

I. MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI A KRIZOVÉ SITUACE	2
II. OCHRANA OBYVATELSTVA	4
1. INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM; ZAJIŠŤOVÁNÍ POMOCI	4
2. VAROVÁNÍ A UKRYTÍ PŘI NEBEZPEČÍ	7
3. EVAKUACE A OPATŘENÍ NOUZOVÉHO PŘEŽITÍ	8
4. PROSTŘEDKY IMPROVIZOVANÉ OCHRANY DÝCHACÍCH CEST A POVRCHU TĚLA	10
5. NEBEZPEČÍ PANIKY	12
<i>OPAKOVÁNÍ – MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI A KRIZOVÉ SITUACE; OCHRANA OBYVATELSTVA</i>	<i>13</i>
III. PRVNÍ POMOC PŘI PORANĚNÍ NEBO JINÉM POŠKOZENÍ TĚLA	14
1. OBECNÝ POSTUP PŘI POSKYTOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI	14
2. PRVNÍ POMOC U ŽIVOT OHROŽUJÍCÍCH STAVŮ	15
3. PRVNÍ POMOC U ZRANĚNÍ, KE KTERÝM MŮŽE DOJÍT BĚHEM MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ ...	17
<i>OPAKOVÁNÍ – PRVNÍ POMOC PŘI PORANĚNÍ NEBO JINÉM POŠKOZENÍ TĚLA</i>	<i>18</i>
IV. ŽIVELNÍ POHROMY V ČESKÉ REPUBLICE	19
1. BOUŘKA	19
2. POVODNĚ	21
3. SESUVY PŮDY	24
4. SILNÝ VÍTR A VĚTRNÉ BOUŘE	25
5. SUCHO	27
6. POŽÁRY	28
7. VLNA VEDER	31
8. MRAZY, SNĚHOVÉ KALAMITY, NÁLEDÍ A LAVINY	32
<i>OPAKOVÁNÍ – ŽIVELNÍ POHROMY V ČESKÉ REPUBLICE</i>	<i>34</i>
V. ŽIVELNÍ POHROMY VE SVĚTĚ	35
1. ZEMĚTŘESENÍ	35
2. TSUNAMI	36
3. SOPEČNÁ ERUPCE	37
4. PRAŠNÁ A PÍSEČNÁ BOUŘE	38
5. TROPICKÁ CYKLONA	39
VI. EPIDEMIE A PANDEMIE	40
<i>OPAKOVÁNÍ – ŽIVELNÍ POHROMY VE SVĚTĚ; EPIDEMIE A PANDEMIE</i>	<i>42</i>
VII. OHROŽENÍ PLYNOUCÍ Z LIDSKÉ ČINNOSTI	43
1. ÚNIK NEBEZPEČNÝCH LÁTEK	43
2. RADIAČNÍ HAVÁRIE	44
3. EXTREMISMUS, TERORISMUS A NÁSILNÉ CHOVÁNÍ	45
VIII. DALŠÍ MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI	47
<i>OPAKOVÁNÍ – OHROŽENÍ PLYNOUCÍ Z LIDSKÉ ČINNOSTI; DALŠÍ MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI</i>	<i>49</i>
IX. DOPRAVA A BEZPEČNOST	50
1. PŘEDCHÁZENÍ RIZIKOVÝM SITUACÍM V DOPRAVĚ	50
2. DOPRAVNÍ NEHODA	52
3. CESTA DO ZAHRANIČÍ	54
X. POBYT VE VOLNÉ PŘÍRODĚ	55
1. NOUZOVÉ PŘEŽITÍ V PŘÍRODĚ	55
2. ZÁSADY BEZPEČNÉHO POBYTU V PŘÍRODĚ	57
<i>OPAKOVÁNÍ – DOPRAVA A BEZPEČNOST; POBYT VE VOLNÉ PŘÍRODĚ</i>	<i>59</i>
XI. OBRANA STÁTU	60
<i>OPAKOVÁNÍ – OBRANA STÁTU</i>	<i>63</i>
XII. NEMYSLÍME JEN NA SEBE?	64
PŘÍLOHA	I–VIII