

Pomoc v nouzi anebo je-t lépe - pomoc d ív, neř k nouzi dojde

Ne-astné situace jen opravdu málokdy vzniknou náhodou. Náraz auta ízeného opilým idi em do lidí na chodníku je asi nejhor-ím p íkladem. V dtivé v t-in p ípad v-ak lze ne-t stí nebo "sklouznutí na -íkmou plochu" p edejít. Je t eba pouze vnímat signály ze svého okolí, nezavírat o i p ed negativními signály (zejména rodi e ve vztahu ke svým d tem), nejednat bezmy-lenkovit (týká se nás v-ech) anebo s my-lenkou "v-ak ono to n jak dopadne" - to pak bývá zpravidla -patn . A také nebát se, si o problému promluvit, kdyřl sám nevím "kudy-kam".

Doporu ujeme seznámit se (pro mnohé - p ípomenout si) s jednoduchými základními pravidly, která mohou pomoci p edejít svízelným situacím nebo dokonce zachránit řivot. Základní pravidla - OCHRANA P ED ÚNOSY NEBO OHROřENÍ D TÍ NÁSILNÍKEM -



PREVENCE - zde: www.azrodina.cz

A kyřl uřl nastane problém ...

Nebojte se obrátit na dosp lé, kdyřl vám problémy za nou p er stat p es hlavu. Kdyřl vás bude trápit cokoli, co by m lo vést ke zv t-ování strachu i beznad je, pocit m zbyte nosti, ztrát sebev domí nebo snad dokonce pocit m marnosti, nezoufejte. Pomoc Vám m řle poskytnout -kola, ale pokud byste cht li své v ci e-it v jiném prost edí, m řlete vyuffít r zné specializované poradny. M řlete se nap íklad nejřve telefonicky poradit, nemusíte se ani hned p edstavit, m řlete si sjednat sch zku nebo naopak pořádat o okamřitou pomoc. V na-em regionu m řle pomoci nap .:

KOMPAS:

Raisova 1816

547 01 Náchod

tel.: 491 424 390

e-mail: svp.kompas@worldonline.cz

Informace získáte a pomoc m řlete najít i na d v ryhodných a prov ených stránkách internetu.

Jiřl n kolik let pracuje D tské krizové centrum v Praze (d íve Sdruření proti násilí na d tech)

tel.: 241 484 149

e-mail: problem@ditekrize.cz

www.dkc.cz nebo www.ditekrize.cz

A je-t jednodu-í na zapamatování je **bezplatná LINKA BEZPE Ě: 800 155 555**

e-mail: lb@linkabezpeci.cz

Napadlo Vás zkusit n co nového, n co, co láká, protořle se to nemá? A víte, do řeho jdete, řle si také m řlete zkazit své zdraví, krásu, ztratit kamarády? Ve -kole Vám rádi pom řleme a pokusíme se zodpov d t spole n s vámi otázky, na které hledáte odpov di. M řlete za ít u koho chcete, ráda vám poradí t eba paní u řitelka Dudá-ková - dudaskova.l@zsnovyhradek.cz