AHOJ ☺

Pokud je ti méně než 18 let, jsou následující informace určeny právě tobě.

Občas se vyskytnou situace, se kterými si člověk nedokáže poradit sám. Jsme tu pro Tebe. Pokud ses ocitl v některé z níže uvedených situací nebo máš jiný problém, neváhej nás kontaktovat.

Doma je dusno, rodiče se hádají, vypadá to, že se rozejdou a ty máš pocit, že jsi páté kolo u vozu? Nerozumíš si s rodiči a často se kvůli tomu hádáte? Tvoje rodina se ocitla v nouzi a ty nemáš dostatek jídla, vhodného oblečení nebo nemáš kde bydlet? Rodiče jsou často pryč a nechávají tě doma samotného? Rodiče užívají drogy nebo mají problémy s alkoholem a ty nevíš, jak jim i sobě pomoci? Máš zdravotní problémy a nikdo se o to nezajímá? Rodiče ti ubližují psychicky nebo fyzicky? Máš rozvedené rodiče a chtěl by ses vidět s druhým rodičem, u kterého nežiješ častěji, ale je ti to zakazováno? Máš problémy ve škole a bojíš se o tom s rodiči mluvit? Spolužáci ve škole ti ubližují a ty nemáš komu se s tím svěřit? Provedl jsi nějakou nezákonnou věc a nevíš, co se bude dít a bojíš se to doma říci? Máš problémy s drogami a nevíš, kam se obrátit pro pomoc? Napadají tě myšlenky na útěk z domova nebo na to, že by sis mohl nějak ublížit?

**NEJSI NA TO SÁM ☺ MŮŽEŠ NÁS KONTAKTOVAT A NAVŠTÍVIT!**

Pokud se tě týkají některé z výše uvedených situací, vztahuje se na tebe zákon o sociálně-právní ochraně dětí a my jsme povinni ti pomoci. A nejen my! O pomoc máš právo požádat také ve škole, u lékaře i v jiných zařízeních, která navštěvuješ např. v nízkoprahovém centru, v zájmovém kroužku apod. Všude tam mají dospěláci povinnost tě vyslechnout a podat ti pomocnou ruku. Pomoci ti také mohou sociální pracovníci na Městském úřadě obce s rozšířenou působností nebo Magistrátě města, ve kterém máš trvalý pobyt. Pokud si nevíš rady, kam by ses měl obrátit, neváhej nás kontaktovat na Krajském úřadě Královéhradeckého kraje a my ti rádi poradíme.

Krajský úřad Královéhradeckého kraje

oddělení sociálních služeb a sociálně-právní ochrany dětí

Pivovarské náměstí 1245

500 03 Hradec Králové

Hodiny jsou stanoveny **pro veřejnost** takto:

Pondělí a středa 8:00 – 17:00

Úterý, čtvrtek a pátek 8:00 – 14:00

Schůzku v úterý, čtvrtek a pátek si lze sjednat i mimo uvedené hodiny.

Pokud potřebuješ pomoc nebo se chceš poradit, můžeš přijít osobně (není k tomu třeba dospělého), nebo můžeš zavolat na tel. číslo: 495 817 111, kde tě spojí se sociálním pracovníkem působícím na úseku sociálně-právní ochrany dětí.

V mimopracovní době (večery, víkendy, svátky) se ve vážných a naléhavých případech můžeš obrátit na Policii České republiky (tel. č. 158).

Můžeš nám poslat e-mail nebo nám zavolat:

[**imatousova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:imatousova@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 569** 702 212 399

[**spelova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:spelova@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 563** 702 198 762

[**rsuplerova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:rsuplerova@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 347** 727 811 787

[**hmala@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:hmala@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 560** 725 576 823

[**lvrbicova@kr-kralovehreadecky.cz**](mailto:lvrbicova@kr-kralovehreadecky.cz) **tel: 495 817 578** 721 979 681

[**vmackerle@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:vzeinerova@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 344** 721 979 640

[**ivikova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:ivikova@kr-kralovehradecky.cz) **tel: 495 817 358** 607 006 563

[**ikrejcova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:ikrejcova@kr-kralovehradecky.cz) **tel:** 607 029 833 **psycholožka**

[**vzeinerova@kr-kralovehradecky.cz**](mailto:vzeinerova@kr-kralovehradecky.cz) **tel:** 607 053 204 **psycholožka**

Pokud nás zkontaktuješ, budeme od tebe potřebovat vědět, jaký problém tě trápí, abychom ti mohli poradit, na jaký úřad se máš obrátit. Sdělíš-li nám i svoje osobní údaje, případně další informace, zachováme o nich mlčení. Pouze v případě, že bys byl v ohrožení života, budeme nuceni tvoje jméno a problém sdělit Policii ČR.

O pomoc můžeš požádat bez vědomí rodičů. Zajímá nás tvůj názor na vše co se děje, co tě trápí, z čeho máš obavy. Tvůj pohled je pro nás důležitý. Každý člověk má právo vyjádřit svůj názor, tedy i ty.

V Královéhradeckém kraji se můžeš obracet na tyto úřady:

**Obce s rozšířenou působností**

* [**Broumov**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=573922)
* [**Dobruška**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=576271)
* [**Dvůr Králové nad Labem**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=579203)
* [**Hořice**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=572926)
* [**Hradec Králové**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=569810)
* [**Jaroměř**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=574121)
* [**Jičín**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=572659)
* [**Kostelec nad Orlicí**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=576361)
* [**Náchod**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=573868)
* [**Nová Paka**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=573248)
* [**Nové Město nad Metují**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=574279)
* [**Nový Bydžov**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=570508)
* [**Rychnov nad Kněžnou**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=576069)
* [**Trutnov**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=579025)
* [**Vrchlabí**](http://mesta.obce.cz/obce_orp.asp?zujorp=579858)

Nebo na obecní úřady s pověřením:

**Obce s pověřeným obecním úřadem**

* [**Červený Kostelec**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=573965)
* [**Česká Skalice**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=573990)
* [**Hostinné**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=579297)
* [**Hronov**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=574082)
* [**Chlumec nad Cidlinou**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=570109)
* [**Kopidlno**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=573060)
* [**Lázně Bělohrad**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=573094)
* [**Nechanice**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=570451)
* [**Opočno**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=576590)
* [**Police nad Metují**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=574341)
* [**Rokytnice v Orlických horách**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=576701)
* [**Smiřice**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=570877)
* [**Sobotka**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=573493)
* [**Svoboda nad Úpou**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=579734)
* [**Teplice nad Metují**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=574538)
* [**Třebechovice pod Orebem**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=571041)
* [**Týniště nad Orlicí**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=576859)
* [**Úpice**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=579777)
* [**Vamberk**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=576883)
* [**Žacléř**](http://mesta.obce.cz/obce_po.asp?zujpo=579874)