

Městem bezpečně se VZPourou úrazům



Ahoj kamarádi, já jsem Jirka a právě jedu z práce domů. Pracuji ve Všeobecné zdravotní pojišťovně jako ambasador projektu VZPoura úrazům, ve kterém se s kolegy snažíme dětem ukázat, jak se ochránit před úrazem.

Sami vidíte, že jsem na invalidním vozíku, takže vás jistě napadne, že se mi nějaký vážný úraz stal. O úrazech tedy něco vím. Teď už mám vousy a jsem dospělý, ale kdysi jsem byl dítě jako vy a bohužel jsem na sebe nedával pozor.

Chcete vědět, co se mi stalo?





Když jsem byl malý kluk, tak jsem neposlouchal maminku, která mi říkala: „Jiříku, nehoupej se na té židli, ujede ti to a ty si natlučeš.“ A měla pravdu.

Jednoho dne jsem z té židle opravdu spadnul. Hlavou jsem dopadl na skříňku a poranil si páteř. Několik měsíců jsem pak strávil v nemocnici a na nohy se už nikdy nepostavil. Z nemocnice domů jsem bohužel odjížděl na invalidním vozíku, který mi bude pomáhat s pohybem již po celý život. Byl jsem z toho hodně nešťastný, ale stejně smutní byli i maminka s tatínkem.

Přál bych si, abyste podobný smutek nikdy nezažili.



**Hry na silnici
nepatří!**



Jako dospělý vozíčkář už vím, co úraz obnáší, a proto se stále snažím, aby se nikomu jinému nic takového nestalo.

Zrovna dnes, když jsem se vydal na cestu z práce domů, jsem ještě neujel ani pár metrů a najednou vidím, jak si přímo přede mnou na silnici hrají dvě děti s balonem. Opravdu jsem se lekl, jak je to nebezpečné, a volal jsem na ně:

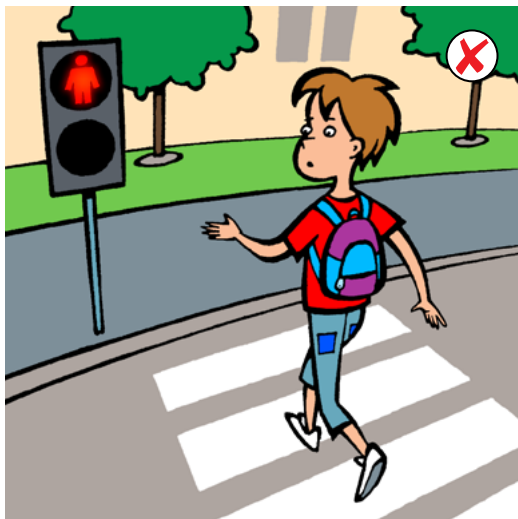
„Haló, na silnici si nemůžete hrát, v zápalu hry neuslyšíte auto a bude z toho malér. Běžte si hrát na hřiště, tam je to pro vás bezpečné.“

**Při sportu
noste helmu
a chrániče!**



Jen o kousek dál jsem si všiml, že kluci a dívka, kteří jedou vedle mne na cyklostezce, se snad srazí. Nedávají pozor na cestu a nemají ani žádné bezpečnostní vybavení, to budou minimálně pořádné boule a odřená kolena. Musím je rychle upozornit na nebezpečí.

„Pozor, dívejte se při jízdě před sebe, hrozí vám srážka!!! A příště si nezapomeňte vzít helmy a chrániče kolen i loktů! Mobil a sluchátka nechejte raději v kapse, ty ke sportování nepatří.“



**Přecházejte
vždy jen na
zelenou!**



Najednou zahlédnu na ulici Tomáše, spolužáka mého syna.
Někam pospíchá a právě vběhnul do silnice a přechází na červenou.
Nechce se mi věřit vlastním očím. Jak je možné, že nepočkal na zelenou?
Honem na něj volám:

**„Tomáši, nemůžeš chodit na červenou, ani když spěcháš,
mohlo by tě porazit auto. Musíš vždycky počkat,
až se rozsvítí zelený panáček.“**

**Na staveništi
si nikdy
nehrajte!**



V dálce vidím staveniště, na kterém si hrají nějaké děti, skáčou z jednoho betonového panelu na druhý. Na stavbě přitom hrozí dětem opravdu velké nebezpečí.

„Proč raději nejdete skákat do skateparku, jeden nově otevřený máte hned kousíček za rohem. Na staveništi vám hrozí pád, zlomení nohy a dokonce i poranění páteře.“



**V autě
se vždy
připoutejte!**

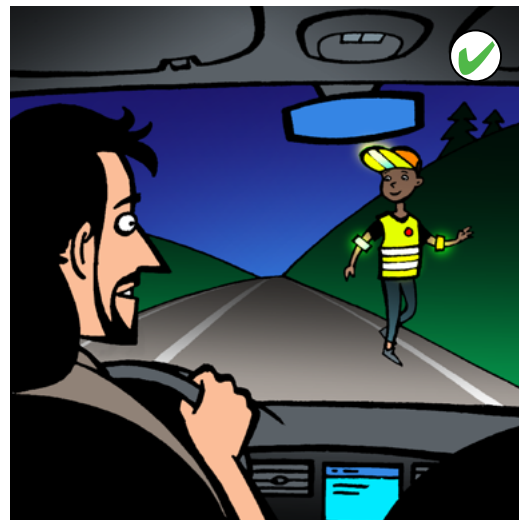


Cestou domů musím ještě vyzvednout ze školy svého syna Honzíka.

Honzík se nerad v autě poutá bezpečnostním pásem, pořád říká, že jedeme jenom kousek. Já ale vím, že se nehoda může stát ihned po rozjezdu, nebo do nás může někdo narazit, i když naše auto stojí. Vždycky mu to proto připomínám:

„Honzo, nezapomeň se připoutat bezpečnostním pásem, přece jsem ti už říkal, že i při krátké vzdálenosti se může stát vážná dopravní nehoda.“

**Poblíž silnice
na sobě vždy mějte
reflexní prvky!**



Zdá se mi, že se na okraji silnice něco hýbe. Vidím tam dokonce nějakou tmavou postavu. To snad není možné, vždyť je to nějaký kluk. Musím bezpečně zastavit auto a poradit mu, jak být za šera dobře viditelný, tady končí každá sranda, to by ho mohlo stát i život.

„Ahoj, měl bys vědět, že tě projíždějící řidič velmi špatně vidí a mohl by tě přehlédnout. Proto, pokud se pohybuješ u silnice, musíš vždy nosit reflexní prvky na svém oblečení.“

Tak si myslím, že cestou z práce domů se mi podařilo zabránit hned několika ošklivým úrazům.

Nemohu však být nablízku vždy, když hrozí nějaký úraz. Proto si musíte všichni dobře zapamatovat, že většině úrazů se dá předejít.

Každý z vás jenom musí přemýšlet nad tím, co dělá, a dodržovat všechna bezpečnostní opatření tak, aby neohrozil své zdraví ani zdraví svých kamarádů a ostatních lidí.



VZPOURA ÚRAZŮM SE PŘEDSTAVUJE

Co bychom o sobě řekli? Jsme tým mladých lidí, kterým se během jedné vteřiny obrátil celý život naruby. Po těžkém úrazu jsme skončili na vozíku nebo se s následky vážných zranění doživotně potýkáme. Ve Všeobecné zdravotní pojišťovně jsme se společně sešli nad projektem prevence dětských úrazů, který spočívá v edukačních přednáškách pro žáky přímo na školách.

Před sebou nyní máte naši elektronickou knížku, tedy e-book. Potkáte se v ní s naším ambasadorem Jirkou, kterému se v dětství stal těžký úraz a je na vozíčku. O úrazech a jejich následcích proto hodně ví. Na své cestě z práce domů vás provede mnoha nebezpečnými situacemi a poradí vám, jak se v nich chovat, abyste nepřišli k úrazu. Pozorně si jeho příběh přečtěte.

Zapojit se do projektu VZPoury úrazům můžete i osobně. Moc rádi za vámi přijedeme do vaší školy a popovídáme si s vámi o úrazech i o životě na vozíku. Zeptat se nás můžete úplně na cokoli.

Veškeré informace, prezentační materiály a rezervační formulář k besedám najdete na stránkách www.vzpoura-urazum.cz.

Své fotky, obrázky a zážitky s námi můžete sdílet také na Instagramu [#vzpoura_urazum](https://www.instagram.com/vzpoura_urazum).



VÍCE INFORMACÍ:

www.vzpoura-urazum.cz

vzpoura-urazum@vzp.cz

Instagram: [@vzpoura_urazum](https://www.instagram.com/vzpoura_urazum)