

Revoluční trénink první pomoci míří do škol, vyzkouší si jej desítky tisíc žáků a studentů

21.4.2026 - Alexandra Udženija | Magistrát hlavního města Prahy

Unikátní program tréninku první pomoci míří na základní a střední školy. Český červený kříž proškolí během jednoho roku téměř 100 tisíc studentů v Praze i ve všech krajích České republiky, a to pomocí inovativního projektu VR Rescue, jenž propojuje virtuální realitu a umělou inteligenci se získáním praktické dovednosti. Cílem projektu je zvýšit procento veřejnosti schopné správně poskytnout první pomoc, protože právě laický zásah před příjezdem profesionálů hraje v přežití pacienta klíčovou roli. Projekt, který nemá svým rozsahem v tuzemsku obdoby, je financován z fondu zábrany škod České kanceláře pojistitelů. Více než 240 škol tak získá výcvik první pomoci zdarma.

Jednou z prvních škol, která se do projektu zapojila, je Střední odborná škola automobilní, informatiky a Gymnázium v pražské Hostivaři.

„Věřím, že pokud dojde na krizovou situaci, drtivá většina lidí má snahu pomoci. To je první krok – ten další je mít sebevědomí, že to dokážu a dovednost, s níž to doopravdy zvládnu. A právě moderní technologie v tom můžou hodně pomoci. Je skvělé, že si díky nim můžou první pomoc vyzkoušet i studenti – navíc způsobem, který je jim blízký a dává smysl. Podobné projekty tak můžou lidem dodat větší jistotu, aby v krizové situaci neváhali a dokázali jednat rychle a správně. A to může ve výsledku zachránit život,“ sdělila náměstkyně primátora hl. m. Prahy pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví Alexandra Udženija, která dala akci v hlavním městě záštitu.

„V případě, že řešíme zástavu krevního oběhu, na kterou se trénink zaměřuje, mozek začíná bez kyslíku odumírat za 3–5 minut. Záchranáři ale prakticky nikdy nemohou dorazit k pacientovi během této kritické doby, takže pokud není nikdo, kdo by zahájil kardiopulmonální resuscitaci před jejich příjezdem, vyhlídky pacienta na přežití nejsou dobré. Ročně evidujeme 10 000 případů náhlé zástavy krevního oběhu, a z toho přibližně 9 000 lidí zemře. Naléhavě potřebujeme, aby v populaci bylo více lidí, kteří umí v krizové situaci zareagovat. Trénink ve virtuální realitě s pomocí umělé inteligence je velmi realistický a dosavadní praxe ukazuje, že ti, kteří jím prošli, vykazovali za minimální čas nadprůměrné výsledky,“ řekla Jana Majrichová, viceprezidentka Českého červeného kříže.

Základem tréninku je využití virtuálních brýlí, které přenesou uživatele do simulované krizové situace. *„Účastník tréninku projde postup od první chvíle, kdy objeví člověka ležícího na zemi, až po zahájení kardiopulmonální resuscitace. Celou dobu jeho počínání vyhodnocuje umělá inteligence a vede jej, takže zpětná vazba na to, co dělá a jakým způsobem, je okamžitá a velmi přesná. To je hlavní rozdíl oproti klasickému školení, program individuálně reaguje na každého uživatele. Dokážete vytrénovat tímto způsobem stovky, klidně tisíce lidí během jednoho dne a nenarážíte přitom na omezení jako je kapacita lektorů. I proto VR Rescue přináší revoluci v systémovém tréninku první pomoci,“* shrnul hlavní benefity Marek Bárdu, ředitel VR Rescue a zakladatel iniciativy #mocPOmoc, která vývoj programu zaštiťuje.

Program do škol přináší Český červený kříž, který se dlouhodobě věnuje výuce první pomoci. Studenti se s virtuálními brýlemi a figurínami setkají přímo během vyučování, kde si krizové situace vyzkoušejí v bezpečném prostředí *„Přijedeme v pondělí před začátkem výuky a proškolíme příslušné učitele tak, aby věděli, jak s VR Rescue pracovat. V pátek se vrátíme, vybavení aktualizujeme, vyčistíme a připravíme pro převoz na další školu, v případě dotazů jsme samozřejmě v průběhu týdne pedagogům k dispozici na telefonu,“* doplnila Veronika Kašparovská, koordinátorka projektu z

Českého červeného kříže.

Inovativní trénink první pomoci má za sebou raketový start, necelý rok od spuštění programu jím prošlo už téměř 40 tisíc lidí. *„Tohle číslo nás velice těší, my jsme jako Platforma VIZE 0 stáli na samém počátku, kdy jsme pořídili první sady pro Český červený kříž, aby se mohlo začít testovat v praxi – tedy figuríny, brýle plus licenci na tréninkový program. Projektu jsme věřili, ale to, jak se mu daří, a hlavně jaké má reálné dopady, to předčilo naše očekávání. Jsme rádi, že můžeme být součástí a že jsme takto smysluplný a systémový projekt podpořili,“* prohlásil Libor Budina, Výkonný manažer Platformy VIZE 0.

Trénink první pomoci na základních a středních školách je financován prostřednictvím fondu zábrany škod České kanceláře pojistitelů, který spravuje Česká kancelář pojistitelů. *„Pojišťovny jsou do tohoto fondu povinny odvádět ročně 3 % z přijatého pojistného z pojištění odpovědnosti z provozu vozidla. Vybrané prostředky pak představují důležitý zdroj financování složek integrovaného záchranného systému. Kromě toho fond slouží také na podporu projektů zaměřených na prevenci, což je i případ VR Rescue,“* uzavřel Tomáš Neřold, vedoucí Samostatného oddělení BESIP.

Školy do programu vyberou oblastní spolky Českého červeného kříže, a to napříč republikou. Pokud by některá základní nebo střední škola měla zájem se zapojit a nebyla v prvním kole kontaktována, může sama oslovit příslušný oblastní spolek Českého červeného kříže a zkusit si domluvit termín. Více informací o projektu bude podle organizátorů v nejbližší době k dispozici na webových stránkách mocpomoc.cz.

<https://praha.eu/w/revolucni-trenink-prvni-pomoci-miri-do-skol-vyzkousi-si-jej-desitky-tisic-zaku-a-studentu>