



**„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpečí bránit“**

Bezpečí pro seniory

**Společný projekt Plzeňského kraje
a Krajského ředitelství policie Plzeňského kraje**

**www.bezpecnykraj.cz
www.policie.cz**



„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpeční bránit“

Bezpečí pro seniory

Společný projekt Plzeňského kraje
a Krajského ředitelství policie Plzeňského kraje

www.bezpecnykraj.cz
www.policie.cz



„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpečí bránit“

Bezpečí pro seniory

Společný projekt Plzeňského kraje
a Krajského ředitelství policie Plzeňského kraje

www.bezpecnykraj.cz
www.policie.cz

plzeňský kraj
bezpečný kraj

**BEZ
PEČ
NÝK
RAJ**



„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpeční bránit“

Bezpečí pro seniory

Společný projekt Plzeňského kraje
a Krajského ředitelství policie Plzeňského kraje

www.bezpecnykraj.cz
www.policie.cz

BEZPEČÍ PRO SENIORY – DESATERO

- 1** Peníze, doklady i klíče noste v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně. Berte si vždy tolik peněz, kolik potřebujete. Peněženku uložte vždy na dno tašky nebo kabelky.
- 2** Kabelku nebo tašku neodkládejte nikdy v obchodech na police a nenechávejte je v nákupním košíku. Nikdy jí neodkládejte s oděvem v šatně kina, divadla, restaurace, u lékaře či na úřadech. Vyhněte se návalům mnoha lidí, tlačence nahrává zlodějům.
- 3** Při výběru hotovosti z bankomatu si hlídejte soukromí. Vybírání z bankomatů uvnitř bank či spořitelny je spolehlivější. Nikdy se před nikým nechluďte svými úsporami nebo cennostmi.
- 4** Vyhněte se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům. Snažte se vyhnout čekání na liduprázdné zastávce. V prázdné tramvaji nebo autobusu si seděte co nejbližší k řidiči. Chce-li vám někdo kabelku ukrást, nebraňte se za každou cenu. Zdraví a život jsou cennější než peníze.
- 5** Po chodníku chodte raději dále od vchodových dveří. Při vstupu do domu se pozorně rozhlédněte a nevcházejte tam s někým neznámým. Rovněž ve výtahu nejezděte s někým, koho neznáte. Nepřijímejte doprovod nabízený neznámými lidmi.
- 6** Nedůvěřujte neznámým lidem, nikoho cizího nepouštějte do svého bytu. Nikdy hned neotvírejte dveře, nevíte-li, kdo je za nimi. Pořiďte si panoramatické kukátko.
- 7** Zvoní-li opravář, pracovník úřadu či jiných služeb, tak si nechte předložit jeho služební průkaz, popřípadě zavolejte na úřad, či instituci, na kterou se pracovník odvolává.
- 8** Zamykejte vstupní dveře a zavírejte okna vždy, když byt opouštíte. Venkovní, bytové i balkonové dveře na noc zamykejte, i když jste doma. Když opouštíte byt nebo dům na delší dobu, tak nezatahujte rolety a žaluzie a snažte se udržovat dojem, že jste stále přítomni.
- 9** Kdyby vás někdo přepadl, křičte i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíte. Může vás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc. Pro svojí ochranu můžete použít sprej (deodorant, lak na vlasy nebo slzný plyn), který nosíte v kabelce. Spuštění vašeho osobního alarmu může útočníka vylekat a přimět ho k útěku.
- 10** Udržujte dobré vztahy se sousedy v domě. Jejich pomoc bývá nejrychlejší. Zapamatujte si důležitá telefonní čísla na policii, zdravotníky a hasiče.

Důležité telefonní kontakty:

Jednotné evropské číslo tísňového volání	112
Hasiči	150
Lékařská pohotovost (Záchranná služba)	155
Městská policie	156
Policie ČR	158
Elpida – Linka seniorů	800 200 007
Tísňová linka pro neslyšící, zasilání SMS zpráv	603 111 158

BEZPEČÍ PRO SENIORY – DESATERO

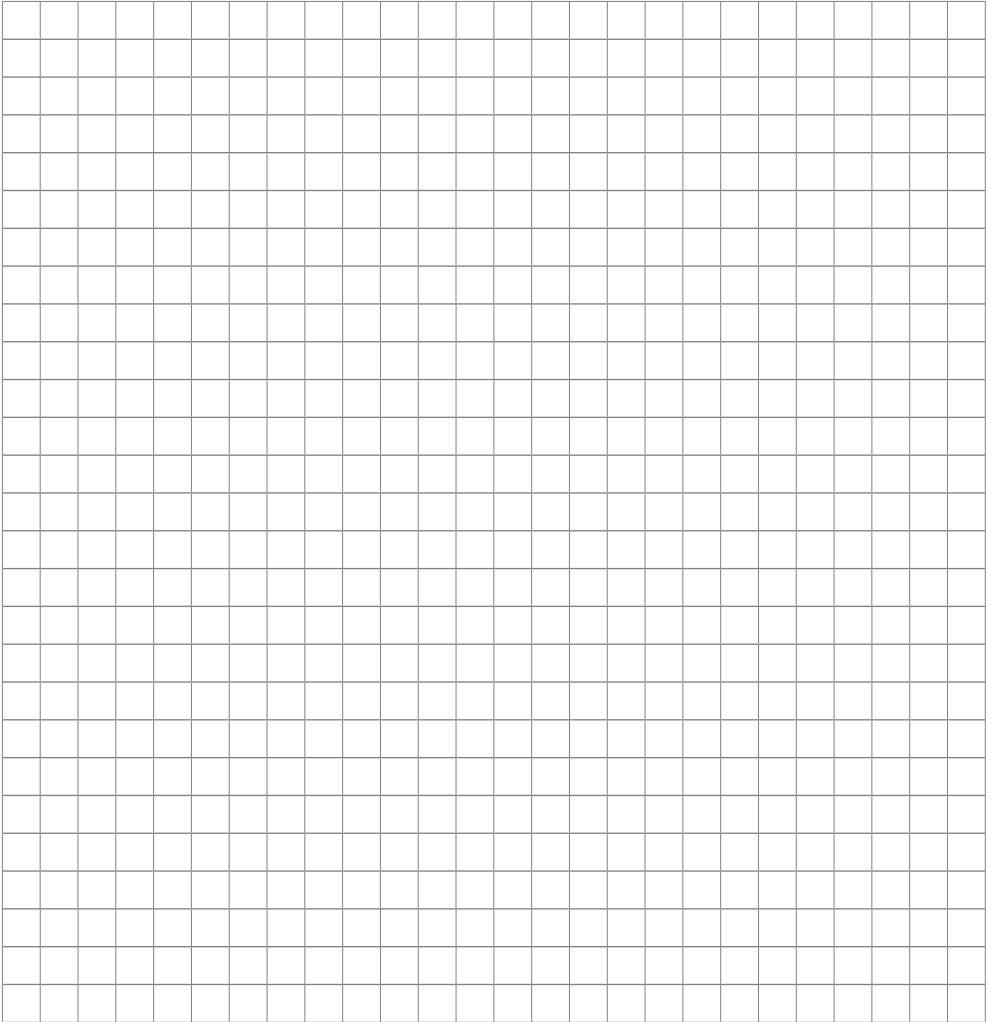
- 1** Peníze, doklady i klíče noste v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně. Berte si vždy tolik peněz, kolik potřebujete. Peněženku uložte vždy na dno tašky nebo kabelky.
- 2** Kabelku nebo tašku neodkládejte nikdy v obchodech na police a nenechávejte je v nákupním košíku. Nikdy jí neodkládejte s oděvem v šatně kina, divadla, restaurace, u lékaře či na úřadech. Vyhněte se návalům mnoha lidí, tlačence nahrává zlodějům.
- 3** Při výběru hotovosti z bankomatu si hlídejte soukromí. Vybírání z bankomatů uvnitř bank či spořitelny je spolehlivější. Nikdy se před nikým nechluďte svými úsporami nebo cennostmi.
- 4** Vyhněte se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům. Snažte se vyhnout čekání na liduprázdné zastávce. V prázdné tramvaji nebo autobusu si seděte co nejbližší k řidiči. Chce-li vám někdo kabelku ukrást, nebraňte se za každou cenu. Zdraví a život jsou cennější než peníze.
- 5** Po chodníku chodte raději dále od vchodových dveří. Při vstupu do domu se pozorně rozhlédněte a nevcházejte tam s někým neznámým. Rovněž ve výtahu nejezděte s někým, koho neznáte. Nepřijímejte doprovod nabízený neznámými lidmi.
- 6** Nedůvěřujte neznámým lidem, nikoho cizího nepouštějte do svého bytu. Nikdy hned neotvírejte dveře, nevíte-li, kdo je za nimi. Pořiďte si panoramatické kukátko.
- 7** Zvoní-li opravář, pracovník úřadu či jiných služeb, tak si nechte předložit jeho služební průkaz, popřípadě zavolejte na úřad, či instituci, na kterou se pracovník odvolává.
- 8** Zamykejte vstupní dveře a zavírejte okna vždy, když byt opouštíte. Venkovní, bytové i balkonové dveře na noc zamykejte, i když jste doma. Když opouštíte byt nebo dům na delší dobu, tak nezatahujte rolety a žaluzie a snažte se udržovat dojem, že jste stále přítomni.
- 9** Kdyby vás někdo přepadl, křičte i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíte. Může vás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc. Pro svojí ochranu můžete použít sprej (deodorant, lak na vlasy nebo slzný plyn), který nosíte v kabelce. Spuštění vašeho osobního alarmu může útočnicka vylekat a přimět ho k útěku.
- 10** Udržujte dobré vztahy se sousedy v domě. Jejich pomoc bývá nejrychlejší. Zapamatujte si důležitá telefonní čísla na policii, zdravotníky a hasiče.

Důležité telefonní kontakty:

Jednotné evropské číslo tísňového volání	112
Hasiči	150
Lékařská pohotovost (Záchranná služba)	155
Městská policie	156
Policie ČR	158
Elpida – Linka seniorů	800 200 007
Tísňová linka pro neslyšící, zasilání SMS zpráv	603 111 158

„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpečí bránit“

Bezpečí pro seniory



www.bezpecnykraj.cz
www.policie.cz



„Když víte, co Vás může ohrozit,
máte větší šanci se nebezpečí bránit“

Bezpečí pro seniory

