



I.C.E. KARTA

# SENIORSKÁ OBÁLKA PRAVIDLA PRO VYPLNĚNÍ

## ČERVENĚ

údaje  
důležité  
k vyplnění

## ŽLUTĚ

doporučené  
údaje

## ZELENĚ

údaje méně  
závažné

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň  
CZ.03.2.2.63/0.0./0.0./15\_017/0006207  
Udělena záštita v Olomouckém kraji: Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

### TÍSŇOVÁ ČÍSLA:

**155** Záchránná služba

**150** Hasiči

**158** Policie ČR

**156** Městská policie

tento  
© tiskopis  
vytvořila



**Semafor:** Důležitost kolonek k vyplnění se řídí barvami.

**Údaje:** Záleží však jen na Vás, jaké kolonky v tiskopisu vyplníte!

**Umístění:** Viditelné místo v bytě.

Na dveře lednice magnetkou či na vchodové dveře ze strany bytu. Jsou to první dveře, jimiž složky záchraného systému prochází.

**Aktuálnost:** Prosíme, udržujte údaje aktuální! Vyměňte obálku vždy při změnách léků, kontaktů, po hospitalizaci.

**Datum narození:** Je na Vás, zda vyplníte zdravotní pojišťovnu nebo rodné číslo, tyto údaje je zdravotnická záchraná služba schopna zjistit z Vašich dokladů.

**Alergie:** Velmi významná kolonka, zvláště alergie na léky, pyl atd.

**Nemoci:** Pro záchranáře je důležité vědět, jaké máte současné nemoci a zda jste nemoc prodělali před rokem nebo před 20 lety.

**Léky:** Uvádějte název opsaný z krabičky, včetně množství (například 80 mg), dále dávku (například 1 tableta) a pak dávkování (například 1-0-1).

**Kontakty:** Osoby blízké, kterým Vy sami určíte pořadí. Telefon pomůže nejen v případě podání informace o odvozu nemocného, ale i v případě, že je třeba postarat se o domácího mazlíčka.

Uvést můžete rodinné příslušníky, sousedy či přátele, je to zcela na Vás. Mělo by jít o lidi, kterým věříte a kterým byste rádi dali vědět o Vaší situaci.



## Několik doporučení závěrem:

- Kontakt na praktického lékaře napomůže při zjištění dalších informací.
- S vyplněním karty Vám mohou pomoci Vaši blízcí nebo praktický lékař.
- V případě, že jste byli v poslední době hospitalizováni, vložte do obálky i poslední propouštěcí zprávu. Je zde uvedeno mnoho zdravotních údajů, které pomohou záchranářům rozhodnout o tíži Vašeho aktuálního stavu a optimální terapii na místě nebo nutnosti transportu do zdravotnického zařízení.
- Svým podpisem stvrzujete, že údaje jsou pravdivé a že je mohou záchranné složky využít v případě situace tísně, ohrožení zdraví nebo života.
- Neotvírejte však své dveře bez zábran každému!
- Využívejte „bezpečnostní řetízek“ a „kukátko“ na dveřích.
- Osvědčuje se mít v domě také „hlásiče kouře“.
- Novinkou je mini trezorek na náhradní klíč z venkovní strany dveří, kdy číselný kód hesla znáte pouze Vy, Vaši příbuzní nebo například tísňová péče.

*Kolektiv autorů*

**Přejeme Seniorské obálce, aby zdomácněla zvláště tam, kde žijí senioři osamoceně, a napomáhala v těch důležitých, život ohrožujících situacích urychlit čas a rozhodování při záchraně života!**

**Život ve stáří je dar, kéž jej můžeme všichni smysluplně prožít a je-li to možné, ve zdraví.**

**I.C.E. KARTA**

**další informace a formulář ke stažení zde:  
[www.seniorivkrajich.mpsv.cz](http://www.seniorivkrajich.mpsv.cz)**

