

INFORMOVANÝ SENIOR III



**BEZ
PEČ
NÝK
RAJ**

**FINANČNÍ GRAMOTNOST
SEBEOBRANA & PRVNÍ POMOC**

www.bezpecnykraj.cz

FINANČNÍ GRAMOTNOST

NOVINKY OBČANSKÉHO ZÁKONÍKU 2014 PRO SENIORY

Od 1. ledna 2014 je účinný zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník (dále jen NOZ), který má 3081 paragrafů a je tematicky rozdělen do pěti částí. V Obecné části jsou vymezeny pojmy, jež jsou v textu občanského zákoníku užívány. Část Rodinné právo v sobě zahrnuje dnešní zákon o rodině. Dotýká se jak institutu manželství, tak vztahů mezi příbuznými. Část Absolutní majetková práva v sobě skrývá definici vlastnictví, práva k cizím věcem a problematiku dědění. Čtvrtá část nazvaná Relativní majetková práva je nejobsáhlejší. Zahrnuje v sobě různé druhy smluv, stejně tak jako závazky z deliktního jednání (tedy i odpovědnost za škodu). Poslední část se zabývá především legislativně technickou problematikou, např. i zrušením celkem 238 zákonů, vyhlášek a jejich částí. Probereme stručně ustanovení občanského zákoníku týkající se:

- Smluv a spotřebitelských práva
- Půjček a ochrany práv věřitele a dlužníka
- Dědictví

SMLOUVY A SPOTŘEBITELSKÁ PRÁVA

Jako závazek se označuje vztah mezi věřitelem a dlužníkem, jehož obsahem jsou práva a povinnosti těchto dvou (či více) osob v rámci tohoto vztahu. Důvodem vzniku závazku je nejčastěji smlouva, té se věnuje v NOZ více jak tisíc ustanovení v § 1724–2839.

• PŘEDSMLOVNÍ ODPOVĚDNOST

Smluvní právo ovládá zásada svobodné vůle, která se projevuje již při samotném vzniku závazku, a to v tom, že **zásadně není nikdo povinen smlouvu uzavřít, dokud není rozhodnutý, že tak chce skutečně učinit.**

NOZ výslovně definuje **povinnosti, které je třeba při jednání předcházejícímu uzavření smlouvy dodržet.** Pokud některá ze stran tyto povinnosti poruší, jedná vůči druhé straně nepoctivě (§ 6). **Vznikne-li druhé straně v důsledku toho nějaká újma, má nárok na její náhradu** (§ 2910).

• UZAVÍRÁNÍ SMLUV MEZI PODNIKATELEM A SPOTŘEBITELEM

Zakazují se ujednání, která zakládají významnou nerovnováhu práv či povinností stran v neprospěch spotřebitele. Jsou-li některá z uvedených či jim podobných ustanovení **do smlouvy přesto zahrnuta, nevyvolávají žádné právní účinky (jsou pouze zdánlivá)**, ledaže by se jich spotřebitel sám dovolal (§ 1815).

POZN. I nadále zůstává zachována právní úprava veřejného práva v zákoně č. 634/1992 Sb., o ochraně spotřebitele, ve znění zákona č. 476/2013 Sb., který zejména **upravil oznamovací povinnost vůči České obchodní inspekci při organizování akcí (nejméně 10 prac. dnů před konáním) určených pro omezený počet spotřebitelů, kteří na ni byli adresně či neadresně pozváni a v jejímž průběhu dochází k prodeji výrobků, poskytování služeb nebo k jejich propagaci.** Zároveň stanovil další povinnosti týkající se identifikátorů a povinností předat jasné informace o akci.

• LIMITY SMLUV UZAVÍRANÝCH ADHEZNÍM ZPŮSOBEM

Použije-li se k uzavření smlouvy se slabší stranou smluvní formulář užívaný v obchodním styku nebo jiný podobný prostředek, má se za to, že **smlouva byla uzavřena adhezním způsobem. Tzn. smluvní podmínky byly určeny jednou ze smluvních stran nebo podle jejích pokynů, aniž slabší strana (obvykle spotřebitel) měla skutečnou příležitost obsah těchto základních podmínek ovlivnit (§ 1798). Z důvodu ochrany slabší strany (spotřebitele) jsou stanoveny zákonné limity (§ 1799 a 1800):**

- Doložka ve smlouvě, která **odkazuje na podmínky uvedené mimo vlastní text smlouvy** je platná, byla-li slabší strana s doložkou a jejím významem seznámena nebo prokáže-li se, že význam doložky musela znát.
- Doložka ve smlouvě, kterou **je možné přecítit jen se zvláštními obtížemi** nebo doložka, která je **pro osobu průměrného rozumu nesrozumitelná**, je platná jen,

pokud nepůsobí slabší straně újmu nebo prokáže-li druhá strana, že slabší straně byl význam doložka dostatečně vysvětlen.

- Doložka ve smlouvě, která je pro slabší stranu **zvláště nevýhodná, aniž je pro to rozumný důvod, zejména odchluje-li se smlouva závažně a bez zvláštního důvodu od obvyklých podmínek ujednávaných v obdobných případech**, je doložka neplatná. Vyžaduje-li to spravedlivé uspořádání práv a povinností, rozhodne soud.



PŘECÍT MUSÍŠ – PODEPSAT MŮŽEŠ!



• LICHVA A NEÚMĚRNÉ ZKRÁCENÍ

Neplatná je smlouva, při jejímž uzavírání někdo **zneužije tísně, nezkušenosti, rozumové slabosti, rozrušení nebo lehkomyšlnosti druhé strany** a dá sobě nebo jinému slíbit či poskytnout **plnění, jehož majetková hodnota je k vzájemnému plnění v hrubém nepoměru (§ 1796).**

Kdo se **ve smlouvě zavázal k plnění, které je v hrubém nepoměru k tomu, co poskytla protistrana, může se domáhat zrušení smlouvy a navrácení všeho do původního stavu.** Podmínkou nároku je, že **zkrácená strana si nepoměru vzájemných plnění nebyla vědoma a naopak druhá strana o něm věděla** nebo při nejmenším vědět musela. NOZ dotčené straně k uplatnění nároku dává omezenou lhůtu jednoho roku od uzavření smlouvy (§ 1793–1795).



• **LHŮTA PRO Odstoupení od smlouvy po jejím uzavření**

Spotřebitel má právo odstoupit od smlouvy (§1829-1836) ve lhůtě čtrnácti dnů.

Lhůta **běží ode dne uzavření smlouvy, ale jde-li o:**

- kupní smlouvu, ode dne převzetí zboží,
- smlouvu, jejímž předmětem je několik druhů zboží nebo dodání několika částí, ode dne převzetí poslední dodávky zboží,
- smlouvu, jejímž předmětem je pravidelná opakovaná dodávka zboží, ode dne převzetí první dodávky zboží.

V případě, že spotřebitel **nebyl poučen o právu odstoupit od smlouvy, může od ní odstoupit do jednoho roku a čtrnácti dnů ode dne počátku běhu lhůty** podle toho, o které z výše uvedených smluv jde. **Pokud však podnikatel svou povinnost splní dodatečně a správně spotřebitele poučí, běží lhůta od následujícího dne po tomto dni a je opět jen čtrnáctidenní.**

Odstoupí-li spotřebitel od kupní smlouvy, je povinen zboží do 14 dnů přímo předat nebo odeslat. Podnikatel však není povinen vrátit přijaté peněžní prostředky spotřebiteli dříve, než mu spotřebitel zboží předá nebo prokáže, že zboží podnikateli odeslal.

Od některých smluv není možné dle NOZ odstoupit (§ 1837). Např. jde o smlouvy na

dodávku zboží na míru; zboží, které podléhá rychlé zkáze – maso, mléčné výrobky; zboží, které se smísilo s jiným zbožím (namíchání barvy dle přání zákazníka); zboží v hygienickém obalu, který byl porušen; počítačové programy; zakoupení hudby či filmu po jejím zaplacení a stažení na internetu; termínované smlouvy na ubytování, dopravu, stravování...

- **ODSTOUPENÍ OD SMLOUVY, V NÍŽ JE CENA HRAZENA POMOCÍ ÚVĚRU NEBO ZÁPŮJČKY**

Hradí-li se cena alespoň zčásti pomocí úvěru nebo zápůjčky poskytnuté podnikatelem a využije-li spotřebitel práva odstoupit od smlouvy, vztahují se účinky odstoupení i na smlouvu o úvěru nebo zápůjčce. V takovém případě se poskytovateli úvěru nebo zápůjčky, příp. i jiné osobě zakazuje uplatnit vůči spotřebiteli jakékoli sankce (§ 1816). Při odstoupení od smlouvy se nevyžaduje uvedení důvodu, pokud je odstoupení od smlouvy ve stanovené lhůtě odesláno (§ 1818). Smluvní úroky plynoucí z úvěru ale sankcí nejsou, a proto je spotřebitel musí zaplatit!

- **NÁKUPY PŘES INTERNET A MIMO OBCHODNÍ PROSTORY**

Spotřebitel musí při smlouvě uzavírané na dálku dostat předem informaci o totožnosti podnikatele (tel. číslo, adrese pro doručování el. pošty či jiné kontaktní údaje); označení zboží nebo služby a jejích hlavních vlastností; ceně včetně daní a poplatků; údaje o době trvání závazku a podmínky ukončení závazku, má-li být smlouva uzavřena na dobu neurčitou; údaje o povinnosti zaplatit zálohu, je-

li vyžadována; informaci o tom, zda-li se jedná o smlouvu s předmětem opakovaného plnění; informaci o nejkratší době, která bude obě strany zavazovat a údaje o povinnosti uhradit poměrnou část ceny v případě odstoupení od smlouvy, jejímž předmětem je poskytování služeb a jejichž plnění již začalo. Ostatní údaje sdělí podnikatel spotřebiteli v textové podobě nejpozději do doby plnění.

Doručení objednávky, která byla zaslána spotřebitelem prostřednictvím prostředku komunikace na dálku, musí být neprodleně podnikatelem potvrzeno. Toto neplatí při uzavírání smluv výlučně výměnou elektronické pošty či obdobnou komunikací.

Spotřebitel není povinen na své náklady podnikatelem vnučené zboží vracet, nic platit, ani jej nějakým způsobem vyzkoušet. Na spotřebitele se hledí jako na pozitivního držitele. Má právo s dodaným zbožím nakládat jako vlastník, zejména si je ponechat, nebo zcizit jiné osobě. Spotřebitel nemusí na své náklady podnikateli nic vracet ani ho o tom vyzkoušet (§ 1838).

- **ZÁRUKY ZA ZBOŽÍ**

Prodávající odpovídá kupujícímu za to, že **věc nemá při převzetí vady**. Zejména odpovídá kupujícímu za to, že **věc má vlastnosti, které si strany ujednaly**. Pokud takové ujednání chybí, musí mít věc takové vlastnosti, které prodávající nebo výrobce popsal nebo které kupující očekával s ohledem na povahu zboží nebo které je uváděno v reklamě (§ 2161–2164).

Věc se také musí hodit k účelu, který se pro její použití uvádí a odpovídá jakostí a provedením vzorku nebo předloze. Kupující je oprávněn uplatnit právo z vady, která se vyskytne u spotřebního zboží **v době 24 měsíců od převzetí**. V záruce za jakost se použije na obalu či prodávané věci uvedená doba použitelnosti např. potraviny, léky apod. (§ 2165).



SMLOUVY SE MAJÍ DODRŽOVAT A DLUHY SE MUSÍ VČAS SPLÁCET!



PŮJČKY A OCHRANA PRÁV DLUŽNÍKA A VĚŘITELE

Smlouva o peněžní půjčce nemusí být písemná, ale věřitel musí mít důkaz (u bezhotovostní půjčky výpis z účtu; u hotovostní půjčky dlužní úpis), že dlužníkovi peníze předal (§ 1952). Při významnějších půjčkách je vhodné uzavřít smlouvu o půjčce v písemné podobě (§ 1931).

• DLUŽNÍK

Dlužník, který svůj dluh **řádně a včas neplní, je v prodlení** (§ 1968–1974). Po dlužníkovi, který je **v prodlení se splácením peněžitého dluhu, může věřitel**, který řádně splnil své smluvní a zákonné povinnosti, **požadovat zaplacení úroků z prodlení**, ledaže dlužník není za prodlení odpovědný.

Dlužník by měl po věřiteli požadovat, aby mu vydal potvrzení o tom, že svůj dluh splnil, tzv. **kvitanci** (§1949–1951). V kvitanci se vyznačí jméno dlužníka i věřitele, předmět plnění a místo a čas, tj. kde a kdy byl dluh splněn.

• VĚŘITEL

Poruší-li strana prodlením svou povinnost podstatným způsobem (obvykle nesplácením dluhu), **může druhá strana** (obvykle věřitel) **od smlouvy odstoupit ihned**, pokud to prodlávajícimu oznámí bez zbytečného odkladu (§ 1977). Při výjimečném opoždění platby, může věřitel poskytnout dodatečně přiměřenou lhůtu ke splacení a to i mlčky (§ 1978).

• VĚŘITEL A DLUHY MANŽELŮ

Součástí společného jmění manželů jsou dluhy vzniklé za trvání manželství, ledaže se týkají majetku, který náleží výhradně jednomu z manželů, a to v rozsahu, který přesahuje zisk z tohoto majetku, nebo je převzal jen jeden z manželů bez souhlasu druhého, aniž se přitom jednalo o obstarávání každodenních nebo běžných potřeb rodiny (§ 710).

Dluh jednoho z manželů může být splacen ze společného jmění manželů, ale jen do takové výše, která by připadla jednomu z manželů při vypořádání společného jmění manželů!

DĚDICTVÍ

Dědické právo (§ 1475-1720) je právo na pozůstalost nebo na poměrný díl z ní a vzniká smrtí zůstavitele. **Dědictvím se rozumí ta část z pozůstalosti, která skutečně přejde na zůstaviteli dědice, což mohou být nejen osoby fyzické, ale i osoba právnická** (pokud vznikne nejpozději do jednoho roku od smrti zůstavitele). **Dědicem může být i stát.**

• POŘÍZENÍ PRO PŘÍPAD SMRTI

Pořízení pro případ smrti jsou závěť, dědická smlouva nebo dovětek (§ 1491). NOZ dává zůstaviteli ještě za jeho života možnost naložit se svým majetkem podle své vůle.

Pokud zůstavitel povolá do závěti správce či zaměstnance zdravotnického zařízení nebo sociálních služeb, v době, kdy je v jejich péči, pak je povolání těchto osob za dědice či odkazníky neplatné. Jestliže však je zůstavitelova závěť učiněna ve formě veřejné listiny notářem, pak se tyto osoby stávají právoplatnými dědici či odkazníky nebo měl-li zůstavitel po ukončení péče ve zdravotnickém zařízení možnost bez obtíží učinit (jiné) pořízení ve formě veřejné listiny (§ 1493).



• ZÁVĚŤ

Závěť je odvolatelný projev vůle, kterým zůstavitel pro případ své smrti osobně zůstavuje určitým osobám podíl na pozůstalosti, případně i odkaz (§ 1494–1498).

- Závěť je možné pořídit **vlastní rukou a vlastní rukou ji podepsat** bez svědků.
- Napsat na stroji, počítači, ale **vlastní rukou podepsat a před dvěma svědky současně přítomnými a výslovně prohlásit, že listina obsahuje jeho poslední vůli.** (Pozn. NOZ upravuje i postupy pro platnost závěti v případě, je zůstavitel nevidomý či osobou se smyslovým postižením, která nemůže číst a psát).
- Zůstavitel může projevit poslední **vůli ve veřejné listině, tj. u notáře notářským zápisem...**

• DĚDICKÁ SMLOUVA

Smlouvu uzavírá zůstavitel s dědicem. **Smlouvou nemůže být pořízeno o celém majetku zůstavitele, neboť vždy musí minimálně ¼ pozůstalosti zůstat volná.** Pokud však chce zůstavitel ponechat i tuto čtvrtinu smluvnímu dědici, musí tak učinit závětí, kterou mu tento majetek odkáže (§ 1582–1585 odst. 1). Dědická smlouva v zásadě neomezuje zůstavitele v nakládání s majetkem za jeho života.

• ZÁKONNÁ DĚDICKÁ POSLOUPNOST

Nepořídil-li zůstavitel závěť nebo smlouvu, **stanou se jeho dědici osoby, které jako dědice povolává zákon** nově v šesti dědických třídách:

I. Dědická třída: zůstavitelovy děti (případně jejich potomci, pokud děti z nějakého důvodu nedědí); a zůstavitelův manžel. **Každý z nich dědí stejným dílem.**

II. Dědická třída: manžel; zůstavitelovi rodiče; ti, kteří žili se zůstavitelem po dobu nejméně jednoho roku před jeho smrtí ve společné domácnosti a pečovali o ni či na něj byli odkázáni výživou. **Všichni dědí stejným dílem, manžel však vždy nejméně ½ pozůstalosti.**

III. Dědická třída: zůstavitelovi sourozenci (případně jejich děti, pokud z nějakého důvodu nedědí sourozenec); ti, kteří žili se zůstavitelem po dobu nejméně jednoho roku před jeho smrtí ve společné domácnosti a pečovali o ni či na něj byli odkázáni výživou. **Všichni dědí stejným dílem.**

IV. Dědická třída: prarodiče zůstavitele. **Všichni dědí stejným dílem.**

V. Dědická třída: prarodiče rodičů zůstavitele. **Z dědictví připadá polovina prarodičům zůstavitelova otce, polovina prarodičům zůstavitelovy matky.**

VI. Dědická třída: děti dětí sourozenců zůstavitele; děti prarodičů zůstavitele (případně jejich děti, pokud děti prarodičů z nějakého důvodu nedědí). **Všichni dědí stejným dílem.**

• DLUHY POSTIHUJÍCÍ DĚDICE

Dluhy zůstavitele přecházejí na dědice v plném rozsahu, ale jen pokud neuplatní dědic výhradu soupisu. Výhradu soupisu pozůstalosti je třeba učinit vůči soudu (resp.

notáři, který vede řízení o dědictví). Jen tak bude dědic hradit dluhy zůstavitele jen do výše ceny nabytého dědictví (§ 1701–1708).

Dědic se také může chránit před rozhodnutím soudu o potvrzení dědictví před dluhy zůstavitele návrhem, aby soud **pro vyhledání dluhů po zůstaviteli vyzval věřitele, aby v přiměřené lhůtě ohlásili a doložili své pohledávky** (§ 1711–1713).

Jedině vyhledáním zůstavitelových dluhů soudem, bude dědic i v budoucnu plně chráněn před úhradou zůstavitelových dluhů ze svého majetku nad rámec hodnoty pozůstalosti!

• PRÁVO NĚKTERÝCH OSOB NA ZAOPATŘENÍ

NOZ nově (§ 1665–1669) zavádí **právo některých osob na zaopatření z pozůstalosti** mají:

- ten, kdo by jinak byl **nepominutelným dědicem**, ale nemá právo na povinný díl (má právo na nutnou výživu)
- **pozůstalý manžel** (má právo na slušnou výživu z pozůstalosti po dobu šesti týdnů po zůstavitelově smrti)



- **těhotná vdova po zůstaviteli a matka zůstavitelova dítěte**, i když nebyli manželi (má právo na slušnou výživu po dobu šesti týdnů od porodu)
- **pozůstalý rodič**, kterému se nedostává nutné zaopatření a není schopen se sám živit a nedostal zákonný dědický podíl nebo mu byl zkrácen (má právo na nutné zaopatření)
- **osoby, které požívaly bezplatné zaopatření** v zůstavitelově domácnosti (mají právo na toto zaopatření ještě po dobu tří týdnů od zůstavitelovy smrti)

Pozůstalý manžel nabývá dále **vlastnické právo k movitým věcem, které tvoří základní vybavení rodinné domácnosti**, a to i pokud není dědicem.

Nabytí dědictví potvrzuje soud (§ 1670).

• EVIDENCE PRÁVNÍCH JEDNÁNÍ PRO PŘÍPAD SMRTI

Dědickou smlouvu, závěť, dovětek a některá jiná pořízení pro případ smrti (zejména prohlášení o vydědění, příkázání započtení na dědický podíl, povolání správce pozůstalosti, smlouvu o zřeknutí se dědického práva) a odvolání těchto jednání, pokud jsou pořízena **ve formě notářského zápisu**, je notář povinen evidovat bez zbytečného odkladu po jejich pořízení v tzv. **Evidenci právních jednání pro případ smrti**. Zůstavitel může i jím napsanou závěť uložit do notářské úschovy.

SEBEOBRANA

KDYŽ MI HROZÍ NEBEZPEČÍ:

1. **SNAŽÍM SE PŘEDCHÁZET PROBLÉMŮM.**
2. **KDYŽ TO JDE, SNAŽÍM SE UTÉCI. ÚTĚK JE NEJLEPŠÍ OBRANA.**
3. **PŘI ÚTOKU VYVOLÁM ŠOK PRO ÚTOČNÍKA** (VÝKŘIK, ZAVOLÁNÍ NEEXISTUJÍCÍ OSOBY, PÍCHNUTÍ DO OBLIČEJE NEBO JINÝ FAUL).
4. **PRO VĚTŠÍ BEZPEČNOST SE VYBAVÍM OBRANNÝMI PROSTŘEDKY.**

KAM VOLAT?

ZÁKLADNÍ TELEFONNÍ ČÍSLA JSOU:

Jednotné evropské číslo tísňového volání	112
Lékařská pohotovost (záchranná služba)	155
Městská policie	156
Policie ČR	158
Hasiči	150

CO JE TŘEBA SI ZAPAMATOVAT...

Trestní zákon – § 29 Nutná obrana

1. Čin jinak trestný, kterým někdo odvrací přímo hrozící nebo trvajícím útokem na zájem chráněný trestním zákonem, není trestným činem.
2. Nejde o nutnou obranu, byla-li obrana zcela zjevně nepřiměřená způsobu útoku.

• OBRANNÝ SPREJ (VŽITÝ NÁZEV KASR NEBO PEPŘÁK)

V současné době se na trhu objevuje několik druhů obranných sprejů, které můžeme rozdělit podle účinné (dráždivé) látky na CS, CN a OC. Pro praktické využití v sebeobraně seniorů můžeme doporučit spreje s označením OC, jejichž účinek je založen na čistě přírodním základu. Vyberte si sprej, který vypouští tenký pramínek dráždivé látky, tzv. tekutou střelu. Oproti klasickému aerosolovému spreji nevzniká oblak dráždivé látky, který může ohrozit Vás i neúčastné osoby. Účinný dosah obranných sprejů je podle druhu 2–4 metry. Vzhledem



k účinnosti není vhodné používat obranný sprej v malých uzavřených prostorách. Naučte se svůj obranný sprej ovládat. V krizové situaci nebudete mít čas přemýšlet, jak se Váš sprej používá.

• OSOBNÍ ALARM

Jedná se o malou elektronickou sirénu, která pronikavým, daleko slyšitelným zvukem odradí každého útočníka či zloděje tak, že se raději dá na ústup. Osobní alarmy jsou schopny „ohlídat“ okno či dveře bytu tak, abychom mohli v noci klidně spát. Pokud Vám zloděj vytrhne tašku, ve které je uložen osobní alarm z ruky a utíká s ní, ozve se takový rámus, že raději tašku odhodí. Cena osobního alarmu je 200 až 300 Kč.

• VĚCI BĚŽNÉ POTŘEBY

Pro vlastní obranu můžete využít i věci, které Vás bezprostředně obklopují, to, co máte v okamžiku napadení zrovna po ruce např. vycházková hůl, klíče, tužka, taška, kapesník, hrst mincí apod.



PRVNÍ POMOC

KDY VOLAT 155?

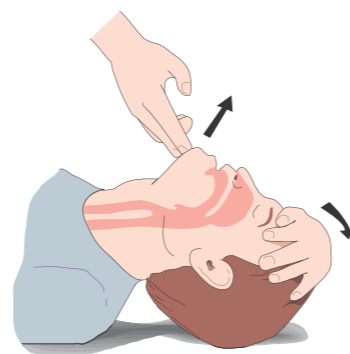
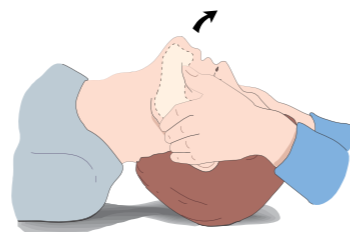
- Náhle vzniklá porucha zdraví
- Ohrožení zdraví či života

VOLEJTE 155 PŘEDEVŠÍM V TĚCHTO PŘÍPADECH:

- › bolest na prsou, tlak na hrudníku
- › potíže s dýcháním
- › porucha vědomí, bezvědomí
- › křečové stavy
- › vážný úraz, prudké krvácení
- › otrava či náhodné požití léků či chemikálií

CO MÁM DĚLAT? TEN ČLOVĚK NÁHLE UPADL A NEREAGUJE!

1. Ujistěte se, že jste v bezpečí
2. Zkontrolujte vědomí postiženého
3. Otočte postiženého na záda a uvolněte dýchací cesty – provedením záklonu hlavy (tahem za bradu a tlakem na čelo)
4. Dýchá? Sledujte pohyby hrudníku, vnímejte proud vydechovaného vzduchu na své tváři, poslouchajte zvuky při dýchání



5. Jestliže nedýchá – ihned volejte 155 a zahajte srdeční masáž – stlačujte hrudník nepřetržitě frekvencí 100 za minutu do hloubky 5 cm do příjezdu záchranářů

6. Poloha rukou při masáži je **uprostřed hrudníku na hrudní kosti** – tlak musí být vyvíjen na hrudní kost, ne na žebra či břicho



INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM

Zdravotnická záchranná služba	155
Hasičský záchranný sbor ČR	150
Policie ČR	158

plzeňský kraj
bezpečný kraj

BEZ
PEČ
NYK
RAJ

Partneři projektu:

ivcp

informační
a vzdělávací
centrum Plzeň



www.bezpecnykraj.cz