KAPITOLA 1

Nácvik správania pri požiari v budove

Aktualizované 22. 10. 2026

Cieľ nácviku

Účastník po nácviku vie do troch minút rozhodnúť, či z budovy odísť, alebo sa v nej bezpečne ukryť – a obe možnosti si prakticky vyskúša. Tri minúty nie sú náhodné číslo: podľa výskumu UL FSRI majú dnes ľudia po spustení hlásiča na únik z horiaceho domu v priemere tri minúty alebo menej, pred 40 rokmi to bolo 17 minút (UL FSRI).

Nácvik rozvíja štyri zručnosti:

1. privolať pomoc a podať operátorovi úplné informácie,
2. opustiť budovu po únikovej trase a zatvoriť za sebou dvere,
3. pohybovať sa a orientovať v zadymenom priestore,
4. ochrániť sa, keď je úniková cesta zablokovaná dymom.

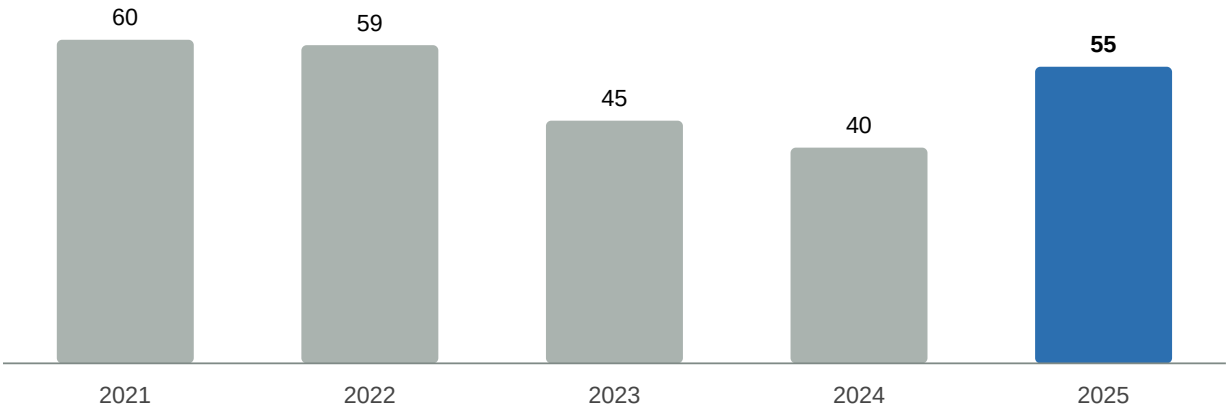
Metodika je určená školám, firmám, samosprávam a komunitným organizáciám. Je postavená na štatistikách HaZZ, výskume správania ľudí pri požiaroch a odporúčaniach hasičov.

Požiare na Slovensku v číslach

V roku 2025 vzniklo na Slovensku 8 956 požiarov, zahynulo pri nich 55 ľudí a 283 sa zranilo. Až 41 obetí zomrelo pri požiaroch v bytovom hospodárstve, teda tam, kde ľudia bývajú (HaZZ 2025).

Pri požiaroch v SR zomrie ročne 40 až 60 ľudí

Usmrtené osoby pri požiaroch, spolu 259 za 5 rokov



HaZZ, Rozbor požiarovosti v SR za rok 2025 · roky 2021–2025

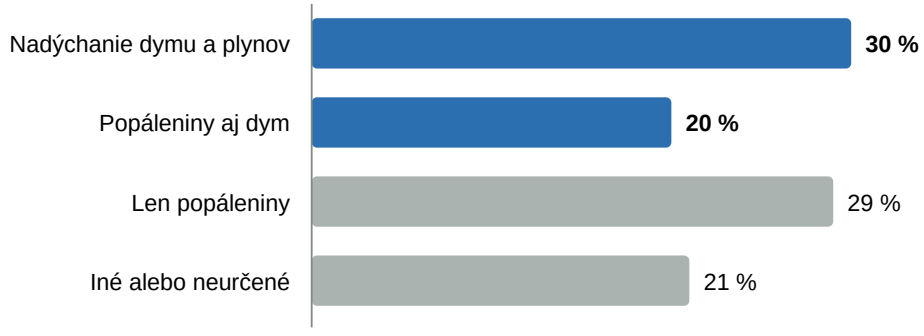
- **Rodinné domy:** 1 151 požiarov, 25 mŕtvych, 98 zranených. Najčastejšou príčinou bolo vyhorenie sadzí v komíne (393 požiarov).
- **Bytové domy:** 441 požiarov, 10 mŕtvych, 88 zranených. Najčastejšie vznikli pri varení, nesprávnou obsluhou spotrebiča (145 požiarov).
- **Vek obetí:** 28 z 55 mŕtvych malo viac ako 60 rokov, 11 boli deti do 15 rokov.
- **Noc:** medzi 22. a 1. hodinou vzniklo len 10 % požiarov, no zomrelo pri nich 31 % obetí (17 z 55).
- **Smrteľné príčiny:** manipulácia s otvoreným ohňom (11 mŕtvych), fajčenie (7), porucha kachlí a komínov (2). Pri 18 obetiach sa príčina nezistila.

Ako pri požiari dochádza k zraneniu a smrti

Väčšinu obetí nezabije plameň, ale dym. Toxické plyny človeka vyradia skôr, než stihne uniknúť, až potom prichádzajú popáleniny.

Dym sa podieľa na polovici úmrtí pri požiaroch

Príčina smrti obetí požiarov v Anglicku 2019/20, dym spolu 50 %



Home Office, Detailed analysis of fires, Anglicko apr. 2019 – mar. 2020 · 243 obetí

Prečo je dym taký nebezpečný

- Dym obsahuje oxid uhoľnatý (CO) a kyanovodík (HCN). Kyanovodík vyradí človeka rýchlejšie ako CO a môže mu zabrániť v úteku (DTIC).
- Rozbor 263 úmrtí pri požiaroch bytov v okolí Varšavy: vyše 65 % obetí vyradili nadýchané splodiny a asi 60 % zomrelo v miestnosti, kde požiar vznikol (Stec a kol., 2017).
- Splodiny podľa hasičov narúšajú vedomie a orientáciu, človek nespozná ani dobre známy priestor (HaZZ, A. Mifkovič). Na bezvedomie stačí niekoľko nádychov (HaZZ, G. Megó).
- Medzi zranenými, ktorí po požiari bytu potrebovali nemocnicu, tvorilo v Anglicku nadýchanie dymu 48 %, popáleniny 20 % a iné ťažkosti s dýchaním 16 %.

Kto je ohrozený najviac

- **Fajčiari:** fajčiarske potreby spôsobia v Anglicku 7 % požiarov obydlí, ale 23 % úmrtí. Varenie naopak 48 % požiarov a 14 % úmrtí.
- **Seniori:** úmrtnosť ľudí nad 80 rokov je takmer štvornásobná oproti priemeru populácie.
- **Domácnosti bez hlásiča:** kto nemá funkčný hlásič dymu, má podľa Home Office asi osemkrát vyššie riziko, že pri požiari zomrie.
- **Byty s čalúneným nábytkom:** textílie a čalúnenie šírili požiar pri 59 % úmrtí v obydliach.

Najčastejšie chyby pri požiari

Väčšina chýb nevzniká z paniky, ale z váhania. Ľudia situáciu podceňujú, overujú ju a robia bežné veci, kým dym zaberá únikovú cestu.

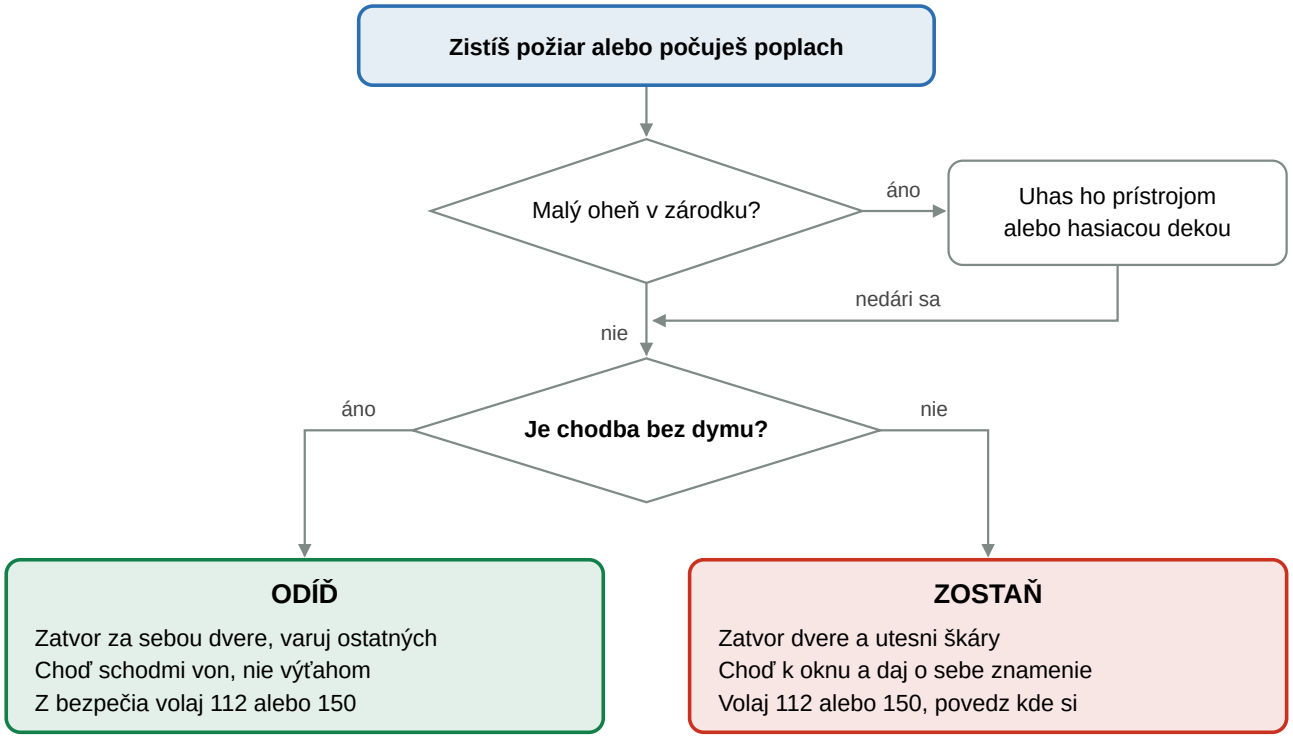
CHYBA	ČO UKAZUJE VÝSKUM ALEBO PRAX	ZDROJ
Váhanie a overovanie („asi je to len cvičný poplach“)	Po prvom varovaní ľudia odkladajú únik v priemere o 50 až 220 sekúnd. V jednom výškovom obytnom dome začali obyvatelia odchádzať až po 10 minútach.	Khan, Rimkus
Čakanie, čo urobia ostatní	Človek v mnohých prípadoch čaká na reakciu ostatných.	Khan, Rimkus
Obliekanie a balenie vecí	Pri požiari hotela MGM Grand (1980) bolo obliekanie najčastejšou prvou reakciou hostí. Hasiči radia nesústrediť sa na materiálne veci.	Khan, HaZZ
Hasenie nad vlastné sily	Asi 15 % ľudí zostalo v horiacej budove dobrovoľne, polovica z nich preto, aby hasili.	Khan, Rimkus

CHYBA	ČO UKAZUJE VÝSKUM ALEBO PRAX	ZDROJ
Vstup do zadymenej chodby	Pri požiari bratislavského internátu (2019) sa mnohí snažili prejsť zadymenými chodbami, dvaja sa vážne nadýchali splodín. Hasiči odporúčajú opak.	noviny.sk
Nezatvorenie dverí za sebou	Otvorené dvere privádzajú ohňu vzduch a púšťajú dym na chodbu. Zatvorené dvere výrazne znižujú teplotu aj koncentráciu CO.	UL FSRI
Únik výťahom	Výťah sa pri požiari nepoužíva, ak nie je určený na evakuáciu.	plagát o únikových cestách
Únik zvyknutou cestou	Ľudia volia cestu, ktorou prišli, aj keď nie je najbližšia ani najbezpečnejšia.	Khan, Rimkus
Návrat do budovy	Kto je raz vonku, nevracia sa z nijakého dôvodu. Chýbajúcich hlási hasičom.	USFA
Skrývanie sa (najmä deti v skrini)	Hasičské letáky výslovne varujú pred skrývaním sa do skrine. Deti treba učiť, aby sa pred hasičmi neschovávali.	HZS ČR
Zatarasené únikové cesty	Na chodbách a schodiskách panelákov ľudia skladujú skrine, bicykle či kvetináče, ktoré pri úniku v dyme prekážajú.	Nehnuteľnosti.sk

Čo robiť pri požiari

Rozhoduje jedna otázka: je úniková cesta bez dymu? Ak áno, odíď a zatvor za sebou dvere. Ak nie, zostaň v miestnosti, utesni ju a privolaj pomoc.

O úniku rozhoduje, či je chodba bez dymu



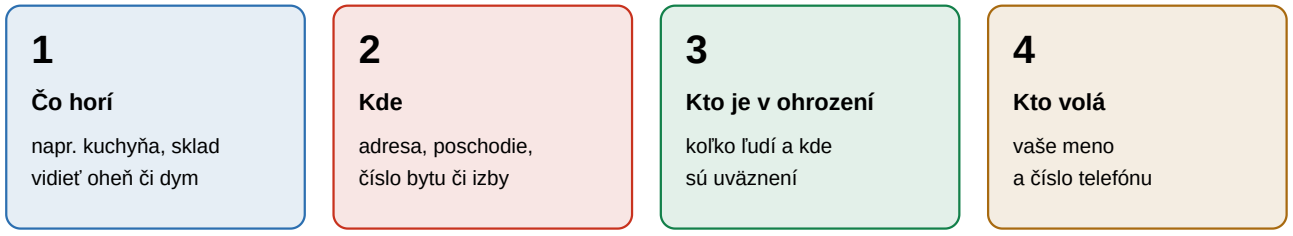
rozhodovanie pri požiari · 2 otázky, 3 postupy

Malý oheň v zárodku možno uhasiť hasiacim prístrojom, hasiacou dekou alebo hydrantom na chodbe. Keď sa to nedarí, nasleduje evakuácia (HaZZ, G. Megó).

Privolanie pomoci

Požiar sa hlási bez zbytočného odkladu a z bezpečného miesta na číslo 112 alebo 150 (MV SR). Uväznení ľudia nahlásia aj počet osôb a presné miesto, operátor to odovzdá veliteľovi zásahu (HaZZ, A. Mifkovič).

Operátor tiesňovej linky potrebuje štyri údaje



Volajte 112 alebo 150 z bezpečného miesta.

hlásenie požiaru na tiesňovú linku

Evakuácia po únikovej trase

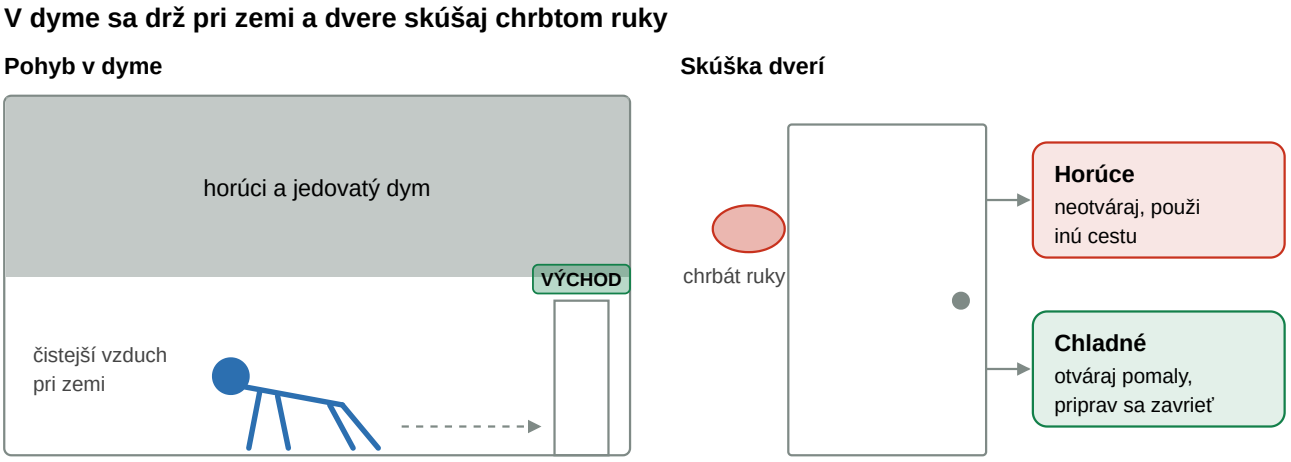
1. Prikry si nos a ústa navlhčeným kusom látky.
2. Zatvor za sebou dvere bytu alebo miestnosti.

3. Cestou nahlas varuj ostatných: „Horí! Utekajte!“
4. Po schodoch choď rýchlo, ale nebež.
5. Ak to neohrozí teba, uzavri plyn a elektrinu a pomôž tomu, kto pomoc potrebuje.
6. Vonku sa stretni s ostatnými na dohodnutom mieste a chýbajúcich nahlás hasičom.
7. Uvoľni príjazd pre hasičskú techniku, potrebuje aspoň 3 metre.

Zdroje: HaZZ, MV SR, plagát o únikových cestách, USFA.

Pohyb v zadymenom priestore

- Drž sa čo najnižšie. Dym je teplý a stúpa nahor, pri zemi sa lepšie dýcha aj vidí (HaZZ, G. Megó).
- Pred otvorením dverí ich ohmataj chrbtom ruky. Horúce dvere neotváraj a použi inú cestu (USFA).
- Chladné dvere otváraj pomaly a buď pripravený ich zabuchnúť, ak sa dnu valí dym alebo teplo (Fort Worth Fire).
- Do silne zadymeného priestoru bez ochrany dýchacích ciest nevstupuj (HaZZ, A. Mifkovič).

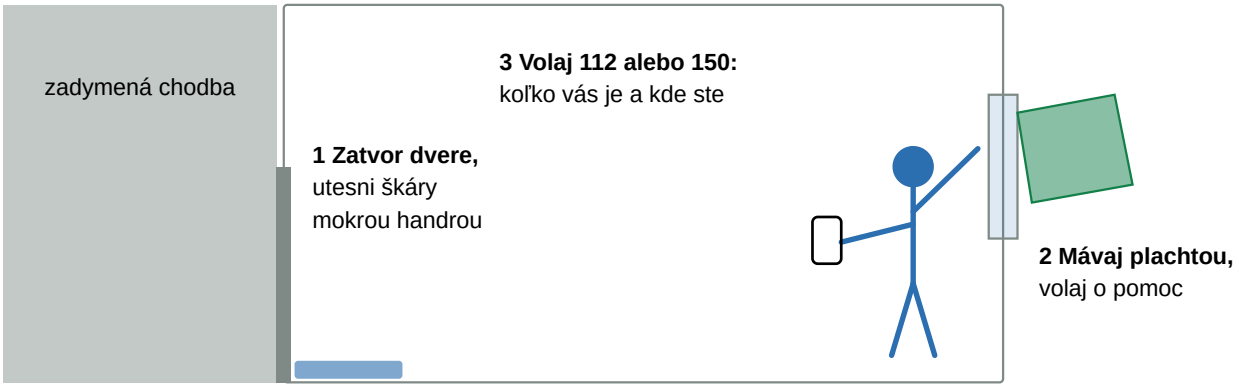


pohyb v dyme a skúška dverí

Keď sa nedá uniknúť

1. Zatvor dvere a presuň sa do miestnosti najďalej od ohňa, najlepšie s oknom.
2. Navlhčenými handrami utesni škáry okolo dverí.
3. Otvor okno, mávaj plachtou alebo odevom a volaj o pomoc. Ak cez okno ide dnu dym, zatvor ho.
4. Zavolaj 112 alebo 150 a povedz, koľko vás je a kde presne ste.
5. Nevychádzaj na strechu, ak na ňu nevedie požiarne schodisko.

Ak je chodba zadymená, zostaň v izbe a daj o sebe vedieť



miestnosť najďalej od ohňa, najlepšie s oknom

ukrytie v miestnosti, keď je chodba zadymená

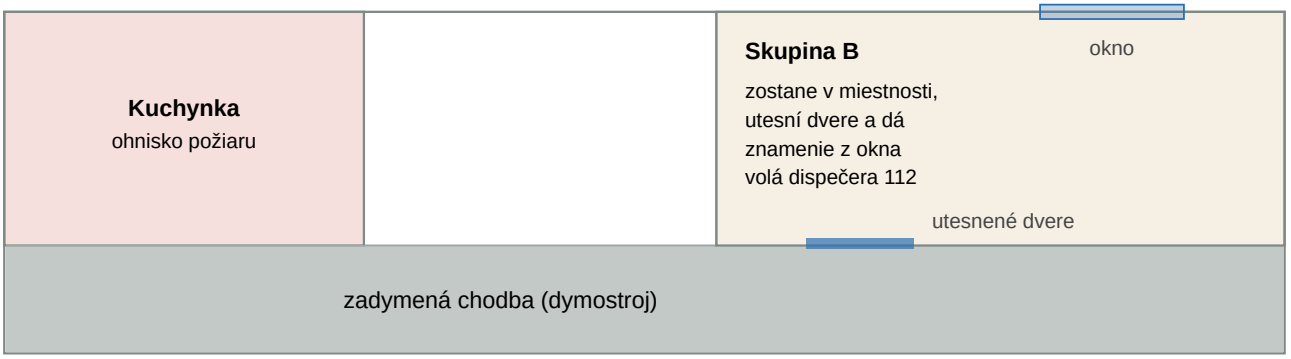
Zdroje: HaZZ, G. Megó, HaZZ, A. Mifkovič, Lombard Fire

Modelový scenár: dym na chodbe

Účastníci zažijú dva scenáre. Jedna skupina odchádza únikovou cestou, druhej dym odrezal cestu a musí sa bezpečne ukryť.

Východisko. Na 2. podlaží budovy (škola, kancelárie) „horí“ v kuchynke, keďže varenie je najčastejšou príčinou požiarov v bytových domoch. Umelý dym zaplaví hlavnú chodbu a hlavné schodisko. Poplach zaznie ako siréna alebo výkrik „Horí!“.

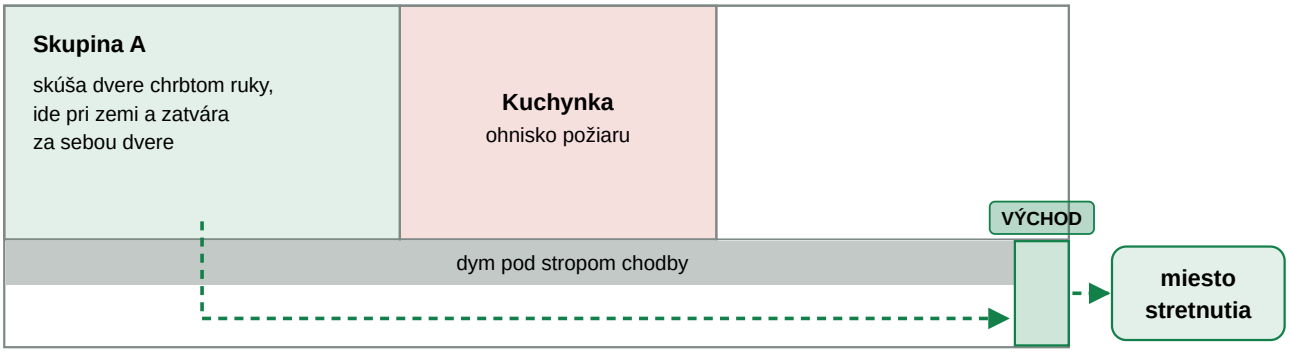
Barikáda: dym odrezal cestu, skupina zostáva v miestnosti



inštruktór simuluje dispečera linky 112

pôdorys nácviku · 2. podlažie, 2 skupiny

Evakuácia: von únikovou cestou na miesto stretnutia



Na mieste stretnutia sa skupina spočíta a chýbajúcich nahlási „hasičom“.

evakuácia skupiny A · jedna úniková cesta

ROLA	KDE ZAČÍNA	ÚLOHA	OČAKÁVANÉ SPRÁVANIE
Skupina A	miestnosť s voľnou únikovou cestou	dostať sa von	skúška dverí, pohyb pri zemi, zatvorené dvere, odchod k východu, miesto stretnutia, hlásenie chýbajúcich
Skupina B	miestnosť, z ktorej vedie cesta len cez zadymenú chodbu	vydržať do príchodu „hasičov“	zostane, utesní dvere, dá znamenie z okna, zavolá „operátora“
Figurant 1	v skupine A	brzdí odchod: „To je len cvičenie.“	skupina ho presvedčí a odchádza bez čakania
Figurant 2	v skupine A	chce sa vrátiť po telefón alebo tašku	skupina ho zastaví a chýbajúce veci nerieši
Figurant 3	v skupine A alebo B	osoba so zníženou pohyblivosťou	skupina jej pomôže alebo ohlási jej polohu

Figuranti hrajú chyby, ktoré výskum pozoruje najčastejšie: nedôveru k poplachu, návrat po veci a závislosť od pomoci iných.

Časová os jedného behu

1. **0:00** – poplach, inštruktor spustí stopky.
2. **0:00 – 1:00** – ukončenie činnosti, rozhodnutie o úniku alebo ukrytí, varovanie ostatných.
3. **do 3:00** – skupina A je na mieste stretnutia, skupina B má utesnené dvere, oznámenú polohu a znamenie v okne.
4. **10:00** – inštruktori v úlohe hasičov vyvedú skupinu B, beh končí.

5. **Druhý beh** – skupiny si vymenia úlohy.

Priebeh, pomôcky a bezpečnosť

Nácvik trvá približne 95 minút: najprv krátky úvod, potom zručnosti na stanovištiach a nakoniec dva behy scenára s rozborom.

FÁZA	TRVANIE	OBSAH
Úvod	15 min	Dym zabíja skôr ako oheň, na únik sú asi 3 minúty. Ukážka rozhodovacieho diagramu.
Stanovištia	30 min	Štyri stanovištia po 7 minút: pohyb pod „dymovým stropom“, skúška dverí, hlásenie na 112, utesnenie dverí a znamenie z okna.
Scenár	2 × 15 min	Dva behy, skupiny si vymenia úlohy.
Rozbor	20 min	Namerané časy, chyby a čo zmeniť doma či v práci.

Pomôcky

- zariadenie na umelý dym s náplňou určenou na cvičenia,
- fólia alebo deka napnutá asi 80 cm nad zemou ako „dymový strop“,
- termofor alebo karty „horúce / chladné“ na skúšku dverí,
- uteráky, rozprašovač s vodou a plachta na mávanie,
- telefón alebo vysielačka pre inštruktora v úlohe operátora,
- stopky, záznamový hárok, reflexné vesty pre organizátorov,
- lekárnička a viditeľne označené miesto stretnutia.

Bezpečnostné pravidlá

1. Pri nácviku sa nepoužíva skutočný oheň.
2. Dym vzniká len v prístroji určenom na cvičenia, priestory sa potom vyvetrajú.
3. Správca budovy vopred vyrieši požiarne hlásiče, aby nevznikol planý poplach.
4. Ľudia s astmou alebo inými ťažkosťami s dýchaním do dymu nevstupujú, pracujú ako pozorovatelia.
5. Na skutočnú linku 112 sa počas nácviku nevolá, hovor prijíma inštruktor.
6. Po schodoch sa nebehá a pri každom schodisku a východe stojí dozor.
7. Dohodnuté stop slovo okamžite ukončí nácvik.
8. Pri deťoch sa behy skracujú a skupiny sprevádza viac dospelých.

Vyhodnotenie

Pozorovatelia merajú čas a zaškrtávajú, či skupiny urobili kľúčové kroky. Rozhodujúcim ukazovateľom je, ako rýchlo ľudia po poplachu prestanú váhať.

UKAZOVATEĽ	CIEĽ	PREČO PRÁVE TENTO
Čas od poplachu po prvý krok k východu	do 60 s	Ľudia bežne váhajú 50 až 220 s.
Skupina A na mieste stretnutia	do 3 min	Približný čas na únik podľa UL FSRI.
Skupina B utesnená, nahlásená a viditeľná z okna	do 3 min	Dym preniká škárami, hasiči musia vedieť, kde ľudia sú.
Dvere za sebou zatvorené	všetky	Zatvorené dvere spomaľujú dym a oheň.
Dvere pred otvorením skúšané chrbtom ruky	každý účastník	Horúce dvere signalizujú oheň za nimi.
Nikto nevstúpil na zadymené schodisko	100 %	Pár nádychov splodín môže spôsobiť bezvedomie.
Hlásenie obsahuje všetky štyri údaje	áno	Operátor bez nich nevie poslať pomoc na správne miesto.
Figuranti zastavení skupinou	áno	Overuje, či skupina zvládne váhanie a návrat po veci.

Rozbor vedie inštruktor tromi otázkami: Čo vás zdržalo? Kde ste zaváhali? Čo urobíte inak doma alebo v práci?

Zdroje

- HaZZ – Rozbor požiarovosti v SR za rok 2025
- MV SR – Ako postupovať pri vzniku požiaru (leták)
- Noviny.sk – Oheň pod lupou, rady HaZZ (G. Megó), 2026
- Noviny.sk – Požiar internátu, rady HaZZ (A. Mifkovič), 2019
- Home Office – Detailed analysis of fires, England 2019/20
- UL FSRI – Close Before You Doze
- Khan, F. S. – Human Response During Fire Events (prehľad výskumu Bryan, Proulx, Peacock)

- Stec a kol. – Analysis of fire deaths in Poland, Forensic Science International 2017
- DTIC – Smoke inhalation: toxické plyny pri požiari
- USFA – Escape planning pictographs
- Fort Worth Fire Department – Get Out Safely
- Lombard Fire Department – Home Fire Escape Plan
- HZS ČR – Požár v domě (leták)
- Plagát Únikové cesty (obec Ladce)
- Leták Požiare v bytoch, domoch a ubytovniach (obec Muránska Lehota)
- Nehnuteľnosti.sk – SOS pre váš domov