

Dopravní nehody se dějí každý den

Kolem nás je řada lidí, kteří prožili něco podobného. Kromě blízkých a přátel máme ve svém okolí i další lidi a instituce, které nám mohou pomoci. Jsou to například občanské a jiné poradny, celodenně fungující linky pomoci či krizová centra, praktičtí lékaři, psychologové a psychiatři, duchovní, právníci a sociální pracovníci.

Poznámky

Autoři:

Pracovní skupina pro tvorbu standardů psychosociální krizové pomoci při MV - Generálním ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR
Grafická úprava: she is great, othermusic.biz
Vydáno jako ověřovací verze, podzim 2007

Budeme rádi jakoukoli Vaši odezvu (včetně stížností) směřovanou na adresu:
Psychologické pracoviště, MV-GŘ HZS,
Kloknerova 26, 148 01 Praha 414
E-mail: standardy@grh.izscr.cz

Užitečné kontakty - celostátní

České sdružení obětí dopravních nehod

Poskytuje psychosociální a pracovní poradenství pro oběti dopravních nehod.

Točitá 12/1719, Praha 4 - Zelený Pruh, 140 00

Tel.: 222 363 535, 739 983 321

E-mail: CSODN-poradna@centrum.cz,

www.csodn.cz

Asociace občanských poraden

Poskytuje sociálně-právní poradenství. Zde Vám podají kontakt na občanskou poradnu ve Vašem bydlišti.

Tachovské náměstí 3, 130 00, Praha 3

Tel.: 222 780 599, 222 781 149, 222 780 322

Mobil: 777 257 521, www.obcanske-poradny.cz

Česká kancelář pojistitelů

Zajišťuje pojišťovny, řeší otázky pojistných událostí a provozuje informační středisko pro osoby s nárokem na náhradu škody.

Štefánikova 32, Praha 5, 150 00,

Tel.: 221 413 111/ 660/ 690

E-mail: info@ckp.cz, www.ckp.cz

Služby uvedených organizací jsou poskytovány bezplatně.

Užitečné kontakty - regionální



Prožili jsme dopravní nehodu Jak dál?



**Co dělat po dopravní nehodě
Informace a praktická vodítka pro
účastníky - poškozené i viníky,
svědky a příbuzné**

Nečekané události, jako jsou dopravní nehody, na nás dopadají, ať jsme poškozenými či viníky, očitými svědky, zasahujícími, nebo příbuznými jmenovaných.

Dopravní nehoda je za námi. Co nás čeká?

Po skončení vyšetřování na místě nehody naše starosti nekončí.

- * **spolupracujeme nadále s policií:** počítejme s dalším jednáním, objasňováním dopravní nehody může trvat týdny i měsíce
- * **hledejme právní pomoc:** každý - poškozený i viník - může dosáhnout na bezplatnou prvotní právní pomoc (např. v občanských poradnách)
- * jsem-li viníkem, musím nejdéle do 15 dnů nahlásit událost pojišťovně, u které mám sjednáno povinné ručení
- * mám-li havarijní pojištění, bez zbytečného odkladu nahlásím nehodu své pojišťovně

Co se s námi může dít?

Bezprostředně po dopravní nehodě dochází k různým projevům (třes, zvracení, ochablost, výpadek paměti apod.).

Na nehodu mnohdy reagujeme i v průběhu dalších dnů:

- * střídání se nálady
- * pocítujeme obavy, vinu anebo výčitky svědomí
- * zažíváme strach, smutek, bezmoc, zlost
- * prožitek nehody se obtížně zařazuje do běžného života (např. přetrvává strach z cestování dopravním prostředkem či obava vrátit se za volant)

Tyto a jiné projevy jsou po takové události normální. Obvykle časem odeznívají.

Co můžeme dále udělat?

Chceme-li se vrátit za volant, sedněme do auta co nejdříve.

Bud'me pozorní k potřebám svým i ostatních:

- * udělejme si čas pro sebe
- * najděme čas s druhými
- * chceme-li, mluvíme o tom, jak nám je
- * můžeme-li, naslouchejme
- * uchovejme si každodenní život - svoje návyky, řád
- * věnujme se i věcem, která nám obvykle přinášejí radost a uvolnění

Vyhledejme další pomoc:

- * obtěžují-li obavy či tělesné obtíže
- * nemůžeme-li spát
- * tišíme-li nadále bolest léky, případně alkoholem atp.

Když účastník nehody zahyne

Když někdo přijde o život, je situace po dopravní nehodě náročnější.

Vnímáme-li vinu, můžeme se s ní vyrovnávat **aktivním projevem lítosti a účasti** vůči poškozeným, **snahou o zmírnění následků**.

Obvykle nás čekají:

- * finanční výdaje
- * kontakt na pohřební službu
- * pohřební rituály
- * potřeby a prožitky do té doby třeba neznáme (např. duchovní)
- * vyřízení pozůstalosti
- * truchlení
- * tíživé výročí události
- * někdy i trestní řízení (včetně mimosoudního vyrovnání), trest

S řadou těchto dopadů se setkáme i při těžkých zraněních.