

## Súhrn a popis okruhov spadajúci pod domobranu a sebaobranu

### Základné okruhy

#### 1 Ochrana a obrana jednotlivca

**proti živlom všeobecne** ( plyn, voda, požiar, chémia ...),

**proti napadnutiu zverou,**

**proti napadnutiu človekom, sebaobrana**

<https://www.youtube.com/watch?v=INqUFBSPGE8>

Active Self Protection:

<https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=43&t=45>

- niektoré scény by mohli byť budíčkom pre tých, ktorí sa cítia príliš bezpečne.

Najmä je alarmujúca rýchlosť, s akou sa väčšina udalostí stane.

- Nebezpečie "prechodových priestorov" - máte plné ruky tašiek, hľadáte kľúče... To je vhodný moment na váš prepád. Prechodové priestory sú vchody, vestibuly, vystupovanie z auta, otváranie brán a garáží pri parkovaní auta, parkoviská ... Tu dochádza k najčastejším útokom.

- Naučiť ľudí vnímať okolie, všímať si, "že niečo neštímuje", nepoužívať sluchátka, nepísať si v mobile na chodníku - Základy situačného prehľadu

**lekárnička, prvá pomoc,**

školenia, videá, tréningy

#### 2 Zbrane

**strelné** ( výstražné, obranné i útočné ) –

pištole – na náboje, na CS plyn, na guľičky alebo valčeky (flobertky)

pušky - výhoda dlhší a presnejší dosah, nevýhoda veľkosť, zle sa maskuje v odeve munícia

**zbrojný preukaz** - príslušné právne predpisy, právo držať zbraň, právo nosiť zbraň, zberateľstvo – čase nepokojov a chaosu už stratí význam

**chladné** ( obranné i útočné ) - nože, mačety, sekerky, valašky ...

oštepy, kuše – výhoda dlhší dosah, nevýhoda veľkosť, zle sa maskuje v odeve

**iné** – neuroparalyzéry, slzotvorný sprej-lúč, teleskopický obušok, a iné

výcvik bezpečného zaobchádzania, pre každý druh zbrane zvlášť, nutné si na zbraň zvyknúť, mať veľa nastrieľané, aby sa používanie čo najviac zautomatizovalo

pri nebezpečenstve či ohrození nie je čas vymýšľať

ešte v čase pokoja si zájsť niekoľkokrát do verejnej strelnice a začať s inštruktorom motto „DOBRE POZNAJ A OVLÁDAJ SVOJU ZBRAŇ!“

**psychológia** obrany i vynúteného útoku

toto by som navrhol ako jednu samostatnú časť, lebo my sme naučení ( ak naozaj sme ) útočiť iba na bezpečné miesta "nepriateľa", ale pri sebaobrane toto nepomáha, treba útočiť na iné, veľmi citlivé miesta

### **3 Zabezpečenie bydliska**

**keď ostaneme doma** teda sa vyskytol len menší problém  
alternatívy k energiám - tepelnej, elektrickej

<https://www.archaforum.sk/viewforum.php?f=25>

vo forme pevného paliva, slnečných kolektorov, fotovoltaiických článkov, batérií, elektrogenerátorov na tekuté palivo a pod.

náhradné zdroje pitnej vody, studne

– robiť si prehľad o prameňoch, studničkách v dosiahnuteľnom okolí

**keď domov musíme opustiť**

Napr. spevnenie dverí, vrecia s pieskom ku dverám, opevnenie okien doskami a podobne.

zbierať návody, dobré rady.

### **4 Evakuačný batoh jednotlivca, skupiny**

**dôležité dokumenty** – občiansky a zdravotný preukazy, rodné listy, výpisy z katastra, cestovný pas, sobášny list, poisťné zmluvy a iné ( prípadne aj kópie z nich v mŕtvych schránkach -vid' bod 5 )

**výstroj, oblečenie** - využiť turistické potreby

**ručné mechanické náradie, obranné pomôcky** rôzneho druhu, čím širší záber funkcií, tým lepšie ( podľa bodu 2 )

**ručné svietidlo** vodotesné - dvojaké prípadne i trojaké napájanie  
**d'alekohľad**

**voda, potrava, nádoby a pomôcky na varenie i uskladnenie, variče**

destilátor vody [https://www.suflarsky-](https://www.suflarsky-nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1)

[nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1](https://www.suflarsky-nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1)

zoznam potravín na dlhodobé prežitie

<https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=23&t=109>

sušené zemiaky <https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=23&t=56>

sušené vajíčka <https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=23&t=61>

**lieky, lekárnička, prvá pomoc**

**platidlá – okrem platných mien aj náhradné** ( mince z drahých kovov, ekvivalenty v predmetoch dennej potreby – mydlá, šampóny, sviečky, cigarety spojovací materiál, hygienické potreby a pod.

**iné užitočné pomôcky** ( laná, skoby, plachty, lepiace pásy ...)

## **5 Komunikácia v čase evakuácie, úniku**

**telefón** – pokiaľ bude mobilná sieť dostupná a funkčná

**domáci bezdrôtový telefón so základňou** – riešiť v rámci rodiny, susedov – IP telefón pre volanie cez internet i pevnú linku – umožňuje pripojiť niekoľko ďalších kompatibilných telefónov, dosah niekoľko 100 m v okolí základne, napr. Gigaset C530 IP

**vysielačky krátky dosah** - riešiť na lokálnej úrovni, vlastnosti – vodeodolnosť, svetlo, spojenie 1 na 1 stanicu alebo 1 na viac staníc, pripojenie slúchadiel, SOS funkcia – po aktivovaní sa spojí so všetkými svojimi a v maximálnej hlasitosti po dobu 30 sekúnd prenáša zvuk, situáciu, napr. Motorola T82 Extreme

**vysielačky dlhý dosah** - riešiť na globálnej úrovni (CZ kanál 7 a 8)

**do auta, prenosné** – podľa uváženia

zvážiť obstaranie vysielačky s frekvenčným skenerom - pre dohľadanie spriaznenej i protivníkovej komunikácie

**solárny generátor** na nabíjanie telefónov i vysielačiek

<https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=25&t=130>

vhodne zvolený **rádioprijímač** – autorádio, prenosný ( najlepší polyfunkčný – svetlo, dvojité prípadne i trojité napájanie – batérie, nabíjateľné akumulátory, solárny modul, dynamo ) pre získavanie informácií i v kritickej situácii

**výber, obstaranie a školenie obsluhy vysielačiek dlhého dosahu**

zaškolenie na obsluhu dostatočný počet ľudí ( radistov )

**úschovné body** pre uloženie potravín, vody, liečiv a dôležitých informácií či odkazov – tzv. **moja/naša mŕtva schránka**

**PRAVIDLÁ komunikácie** – súpis jednotných pravidiel záväzných nielen pre radistov ( potreba začať na nich pracovať, zbierať nápady)

**šifrovanie hlasových správ** – používaním prekladových tabuliek, ktoré sa môžu po čase meniť, používaním žargotu resp. dohodnutých náhradných slovných ekvivalentov

## **6 Ochranný resp. únikový plán**

**kam** (vid' bod 7), **ako a s kým odísť z domu** – s ohľadom na deti a rodičov

**koho kontaktovať, s kým sa stretnúť** a reálne si pomáhať,

**miesto zhromaždenia** (vid' bod 7), prípadné iné vhodné na daný účel

**DOBÝ ZVYK** – oznámiť aj inej arche/archám, že čo sa lokálne deje – pre prípad pomoci či varovania

**vhodné dopravné prostriedky** - lokálne i celkovo v rámci Archy21

terénne vozidlá, prívesy, karavany, prispôbené dodávkové vozidlá, bicykle, káry a podobne

## **7 Príprava a výber miesta zhromažďovanie, resp. dočasného prebývania**

**včasný prieskum dosiahnuteľného okolia**, venovať sa tomu pri vychádzkach, cyklotúrach, či prejazdoch okolo menej osídlených územím

- využívať všetko existujúce napr. poľovnícke posedy, turistické prístrešky, útulne, neobývané, nepoužívané stavby mimo bežných sídiel i v lesoch, „zašité“ chalupy, rodové statky, farmári a podobne, informovať Archu a tvoriť sieť takýchto bodov či miest

- hrady – v prípade dostupnosti a „vysporiadaní sa“ s ochrancami ak tam nejakí sú

- väzba externého úložiska potravín, informácií na miesto zhromažďovania ( bod 6 )

- predbežná príprava a označenie miesta

## **8 Prežitie mimo domova**

**z hľadiska samotného bytia v nepohode**, stany, spacie vaky ( vid' body vyššie )

**z hľadiska zaobstarania alternatívnej potravy a vody v prírode** ( lov zveri, zber plodov, rastlín, a pod. )

### **príprava pokrmov**

použitie predpripravených **sušených potravín**: jablká a iné ovocie, pečivá a pod.

sušené zemiaky <https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=23&t=56>

sušené vajíčka <https://www.archaforum.sk/viewtopic.php?f=23&t=61>

zoznam potravín na dlhodobé prežitie

používanie ohnísk, varičov, prenosných piecok a pod.

### **pitnej vody** ( filtrácia, dekontaminácia )

destilátor vody [https://www.sufliarsky-](https://www.sufliarsky-nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1)

[nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1](https://www.sufliarsky-nz.sk/eShop.html?first=1&vyhledavani=destil%C3%A1tor+vody&vsude=1)

viac o technikách prežitia <https://www.archaforum.sk/viewforum.php?f=31>

### **počítať s deťmi a starcami**

- školenia

- reálne výcviky v teréne