



RADY A DOPORUČENÍ PRO SENIORY:

- ✓ **Kabelku, tašku, batoh či jiné příruční zavazadlo** mějte VŽDY pod neustálým dohledem a ve své těsné blízkosti. Nenechávejte tato zavazadla volně ležet v nákupních koších.
- ✓ **Peníze, doklady, klíče a cennosti** mějte v příručním zavazadle VŽDY pečlivě uzavřené! Jezdec zapnutého zipu noste vpředu.
- ✓ **Mobilní telefon** noste VŽDY při ruce, ideálně v zapnuté kapse kabátu či bundy tak, abyste jej v případě nouze měli okamžitě k dispozici.
- ✓ **Telefonní čísla svých blízkých** si napište na papírky a rozmístěte na více různých míst – do kabelky, peněženky, do kapes, apod.
- ✓ V kapse kabátu či bundy noste **osobní alarm** či **pepřový sprej**.
- ✓ **Při výběru finanční hotovosti z bankomatu** si hlídejte své soukromí a volte raději bankomaty uvnitř poboček bank či spořitelen. V případě nutnosti výběru z bankomatu na ulici požádejte někoho blízkého o doprovod.
- ✓ **Nikdy neplaťte žádné zálohy předem.** Veškeré vyšší výdaje VŽDY konzultujte s někým blízkým, komu můžete důvěřovat.
- ✓ **Vyhýbejte se odlehlým, nefrekventovaným a neosvětleným ulicím** – pro pohyb venku volte raději místa s vyšší koncentrací osob.
- ✓ **Nedůvěřujte cizím lidem!** Nenechte se od nich doprovázet a nepřijímejte od nich ani jakoukoliv nabídnutou pomoc.
- ✓ **Nepouštějte nikoho cizího do bytu.** V případě policie, městské policie či pracovníků ZČE, CHVaK, RWE, apod. si nechte od osoby VŽDY předložit **služební průkaz**.