

# Na co myslet před odjezdem dítěte na tábor nebo soustředění, aby bylo v bezpečí?

Tábory, soustředění a další aktivity mohou být pro děti důležitým a obohacujícím zážitkem. Pomáhá, když děti ví, co dělat, když se necítí dobře, bezpečně nebo když se děje něco, co není v pořádku.

## Základem prevence je mluvit s dětmi o tom...

jak poznat chování, které není v pořádku,

že mohou říct, když je jim něco nepříjemné,

na koho se obrátit pro pomoc,

a že se mohou svěřit i tehdy, když si nejsou jisté.

**Tím pomáháme předcházet rizikovým situacím a chránit děti před všemi formami násilí.**

*Mluvme s dětmi o tom, jak chránit své hranice, jak si říct o pomoc a že na těžké věci nemají být samy.*

## Na co se ptát pořadatelů

Na koho se může naše dítě obrátit, když ho bude něco trápit nebo bude potřebovat pomoc?

Jak postupujete při informování o úrazu nebo jiné závažné situaci?

Je něco, co byste o našem dítěti potřebovali vědět, abyste ho mohli co nejlépe podpořit?

Jak mohou děti během pobytu kontaktovat rodiče?  
A pokud jde o tábor bez mobilů – jak se s vámi můžeme spojit, pokud budeme potřebovat?

V jakých podmínkách se děti převlékají a sprchují?  
Co když některé dítě potřebuje více soukromí?

Užitečným vodítkem při výběru tábora jsou také reference a zkušenosti lidí, kteří tábor znají.

Jak postupujete, když se dítě necítí bezpečně nebo se vám svěří, že se děje něco, co není v pořádku?

Jak řešíte nevhodné chování mezi dětmi?  
Jak pracujete s atmosférou a vztahy ve skupině?



## Co probrat s **dětmi** před odjezdem

Na táboře se máš cítit **bezpečně**. Dospělí ani jiné děti by ti neměli:

ubližovat – nejen na těle, ale i slovy (třeba ti nadávat nebo se ti posmívat).

říkat:  
„Nikomu to neříkej.“  
nebo „Tohle musí zůstat jen mezi námi.“ a ty se kvůli tomu bojíš, máš z toho špatný pocit nebo tě to trápí.

nutit tě do doteků, nebo do blízkosti, která je ti nepříjemná (například když tě někdo drží, i když chceš odejít).

### Když se něco takového stane, můžeš:

- říct „ne“ nebo „dost“ a odejít,
- přivolat pomoc,
- jít na táboře za dospělým (vedoucím, zdravotníkem), kterému věříš – třeba i společně s kamarádem,
- říct to někomu dospělému, komu věříš (rodičům, učiteli/učitelce...) – i po skončení tábora.

Na táboře jsou pravidla a někdy je potřeba dělat věci, které nás nebaví. Když je ti ale nějaká aktivita nebo kontakt s někým **nepříjemný** nebo z něj máš **strach**, je v pořádku o tom mluvit a hledat jiné řešení.

Pokud by se dělo něco, z čeho budeš mít špatný pocit, je **důležité o tom někomu říct**.

Děti v nepříjemných situacích někdy nereagují hned, neumí popsat, co se stalo, nebo si nejsou jisté, jestli neudělaly něco špatně.

Někdy stačí obyčejná věta:  
„Je všechno v pořádku?“  
nebo „Zajímá mě, jak ses měl/a.“

Pomáhá zajímat se o to, jak se cítí i později, nejen bezprostředně po návratu.

Právě vztah, ve kterém dítě ví, že za námi může přijít, když se něco děje, je jednou z nejdůležitějších součástí prevence násilí.

Je všechno v pořádku?

