



SREDNJA ŠKOLA CENTAR ZA ODGOJ I OBRAZOVANJE, Zagorska 14, 10 000 Zagreb

Tel.: +385 1 3643 437

Tel.: +385 1 3643 838 ravnateljica

Fax: +385 1 3647 064

IBAN HR 4723600001101365557

MB 3278182

e-mail: infoss-centar-odgojio obrazovanje-zg20212022@o365.skole.hr

Dragi roditelji i skrbnici,

S velikom tugom i nevjericom obraćamo vam se povodom tragičnog događaja koji se dogodio u obližnjoj školi, gdje je nasilan čin doveo do gubitka mladog života i ozljeđivanja učenika i učiteljice. U ime naše škole izražavamo najdublju sućut obiteljima stradalih, njihovim prijateljima i svima pogođenima ovim nemilim događajem.

Uvijek, a posebno u ovakvim situacijama, najvažnija nam je sigurnost i dobrobit naših učenika. Ovaj tragičan događaj duboko nas je potresao i podsjetio na važnost zajedništva, podrške i sigurnosti u našim zajednicama. Svjesni smo da ovakve situacije izazivaju snažne emocije, strahove i pitanja, kako kod vas roditelja, tako i kod djece. Kako bismo pomogli u ovoj teškoj situaciji, želimo vam pružiti smjernice i resurse koji vam mogu olakšati razgovore s djecom i pružiti potrebnu podršku.

Na ovakve događaje nikada ne možemo biti spremni i normalan je osjećaj nemoći i straha kako kod djece, tako i kod roditelja koji još dodatno osjećaju odgovornost da pruže podršku svojoj djeci. Kako vi sami možete pomoći svojoj djeci u ovoj situaciji?

1. **Otvoren razgovor:** Ohrabrite djecu da izraze svoje osjećaje i misli. Objasnite im situaciju na način primjeren njihovoj dobi i uvjerite ih da su njihovi osjećaji normalni.
2. **Osigurajte osjećaj sigurnosti:** Podsjetite ih da su škola i zajednica poduzele mjere kako bi osigurale sigurnost svih učenika.
3. **Ograničite izloženost vijestima:** Djeca mogu biti dodatno uznemirena stalnim gledanjem ili slušanjem vijesti. Potičemo vas da kontrolirate njihov pristup informacijama o događaju.
4. **Rutina je važna:** Održavanje svakodnevnih rutina pomaže djeci da osjećaju stabilnost i sigurnost.
5. **Potražite znakove stresa:** Ako primijetite promjene u ponašanju djeteta, poput povlačenja, nesanice, gubitka apetita ili pojačanog straha, nemojte oklijevati potražiti stručnu pomoć.

Za profesionalnu pomoć i psihološku podršku možete se obratiti na sljedeće brojeve:

1. **Služba za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti Nastavnog zavoda za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar**, Telefon: (01) 4696 162, Radno vrijeme za telefonsko savjetovanje: 8 -20 sati, svaki dan
2. **Centar za mentalno zdravlje u zajednici Doma zdravlja Zagreb – Zapad**, Telefon: (01) 3667 – 546, Radno vrijeme za telefonsko savjetovanje: 10 -19 sati, svaki dan

3. **Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba**, Radno vrijeme za telefonsko savjetovanje: 0-24 sata, svaki dan, Telefon: (01) 64 719 40. Ukoliko želite svoje dijete naručiti na pregled, isto možete učiniti putem maila narucivanje@poliklinika-djeca.hr
4. **Centar za zdravlje mladih Doma Zdravlja Zagreb – Istok**. U Centru je angažiran tim za psihološku pomoć dostupan isključivo roditeljima, skrbnicima, djeci, mladima i osoblju OŠ Prečko. Osiguran je izvanredni “drop in”, odnosno mogućnost dolaska bez uputnice i najave u navedenim terminima. Također, u navedenim terminima stručnjaci su na raspolaganju i telefonski. Adresa: Vjekoslava Heinzela 62a, Telefon: (01) 6468 333.
5. **Psihijatrijska bolnica za djecu i mladež/hitna stanja**, Radno vrijeme: 0-24 sata, Telefon: Hitna ambulanta: (01) 4862-503, (01) 4862-511

Uz to, na internetskoj stranici Mentalnozdravlje.hr mogu se naći svi kontakti, ali i savjeti stručnjaka u ovoj i drugim situacijama kada nam je mentalno zdravlje narušeno.

Naša školska stručna služba također vam stoji na raspolaganju.

Molimo vas da zajedno radimo na tome da osnažimo našu djecu i našu školsku zajednicu kroz podršku, razumijevanje i brigu jedni za druge. Ako imate bilo kakva pitanja ili trebate dodatnu pomoć, slobodno nam se obratite.

S poštovanjem i podrškom,

Ravnateljica:

Dana Baftiri