

Obchodní akademie a Střední zdravotnická škola Blansko, příspěvková organizace
Nad Čertovkou 18, Blansko 678 01



Krizový plán

Vypracoval:
PaedDr. Roman Gregor, metodik prevence

Úvod

Krizový plán školy je dokument, ve kterém je návod postupu při řešení krizových situací ve škole. Je součástí školního preventivního programu a je vypracován v souladu s platným zněním Školního řádu.

Krizový plán školy vychází z těchto dokumentů:

- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j. MSMT-21149/2016)
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č.j. 21291/2010-28
- Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance, č.j.14423/99-22
- Pravidla pro rodiče a děti k bezpečnějšímu užívání internetu, č.j. 11696/2004-24
- Pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci zneužívání návykových látek ve školách a školských zařízeních, č.j. 16227/96-22

Důležitá krizová čísla

Integrovaný záchranný systém: 112

Policie ČR: 158

Záchranná služba: 155

Hasičský záchranný sbor: 150

Městská policie: 156

Použité zkratky

PPP – pedagogicko-psychologická poradna

ŘŠ – ředitel školy

ZŘŠ – zástupkyně ředitele školy

VP – výchovná poradkyně

MP – metodik prevence

OSPOD – orgán sociálněprávní ochrany dětí

TU – třídní učitel

VK – výchovná komise (ŘŠ, VP, MP, TU, ZŘŠ, zákonní zástupci)

ŠPT – školní preventivní tým (ŘŠ, ZŘŠ, MP, VP)

Obsah

1. Držení a užívání tabákových výrobků
2. Požití alkoholu (nález alkoholu)
3. Jiné omamné a psychotropní látky (konzumace, distribuce, držení)
4. Krádež
5. Vandalismus
6. Šikana
7. Šikana učitele
8. Kyberšikana
9. Nošení zbraní a předmětů ohrožující zdraví
10. Útok na učitele
11. Aktivní útočník
12. Úmrtí

1. Držení a užívání tabákových výrobků

Ve všech vnitřních i vnějších prostorách školy a na všech akcích pořádaných školou je zakázáno užívání tabákových výrobků (cigarety, doutníky, elektronické cigarety, nikotinové sáčky,...)

Postup:

- v případě, kdy je žák přistižen při užívání tabákových výrobků v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí pořádaných školou, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit,
- tabákový výrobek je třeba žákovi odebrat a zajistit, aby nemohl v užívání pokračovat,
- pedagogický pracovník informuje MP a vedení školy,
- MP sepíše o události záznam s vyjádřením žáka,
- MP nebo vedení školy informuje zákonného zástupce žáka,
- v závažných případech (zejména s ohledem na věk nebo chování dítěte) a jestliže se jednání opakuje vyrozumí škola OSPOD,
- z užívání tabákových výrobků je ve škole potřeba vyvodit sankce dle platného školního řádu.

2. Požití alkoholu (nález alkoholu)

Ve všech vnitřních i vnějších prostorách školy a na všech akcích pořádaných školou je zakázáno držení a konzumování alkoholických výrobků. Za nebezpečné a protiprávní jednání je rovněž považováno navádění jiných žáků k užívání alkoholických nápojů.

Požítí alkoholu

Postup:

- pokud je žák přistižen při držení či konzumaci alkoholu v prostorách školy nebo v době školního vyučování anebo v rámci akcí školou pořádaných je okamžitě nutné mu v další konzumaci zabránit,
- alkohol je třeba žákovi odebrat a zajistit, aby nemohl v konzumaci pokračovat,
- podle závažnosti momentálního stavu žáka posoudí pedagogický pracovník, jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí,
- v případě, kdy je žák pod vlivem alkoholu do té míry, že je ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a zavolá lékařskou službu první pomoci,
- pedagogický pracovník informuje MP a vedení škol,

- pokud žák není schopen pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole,
- jestliže je zákonný zástupce nedostupný, vyrozumí škola OSPOD (u mladistvých) a vyčká jeho pokynů,
- MP sepíše záznam s vyjádřením žáka,
- jestliže se situace opakuje, splní škola oznamovací povinnost k OSPOD,
- v případě žákova zájmu nebo zájmu jeho zákonných zástupců, poskytne škola potřebné informace o možnostech odborné pomoci při řešení takové situace,
- z konzumace alkoholu ve škole je třeba vyvodit sankce dle platného školního řádu.

Stejný postup platí i v případě, kdy pedagogický pracovník zjistí, že žák přišel do školy pod vlivem alkoholu a kdy nelze prokázat, že se žák intoxikoval ve škole.

Nález alkoholu ve škole

Postup:

- pokud pracovník školy nalezne v prostorách školy alkohol, postupuje takto,
- nalezenou tekutinu nepodrobuje žádnému testu ke zjištění jeho chemické struktury,
- o nález okamžitě uvědomí MP a vedení školy,
- nalezenou tekutinu uloží u vedení školy pro případ dokazování,
- MP nebo vedení školy vyhotoví záznam o události.

Nález alkoholu u žáka

Postup:

- pokud pracovník školy nalezne alkohol u některého žáka, postupuje takto,
- zabavenou tekutinu nepodrobuje žádnému testu ke zjištění její chemické struktury,
- o nález okamžitě uvědomí MP a vedení školy,
- MP sepíše záznam s vyjádřením žáka, u kterého byl alkohol nalezen. Zápis podepíše i žák, u kterého byl alkohol nalezen (nebo ten, který jej odevzdal). V případě, že podepsat odmítá, uvede pracovník tuto skutečnost do zápisu. Zápisu a rozhovoru se žákem je přítomen VP, ŘŠ, nebo ZŘŠ,
- je informován zákonný zástupce žáka, v případě opakovaného nález u téhož žáka, je informován i OSPOD (v případě mladistvých),
- v případě podezření, že alkohol obsahuje i jiné příměsi a byl nalezen u žáka, který se jím intoxikoval, předají zajištěnou tekutinu přivolanému lékaři záchranné služby.

3. Jiné omamné a psychotropní látky

Zakázána je výroba, distribuce, přechovávání, šíření i propagace OPL, a to bez ohledu na věk žáka a prostředí, ve kterém by k tomu docházelo. Zakázáno je rovněž navádění k užívání těchto látek. Škola stanovuje zákaz užívání OPL a jejich distribuci a přechovávání. Současně stanovuje zákaz vstupu do školy pod jejich vlivem. Dále stanovuje sankce za porušení zákazu ve školním řádu. Porušení bude vždy projednáváno na pedagogické radě za účelem hodnocení klasifikace chování žáka.

Ten, kdo se hodnověrným způsobem dozví, že jiný připravuje nebo páchá trestný čin nedovolené výroby a držení omamných a psychotropních látek a jedů a spáchání nebo dokončení takového trestního činu nepřekazí, se sám vystavuje trestnímu stíhání. Překazít takový čin lze tím, že ho včas oznámí orgánům Policie ČR nebo státnímu zástupci.

Konzumace OPL ve škole

Postup:

- v případě, kdy je žák přistižen při konzumaci OPL v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí školou pořádaných, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit,
- návykovou látku je třeba žákovi odebrat a zajistit, aby nemohl v konzumaci pokračovat,
- podle závažnosti momentálního stavu žáka pedagogický pracovník posoudí, jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí,
- v případě, kdy je žák pod vlivem OPL do té míry, že je ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci,
- jestliže akutní nebezpečí nehrozí, vyrozumí pedagogický pracovník MP a vedení školy,
- MP sepíše záznam s vyjádřením žáka,
- vedení školy informuje zákonného zástupce žáka,
- v případě, že žák není schopen pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole,
- jestliže není zákonný zástupce dostupný, vyrozumí škola OSPOD a vyčká jeho pokynů, přičemž škola může od OSPODu vyžadovat pomoc,
- škola splní oznamovací povinnost k OSPODu. Oznamovacím místem je příslušný odbor obce s rozšířenou působností podle místa bydliště dítěte,
- v případě žákova zájmu nebo zájmu jeho zákonných zástupců, poskytne škola informace o možnostech odborné pomoci při řešení takové situace.

Distribuce OPL ve škole

Distribuce OPL je v ČR považována za protiprávní jednání. Je proto zakázána a může být kvalifikována jako trestný čin. Množství, které žák distribuuje, není nijak rozhodující.

Přechovávání OPL je vždy protiprávním jednáním. Množství, které u sebe žák v danou chvíli má, je rozhodující pro to, aby toto protiprávní jednání bylo blíže specifikováno buďto jako přešůpek nebo v případě množství většího než malého jako trestný čin, ale toto množství nemusí mít žádný vliv na kázeňský postih, který je stanoven školním řádem.

Nález OPL ve škole

Postup:

- pracovníci látku nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury, .
- okamžitě informují MP a vedení školy,
- MP nebo vedení školy vyhotoví záznam o události,
- za přítomnosti dalšího pracovníka školy vloží látku do obálky, napíše datum, čas, místo nálezů a obálku přelepí. Přelep opatří razítkem školy a svým podpisem a uschovají ji do školního trezoru.
- vedení školy vyrozumí Policii ČR, která provede identifikaci a zajištění podezřelé látky.

Nález OPL u žáka ve škole

Postup:

- pracovníci látku nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury,
- Okamžitě informují MP a vedení školy,
- MP vyhotoví záznam o události. s vyjádřením žáka, u kterého byla látka nalezena,

v

V případě, že podepsat odmítá, uvede pracovník tuto skutečnost do zápisu,

- zápisu a rozhovoru se žákem je přítomen VP, ŘŠ nebo ZŘŠ,
- o nálezů látky je informována Policie ČR, která provede identifikaci a zajištění podezřelé látky,
- škola informuje zákonného zástupce žáka,
- případě, že je látka nalezena u žáka, který se jí intoxikoval, předá škola látku zajištěnou výše uvedeným způsobem přivolanému lékaři (možnost usnadnění léčby, neboť u řady jedů jsou známy protijedy). Další postup nutný k identifikaci látky pak zajistí Policie ČR.

Podezření na držení OPL žákem ve škole

Postup:

- jedná se o podezření ze spáchání trestného činu nebo přestupku, a proto řešení této situace spadá do kompetence Policie ČR,
- pracovník školy, který má toto podezření okamžitě informuje vedení školy. Pokud nejsou přítomni, informuje MP,
- vedení školy informuje Policii ČR, zkonzultují s ní další postup,
- škola informuje zákonného zástupce žáka,
- žák je izolován od ostatních do příjezdu Policie ČR, je nutné ho mít neustále pod dohledem,
- u žáka se za žádných okolností neprovádí osobní prohlídka, ani prohlídka jeho věcí,
- po příjezdu Policie ČR postupuje škola dle jejich instrukcí.

4. Krádež

Krádež je takové jednání, při kterém se někdo zmocní věci, která není jeho, a to za účelem si ji ponechat, používat ji apod., aniž by s tím majitel věci souhlasil, nebo o tom byl informován.

Postup:

- informovat o události MP a vedení školy,
- MP nebo vedení školy pořídí písemný záznam na základě výpovědi poškozeného,
- jestliže je škoda většího rozsahu, pak vedení školy ohlásí událost na Policii ČR nebo poučí zákonného zástupce poškozeného žáka, že má tuto možnost,
- v případě, že je znám pachatel, je třeba nahlásit věc na OSPOD (je-li pachatel mladší 18 let) a současně předat věc Policii ČR.

5. Vandalismus

Vandalismus ve školním prostředí se projevuje ničením školního majetku nebo jeho poškozováním a ničením majetku ostatních žáků a žákyň, případně dalších členů školní komunity. Každý je zodpovědný za škody, které svým jednáním způsobil, a proto po něm bude škola požadovat náhradu, jestliže škodu způsobil úmyslně nebo z nedbalosti

Postup:

- vznikne-li škoda na školním majetku, je třeba o celé záležitosti vyhotovit záznam a pokusit se odhalit viníka,
- o vzniklé škodě je informováno vedení školy,

- v případě, že škola viníka zná, může na něm (respektive jeho zákonném zástupci) vymáhat náhradu škody,
- v případě, že nedojde mezi zákonnými zástupci nezletilého dítěte a školou k dohodě o náhradě škody, může škola náhradu vymáhat soudní cestou.

6. Šikana

Šikana je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat žáka, popřípadě skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem či skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit

Projevy šikany

Přímá podoba

Zahrnuje fyzické útoky, vydírání, poškozování věcí, krádeže jiné osobě, útoky verbální (slovní), nadávky, vyhrožování, ponižování a neverbální nátlak, jako urážlivá gesta a zvuky, zírání, zastrašující nebo výhrušné výrazy ve tváři, ničení, schovávání, nebo kradení věcí či učebních pomůcek. (Může mít formu sexuálního obtěžování až zneužívání.)

Nepřímá podoba

Projevuje se nápadným přehlížením a ignorováním žáka skupinou třídní nebo jinou. Útočník působí bolest tak, aby to vypadalo, že žádný takový záměr ve skutečnosti nemá. Většinou je nefyzická, ale třetí strana může být i zmanipulována do fyzického útoku. Nebezpečnost působení spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka v celoživotních následcích na duševním a tělesném zdraví. Pokud je zaměřena proti učitelí, mívá formu rozšiřování lží a pomluv, neoprávněných nařčení, ničení pověsti a reputace, ponižování před ostatními žáky.

Varovné signály šikanování

Příklady nepřímých znaků šikanování u žáka

- působí smutně, nešťastně, stísněně, stává se uzavřeným, mívá blízko k pláči - o přestávkách,
- je často osamocený, nemá kamarády, vyhledává blízkost učitelů,
- při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními,
- jeho prospěch se náhle a nevysvětlitelně zhoršuje,
- má na těle modřiny, odřenin, škrábance (nedovede je uspokojivě vysvětlit),

- odmítá vysvětlit poškození a případné ztráty věcí (používá nepravděpodobné výmluvy) - mívá zašpiněný nebo poškozený oděv,
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.

Příklady přímých znaků šikanování

Verbální znaky

- posměšné poznámky na adresu žáka, urážení jeho rodičů,
- nadávky, hrubé žerty,
- pohoršující přezdívka
- vysmívání se slabostem (handicapům) žáka,
- násilné a manipulativní příkazy, zákazy mluvení s kamarády.

Neverbální znaky

- strkání, honění, kopání, údery-rány (nápadné, silné, oběť neoplácí),
- rvačky, kdy jeden z účastníků je nápadně slabší a snaží se uniknout,
- nátlak – dávání peněžitých a jiných darů šikanujícímu (agresoři berou peníze, zabavují nebo ničí věci, přivlastňují si věci oběti, ničí nebo ukradnou učebnice a další školní pomůcky).

Postu (i při podezření na šikanu):

- konfrontovat svá pozorování nebo ohlášení s ostatními kolegy,
- oznámit své podezření vedení školy, MP a VP, konzultovat další postup,
- dohodnout se, kdo provede vyšetřování, popřípadě přizvat psychologa,
- mezi čtyřma očima vyslechnout více nezaujatých svědků (spolužáků).
- vést písemný záznam,
- porovnávat, věnovat pozornost nesrovnalostem v časech a místech,
- spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany, požádat je o spolupráci,
- vyslechnout oběť – citlivě, zcela diskrétně, zaručit bezpečnosti a důvěrnost informací. Vše zapisovat nebo nahrávat,
- vyslechnout agresory – mezi čtyřma očima, znemožnit domluvu výpovědí,
- vytipovat nejslabší článek, dovést k přiznání či vzájemnému obviňování,
- požádat vedení školy o svolání výchovné komise (ŘŠ, MP, VP, TU, ZŘŠ, psycholog). Ta posoudí na základě shromážděných informací, zda je jedná o šikanu a jaký je stupeň závažnosti, navrhne další postup vůči obětem, agresorům i třídě jako celku a jejich potrestání,

- pozvat individuálně k jednání rodiče agresorů, seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na Policii ČR – závisí na věku agresorů, na intenzitě a závažnosti šikany,
- rozebrat situaci se třídou, prodiskutovat, vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků,
- pokud se situace vyřeší pouze odchodem některých žáků, měl by odejít agresor, a nikoli oběť.

7. Šikana učitele

Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků musí být chápána jako celostní problém s více dimenzemi, který se týká všech členů školy.

Postup:

- pedagog v pozici oběti šikany, či pedagog, který je takovéto situace svědkem vyhledá okamžitě pomoc,
- obrátí se na ŘŠ, ZŘŠ, MP, VP či jiného pedagogického pracovníka,
- o vzniklé situaci je informováno vedení školy,
- pokud se jedná o situaci ohrožující zdraví, či bezpečí pracovníka, ŘŠ přivolá Policii ČR, zajistí pomoc externího specialisty,
- ŠPT zajistí další šetření - rozhovor s obětí, rozhovor se svědky, rozhovor s agresorem či skupinou agresorů, přičemž je zajištěno, že se nemohou domlouvat na společné výpovědi, nikdy nedochází ke konfrontaci,
- z rozhovoru se provádí zápis,
- pokud není ŘŠ vyšetřování přítomen, je o výsledcích okamžitě informován,
- ŘŠ informuje zákonné zástupce agresorů o vzniklé situaci a pozve je do školy k pohovoru s výchovnou komisí,
- výchovná komise projedná se zákonnými zástupci žáka další postup,
- provede se zápis z jednání VK – podepíše jej všichni přítomní,
- ŘŠ udělí agresorovi/agresorům výchovné opatření v souladu se školním řádem,
- ŘŠ informuje Policii ČR či OSPOD, pokud došlo k závažnějšímu případu šikanován,
- MP a TU zajistí následnou práci s třídním kolektivem,
- ŘŠ nabídne pedagogovi odbornou pomoc a podporu.

8. Kyberšikana

Kyberšikanu definujeme jako zneužití informačních komunikačních technologií, zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit,

ublížit mu. Podobně jako u šikany se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoku pak určují její závažnost.

Postup:

- při zjištění kyberšikany je informováno vedení školy a MP,
- zajistí se ochrana oběti,
- zajistí se dostupné důkazy,
- MP provede vyšetření vzniklé situace, v případě potřeby je zajištěna pomoc a podpora externího pracovníka (PČR, Městská policie, krajský metodik prevence aj.),
- ŘŠ informuje rodiče oběti i agresora,
- potrestání viníků dle platného školního řádu.
- následuje práce s třídním kolektivem, prevence dalšího případu kyberšikany.

9. Nošení zbraní a předmětů ohrožujících zdraví

Je zakázáno nosit do školy a používat věci nebezpečné pro zdraví a život svůj a ostatních osob (obušky, hvězdice, tyče, struny, střelné zbraně, výbušniny, třaskaviny, petardy, zápalky a zapalovače, pornografický materiál, chemikálie...).

Postup:

- informovat ŘŠ, ZŘŠ, VP, MP,
- zajistit nebezpečnou věc,
- okamžitě informovat zákonné zástupce žáka a vyzvat ho k návštěvě školy, kde mu bude věc předána,
- MP sepíše o události záznam.

10. Útok na učitele

Jedná se o agresivní fyzické či verbální napadení učitele ze strany žáka.

Postup:

- nedohadovat se, snížit hlas do klidnější polohy, mluvit spisovně, jasně a snažit se hovor ukončit nějak neutrálně. „Nechme to být, možná jsem to přesně nepochopil.“ „Dobře, máme toho asi dneska všichni dost...“ „Jestli jsem tě naštvál, tak promiň.“,
- uklidnit agresora (nezáleží na tom, kdo je v právu), podpora zbytku třídy, udržet třídu na své straně,
- rozhodně nezvyšovat napětí a nejít do konfliktu s agresorem,
- po uklidnění situace (po několika dnech) se případně vrátit k situaci a vyjasnit si příčiny

11. Aktivní útočník

Aktivním útočníkem se označuje osoba, která z různých důvodů má potřebu ublížit lidem ve svém okolí. Jeho útok přichází nečekaně a je většinou velmi brutální. Poznatky a zkušenosti získané z dosud známých útoků:

- akce je naplánovaná,
- cílem je zabít nebo zranit co nejvíce lidí v krátkém čase,
- místem útoku bývá prostor s velkou hustotou lidí,
- výběr obětí je náhodný,
- různí útočníci volí různé druhy zbraní,
- útočník se obvykle nechce dostat do střetu s policií.

Postup:

- uteč, dostaň se z dosahu útočníka, je nutné myslet na ochranu zdraví a života,
- zamkni se (zabarikáduj, znemožni nebo zkomplikuj vstup),
- vypni techniku v učebně (PC, dataprojektory) ticho je důležité,
- zapni tichý režim mobilů (přístroj nevypínej),
- varuj ostatní (mobil, rozhlas),
- volej tísňovou linku 158, oznam, kde jsi a co se děje,
- zkus zklidnit ostatní v místnosti,
- nereaguj na osoby za dveřmi (možná lest),
- vyčkej příchodu policie, dbej jejich pokynů, neplet' se do cesty,
- braň se – v případě, že jsi učinil všechny výše popsané kroky a útočník se k tobě přesto dostal – udělej vše pro svou ochranu

12. Úmrtí

Od samotné události až do tří dnů po události můžeme očekávat následující reakce: neštěstí přinese tlak (všichni budeme chtít něco vědět – média, policie, rodiče, učitelé, žáci). Bude se zdát, že je málo času, začnou se šířit fámy (zvláště u situací, kde chybí jasné informace). Lidé začnou pociťovat vinu a budou se snažit být solidární. Atmosféra bude emočně vypjatá (zasaženými jsme v tuto chvíli všichni a všechny zaskočí bezradnost a bezmoc).

Je nutné počítat s velkým psychickým vypětím. Proto je vhodné nejlépe předem (v rámci připravenosti) utvořit operační tým z lidí, kteří unesou zátěž, dokážou být k druhým citliví a vnímaví a dovedou pracovat pod tlakem (např. ŘŠ, ZŘŠ, MP, VP, ...).

Postup:

- okamžitá první pomoc a zjištění přivolání záchranné služby, příp. Policie ČR – kancelář školy,

- zajištění místa události – pedagogové, MP a VP,
- sběr a zaznamenání průběhu události – MP, VP, vedení školy,
- zajištění místa pro práci záchranných složek – pedagogové,
- informování zřizovatele – vedení školy,
- ustavení pietního místa, umožnění rituálu a připravení postoje školy k případné účasti na pohřbu,
- svolání vedení školy a informování pedagogického sboru,
- zajištění interního informačního místa a systému průběžného informování – informační systém školy
- kontaktování zasažené rodiny i v případě, že už tak učinili jiní – s vyjádření účasti a podpory
- zajištění externích pracovníků – právník, psycholog, sociální pracovní.

V Blansku 27.9.2022

PaedDr. Roman Gregor
metodik prevence