



Spôsobuje ti niekto utrpenie?
Ublízuje ti niekto slovami?
Zastrašuje ťa niekto alebo ťa týra?
Máš problémy v rodine, v škole, s rovesníkmi, s drogami?
Potrebuješ sa zdôveriť alebo porozprávať?
Máš starosti o spolužiaka, ktorého niečo trápi a nevieš ako ďalej?

ČO V TAKOM PRÍPADE ROBIŤ?

1. Netráp sa sám, vyhľadaj pomoc!
2. Nájdi osobu, ktorej bezprostredne dôveruješ a porozprávaj jej o svojom trápení.
3. Nehanbi sa, nie je správne nečinne sa prizerať a mlčať – statočný ochráni slabších, zbabelec im ubližuje.

PAMÄTAJ, SME TU PRE TEBA!

*„Jedna osoba nemôže zmeniť celý svet,
ale Ty môžeš zmeniť celý svet jednej osoby.“*

Albert Einstein, nemecko-americký fyzik

Vo vestibule našej školy sa nachádza anonymná schránka dôvery

Ak je niečo, čo trápi TEBA alebo tvojich spolužiakov,
no nechceš sa s tým nikomu osobne zdôveriť,
potom je schránka určená práve TEBE!



V prípade potreby zavolaj tu:

ŠKOLSKÁ LINKA DÔVERY A POMOCI

0948 158 553



Kontakty pomoci v škole – školský podporný tím



SOCIÁLNY PEDAGÓG

Mgr. Martin Hric

✉ Martin.Hric@zspavlovceuh.sk

☎ 0948 158 553

VÝCHOVNÉ PORADENSTVO

PaedDr. Erika Zolotová, PhD.

✉ vychovne.poradenstvo@zspavlovceuh.sk

☎ +421 56 649 42 12 klapka 208

KARIÉROVÉ PORADENSTVO

Mgr. Mária Varadyová

✉ karirove.poradenstvo@zspavlovceuh.sk

☎ +421 56 649 42 12 klapka 208

PRIMÁRNA PREVENCIA

Mgr. Martina Čisárová

Koordinátorka primárnej prevencie

✉ Martina.Cisarova@zspavlovceuh.sk

☎ +421 56 649 42 12 klapka 214

Kontakty pomoci mimo školy



Linka detskej dôvery

Telefonická a internetová poradňa pre deti a rodičov

☎ 0907 401 749 – pracovné dni/8:00 – 20:00 hod.

✉ odkazy@linkadeti.sk

💬 chat – pracovné dni/14:00 – 19:00 hod.

💬 Skype – linkadeti



Linka detskej istoty

Linka pomoci pre deti a mládež

☎ 116 111



Viac ako ni(c)k

Národná linka na pomoc deťom v ohrození

✉ pomoc@viacakonick.gov.sk

💬 chat – nonstop