

# Karanténa ti leze na mozek? Zůstaň nad vlivem.



Možná ti ze začátku karantény přišlo super, že můžeš chodit spát pozdě, vyspávat do oběda a dnem se jen tak proflákat s mobilem v ruce. S postupem času se však možná začínáš nudit, flákat učení a častěji si lézt na nervy s okolím. Nebo hůř, experimentovat s věcmi, které jsou na hraně.

## Jsme tu pro tebe

Na situace, kdy máš pocit, že ti vše přerůstá přes hlavu, nejsi sám. Mrkni na web [www.zustannadvlivem.cz](http://www.zustannadvlivem.cz) nebo nás začni sledovat na sociálních sítích. Jsme komunita, která drží při sobě a pomůžeme ti blbé období překonat.

## Pár našich zásad

- Respektujeme, že máš vlastní hlavu
- Nesnažíme se tě změnit, rozhodnout se musíš sám/a
- Sdílíme s tebou fakta, inspiraci i příběhy
- Rádi si vyslechneme, co tě trápí
- Dokážeme tě nasměrovat, když potřebuješ pomoc

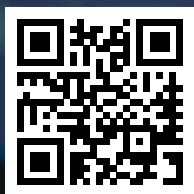
## Něco o nás

Dospíváš ve světě plném nečekaných změn a různých vlivů. Jsi originál, ale možná ses někdy ocitl/a v situaci, kdy bylo těžké zůstat sám sebou nebo říct ne. Zůstaň nad vlivem je online **rozcestníkem pro chvíle**, kdy se potřebuješ v životě rozhodnout.

Vyvracíme mýty a sdílíme fakta o závislostech. Zakládáme si na tom, že s tebou vždy mluvíme otevřeně a na rovinu. Pokud máš problém, rádi tě nasměrujeme na lidi, kteří ti dokážou pomoci.



#ZUSTANNADVLIVEM



@zustannadvlivem



@zustan\_nad\_vlivem



[www.zustannadvlivem.cz](http://www.zustannadvlivem.cz)