



**ASOCIACE DOBROVOLNÝCH ZÁCHRANÁŘŮ
ČESKÁ REPUBLIKA z. s.**

SOS 2018 EXTREME



**X. ročník metodického cvičení
zdravotnických družstev**

**27. – 29. dubna 2018
Kytín – Mníšek pod Brdy – Řevnice**

**Motto: Zažít, prožít a vydat veškeré své úsilí.
Vše pro záchranu lidského života.**

www.adzcr.eu | info@adzcr.eu | #adzcr | +420 774 897 583

„Soutěž dokonale testuje odbornou, fyzickou a psychickou odolnost zasahujících. Prověří každého.“



„Kombinace uvěřitelných modelových situací, společně s vynaloženým úsilím, posunou dopředu každý tým.“



Jubilejní desátý ročník náročného metodického cvičení

U záchranářů snad nejvíce platí, že praxe je nejlepším učitelem. S tímto cílem se hned od začátku existence ADZČR dala do pořádání jednoho z nejnáročnějších konceptů svého druhu u nás a vytvořila projekt „SOS - metodické cvičení zdravotnických družstev“.

Už deset let věnujeme maximální úsilí pro přípravu klání čtyřčlenných zdravotnických týmů. Připravujeme modelové situace vycházející z odborné kazuistiky, doplněné o pochod náročným terénem. Tento „závod“ obsahující noční a denní etapu dokonale prověří schopnosti, fyzickou a psychickou odolnost družstev.

Akce je koncipována především jako vzdělávací projekt. Díky tomu je každý postup družstva bezprostředně po provedení úkolu vyhodnocen a soutěžícím je dána zpětná vazba. Okamžitě se tak dozvídají, kde udělali chybu, jaké jsou alternativy postupů nebo jaké moderní trendy se k dané situaci vztahují.

„Tento projekt se za dobu deseti let stal prestižní událostí a sjíždějí se k nám družstva z celé republiky.“

Lukáš Tláškal, DiS., předseda ADZČR, z. s., ředitel soutěže

Odbornost projektu

Jako odborný vzdělávací projekt je SOS EXTREME po celou dobu připravován s velkým důrazem na kvalitní a aktuální postupy a trendy.

Nejlepším důkazem jsou proto spolupráce a garance, kterými se můžeme s hrdostí pochlubit. Za devět předchozích ročníků jsme spolupracovali s **Centrem letecké záchranné služby Armády ČR** v pozici garanta projektu, záštity udělily **Zdravotnická záchranná služba Plzeňského, Libereckého a Středočeského kraje** a **Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra**. Na přípravě i realizaci úzce spolupracujeme se všemi složkami IZS.

Jsm rádi, že můžeme našim soutěžícím nabídnout kvalitní a vysoce erudované rozhodčí, složené z dlouholetých pracovníků záchranných služeb, hasičů a armádních specialistů.

SOS EXTREME v číslech a statistikách

- Na každý ročník soutěže připravujeme v průměru **12 modelových situací**.
- Soutěže se doposud účastnilo **více jak 120 družstev**.
- Připravili, zinscenovali a neposlední řadě jsme společně s figuranty odehráli **více než 1 000 hereckých scén**.
- Průměrně nám v každém ročníku asistovalo **více jak 130 figurantů**.
- **Počet rozhodčích** se pohybuje v průměru **60 na soutěž**.

„Děkujeme,
bez
podporovatelů
by to nešlo.
Bez Vás by to
nešlo.
Děkujeme.“



„Dát
dohromady
mnohdy tak
početnou a
nesourodou
skupinu
organizátorů
není snadné.
Všechny
ovšem
spojuje něco
výjimečného.
Úcta a respekt
k profesi.“



Jací jsme a jací chceme být

Tento projekt se za dobu devíti let stal prestižní událostí a sjíždějí se k nám družstva z celé republiky.

Vážíme si toho, ale především si uvědomujeme, že to není samo sebou. Uvědomujeme si, jak moc musíme být invenční, nadšení a pracovití i nadále. Samozřejmě se snažíme vyvarovat chyb. Z každého ročníku jsme provedli analýzu. Poučením z nedostatků pak neustále posouváme kvalitu projektu vpřed.

Soutěž je organizována s vizí minimálních nákladů na startovné a stravné - je koncipována jako nevýdělečná.

Tímto principem umožňujeme účast družstvům s omezeným rozpočtem na podobné akce. Jsou jimi především zdravotnické školy, vychovávající budoucí generace záchranářů, dobrovolné spolky zabývající se první pomocí, či jednotky sboru dobrovolných hasičů.

Jsme proto závislí na štědrosti sponzorů, kteří se podílí finanční nebo hmotnou spoluúčastí. Za celou dobu organizování tohoto cvičení se vždy podařilo najít štědré partnery, bez jejichž pomoci by se soutěž stala jen nemožným cílem a nesplněným snem. Za jejich podporu jim patří veliký dík nejen nás jako organizátorů, ale i účastníků, kteří si díky nim mohli odnést velkou řádku cenných zkušeností, aplikovatelných v jejich budoucím povolání. **Děkujeme.**

Organizační tým

Je až s podivem kolik lidí se podílí na přípravě tohoto projektu. Počet členů organizačního týmu se šplhá přes sto lidí.

Zdá se Vám to nemožné? Pak nesmíme zapomenout, že kromě rozhodčích jsou zapotřebí figuranti, lidé na technické zabezpečení, maskéři poranění nebo catering. Hlavní koordinaci soutěže zajišťují členové Asociace dobrovolných záchranářů ČR. **Dobrovolně.**

Náročnost soutěže, náročnost některých úkolů pro soutěžní družstva, to vše si vyžaduje spolupráci s externími složkami, partnery a nejméně pak se složkami IZS.

Štáb SOS EXTREME

Hlavní štáb soutěže tvoří nejužší vedení ADZČR, které se stará o celkový plynulý a bezproblémový chod soutěže. Koordinuje všechny zúčastněné. Štáb sdružuje hlavního rozhodčího, vedoucího traťových komisařů, vedoucího maskérské skupiny a technického zabezpečení, velitele kooperujících hasičských jednotek a jednotek IZS.

Všichni pak úzce spolupracují a rozhodují o aktuálních problémech a zajišťují jejich okamžité řešení. Navíc se starají o své pracovní skupiny, provádí s nimi brífinky a informují je o aktuálních změnách a potřebách štábu. Všichni dělají maximum pro úspěch soutěže a tedy maximum pro účastníky.

„Tápali jsme, zda jsme postupovali správně. Naše váhání ale ihned srovnal rozhodčí. Je fajn mít zpětnou vazbu hned.“



„Už jsem ležel v kuka voze, měl jsem skalpovanou hlavu i otevřenou zlomeninu. Těším se, co bude letos.“



Rozhodčí

Na správné plnění úkolů dohlíží rozhodčí a traťoví komisaři. Všichni jsou to lidé z oboru, kteří vykonávají lékařská povolání, jsou zdravotničtí záchranáři s dlouholetou praxí v terénu, popř. hasiči, policisté nebo vojáci. Aby vše fungovalo tak jak má, na činnost rozhodčích a traťových komisařů dohlíží hlavní rozhodčí a supervizi poskytuje ředitel soutěže.

Co patří k hlavním úkolům hlavního rozhodčího? Podílí se metodicky a odborně na přípravě jednotlivých stanovišť, zná charakter a profil tratě. V jeho kompetenci je řešit případné protesty soutěžících.

I pro letošní ročník se nám opět podařilo získat MUDr. Romana Skřípského. Tento lékař je dlouholetým pracovníkem záchrané služby, lékařem ARO a lektorem zdravotnických škol. Z jeho loňského angažování jsme si ověřili, že je nejen veskrze erudovaným garantem rozhodčích, ale současně také přísným i spravedlivým arbitrem.

„Hlavní výzvou je najít rovnováhu pro objektivní, ale současně naprosto jasná a spravedlivá kritéria posuzování jednotlivých týmů. Ale právě ta náročnost je na soutěži tak atraktivní a přitažlivá.“

MUDr. Roman Skřípský, hlavní rozhodčí SOS 2018 EXTREME

Figuranti

Zpravidla se jedná o kamarády, spolupracující sbory hasičů, studenty, kolegy. Za dobu organizování soutěže se podařilo dát dohromady partu skvělých lidí, nadšenců, kteří se každý rok rádi vrací k pomoci na tomto projektu.

Jejich role nebývá však záviděníhodná. Celonoční ležení v zimě a dešti je obdivuhodným obětováním, přičteme-li k tomu i herecké výkony a dokola opakované scénáře. Každý z nich má přesně určený úkol, který vždy plní na víc jak 100%. Bez ohledu na podmínky a okolní vlivy. Před jejich podporou a účastí klobouk dolů. **Děkujeme.**

„Loňská noční etapa byla pro všechny tak přesvědčivá, že jsem si chvílemi nebyl jist, zda svá zranění a svou roli skutečně ještě jen předstírám, nebo už je vážně nejvyšší čas, aby mě někdo vynesl ven.“

Petr Konupčík, dobrovolný hasič a figurant všech předchozích ročníků

Maskéři a poranění

Práce, úsilí a um maskérů je tím, co dává soutěži ten správný ráz a dokonale testuje zkušenosti a fyzickou i psychickou odolnost soutěžících. Je kořením soutěže. Jako součást technického zabezpečení mají na starost nikdy nekončící opravování líčených a vylepšování modelových situací.

„Uděláme Ti krásnou a přímo ukázkovou otevřenou zlomeninu. A taky že jo.“



„Po odchodu z maskérny jsem zaznamenal už mnoho zajímavých reakcí: Bolí to? Nechceš si sednout? Jak se Ti to stalo? Fuj!“



Být dobrým maskérem vyžaduje stovky hodin příprav

Hlavní úkolem do začátku SOS EXTREME bylo vybavení vlastní skupiny sadou pro maskování poranění. Taková sada se může klidně přirovnat ke kufříku maskérů od filmu.

Práce maskéra pak začíná v kuchyni, kde se vaří několik druhů krve z potravinových ingrediencí a potravinářského barviva. Dále se vaří odpalované těsto pro modelaci 3D ran a samozřejmě další tělní tekutiny a sekrety, které si lze jen představit. Během soutěže tohoto rozsahu se spotřebuje zpravidla několik litrů krve a mnoho kilogramů modelovací hmoty. Vzhledem k narůstajícím nárokům na realitu modelování a jeho trvanlivost se naši maskéři vypracovali na úroveň maskérů filmových efektů. Díky tomu se podařilo jejich práci posunout o pořádný krok dále a o pořádný krok blíže dokonalé iluzi připravených poranění.

„Nejde o laciný efekt. Naopak. Realita je klíčem k úspěchu. Vzbuzuje emoce, zneklidnění a nutí účastníky koncentrovat se na záchranu života. Tedy přesně stav, který každodenně prožívají profesionální záchranáři.“

Lukáš Tláskal, DiS., předseda ADZČR, z. s., ředitel soutěže

Po přípravě všeho potřebného je důležité seznámit se s propozicemi jednotlivých zadání a podle nich vybrat vhodného figuranta. Figurant a jeho herecké schopnosti jsou polovinou úspěchu celého představení. Po přesném naplánování se může náš maskér pustit do práce. Pod jeho šikovnými rukama začnou vznikat různé druhy ran, popálenin a podlitin, amputace celých končetin nebo jejich částí.

Tím však práce nekončí. Nejen poranění dodá situaci ten pravý adrenalinový náboj. Velkou úlohu sehraje i celková situace. Musíme se soustředit i na přípravu samotného výběru místa, všech rekvizit od malých, po ty větší. Mezi nejzajímavější rekvizity na soutěži řadíme popelářský vůz, vlakovou drezínu nebo lesní traktor. Lákadlem jedné z nočních etap byla například nehoda autobusu s následným převrácením na bok. Co se celkového místa modelové situace týká, řešili jsme za celou éru pořádání tohoto cvičení zásahy v uzavřených budovách, v náročném terénu, v řece, nad volnou hloubkou, narkomanských doupatech či restauračních zařízeních.

Na detailech záleží

Finálovou podobu pak dodávají pyrotechnické efekty jako střelba, výbuchy, zakouření prostor. Dokonalost modelové situace je přímo závislá na hereckém umění figurantů a realnosti maskování jejich poranění. Vše doplní rekvizity, pyrotechnické efekty a v neposlední řadě kompars v podobě jednotek zasahujících hasičů či spolupráce s respekt budící zásahovou jednotkou policie. Kombinací těchto složek se pak naše zasahující družstvo dostává do nervy drásajících situací, kde pro tolik rušivých elementů mnohdy ztrácí jejich naučené postupy veškerou účinnost.

To je přesně ta situace, při které bystré oko rozhodčího odhalí chyby, které se objevují až v reálném životě záchranářů. Chyby, které se v reálném životě záchranáře snažíme zachytit a poučit se z nich. A přesně to je poslání soutěže SOS EXTREME.

„Je škoda, že jsme neměli víc času se koukat kolem sebe. Nikdy bych nečekal takovou krajinu 30 km za Prahou.“



„Voda v Berounce byla super, ale v dešťové výpusti pod dálnicí jsem nikdy nebyl.“



Již po šesté v Brdech. Proč?

Za již tradiční lze považovat umístění tohoto projektu do oblasti Brdské vrchoviny.

Brdská krajina nabízí vše potřebné – náročný terén, les, louky, silnice, řeku, městský i venkovský ráz a charakter.

Ano, tento region má nezaměnitelný charakter. Musíte se vyrovnat i s nepředvídatelným. Nepřístupným terénem, zapadlými auty nebo jejich poruchami, nedostatečným signálem radiostanic a věčným nedostatkem času.

Michal Zítka, hlavní traťový komisař

Našli jsme ideální prostor pro perfektní trať obsahující dokonalé a reálné lokality pro modelové situace. Velkým přínosem se ukázalo zpřístupnění celé trati divákům z řad laické veřejnosti. I přes nepřízeň počasí si mnozí nenechali ujít možnost shlédnout denní i noční zásahy záchranářů. Městská aglomerace umožnila vyzkoušet si modelové situace za reálných rušivých faktorů, jaké s sebou nesou zásahy na veřejných místech.

S přihlédnutím k faktu, že se soutěží za každého počasí, bez ohledu na únavu, není soutěžním družstvům co závidět a po absolvování 24 hodinového maratónu poskytování první pomoci je na mnohých vidět radost, že mají vše ve zdraví za sebou.

Technické zabezpečení a catering

Máme zkušený a samostatně se rozhodující tým, který zabezpečí vše potřebné. Vytýčení trasy, zásobování stanovišť občerstvením a potřebným materiálem, hledání ztracených družstev, až po boj s nepřízní počasí. Zpravidla několikadenní maratón, kdy tlačení časem a postupným pouštěním družstev rozváží po trati další a další personál. Když vše utichne, musí se vše do posledního ubrousku uklidit a svézt zpět do centrálního tábora.

Kdo nakrmí na 300 hladových a unavených krků? Nelehký úkol s největším ohlasem. Navařit se musí na 900 pokrmů. Část se pak rozváží po celé trati personálu. Káva a teplý čaj jsou neocenitelným pomocníkem do studené noci či dne. **Myslíme na to.**

Zdravotnické zabezpečení

Zajištění bezpečnosti je pro nás jasná priorita. Všichni účastníci soutěže, bez ohledu na jejich roli, bez ohledu na to, zda jsou soutěžící, rozhodčí, traťový komisaři nebo pracovníci z týlového zabezpečení, musí mít ochranné pomůcky. Bez nic není nikdo vpuštěn na trať nebo k plnění připraveného úkolu. Celá trasa je monitorována a jsme připraveni okamžitě zasáhnout i s připravenou zdravotnickou technikou.

„Nikdy jsme nic nepodcenili a vždy se nám to vyplatilo, protože jsme nikdy nebyli nuceni řešit žádné vážné poranění, úraz nebo vážný zdravotní stav. A stejně tak dobře jsme připraveni i na ročník 2018.“

Bc. Hana Vobořilová, DiS., ADZČR, z. s., koordinátorka soutěže

„Nesnažíme se na soutěžící vytahovat nebo dělat ramena. Naopak. Chceme jim ukazovat cestu. Vždyť jsou to naši kolegové.“



„V hodnocení máme jasný princip: spravedlnost jako naše pevná a trvalá vůle přiznávat každému, co mu právem náleží.“



I když jsou vítězové všichni, tak vyhrát může jen jeden

Celý systém hodnocení takovéto soutěže se pochopitelně nespokojí se známkováním jako ve škole. Na přípravě takového bodování se použily po léta získávané zkušenosti našich hlavních rozhodčích a traťových komisařů.

Díky tomu vznikl prověřený sofistický proces hodnocení jednotlivých kroků zasahujících družstev. Tento způsob hodnocení eliminuje možné poškození soutěžících nebo zapomenutí na důležité kroky ze strany hodnotících. Bodové ohodnocení se tak na jedné úloze může pohybovat i do několika tisíců.

Zpracování tolika dat je samozřejmě velmi pracné, ale objektivnost a správné hodnocení jsou pro nás velkou prioritou. Hodnocení je samozřejmě postaveno na kvalifikovaných rozhodčích.

Proto je pravidlem, že každý „pacient“ má svého vlastního rozhodčího. Je tak sníženo riziko přehlédnutí zásadních kroků a újma družstvu nedbalostí při jeho hodnocení. I tak se stávají situace, kdy se družstvo cítí nespokojeno a je odhodláno o své body bojovat. Na našich rozhodčích pak je, aby na místě vysvětlili svůj postoj, chyby, kterých se soutěžících dopustili. Pokud i nadále družstvo trvá na své křivdě, je možné podání protestu. Tento se pak hodnotí hlavním rozhodčím soutěže, který problém konzultuje s organizačním týmem. Po celou dobu trvání soutěže se však nestalo, aby protest končil až v této sféře. Vzhledem ke zkušenostem rozhodčích dávají soutěžící verdiktům zapravdu.

„Spravedlnost je základ království. Pokud bychom toto prastaré pravidlo parafrázovali pro nás, tak musím jednoznačně prohlásit: Spravedlnost je základem SOS EXTREME.“

Ondřej Prudel, několikanásobný rozhodčí SOS EXTREME

Slovo závěrem

Milí přátelé, kolegyně a kolegové, v případě SOS 2018 EXTREME se určitě nejedná o největší podobnou akci u nás. A upřímně, není to ani našim cílem. S jistotou ale můžeme tvrdit, že motivace k organizování tohoto druhu vzdělávací akce je čistě z důvodů našeho zájmu o edukaci v oblasti první pomoci a záchranu osob. Za celý už téměř desetiletý život naší soutěže jsme sklídili spousty pochvalných i kritických postřehů. Z každého se pak snažíme pokorně poučit a další ročník tak uspořádat lepší než ten předchozí. Celý tento „moloch“ stojí samozřejmě nemalé prostředky, ale vždy se díky štědrosti a ochotě firem, donátorů a partnerů daří dát vše dohromady.

Velké díky pak patří našim partnerům, kteří propůjčují své jméno projektu, jenž vzniká v hlavách několika kamarádů a nebojí se tak podepsat pod odbornou úroveň celého cvičení. Doufáme, že i letos navážeme na úspěch z předchozích let, a že se Asociaci dobrovolných záchranářů ČR z. s., společně s velmi početným týmem lidí, kteří se rok co rok podílí na úspěchu akce, podaří vdechnout život soutěži i podesáté.

Ať žije SOS 2018 EXTREME a těšíme se na Vás.

Lukáš Tláškal

„V naprosté většině se k nám hlásí lidé zapálení a nadšení pro své budoucí povolání, které už nyní chápou jako své celoživotní poslání.“



„Bez podpory a pomoci, bez odborných garancí a nám tolik vítaných záštít bychom mohli o soutěži jen snít a ne si tento sen plnit. Děkujeme.“



Kdo se může přihlásit?

Metodického cvičení zdravotnických družstev (soutěže) se mohou zúčastnit týmy v počtu 4 (čtyř) členů:

- družstvo zdravotníků, jednotek sborů dobrovolných hasičů, dobrovolných záchranářů apod.
- v družstvu nesmí být přítomen lékař nebo nesmí být postaveno z profesionálních posádek záchranné služby.

Propozice

Každé družstvo musí mít zajištěno toto vybavení (ochranné pomůcky):

- standardní zdravotnický obvazový materiál, jednorázové rukavice, fixační krční límce včetně límce pro děti, tonometr, fonendoskop, resuscitační vak + masky různých velikostí, desinfekce, nůžky, pinzeta, škrtidlo, náplast polštářková, náplast v cívce, popáleninový balíček, izotermická folie, kramerovy dlahy (sam splint);

Více informací najdete v podrobných propozicích na webu ADZČR.

Přihlašovací formulář, startovné – uzávěrka 31. 3. 2018

- elektronický formulář najdete na adrese www.adzcr.eu/sos
- přihláška je závazná, účastník odesláním formuláře souhlasí a přijímá pravidla SOS 2018 EXTREME
- startovné pro rok 2018 činí 2.000 Kč za celé družstvo.

Více informací najdete v podrobných propozicích na webu ADZČR.

Děkujeme garantům, partnerům a podporovatelům

Odborný garant



Centrum letecké záchranné služby AČR
Plzeň - Líně

Podporovatelé

Řevnice



Kytín



Mníšek p/B



HZS ČR



CAV Dobříš



Záštitu udělili



Mgr. Jan Louška
ředitel ZZMV



MUDr. Martin Houdek
ředitel ZZS SČK



plk. Ing. Martin Legner
HZS Středočeského kraje