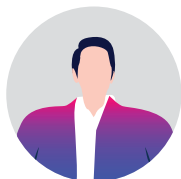




„Tým včasné intervence mě naučil, jak přijmout své psychické obtíže, místo toho, abych se svých obtíží bála.“

Angela, klientka týmu včasné intervence, Kanada



„Hodně důležité je dostat se k člověku s psychickými obtížemi rychle a věřit, že se to může zlepšit, mít naději.“

Jiří Š., odborník na pomoc při psychických obtížích, Česko

Včasnou pomoc u psychických obtíží může poskytnout specializovaný tým odborníků, zvaný „tým včasné intervence“. Taková pomoc podle výzkumů vede k:

- Menšímu výskytu a závažnosti příznaků
- Lepšímu fungování v různých oblastech života (ve vztazích, v zaměstnání, ve škole)
- Celkovému zvýšení kvality života



Včasná pomoc je účinná.

Tým včasné intervence Blansko:

Telefon: +420 777 465 192

E-mail: blansko@nudz.cz

Web: www.vizdom.cz

Tým včasných intervencí je dostupný:

- na telefonu v pondělí – pátek: 8 – 16 hodin
- po domluvě na osobní schůzce v čase a místě dle vašeho výběru (v okrese Blansko)
- bez předchozí domluvy každé pondělí v 8 – 10 hodin na adrese: Svitavská 2383/1b, Blansko
- bezplatně



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

NUDZ
Národní ústřední duševní zdravotní
pomoc

Psychické potíže - Včasná pomoc

Často se mi mění nálada

Nedokážu se soustředit

Špatně spím

Ostatní mi nerozumí

Špatně spím

Slyším hlasy, které ostatní neslyší

Nedokážu se soustředit

Nedokážu se soustředit

Špatně spím

Slyším hlasy, které ostatní neslyší

Slyším hlasy, které ostatní neslyší

Nedokážu se soustředit

Ostatní mi nerozumí

Nedokážu se soustředit

Špatně spím

Ostatní mi nerozumí

Často se mi mění nálada

Ostatní mi nerozumí

Často se mi mění nálada

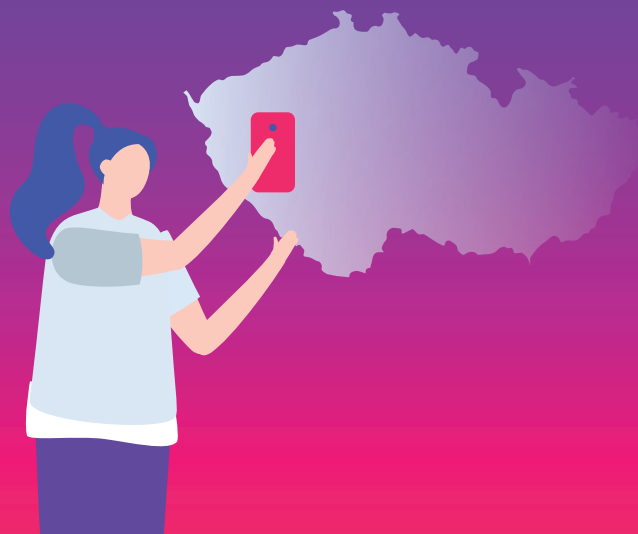
Nedokážu se soustředit

Slyším hlasy, které ostatní neslyší

Špatně spím

Zní vám něco z toho povědomě?
Tým včasné intervence může účinně pomoci.

Čím dříve, tím lépe!



O jaké psychické obtíže se může jednat?

Lidé se mohou někdy potýkat s nejrůznějšími psychickými obtížemi. Mezi časté příznaky patří:

- Problémy se soustředěním
- Problémy se spánkem
- Problémy v každodenním fungování (například ve škole, v práci)
- Problémy ve vztazích, izolovanost
- Změny nálady
- Podezřavost
- Slyšení hlasů
- Pocit, že je člověk sledovaný

Tyto příznaky mohou být projevem toho, čemu odborníci říkají psychóza. Více než pojmenování je však důležitější to, nakolik tyto příznaky způsobují problémy v každodenním životě.

S výše zmíněnými psychickými obtížemi se někdy v životě potýkají **4 lidé ze 100**, nejde tedy o nic neobvyklého.

Více než polovina lidí se z těchto příznaků zotaví.



Otestujte se anonymně online:
www.vizdom.cz/otestujtese

Kdo tvoří tým včasné intervence?

Tým včasné intervence je vyškolený tým odborníků v různých oblastech péče o duševní zdraví. Tým se specializuje na včasnou pomoc a podporu lidem se začínajícími psychickými obtížemi.

V čem může tým včasné intervence pomoci?

Tým včasné intervence vás může podpořit například v těchto oblastech:

- Překonávání psychických obtíží
- Porozumění příznakům
- Každodenní život (jako je nakupování, doprovod na úřady)
- Zvládání obtíží ve škole
- Hledání či udržení zaměstnání
- Pomoc celé rodině
- Komunikace s praktickým lékařem, odbornými lékaři, atd.
- Zprostředkování kontaktu na další služby – v případě potřeby a po vzájemné domluvě

Tým včasné intervence je tu pro vás.



Jak probíhá kontakt s týmem včasné intervence?

Pokud tým kontaktujete kvůli vlastním potížím:

- 1 Tým se **v telefonickém rozhovoru** (případně v e-mailové komunikaci) doptá blíže na vaše obtíže.
- 2 Tým si s vámi domluví **schůzku na místě, které vám bude vyhovovat** (u vás doma, v kavárně, v sídle týmu,...). V ideálním případě proběhne **schůzka do 7 dní**.
- 3 Tým se s vámi dále setkává podle **plánu**, na kterém se společně domluvíte.

Pokud tým kontaktujete kvůli svému blízkému/pacientovi/studentovi:

- 1 Tým se v **telefonickém rozhovoru** doptá blíže na obtíže vašeho blízkého/studenta/pacienta a prozkoumá s vámi možnosti, jak **domluvit schůzku** s ním/ní a s vámi.
- 2 V ideálním případě proběhne **schůzka do 7 dní**, na místě dle vašeho výběru (například u vás doma, v kavárně, v sídle týmu...).
- 3 Na schůzce se společně domluví **plán**, podle kterého budou probíhat další schůzky.



Čím dříve, tím lépe!