

Příběh z praxe

Desetiletý Honza po úrazu na lůžku v nemocnici často plakal, ale bál se říct sestřám, že má bolesti. Na chat napsal: „Bolí mě noha, ale bojím se to říct doktorovi.“ Pracovník chatu ho podpořil a pomohl mu najít slova: „Pane doktore, mám velkou bolest, můžete se na to prosím podívat?“

Díky tomu Honza dostal léky a cítil se jistější. Komunikace s vyškolenými odborníky přes chat a jejich podpora mu dodala odvahu a také ujištění, že je v pořádku říct si o pomoc.

Bolí mě noha,
ale bojím se to
říct doktorovi.



Krizový chat
není konkurence
zdravotníků. Je to
jednoduchý nástroj,
který dětem pomáhá
vyjádřit, co by jinak
nedokázaly říct.



detstvibeznasili.cz

Spolek Za ruku dlouhodobě usiluje o to, aby děti nebyly v nemocnicích samy – i proto vznikla spolupráce s Centrem LOCIKA.

www.spolekzaruku.cz



ZA RUKU



CHAT

Centra LOCIKA

– bezpečný prostor
pro děti (nejen)
v nemocnici

Někdy je
snazší napsat,
než to říct.



Centrum Locika a Spolek Za ruku
– pro děti, aby na to nebyly
v nemocnicích samy.

Proč o chatu vědět?

- Hospitalizace bez rodičů je pro děti psychicky náročná.
- Děti se často cítí osamělé, nejisté, bojí se mluvit o bolesti nebo strachu.
- Chat dává prostor vyslovit, co by jinak zůstalo skryté.

Jak chat funguje?

- Připojení přes QR kód nebo odkaz.
- Stačí přezdívka a věk, žádné osobní údaje.
- Vyškolení pracovníci odpovídají do několika minut. Na chatu jsme od pondělí do pátku ve 14:00 až 18:30 a v sobotu v 9:00 až 13:30.
- Psaní snižuje úzkost – pro děti je někdy snazší napsat, než říct to nahlas.



S čím mohou děti psát?

I „malé“ obavy mohou být pro dítě zásadní.



Chybí mi rodiče,
jsem tu sám.

Něco mě bolí,
ale bojím se to říct.

Mám pocit,
že se ke mně někdo
nechová dobře.

Někdo mě šikanuje
ve škole a nevím,
co dělat.



Co to znamená pro zdravotníky?

- 🖐️ **Podpora komunikace** – dítě snadněji řekne, co ho bolí nebo čeho se bojí.
- 🖐️ **Most k otevřenosti** – chat pomáhá dětem mluvit i s vámi.
- 🖐️ **Včasné zachycení rizik** – někdy odhalí ohrožení, které by jinak zůstalo skryté.
- 🖐️ **Lepší průběh léčby** – dítě, které má pocit bezpečí, lépe spolupracuje a rychleji se zotavuje.



Co můžeš napsat?

Můžeš napsat cokoliv, co tě trápí
nebo o čem přemýšlíš.

Chybí mi máma,
nevím, s kým
si povídat.

Mám strach
z operace a stydím
se to říct.

Doma na mě křičí,
nebo mi jinak ubližují,
a nevím, co dělat.

Někdo mě šikanuje
ve škole a bojím se to
říct nahlas.



Napiš nám

1

Naskenuj QR kód a začni psát na chat.
Jsme tu pro tebe v pondělí až pátek
14 až 18:30 a v sobotu 9 až 13:30.

2

Stačí vyplnit **přezdívkou a věk** – nemusíš
říkat nic, co nechceš.

3

Do pár minut **se ti ozve někdo**, kdo tě
vyslechne a pomůže hledat cestu dál.



detstvibeznasili.cz

Spolek Za ruku dlouhodobě usiluje o to,
aby děti nebyly v nemocnicích samy – i proto
vznikla spolupráce s Centrem LOCIKA.

www.spolekzaruku.cz



ZA RUKU

Centrum



CHAT

Centra LOCIKA

– když je v nemocnici
nebo doma těžko

Nebud' na to
sám/sama. Někdy
je snazší napsat,
než to říct.



Centrum LOCIKA a Spolek Za ruku
– pro děti, aby na to nebyly
v nemocnicích samy.



Nebýt na to sám/sama

Někdy je těžké zvládat nemocnici, bolest nebo to, co se děje doma či ve škole. Možná jsi tam bez rodičů, máš strach z vyšetření, někdo ti ubližuje, nebo se prostě cítíš osaměle.

Na to všechno nemusíš být sám/sama.

Centrum Locika nabízí CHAT, který je anonymní a zdarma – bezpečné místo na internetu, kde si můžeš psát o tom, co se děje doma, ve škole nebo kdekoli jinde.



Kdy můžeš napsat nebo požádat o pomoc?



Když potřebuješ prostě jen někoho, kdo tě vyslechne.



Když jsi v nemocnici sám/sama, máš strach nebo tě něco trápí...



Když se k tobě někdo nechová dobře doma nebo ve škole – ubližuje ti nebo tě zraňuje.



Proč se ozvat?



Nebudeš v tom sám/sama.

Ať jsi v nemocnici, doma nebo ve škole, vždycky je tu někdo, kdo tě podrží.



Můžeš napsat cokoli. Žádná otázka ani pocit nejsou špatné.



Najdeš podporu. Společně vymyslíte, co ti může pomoci.



Je to bezpečné a odvážné. Napsat není ostuda, ale krok k tomu, aby ti bylo líp.

