



Psichologinių krizių pagalbos centras

**pagalba
sau**

Psichologinių krizių pagalbos centras



Kartais baisus įvykis gali atsitikti, pavyzdžiui:

- šeimoje,
- darbe

Baisus įvykis yra, pavyzdžiui:

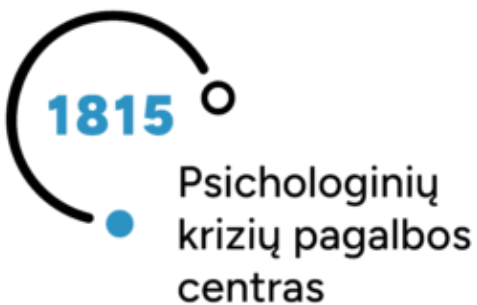
- savižudybė.

Savižudybė yra veiksmas,
kai žmogus pats atima sau gyvybę.

- žmogžudystė.

Žmogžudystė yra veiksmas,
kai žmogus nužudo kitą žmogų.

- didelė avarija.
- žmogaus mirtis.

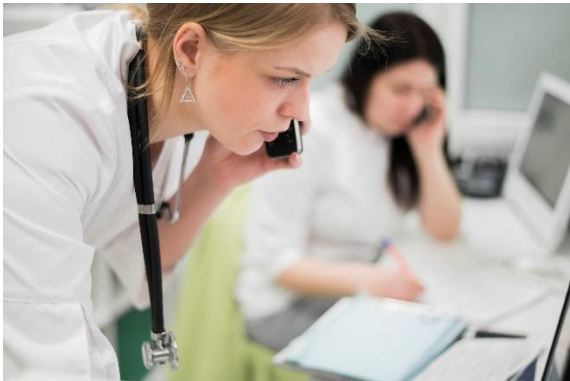


Tada Jums ir žmonėms, kurie matė baisų įvykį,
gali būti labai sunku.

Jums padėti gali

Psichologinių krizių pagalbos centras.

Psichologinių krizių pagalbos centras



Toliau Psichologinių krizių pagalbos centrą vadinsime **Centru**.

Centre dirba specialistai, kurie gali padėti, jeigu atsitiko baisus įvykis.

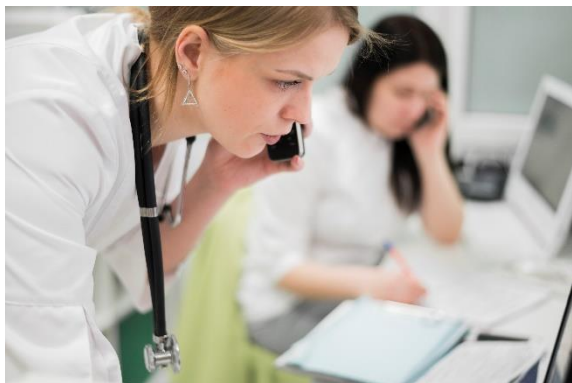


Centrai paskambinti galite telefonu.
Centro telefono numeris yra 1815.



Centras dirba:

- nuo pirmadienio iki penktadienio
nuo 9 valandos iki 19 valandos,
- šeštadienį nuo 9 valandos
iki 15 valandos.



Kai Jūs paskambinsite Centru:

- Centro darbuotojai Jus išklausys.
- Centro darbuotojai pasikalbės su Jumis.
- Centro darbuotojai Jums patars.
- Centro darbuotojai pasakys, ką galite daryti toliau.

Jums reikia daugiau pagalbos?



Centro darbuotojai pas Jus atvažiuos, jeigu Jums neužteks pagalbos telefonu. Centro darbuotojai gali atvažiuoti ten, kur atsitiko įvykis.

Jie gali atvažiuoti, pavyzdžiui:

- pas Jūsų šeimą,
- į vietą, kurioje dirbate.

Centro darbuotojai padės žmonėms:

- kurie matė įvykį,
- kuriuos įvykis išgąsdino.

Jums nereikės mokėti už
Centro darbuotojų pagalbą.



Jaučiatės labai blogai?

Norite sužaloti:

- kitą žmogų?
- save?

Skambinkite 112.

Pas Jus atvyks skubi pagalba.

Skubi pagalba Jums padės.

Tekstą lengvai suprantama kalba parašė: Miglė Baltrūnaitė.

Tekstą redagavo: Agnė Župerkaitė.

Tekstą vertino:

- Inga Olševskytė,
- Lina Bielinytė.

Nuotraukos:

- <https://www.magnific.com/>
- <https://unsplash.com/>
- <https://www.pexels.com/>

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.

Europos lengvai suprantamos kalbos simbolis.

Daugiau informacijos rasite čia:

www.inclusion-europe.eu/easy-to-read

