

Dopravní nehody se dějí každý den

Situace každého, kdo se setkal s dopravní nehodou, je jiná. Přesto je kolem nás řada lidí, kteří vědí, co dopravní nehoda znamená.

Kromě blízkých a přátel máme ve svém okolí další lidi spolu s institucemi, které nám mohou pomoci. Jsou to například občanské a jiné poradny, celodenně fungující linky pomoci či krizová centra, sociální pracovníci, praktičtí lékaři, psychologové a psychiatři, duchovní, právníci.

Naše zkušenost s dopravní nehodou je cenná, proto je důležité se o ni podělit s ostatními. S odstupem času si možná připustíme radost, že jsme se znovu narodili. A zároveň vzpomeneme na ty, kteří to štěstí neměli.

Autoři:

Pracovní skupina pro tvorbu standardů psychosociální krizové pomoci při MV-Generálním ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR
Vydává OS ADRA ve spolupráci s MV – GŘ HZS ČR, 2. vydání, léto 2009
Předkládaný text je veřejným vlastnictvím a může být používán pouze beze změn textu. Oceňujeme případné citace zdroje.

Budeme rádi za jakoukoli Vaši odezvu (včetně stížnosti) 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 právní poradenství pro oběti dopravních nehod.

Točítá 12/1719, 140 00 Praha 4
Tel.: 222 363 535, 739 983 321, 773 618 420
E-mail: CSODN-poradna@centrum.cz
www.csodn.cz

Asociace občanských poraden

Poskytuje sociálně - právní poradenství.
Zde nám dají kontakt na občanskou poradnu v místě nebo poblíž bydliště.

Tachovské náměstí 3, 130 00 Praha 3
Tel.: 222 780 599 / 322, Mobil: 777 257 521
www.obcanske-poradny.cz

Česká kancelář pojistitelů:

Poskytuje vybrané informace pro osoby poškozené nehodou (i nehodou, kterou způsobil řidič vozidla bez povinného ručení).

Štefánikova 32, 150 00 Praha 5
Tel.: 221 413 111 / 660 / 690
E-mail: info@ckp.cz
www.ckp.cz

Služby uvedených organizací jsou poskytovány bezplatně

Vydání finančně podpořila energetická skupina RWE



Užitečné kontakty - Regionální



Prožili jsme dopravní nehodu Jak dál?



Informace a praktická vodítka pro nás – občany, které zasáhla dopravní nehoda

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

Dopravní nehoda je za námi. Co dělat dál?

Po skončení vyšetřování na místě nehody naše starosti nekončí.

- * **spolupracujeme nadále s policií:** počítejme s dalším jednáním, objasňování dopravní nehody může trvat týdny i měsíce
- * pokud jsme nehodu zavinili, musíme **do 15 dnů** nahlásit událost pojišťovně, u které máme sjednáno povinné ručení (neboli pojištění *odpovědnosti za škodu způsobenou provozem vozidla*); máme-li také havarijní pojištění, uděláme totéž
- * jako poškození anebo pozůstalí pro jistotu kontaktujeme i pojišťovnu vozidla viníka

Poškozenými jsou ti, kteří utrpěli újmu na zdraví nebo na majetku. Pozůstalými po zemřelém v příčinné souvislosti s nehodou jsou děti, rodiče, manžel/ka, sourozenci, blízké osoby žijící ve společné domácnosti.

- * **vyhledejme právní pomoc:** každý občan - poškozený, pozůstalý i viník - může dosáhnout na bezplatnou prvotní právní pomoc (např. v občanských poradnách).

Co se s námi může dít?

Udělalí jsme vše pro to, abychom přežili a – pokud možno – také pomohli lidem kolem. Na prožité vypětí může tělo začít reagovat - např. třesem, zvracením, ochablostí, výpadkem paměti apod.

Zkušenost nehody doznívá další dny a týdny:

- * pozorujeme střídání nálad, můžeme prožívat vinu, výčitky svědomí, bezmoc, zlost a před očima mít opakovaně obraz nehody
- * vnímáme větší zodpovědnost a někdy se i obáváme cestovat dopravním prostředkem nebo se vrátit za volant
- * uvědomujeme si lidskou zranitelnost a křehkost života

Pomáháme sobě a druhým

Pro nás, kteří jsme byli přímo na místě: vnímejme vlastní síly - budme pozorní k potřebám svým i druhých.

- * Chceme-li se vrátit za volant, sedněme do auta co nejdříve.
- * Věnujme se i věcem, které nám obvykle přinášejí radost a uvolnění.
- * Uchovejme si svoje zvyky a řád.

Pomáhejme lidem kolem nás porozumět tomu, co jsme prožili.

Pro nás – blízké těch, kteří byli na místě:

- * Mějme na paměti, že událost se stala, i když se o ní třeba nemluví.
- * Každý na ni reagujeme po svém a každý potřebujeme něco jiného.
- * Můžeme pomoci i s praktickými věcmi: po dopravní nehodě bývá řada vyřizování a vyčerpávajících jednání – můžeme při nich doprovázet, pomáhat s chodem domácnosti, popřípadě s dětmi apod.

Pomáhat druhým pomáhá.

Dojde-li k těžkému zranění nebo smrti

Některé dopady dopravních nehod jsou nezvratné.

Pokud byl náš blízký těžce zraněn nebo zahynul, obvykle nás čekají:

- * kontakty s lidmi, kterým budeme muset tuto informaci sdělit anebo kteří ji o nás budou vědět; vytvořme si plán, co je nutné udělat, a zvládejme ho
- * jednání, při nichž budeme muset chránit či prosazovat nároky, práva a zájmy blízkého anebo naše (na pojišťovně, ve zdravotnických zařízeních, při vyřizování náhrady škod anebo pozůstalosti); nechme si pomoci, pomůže kamarádský doprovod na úřad i informace dodané např. občanskou poradnou. Ukládejme všechny potřebné doklady a nebojme se vyhledat bezplatnou právní a poradenskou pomoc.
- * mimořádná finanční zátěž; pomoci nám mohou příbuzní a přátelé, zaměstnavatel, církve, pověřené obecní úřady; nestydme se o pomoc požádat a přijmout ji
- * nejistoty a obavy, někdy dlouhodobé; šetřme silami
- * pohřeb a jiné obřady; můžeme-li, účastněme se, usnadňují vyrovnávání se se smrtí a zásadními životními změnami
- * truchlení a tíživé výročí události; dopřejme sobě i svým blízkým čas
- * potřeby a prožitky do té doby třeba neznámé; nechme je přijít, mnohdy otevírají cestu do budoucnosti
- * někdy i trestní řízení, trest; projevme aktivně lítost, účast a snahu o zmírnění následků vůči poškozeným a pozůstalým; pomáhá to vyrovnat se s vinou

K vyrovnání se změnou života mohou nám i blízkým pomoci lidé, kteří podobnou zkušeností již prošli; mohou se najít v okolí nebo se s nimi můžeme spojit prostřednictvím Českého sdružení obětí dopravních nehod.