



Máte trápení se sexem, vztahy v rodině, v partnerství či ve škole? „Poradna lásky“ je tu pro vás!

Brandýs n/L, Praha (tvr) – Sex, vztahy v rodině, přátelství nebo partnerství jsou témata, okolo kterých se dennodenně točí naše životy. Snad každému z nás se už někdy stalo, že si v nějaké z těchto oblastí nevěděl rady, trápil se s konkrétním problémem. Nutno přiznat, každý z nás je občas bezradný nebo nevidí východisko z tíživé situace. Život nám totiž přináší radost i bolest, potěšení i smutek, příjemné chvíle a zábavu, ale i starosti. Ve chvílích, kdy máme trápení se všedními i nevšedními problémy, je tzv. „dobrá rada nad zlato“, ale ne každý má možnost poradit se s někým blízkým. Z těchto důvodů vznikla bezplatná internetová Poradna-lásky, která je tu pro vás a funguje už deset let. Jaké služby poskytuje, kdo se na ni může obrátit, proč vlastně vznikla a na další otázky jsme se zeptali jejích zakladatelek.

■ Jaké služby poskytuje internetová Poradna-lásky?

Bezplatná internetová poradna www.poradna-lasky.cz poskytuje anonymní poradenství mladým a dospívajícím lidem, kteří potřebují podpořit při řešení svých problémů z oblasti mezilidských vztahů i člověka jako jednotlivce (trápení s láskou, sexem, kamarády, v rodině, ve škole apod.).

Klienti se nám mohou svěřit s takovými problémy, které je tíží, nicméně nejsou z jejich pohledu takového rázu, aby s nimi šli za psychologem. Mohou to být problémy, které se stydí říci svým ka-

marádům nebo rodičům a hledají proto nestranný názor - pohled někoho zvenčí. Díky možnosti vyjádřit se anonymně se vytváří prostor, který jim dává bezpečí a umožní komfortnější „otevření se“. Nemusí tedy hovořit s nikým tvář v tvář. Mimo to webové stránky nabízejí prostor k seberozvoji, k zamyšlení se nad problémy všedními i nevšedními a umožňují komunikaci mezi uživateli, kteří se vzájemně mohou svěřit, jen tak se vypovídat, a přitom vědí, že jim někdo naslouchá a jeví o jejich problémy zájem.

■ Je tato služba nějak omezena věkově nebo tématicky?

Věkové omezení uživatelů stránek není zavedeno. Pouze mladší 15 let potřebují souhlas rodičů. Tematicky je naše poradna zaměřena především na vztahové problémy týkající se nejen partnerství, ale i vztahy s rodiči, s přáteli, ve škole apod. Věnujeme se i otázkám sexuality, sebepoznání atd. Mezi naše nejčastější dotazy patří právě problémy spojené s láskou a sebepojetím (sebevědomím, vzhledem, vystupováním, komunikací s ostatními apod.). Nevěnujeme se právní problematice, otázkám sociální péče a ani dotazům, které se týkají zdravotních obtíží.

■ Jak dlouho poradna funguje a co vás vedlo k jejímu založení?

Poradna-lásky má dlouhou historii, její počátky se datují do roku 2001. Poradnu založily a po řadu let provozovaly fyzické osoby jako svou dobrovolnou aktivitu. Důvo-

dem k založení webových stránek byl pocit, že styl poradenství „mladí mladým“ není ve spektru nabídky dostatečně zastoupen. Provoz této internetové poradny zastřešuje od roku 2010 občanské sdružení Cordatum Praha. Pod jeho hlavičkou pracují dobrovolníci, kteří odpovídají na dotazy klientů.

■ Fungujete jako nezisková organizace, jedná se tedy o dobrovolnou aktivitu, kterou vykonáváte při práci či studiu. Zajišťovat provoz Poradny-lásky musí být velmi náročné. Jen pro představu – kolik času zabere odpověď na jeden dotaz a kolik jich týdně do poradny přijde?

Časová náročnost odpovědi se vždy odvíjí od konkrétního dotazu. Některé dotazy jsou obsáhlé, je z nich cítit tíha a důležitost. Při odpovídání na tento druh dotazů je potřeba se vnitřně naladit, zamýšlet se, vystihnout podstatu, eventuálně si vyžádat od klienta další doplňující informace. Některé klienti se na nás obracují opakovaně (i po řadu let) – v těchto případech je potřebné brát v úvahu i předchozí komunikaci. Týdně nám přijde průměrně 70 dotazů (jejich počet kolísá, obvykle se pohybuje mezi 50 a 100 dotazy týdně) a na jejich zodpovězení se podílí 13 dobrovolníků.

■ Kdo vlastně jsou vaši dobrovolníci? Co musejí splňovat?

Dobrovolníci na pozicích poradců prošli velice pečlivým výběrem. Výběrové řízení je vícekolové – spočívá v posouzení životopisu,

napsání eseje na zadané téma, osobním pohovoru a dále pokračuje zkušební dobou, ve které se učí reagovat na dotazy klientů. Všichni naši poradci pracují pod dohledem. Zásadním kritériem pro výběr poradců je osobnostní zralost, motivace, ochota učit se pracovat s lidmi a schopnost vidět různorodost lidských osudů včetně tíhy některých sdělení, která může být skryta i „mezi řádky“.

■ Kolik máte registrovaných klientů, kteří se na Poradnu-lásky obrátili?

Od zahájení činnosti se u nás registrovalo více než 42 tisíc uživatelů a zodpovězeno bylo 81 tisíc dotazů.

■ Co byste vzkázali našim čtenářům?

Především přání, aby se jim v životě dařilo a byli spokojeni. Stává se ale, že se objevují životní situace, které jsou komplikované a obtížně řešitelné. Pro tyto chvíle jim chceme popřát hodně síly, vytrvalosti a optimismu. Dodát můžeme jen to, že sdílená bolest je poloviční bolest a naši dobrovolníci budou kdykoli ochotni podpořit každého člověka, který se na nás se svými starostmi obrátí.

I vy se můžete se svými problémy na Poradnu-lásky kdykoli obrátit na webových stránkách www.poradna-lasky.cz. Navíc se teď budete moci pravidelně setkávat s články na témata, která se nejčastěji objevují v dotazech klientů, i na našem zpravodajském serveru www.itok.cz nebo v TOKu!

Společně jsme nahlédli k hasičům v Hlavenci

Hlavenec (ter) - V sobotu 1. října uspořádali hasiči z Hlavence tradiční akci Hasičské odpoled-

ne aneb Nahlédněte k hasičům. V hostinci U Jelena se tentokrát zájemci seznámili s novými způ-

soby první pomoci.

„Ukázky a přímá instruktáž byly zaměřeny především na rozdíl při poskytování první pomoci miminkům, větším dětem a dospělým. Pod vedením zdravotní sestřičky a dvou vyškolených zdravotnic si maminky vyzkoušely například masáž srdce a uložení zraněného do stabilizované polohy,“ sdělila nám Zdena Zimová, jedna z organizátorek.

Zásahové vozidlo bylo zapůjčeno Hasičským záchranným sborem Škoda Auto a. s. Jeden z profesionálních hasičů HZS Škoda Auto a. s. a zároveň aktivní hlavenecký dobrovolný hasič seznámil

přihlížející diváky s výzbrojí a výstrojí, které jsou nedílnou součástí každého hasičského zásahového vozidla.

INZERCE

Nástavby na nákladní vozy, servis a opravy nástaveb.

Miroslav Černý

Horoušany,
Baumanova 6

www.nastavbycerny.cz,
e-mail: cerny@nastavbycerny.cz

Tel.: 725 410 053



Tradiční Hasičské odpoledne v Hlavenci