



nzdm_erko

KONTAKT

Adresa: Žižkova 108, Jihlava, 586 01
Vedoucí zařízení: Bc. Kristýna Haalová
Email: kristyna.haalova@jihlava.charita.cz
Telefon: 734 765 748

OTEVÍRACÍ DOBA KLUBU

PO-ČT 12:00-17:00

PÁ 12:00-16:00

Prázdninová otevírací doba

PO-PÁ 10:00-15:00

TERÉN

Terénní telefon: 734 435 156

ÚT a ČT 13:00-17:00

PÁ 14:00-16:00

Terén o prázdninách

ÚT, ČT 11:00-15:00

PÁ 13:00-15:00



nzdm_erko



Erko Jihlava



Kraj **Vysocina**



nzdm_erko

NZDM Erko Jihlava

ERKO

šesté vydání

2024



Erko Jihlava

Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež



**Oblastní charita
Jihlava**





nzdm_erko

Ahoj,
vítáme Tě u šestého
vydání časopisu Erko.



Co se v tomto vydání můžeš dočíst?

Co bys měl/a vědět o Erku?	3
Otázky a odpovědi	4
Komiks	6
Netolismus	8
Jak poznáš toxický vztah?	9
Zábava	10
Co nás na Erku čeká?.....	11



nzdm_erko

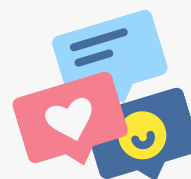


Co nás na Erku čeká?

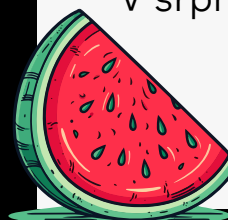
Červen na téma brigád a zodpovědného
zacházení s penězi.



Červenec ve znamení online prostředí.
Taky nás můžeš potkat na VYSOČINA FESTU,
kde budeme mít stánek.



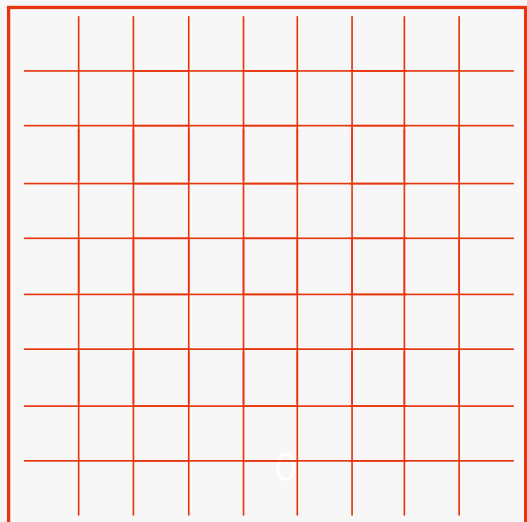
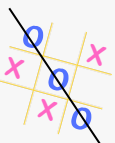
V srpnu budou na Erku probíhat challenge.
Přijď a zapoj se taky.





nzdm_erko

Vyzvi někoho na souboj v piškvorkách



Vybarvi



HA
HA
HA

Zasměj se

Pepíček: „Pančelko, můžu být potrestaný za něco, co jsem neudělal?“

Paní učitelka: „Ne, Pepíčku.“

Pepíček: „Tak já hlásím, že jsem neudělal domácí úkol.“



nzdm_erko

Nízkoprahové zařízení Erko je tu pro děti a mladé lidi od 6 do 26 let. Najdeš nás na Žižkově ulici 108 v Jihlavě. A co bys o nás měl/a vědět?

Co vlastně jsme? Jsme místo (takové „safe space“). To znamená, že se k tobě chováme [s respektem](#), [nesoudíme](#), [nekritizujeme](#). Bereme každý tvůj názor. Společně tvoříme [bezpečné místo](#). Bavit se u nás můžeš o všem, o čem budeš chtít. V čem ti můžeme pomoci: řešíš nějaké věci, které se týkají tvého života? Nevíš si rady s kamarádem/kamarádkou, v partě s holkou/klukem, ve škole, v práci? Někdy to prostě není úplně v pohodě a člověk toho má v hlavě hodně. To hezké, ale i to špatné. S pracovníky se o všem tomhle, ale i o jiných věcech můžeš bavit narovinu a [anonymně](#), (tvému okolí o tvých věcech nic neříkáme). Spolu pak hledáme řešení, co by se s tvou situací dalo dělat. Nevíš co s volným časem? Nudíš se? U nás najdeš tělocvičnu, hernu, venkovní hřiště, výtvarku, hudobnu, PC, X-box. Otevřeno pro tebe máme [od pondělí do pátku](#). „Nízkoprah“ taky znamená, že [jsme zadarmo](#) a pro všechny. Když k nám přijdeš, stačí nám jen tvé [křestní jméno](#) (klidně i [přezdívka](#)) a věk.

Potkat se s námi můžeš i [venku](#), [v terénu](#) (v ulicích Jihlavy, v parcích, na skateparku...). Pracovníci chodí ven vždy [v úterý, čtvrtek a pátek](#). Pro někoho je pokec venku lepší (třeba se ti zrovna nebude chtít jít na klub nebo se venku cítíš líp). Venku si můžeme domluvit i schůzku a někdy tě i doprovodit (úřad, pohovor v práci, kroužek..).

#erkojemesafespace





nzdm_erko



Kolik se vejde na
klub klientů?

Na klub se vejde 49
klientů.

Vzniklo v roce 1995
jako Romské
centrum Erko.
Od roku 2007 jako
sociální služba NZDM
Erko.



Jak dlouho
funguje
Erko?



Kolik místností
má Erko?

Erko má 11
místností z toho 8
místností mohou
využívat klienti.



nzdm_erko

Znaky toxického vztahu

Toxický → nefunkční

Vztah, který je plný negativních emocí, konfliktů a škodlivého chování. Vztah, který není zdravý a má negativní dopad na jednoho nebo oba partnery.

Žárlení

Psychické ubližování

Kontrola

Izolace

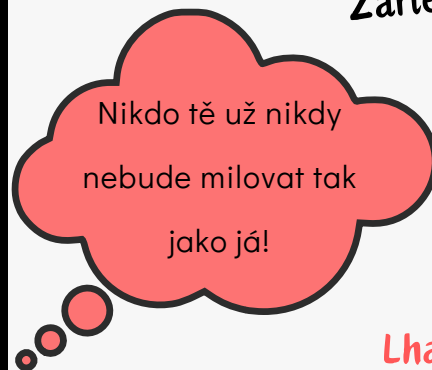
Fyzické ubližování

Závislost

Lhaní

Manipulace

Obviňování



Měla bys být vděčná
za všechno, co pro
tebe dělám.





nzdm_erko

Závislost na mobilu aneb NETOLISMUS



Víš o tom, že existuje závislost na mobilu, internetu a sociálních sítích? Říká se tomu NETOLISMUS.

Mladí lidé jsou často závislí na mobilu, online hrách nebo na sociálních sítích jako je např. TikTok, Instagram, Snapchat, Facebook nebo YouTube.



Závislost můžeš poznat takto:

Zapomínáš na čas, když jsi na mobilu
Chodíš pozdě spát, protože koukáš do mobilu
Zapomínáš jíst, protože na to nemáš kvůli mobilu čas
Jsi nervózní, když nemůžeš být na mobilu
Zhoršily se ti známky, protože svůj čas věnuješ mobilu
Ztrácíš kamarády kvůli tomu, že jsi moc na mobilu

Případ netolismu, který skončil smrtí

Muž z Jižní Korey zkolaboval po 50 hodinách hraní online hry vyčerpáním a po převozu do nemocnice zemřel na srdeční selhání.



nzdm_erko

Ano, dohromady
máme 10 zvířátek.

Mají pracovníci
zvířátka?

Kolik pracovníků
je na Erku?

Na Erku pracuje
6 pracovníc.
Kristý, Agáta,
Kristý, Barča,
Terka, Domča

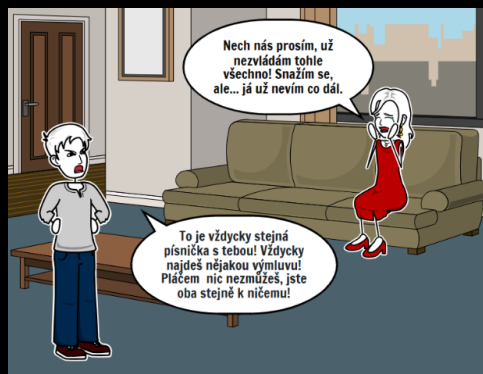
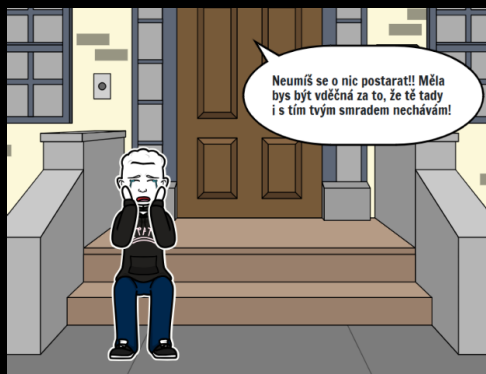
Procházky, běh,
poslech hudby,
stolní fotbálek,
kresba, jóga, box.

Jak pracovnice
relaxují?





nzdm_erko



nzdm_erko

