



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 občansky zaměřené 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 vytváření standardů psychosociální krizové pomoci při MV-generálním ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR

Vydává MV-GŘ HZS ČR, 5. aktualizované vydání, 2024

Předkládaný text je veřejným vlastnictvím a může být používán pouze beze změn textu. Oceňujeme případné citace zdroje.

Vaše podněty můžete směřovat na adresu:
Psychologické pracoviště, MV-GŘ HZS ČR
Kloknerova 26, 148 01 Praha 414

Užitečné kontakty - celostátní

České sdružení obětí dopravních nehod poskytuje psychosociální a právní poradenství pro oběti dopravních nehod.
Počátecká 2/1020, 140 00 Praha 4
Tel.: 773 618 420, 737 859 819
E-mail: csodn-poradna@centrum.cz
www.csodn.cz

Probační a mediační služba ČR usiluje o zprostředkování společensky prospěšného řešení konfliktů spojených s trestnou činností mezi oběťmi (poškozenými, pozůstalými) a pachateli (viníky). Působí v 74 střediscích na území celé České republiky.
www.pmscr.cz

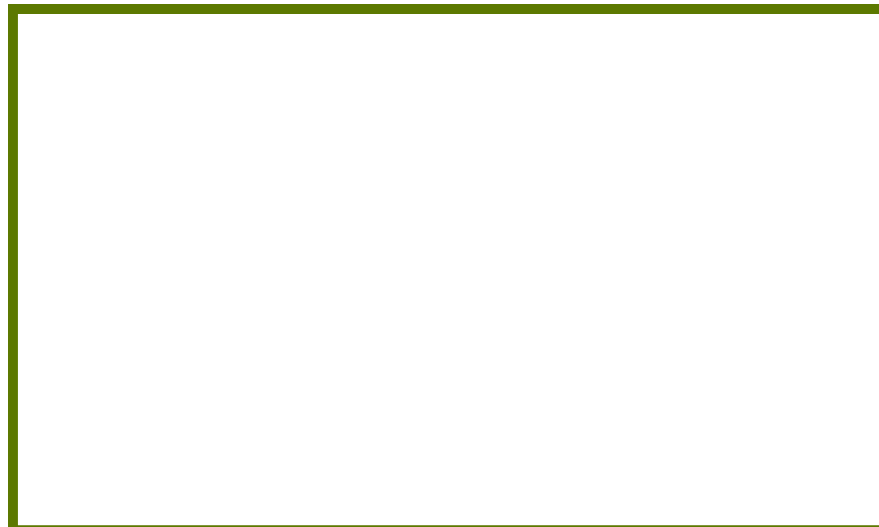
Česká kancelář pojistitelů poskytuje vybrané informace pro osoby poškozené nehodou (i nehodou, kterou způsobil řidič vozidla bez povinného ručení).
Main PointPankrác, Milevská 2095/5, 140 00 Praha 4
Tel.: 221 413 111
E-mail: info@ckp.cz
www.ckp.cz

Asociace poradců pro pozůstalé sdružuje profesionální poradce pro pozůstalé. Poskytuje své služby všem, kteří prožili jak očekávanou, tak i náhlou ztrátu blízkého člověka nebo pečují o umírajícího.
E-mail: info@poradci-pro-pozustale.cz
www.poradci-pro-pozustale.cz

Webové stránky www.ponehodovapece.cz poskytují informace pro krátkodobou i dlouhodobou pomoc osobám postiženým dopravními nehodami a jejich blízkým, včetně kontaktů na odborníky.
www.ponehodovapece.cz

Služby uvedených organizací jsou poskytovány bezplatně.

Další kontakty



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:** počítejte s dalším jednáním, objasňování dopravní nehody může trvat měsíce i roky.
- Pokud jsme nehodu zavinili, musíme co nejdříve 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 vážně zranění poškození nebo pozůstalí kontaktujeme před jednáním s pojišťovnou vozidla viníka ještě specializovaného právníka.

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 a další blízké osoby.

- **Vyhledejme právní pomoc:** každý občan (poškozený, pozůstalý i viník) může dosáhnout na bezplatnou prvotní právní pomoc (např. v občansky zaměřených poradnách).
- **Dejme pozor na zprostředkovatelské firmy** a na tzv. „lovce nehod“! Nabízejí zejména poškozeným a pozůstalým rychlé vyřízení věci i „vysoké“ odškodnění. Z praxe však víme, že se jedná o běžné zákonné nároky a často zdaleka nesplní očekávání poškozených, ani pozůstalých.

Co se s námi může dít?

Udělali 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 z 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 sebe 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 blízké 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 či pozůstalosti). Nechme si pomoci, pomůže kamarádský doprovod na úřad i informace dodané např. Probační a mediační službou ČR. 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; nestyděme se o pomoc požádat a přijmout ji.
- Nejistoty a obavy, někdy dlouhodobé. Šetřeme silami.
- Pohřeb a jiné obřady. Můžeme-li, účastněme se jich, usnadňují vyrovnávání se se smrtí a zásadními životními změnami.
- Truchlení a těživé 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.