecký pás, lišty, veslařský trenažér a kolo, takže tu jde odjet i docela fajn trénink.

Pokud jste lezci, máme pro vás dobrou zprávu. Chalani jsou velice ochotní a po domluvě je možné s nimi ve vašem volnu vyrazit do terénu. S půjčením vybavení není problém a můžete si vyzkoušet lezení po ledu za pomoci cepínů, pohyb ve vysokohorském terénu a pokud vám vyjde teplé počasí tak, jako nám, tak i lezení po skalách.

CO NÁM STÁŽ DALA A CO VZALA?

Povědět, co nám stáž vzala, není vůbec složité. Díky stáži jsme přišly pouze o praxe v nemocnici, a to na odděleních, která jsme prošly během střední školy, takže nám to až tolik nevadilo. Ztratily jsme 3 týdny výuky letního semestru, které budeme muset dohnat, ale věříme, že pokud zabereme, bude to brnkačka.

Výčet věcí, které jsme stáží nabily, bude větší. Dostaly jsme spousty upomínkových předmětů, za které chalanům velice děkujeme. Avšak to není to podstatné. Získaly jsme množství cenných kontaktů, kamarádů a poznaly nové, skvělé, lidi. Ze Slovenska jsme si odvezly miliardy zážitků, které hned tak nezapomeneme, a zkušeností do našeho pracovního života, které jednoho dne, snad úspěšně, využijeme. Zkusily jsme si věci, které se nám, pravděpodobně, již nepodaří si zkusit.

Pracovaly jsme v partě skvělých lidí, kteří se každý den musí spolehnout jen sami na sebe a své kolegy. Často v nepříznivém prostředí a velmi náročných situacích, a to jak po fyzické, tak i psychické stránce. Horší záchranáři nesou na svých bedrech pacientovo zdraví a odpovědnost, že ho v pořádku předají rodině, ale i za sebe a své kolegy, v situacích, které jsou mnohdy velmi nebezpečné. V této profesi se i za malou chybičku může zaplatit životem.

Chalani, máte náš obrovský respekt k tomu, co děláte, a ještě jednou za všechno moc děkujeme a těšíme se do vidění.

Vďaka!

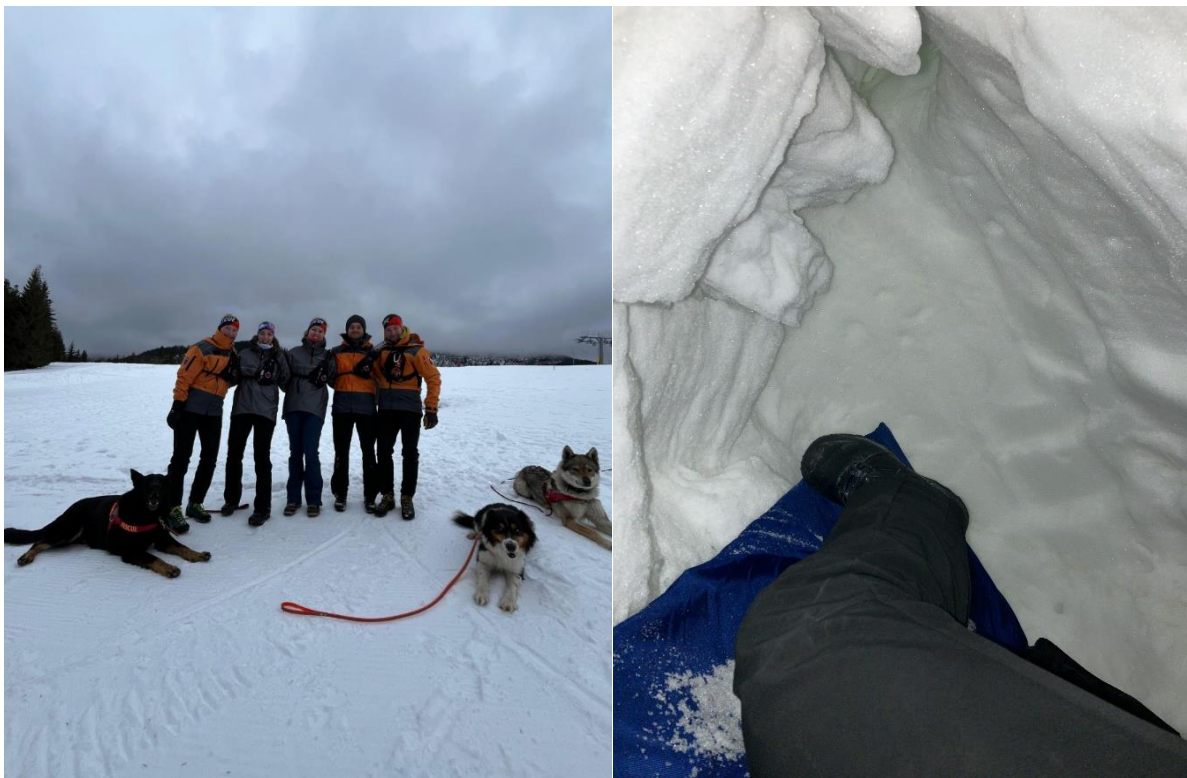
Kika (Bystrá 35) a Hanka (Bystrá 36)

PS: vaše okolí si po návratu bude muset zvyknout na neustálé tárání o tom, jak chcete zpátky a na spoustu nově, vámi, užívaných slovenských slov...





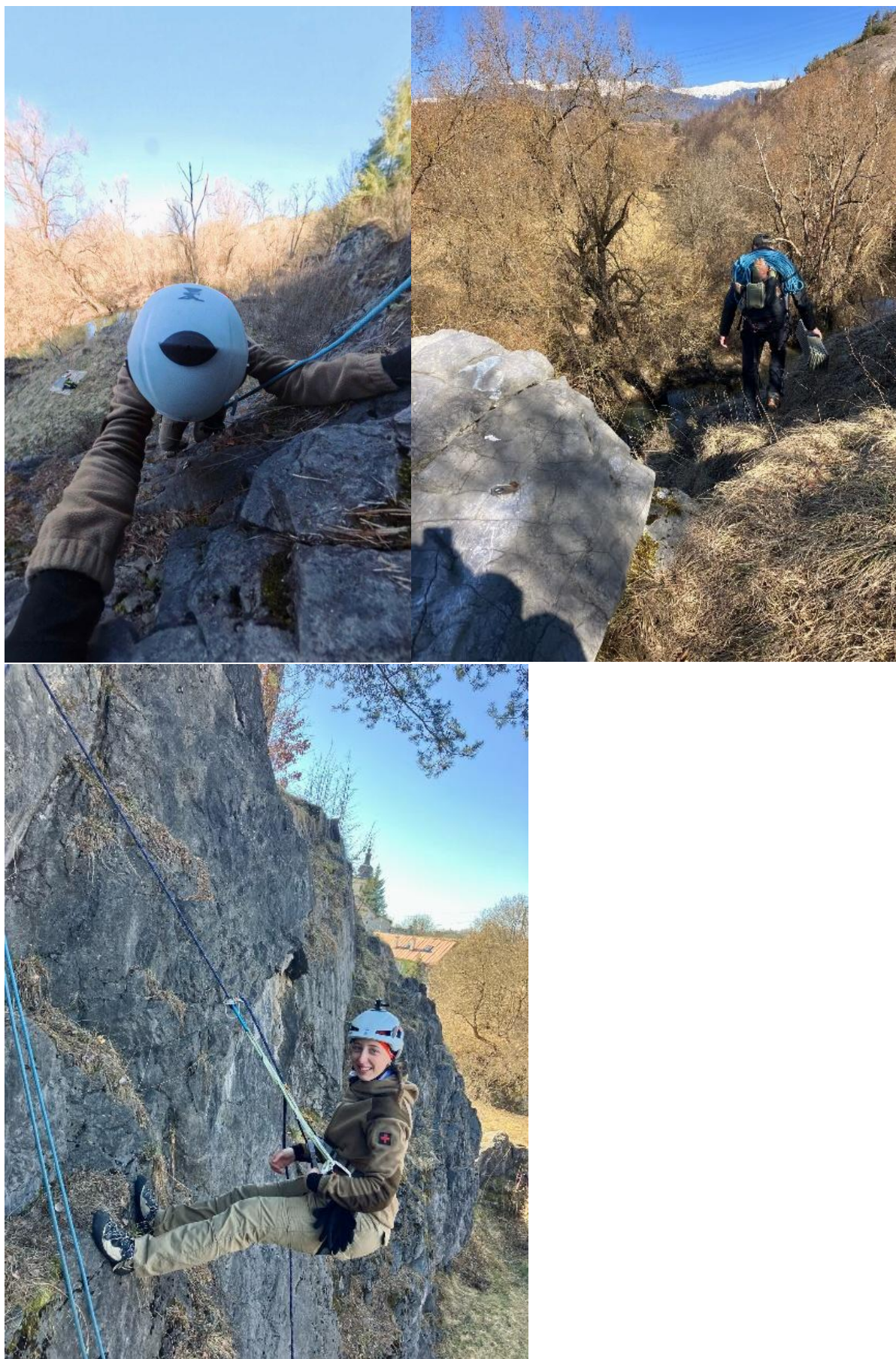
Naši záchranářští pejsci – Bojan (borderkolie) a Aslan (československý vlčák)



Kynologické cvičení – celá parta spolu + pohodinda v záhrabu

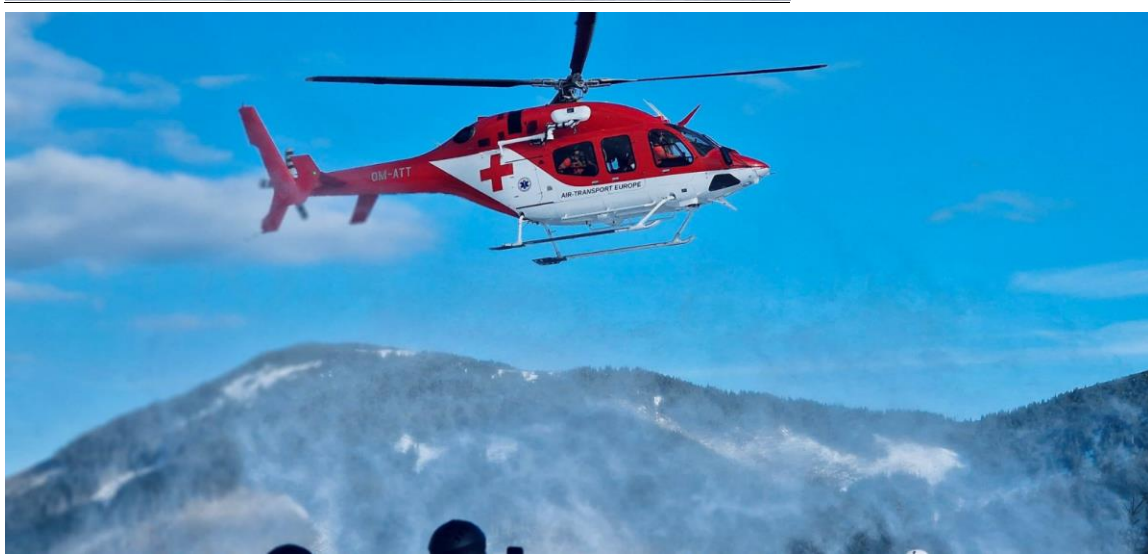
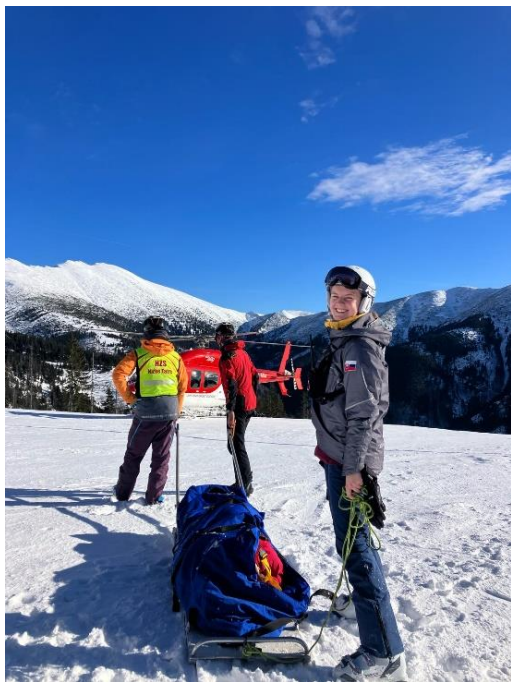


Po přednášce na ZŠ



Lezení na skále

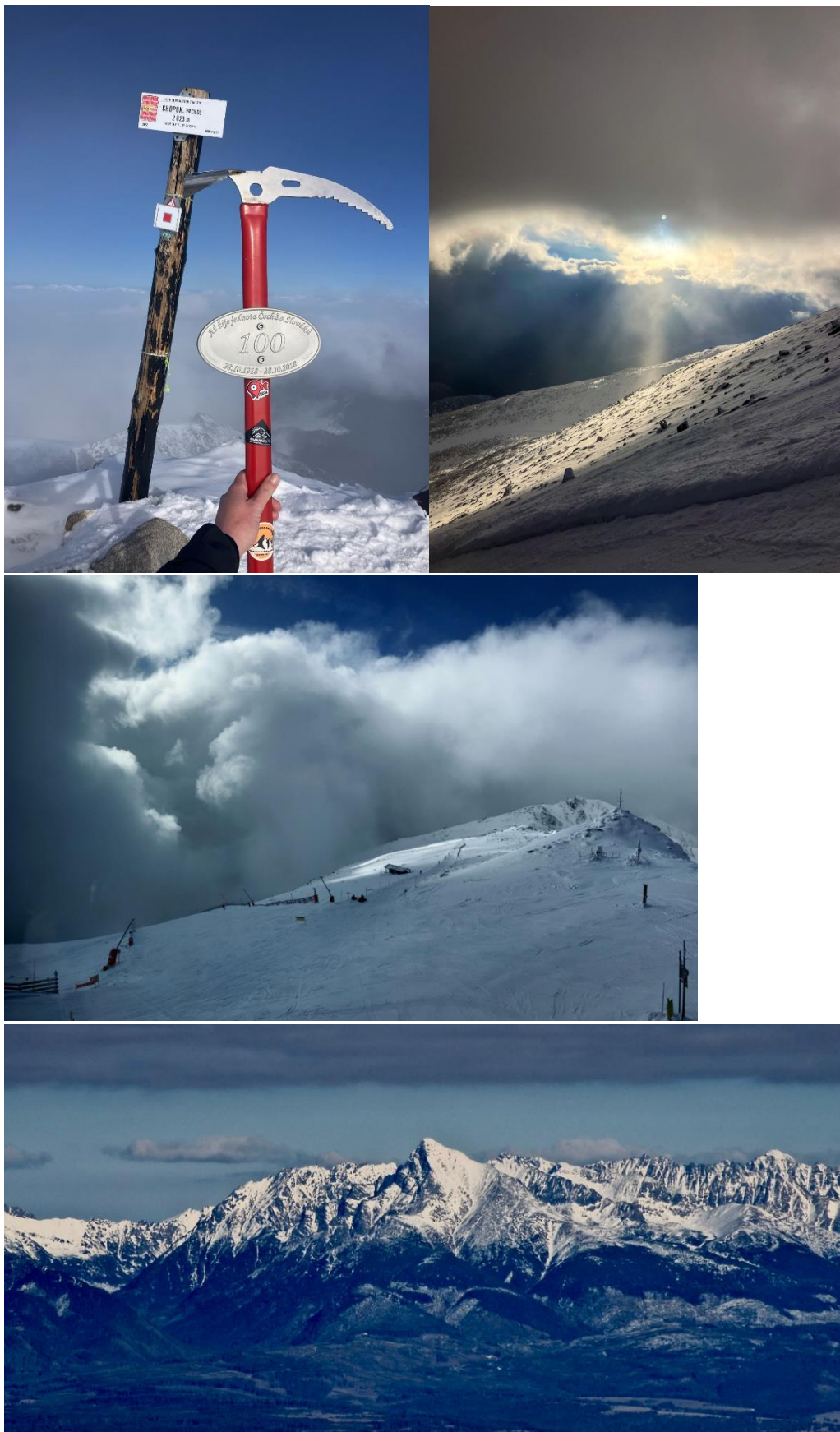




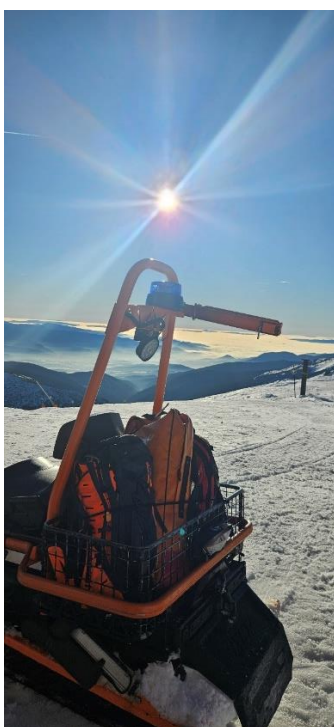
Zásahy s vrtulníky ATE



Rána na Chopku



Nádherné výhledy



Něco málo ze zásahů



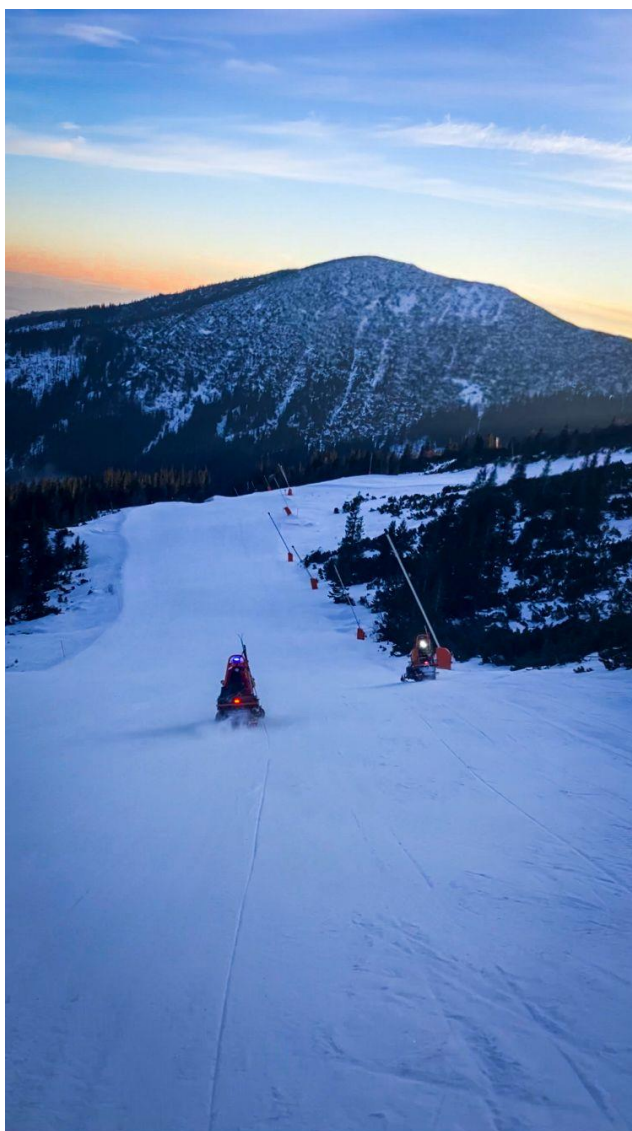
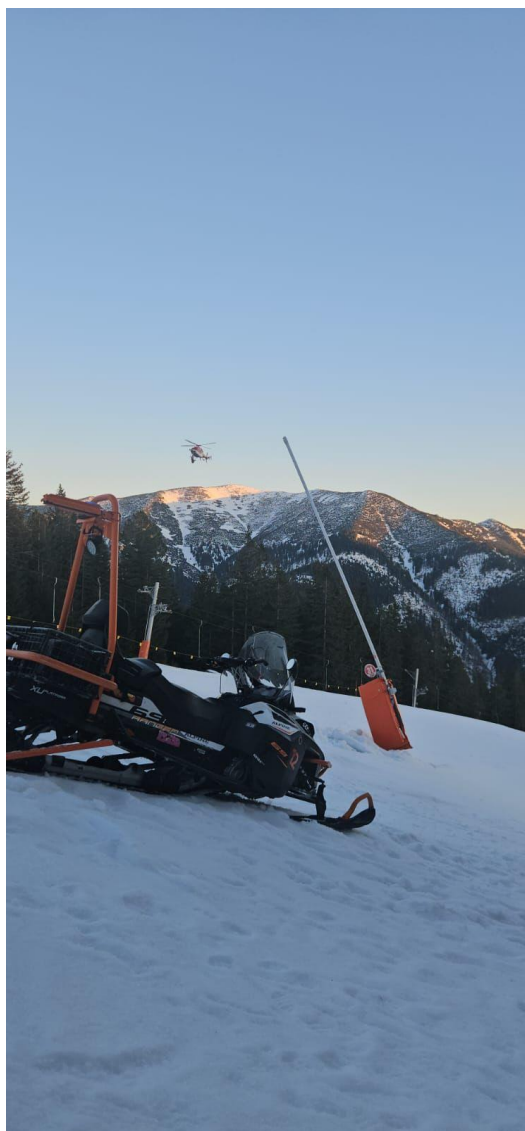
Těžká pohodinda



Takto jsme trávily jeden z volných dnů



Kuk



Skútr kam se podíváš



Výhled z „kanclu“



Lyžovačky



Pátrací akce s dronem



Ledolezení



Horská alpinka



Ratráci

Pro více fotek, či pokud máš nějaké dotazy, můžeš mrknout na naše IG profily (kristy_kadlec, mrazkovahanka), připravujeme také závěrečné video. Doporučujeme podívat se na YouTube na videa našich spolužáků, kteří stáž absolvovali před námi.

<https://www.youtube.com/watch?v=amdckyv5-jc&t=739s>

<https://www.youtube.com/watch?v=ls9TJiiZLJw>