

## **Ochrana obyvatelstva za mimořádných událostí (průvodce studiem)**

**Mgr. Petr Zemánek, Ph.D.**

Cílem předkládaného studijního textu je seznámit se se základní problematikou ochrany obyvatelstva, respektive člověka, za mimořádných událostí. Samotný studijní text přináší pouze základní teoretické poznatky nezbytné pro následné didaktické pojetí, kterému je věnován prezenční seminář neboli tutoriál.

### **1 Ochrana obyvatelstva za mimořádných událostí**

**Průvodce textem:** Kapitola není obtížná a jejím cílem je objasnit, proč je důležité se problematice ochrany člověka za mimořádných událostí v současné době pozorně věnovat.

V důsledku potencionálních nových rizik a nebezpečí, která při jejich vzniku mohou způsobit škody na majetku a na životech a na zdraví obyvatelstva, dochází k přehodnocování bezpečnostní situace na celém světě. Nebezpečí těchto mimořádných událostí spočívá především v tom, že vznikají velmi rychle, neočekávaně, často mohou být podceňovány a jejich následky mohou být dalekosáhlé.

Od nabytí účinnosti zákona č. 561/2004 Sb., tzv. školský zákon, došlo ke změně systému kurikulárních dokumentů. Problematika ochrany člověka za mimořádných událostí se stala součástí rámcových vzdělávacích programů. Na základě této změny byl do Harmonogramu realizace opatření ochrany obyvatelstva začleněn úkol „implementovat předmětnou problematiku do studijních programů pedagogických fakult“ a následnému začlenění „Ochrany člověka za mimořádných událostí, péče o zdraví a dopravní výchova“ do studijních programů těchto fakult.

#### **Mimořádná událost**

**Průvodce textem:** Následující část textu je věnována charakteristice mimořádných událostí, které vznikají působením přírodních živlů, dále pak havárie a mimořádné události, které úmyslně s určitým cílem způsobuje člověk. Počet těchto mimořádných událostí, způsobených člověkem s úmyslem poškodit i ostatní lidi či způsobit materiální škody, každým rokem vzrůstá nejen ve světě, ale bohužel i u nás.

## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

Definice mimořádné události je zakotvena v zákoně č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů, kde se mimořádnou událostí rozumí škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.

Mimořádné události dělíme na tři základní skupiny:

1. Mimořádné události způsobené přírodními vlivy (povodně, zemětřesení, velké sesuvy půdy, sopečné výbuchy, orkány, tornáda, velké lesní požáry). Přírodní živly ohrožují obyvatele naší planety od samého počátku civilizace. Stoprocentně bezpeční nejsme nikdy a nikde. Živelné pohromy udeří zpravidla najednou a většinou neočekávaně. Zpustoší určité území, zničí obydlí, majetek, komunikace, zdroje obživy. Mohou způsobit řetěz dalších mimořádných událostí. Hladomor, nákazy, nekontrolovaný pohyb obyvatel, uvolnění nebezpečných látek, požáry, výpadky energetických a zásobovacích sítí. Ochrana před všemi druhy mimořádných událostí způsobených přírodními vlivy může být buď aktivní (např. stavba hrází proti povodním, zpevňování svahů proti sesuvům) nebo pasivní (např. evakuace, ukrytí). Důležité je, aby každý z nás věděl, jak se v těchto situacích správně zachovat a jednat.
2. Havárie (havárie v chemických provozech nebo skladech, radiační havárie, ropné havárie). Jedná se události, které mohou vzniknout poruchou na technickém zařízení, nedodržením technologických postupů nebo selháním lidského faktoru. Prevence v těchto případech je vždy jednoznačná: dodržování předepsaných postupů, ochrany, kontrola zařízení apod. Havárie, které mohou mít dopady na obyvatelstvo, jsou zejména s únikem nebezpečných látek nebo radiační nehody.
3. Antropogenní mimořádné události (teroristický čin, sabotáže, žhářství). Mezi závažné mimořádné události posledních let patří teroristické akce. S postupující globalizací od poslední čtvrtiny dvacátého století narůstá četnost a brutalita teroristických útoků, které se vyznačují dokonalou organizací.

Analýzy průběhu mimořádných událostí ukazují, že ve většině případů dochází k současnému působení mnoha jevů najednou, tzv. dominoefekt, neboli lavinovitý sled projevů, např. povodeň způsobí půdní sesuv, následuje ekologická pohroma, následuje porušení produktovodu, výbuch plynu, požár s toxickým účinkem apod.

**Průvodce textem:** Než ukončíme celou kapitolu, bylo by žádoucí odpovědět na **kontrolní otázky** (otázky, zda jsme výše uvedený text pochopili) a také na **otázky k zamyšlení** (jedná se o otázky pro hlubší porozumění vykládaného učiva).

## Studijní text k projektu

### Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

**Kontrolní otázky:** Definujte pojem mimořádná událost.

Jak dělíme mimořádné události.

Čím se vyznačují mimořádné události?

**Otázky k zamyšlení:** Vyjmenujte nejčastější příčiny havárií.

Jaké opatření můžeme realizovat, abychom mohli předcházet havárii?

Jaká je role lidského faktoru v případě mimořádných událostí.

Můžu sám předcházet vzniku mimořádné události v blízkosti domova?

Jakou roli hraje příroda v životě člověka.

## 2 Chování v případě mimořádné události

**Průvodce textem:** Nyní následuje poměrně důležitá kapitola, která pojednává o tom, jak bychom se správně měli chovat při určité mimořádné události, která může vzniknout kdykoliv a kdekoliv. Je důležité pročitat text pozorně a uvědomovat si, že nás stále více ohrožují mimořádné události různého charakteru a intenzity a jejich počet má v současnosti rostoucí charakter. Na všechny tyto potenciální mimořádné události musíme být připraveni. Význam přípravy spočívá především v tom, že svou vlastní připraveností můžeme lépe překonat strach a paniku, které při takových událostech vznikají.

**Motto: Štěstí přejí připraveným.**

Statistiky ukazují, že mnoho lidí je stále více lhostejných k veřejným záležitostem. Zvláště pak k otázkám vlastní odpovědnosti za přípravu na „těžké nebo svízelné“ životní situace, a takovými jsou i mimořádné události. Mnozí lidé se stále domnívají, že se o jejich ochranu musí postarat stát. Opatření k ochraně obyvatelstva, přijatá orgány státní správy a samosprávy, se ale každý musí naučit přijímat jako svou občanskou povinnost. Zajistit se včas před možným nebezpečím dokáže zpravidla jen ten, kdo tato nebezpečí zná, kdo umí podle toho jednat a poskytnout pomoc ostatním.

Úkonům zachraňujícím životy je třeba se naučit. Abychom je zvládali s určitou mírou spolehlivosti, musíme je často procvičovat. I tady platí, že získané znalosti stárnou nebo se časem zapomínají. Nepodceňujme tedy vzniklou situaci. Uvědomme si, že největší hodnotu má lidský život a zdraví a až potom záchrana majetku. Varujme ostatní ohrožené osoby ve svém nejbližším okolí. Pomáhejme sousedům, zejména starým, nemocným a nemohoucím lidem nebo naopak dětem.

## Studijní text k projektu

# Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

**Zbytečně netelefonujeme** neboť je telefonní síť za podobných situací stavu ohrožení přetížena. Uposlechneme pokynů pracovníků záchranných složek.

### Co dělat, když zazní siréna s varovným signálem „Všeobecná výstraha.“

Níže uvedené pokyny platí jen tehdy, pokud nejde o povodeň či zemětřesení. Bližší charakteristiku mimořádné události se dozvíme následně po odeznění varovného signálu zejména z místního rozhlasu.

1. Vyhledáme úkryt v nejbližší budově. Tou může být veřejná budova i soukromý dům.
2. Jestliže cestujeme automobilem, zaparkujeme vůz a vyhledáme úkryt v nejbližší budově.
3. Když jsme v budově, zavřeme dveře a okna. Siréna může s velkou pravděpodobností také signalizovat únik toxických látek, plynů, radiačních zplodin a jedů. Uzavřením prostoru snížíme pravděpodobnost vlastního zamoření.

Nezapomeňte zapnout rádio nebo televizi! Informace o tom, co se stalo, proč byla spuštěna siréna a varováno obyvatelstvo a co neprodleně dělat dále, uslyšíme v mimořádných zpravodajstvích hromadných informačních prostředků. V případě výpadku elektrického proudu využijeme přenosný radiopřijímač na baterie. Tyto informace jsou sdělovány i obecním rozhlasem, popř. elektronickými sirénami.

**Průvodce textem:** V další části studijního materiálu budou pouze základní informace o tématu evakuace. Nejdříve však následuje **otázka k zamyšlení**.

**Otázka k zamyšlení:** Na kousek papíru si napište, co nejnnutnějšího byste si vzali s sebou, kdybyste si měli cca do půl hodiny vzít s sebou na několikadenní pobyt mimo domov.

### Evakuace a evakuační zavazadlo

V případě nařízené evakuace osob z ohrožených prostorů naprosto přesně dodržujeme pokyny obecního úřadu (případně zaměstnavatele jedná-li se o evakuaci v místě pracovního výkonu), který organizuje nebo zajišťuje evakuaci.

## Studijní text k projektu

### Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

Pokud jsme doma, dodržujeme zásady pro opuštění bytu nebo rodinného domu. Vezmeme si s sebou evakuační zavazadlo a dostavíme se včas na předem určené místo (tzv. shromaždiště), odkud se budeme hromadně evakuováni do bezpečí. O tomto místě se dozvíme z hlášení místního rozhlasu, nebo pojezdých rozhlasových vozů. Při použití vlastních vozidel dodržujeme pokyny orgánů zabezpečujících evakuaci. Pokud jsme ve škole, dodržujeme pokyny vedení školy.

Při opuštění bytu nebo rodinného domu v případě nařízené evakuace uhasíme veškerý otevřený oheň v topidlech, vypneme elektrické spotřebiče (mimo ledniček a mrazniček), uzavřeme přívod vody a plynu. Ověříme, zda i sousedé vědí, že mají opustit byt. Dětem vložíme do kapsy oděvu cedulku se jménem a adresou. Kočky a psy si můžeme vzít s sebou. Ostatní domácí zvířata, včetně exotických zvířat, ponecháme doma a dobře je předzásobíme vodou a potravou. Vezmeme si evakuační zavazadlo, uzamkneme byt a dostavíme se na určené místo.

**Průvodce textem:** Pokud jste ještě neodpověděli na **otázku k zamyšlení**, prosím, odpovězte, ať můžete svou odpověď konfrontovat s níže uvedeným textem.

Evakuační zavazadlo se připravuje pro případ opuštění bytu v důsledku vzniku mimořádné události nebo nařízené evakuace. Jako evakuační zavazadlo poslouží např. batoh, cestovní taška nebo kufr. Každé zavazadlo označíme svým jménem a adresou.

Výše uvedené evakuační zavazadlo obsahuje základní trvanlivé potraviny, nejlépe v konzervách, dobře zabalený chléb, a hlavně pitnou vodu. Dále obsahuje předměty denní potřeby, jídelní misku a příbor, osobní doklady, peníze, pojistné smlouvy a cennosti, přenosné rádio s rezervními bateriemi, toaletní a hygienické potřeby, léky, svítilnu, náhradní prádlo, oděv, obuv, pláštěnku, spací pytel nebo přikrývku, kapesní nůž, zápalky, šití a další drobnosti. Musíme mít na paměti, že zavazadlo musíme také odnést, takže nebalíme do něj opravdu zbytečné nebo nadměru těžké věci.

**Průvodce textem:** I v případě této kapitoly (než ji definitivně ukončíme), prosím, odpovězte na **kontrolní otázky** a také na **otázky k zamyšlení**.

**Kontrolní otázky:**

- Co dělat, když zazní siréna s varovným signálem „Všeobecná výstraha.“
- Definujte pojem evakuační zavazadlo.
- Co je součástí evakuačního zavazadla.

## Studijní text k projektu

# Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

- Otázky k zamyšlení:**
- Proč si musíme v době „digitalizace“ vzít s sebou do evakuačního zavazadla také pojistné smlouvy, když je jistě mají v jedné kopii i na příslušné pojišťovně?
  - Proč můžeme s sebou při evakuaci vzít psa, ale nemůžeme vzít klec s papouškem?
  - Nahradí „smartphone“ při evakuaci přenosné rádio?

### 3 Základní úkoly ochrany obyvatelstva

**Průvodce textem:** V závěrečné kapitole se seznámíme s dalšími částmi ochrany obyvatelstva. Vysvětlíme si, co jsou to signály a co jejich vyhlášení znamená. Také si objasníme pojem úkryt, a jaké plní funkce. Pozornost věnujte i textu, v němž je „zevrubně“ popsáno použití individuálních ochranných prostředků.

V případě vzniku mimořádných událostí plní stát v oblasti ochrany obyvatelstva tyto úkoly: varování, evakuaci, ukrytí, nouzové přežití obyvatelstva a následně další opatření vedoucí k zabezpečení ochrany života, zdraví a majetku.

#### Varování

**Varování** je souhrnem technických a organizačních opatření zabezpečujících včasné upozornění obyvatelstva orgány veřejné správy na hrozící nebo nastalou mimořádnou událost. K varování obyvatelstva jsou nejčastěji využívány sirény.

V České republice je zaveden jeden varovný signál „Všeobecná výstraha“. Dále existují ještě dva signály vysílané sirénou, které jsou určeny „profesionálům“, nikoli veřejnosti. Jsou to signál „Požární poplach“ a signál „Zkouška sirén.“

„**Všeobecná výstraha**“ (kolísavý tón sirény po dobu 140 vteřin; signál může být vyhlášen třikrát za sebou v cca tříminutových intervalech) se vyhláší při hrozbě nebo vzniku mimořádné události, která může ohrozit životy a zdraví občanů, majetek a životní prostředí. Po odeznění následuje tísňová informace z hromadných informačních prostředků (republiková, regionální a místní působnost) a také jsou sděleny příslušné pokyny.

Signál „**Požární poplach**“ (přerušovaný tón sirény po dobu 1 minuty) se vyhláší za účelem svolání jednotek požární ochrany. Signál napodobuje hlas trubky troubící tón „HÓ-ŘÍ“, „HÓ-ŘÍ“ atd. po dobu jedné minuty.

## Studijní text k projektu

### Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

Signál „Zkouška sirén“ (nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin) je používán k ověření provozuschopnosti jednotného systému varování a vyrozumění. Je vyhlášen zpravidla každou první středu v měsíci ve 12:00 hodin.

**Průvodce textem:** V další části textu se budeme zabývat problematikou evakuace, proto si zopakujte dle lidového pořekadla „opakování je matka moudrosti“ látku věnovanou evakuačnímu zavazadlu.

#### Evakuace

**Evakuace** se vztahuje na všechny osoby v místech ohrožených mimořádnou událostí s výjimkou osob, které se budou podílet na záchranných pracích, na řízení evakuace nebo budou vykonávat jinou neodkladnou činnost.

Evakuaci zajišťují: pracovní skupina krizového štábu, evakuační středisko (řízení přepravy z míst shromažďování do evakuačního střediska s využitím dostupných dopravních prostředků) a přijímací středisko (zajišťuje příjem evakuovaných osob, přerozdělení evakuovaných osob do předurčených cílových míst přemístění a míst nouzového ubytování dle předem zpracovaných evakuačních plánů).

Prostory určené k ochraně obyvatelstva:

1. Pro ukrytí obyvatelstva se využijí vhodné prostory k ochraně před účinky světelného a tepelného záření, pronikavé radiace, kontaminace radioaktivním prachem, chemickými nebo biologickými látkami a proti tlakovým účinkům zbraní hromadného ničení. K tomuto účelu se využívají improvizované a stálé úkryty.
2. Stálé úkryty, které byly budovány pro ochranu obyvatelstva proti účinkům zbraní hromadného ničení, nelze z hlediska doby jejich pohotovosti a nerovnoměrného rozložení na našem území využít při nevojenském ohrožení. K ukrytí osob před kontaminací radioaktivním prachem, účinky pronikavé radiace a toxickými účinky nebezpečných látek v mírových podmínkách se využívají přirozené vlastnosti staveb s prováděnou úpravou proti pronikání těchto látek. Jinak řečeno, ukrytí obyvatelstva se v současné době plánuje a provádí především v improvizovaných úkrytech.
3. Improvizovaný úkryt je předem vybraný optimálně vyhovující prostor ve vhodných částech bytů, obytných domů, provozních a výrobních objektů, který bude upravován fyzickými a právními osobami pro jejich ochranu a pro ochranu jejich zaměstnanců před účinky mimořádných událostí s využitím vlastních materiálních a finančních zdrojů.

## Studijní text k projektu

# Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

**Průvodce textem:** Individuální ochrana představuje soubor organizačních a materiálních opatření, jejichž cílem je chránit jednotlivce před účinky nebezpečných chemických, radioaktivních nebo biologických látek. K individuální ochraně se využívají prostředky improvizované ochrany dýchacích cest, očí a povrchu těla a prostředky individuální ochrany

### Individuální ochrana a její prostředky

Základním principem improvizované ochrany je využití vhodných oděvních součástí, které jsou k dispozici v každé domácnosti a pomocí kterých je možné chránit nejen dýchací cesty, ale i celý povrch těla. Při použití této ochrany je třeba dbát následujících zásad:

1. celý povrch těla musí být zakryt, žádné místo nesmí zůstat nepokryté,
2. všechny ochranné prostředky je nutno co nejlépe utěsnit.

### Nouzové přežití

Jde o dočasný způsob přežití obyvatelstva postiženého následky mimořádných událostí nebo krizových situací. Zahrnuje zejména opatření k nouzovému ubytování, zásobování potravinami, pitnou vodou a energiemi a také organizování humanitární pomoci. Navazuje na evakuaci obyvatelstva z postiženého území nebo je realizováno přímo v prostoru ohroženém následky mimořádných událostí.

**Kontrolní otázky:** Vysvětlete, co znamená varovný signál „Všeobecná výstraha“.

Které znáte ostatní signály a co ohlašují.

Kdo zajišťuje evakuaci obyvatelstva.

Kde se obyvatelstvo může schovat v případě vzniku mimořádné události.

Co jsou to improvizované ochranné prostředky.

**Průvodce textem:** Nedílnou součástí celé problematiky ochrany obyvatelstva za mimořádných událostí je též psychosociální pomoc.



## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

Psychosociální první pomoc zásobuje osoby zasažené mimořádnou událostí nejen materiálními potřebami, ale především potřebami duševními. Mezi ně patří: potřeba bezpečí, tepla, jistoty, tišení, základní tělesné potřeby apod. Je určena především osobám, které jsou mimořádnou událostí přímo zasaženy (občané), nebo ji řeší (osoby v rámci integrovaného záchranného systému). Jedná se o bezodkladnou odezvu na základní psychosociální potřeby člověka při mimořádné události.

Psychosociální pomoc vychází z faktu, že se v průběhu a po skončení mimořádné události reakce člověka mění. Chování a prožívání lidí při těchto událostech je individuální, vždy se však jedná o obvyklé reakce na nenormální situaci. Cílem psychologické pomoci je především duševní (psychická) stabilizace zasaženého člověka.

**Průvodce textem:** Kapitola je u konce. Než ji definitivně ukončíme, odpovězte na **otázku k zamyšlení**.

**Otázka k zamyšlení:** Proč je důležitá psychická stabilizace zasaženého člověka.

**Průvodce textem:** Dříve než se pustíte do vypracování závěrečného „korespondenčního“ úkolu, Vám chci poblahopřát. Vzájemně jsme se propracovali ke konci tohoto studijního textu, který se snažil objasnit problematiku důležité oblasti, a to ochranu osob za mimořádné události.

Ve studijním textu byla nastíněna řada témat, jako jsou příčiny vzniku mimořádných událostí, co dělat v případě evakuace osob, jak reagovat na varovné signály obyvatelstva a především vysvětlit, jak se zachovat při vzniku mimořádné události.

Po přečtení textu je ale zřejmé, že důležitou roli při řešení situace v době mimořádné události máme také my, osoby, které se z různých důvodů můžeme ocitnout v této situaci. A pak velmi záleží na tom, jak jsme schopni adekvátně reagovat na vzniklou mimořádnou situaci, kdy se máme postarat sami o sebe či ostatní osoby, zajistit ochranu zdraví a životy lidí, poskytnout první pomoc osobám, které se nachází v místě mimořádné události.

Všechny tyto uvedené okolnosti na nás kladou poměrně vysoké nároky na znalosti, praktické dovednosti, ale především také nároky psychické, neboli zda jsme vůbec schopni mimořádnou událost „bez úhony“ zvládnout.

Věřím, že tento studijní text přinesl řadu důležitých informací, které lze využít nejen ve své pedagogické praxi, ale také v osobním životě. Čím více o problematice mimořádných událostí budeme vědět společně i s příslušnými praktickými dovednostmi, tím adekvátněji a správněji budeme reagovat na neočekávanou mimořádnou událost. Pamatujte **„Šťěstí přeje připraveným!“**

## Studijní text k projektu

# Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

### Závěrečný „korespondenční“ úkol

Vypracujte korespondenční úkol na téma výuka ochrany člověka za mimořádných událostí na základních školách. Vaším úkolem je zjistit, na třech náhodně vybraných základních školách v okolí Vašeho bydliště, jestli tyto základní školy mají ve svých školních vzdělávacích programech zařazenu problematiku ochrany člověka za mimořádných událostí. Zjistěte, ve kterých ročnících a předmětech je uvedená problematika zařazena, kterým oblastem je věnována pozornost a v jakém hodinovém rozsahu. Korespondenční úkol zpracujte v rozsahu 3–5 stran.

### Základní a doplňující literatura

BALABÁN, Miloš a kol. *Kapitoly o bezpečnosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2010. 483 s. ISBN 978-80-246-1863-0.

ČEVELA, Rostislav a kol. *Výchova ke zdraví pro střední zdravotnické školy*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. s. 112. ISBN 978-80-247-2860-5.

FORMÁČKOVÁ, Lucie. *Ochrana člověka za mimořádných událostí: výukové materiály pro výuku žáků se speciálními vzdělávacími potřebami*. 1. vyd. Praha: Občanské sdružení Evropská asociace pro fototerapii, 2018, 46 s. ISBN 978-80-87861-62-2.

HORÁK, Rudolf a kol. *Průvodce krizovým plánováním pro veřejnou správu*. 1. vyd. Praha: Linde, 2011. 456 s. ISBN 978-80-7201-827-7.

KOPECKÝ, Miroslav a kol. *Ochrana člověka za mimořádných událostí*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. 103 s. ISBN 978-80-244-4094-1.

SVOBODA, Ivo a kol. *Právo bezpečnosti a ochrany člověka*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2012. 104 s. ISBN 978-80-210-6004-3.

ŠIMAN, Jaromír. *Podklady k výuce témat ochrany člověka za mimořádných událostí - čtyřleté gymnaziální vzdělávání*. 1. vyd. Praha: Ministerstvo vnitra, 2016. 70 s. ISBN 978-80-87544-32-7.