

Zpravodaj prevence rizikového chování pro školy a školská zařízení

System výkaznictví preventivních aktivit

3/2017

Aktuality

Žákovská soutěž a soutěž škol v rámci projektu Kraje pro bezpečný internet (KPBI) končí 31.10.2017!

S počtem cca 1 800 úspěšných řešitelů žákovské soutěže KPBI je Královéhradecký kraj na krásném 4. místě v pořadí krajů, ale ještě má stále šanci v soutěži zaměřené na kybernetickou bezpečnost zabodovat. Je potěšující, že školy i jednotliví žáci mají zvýšený zájem o tuto soutěž. Špatných zkušeností spojených s kyberšikanou, sextingem aj. mezi veřejností přibývá. Prevenci je zapotřebí věnovat pozornost.

Žáci soutěží o hodnotné ceny od společnosti Microsoft, s.r.o., GORDIC a NIC.cz. Po prostudování e-learningových lekcí a registraci se lze do soutěže přihlásit přes odkaz <https://elearning.ecrime.cz/course/view.php?id=2>.

I v letošním roce vyhlásil Královéhradecký kraj soutěž škol o finanční dar. Školy s nejvyšším počtem úspěšných řešitelů žákovské soutěže (v přepočtu na počet žáků ve škole) mají šanci získat až desítky tisíc Kč.

Soutěž probíhá ve dvou věkových kategoriích. Pro úspěšné řešitele žákovského kvízu je i letos připraven **Kvíz Plus**. Slavnostní ocenění vítězů soutěží proběhne na konci roku 2017, termín bude upřesněn a vítězové včas informováni.

E-learningové kurzy jsou připraveny jak pro pedagogy, tak rodiče, sociální pracovníky. V současné době popularitu získávají videospoty pro seniory. Info o projektu naleznete i na Facebooku a na www.kpbi.cz

Odbor školství Krajského úřadu Královéhradeckého kraje každoročně vyzývá školy k vyplňování dotazníku mapujícího situaci v oblasti prevence rizikového chování za uplynulý školní rok. Každoročně musí být vyhodnocován preventivní program školy (PPŠ). System výkaznictví je nástrojem k jeho usnadnění.

Poprvé královéhradecké školy začaly ve šk. roce 2015/2016 vyplňovat System výkaznictví preventivních aktivit poprvé a tento system se osvědčil, rádi bychom v tomto nadále pokračovali, aby získal větší přehled o situaci v oblasti primární prevence ve školách.

Na základě připomínek ŠMP k vyplňování formuláře je pro šk. rok umožněno nevyplnění části 4 – nespecifická prevence. Výkaz lze vyplňovat průběžně během školního roku. (Protože již některé školy měly údaje za šk. rok 2016/2017 ke konci šk. roku vyplněny, nemohly být zapracovány změny v dotazníku, úprava textu formuláře dotazníku proběhne od současného šk. roku, tj. 2017/2018).

Dotazníkové šetření je nezbytné pro vypracování vyhodnocení PPŠ, dále Vyhodnocení Koncepce školské primární prevence rizikového chování dětí a mládeže Královéhradeckého kraje. **Termín vyplnění dotazníku za šk. rok 2016/2017 je do konce ledna 2018.**

System výkaznictví vznikl v rámci projektu VYNSPI II, zřizován je NÚV pod záštitou MŠMT. Výkaz naleznete na <https://elearning.ecrime.cz/course/view.php?id=2>. **Ke konzultaci případných nejasností se obraťte shodně jako vloni na metodiky prevence při PPP a SPC Královéhradeckého kraje v jednotlivých okresech. Děkujeme za jeho vyplnění.**

Autor: Dita Kosová

Strategie zvládnání školní neúspěšnosti

Vyhláška č. 197/2016, kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a šk. poradenských zařízeních v § 7 odst. 3 uvádí, že "škola zpracovává a uskutečňuje program poradenských služeb ve škole, ..., preventivní program školy včetně strategie předcházení školní neúspěšnosti, šikaně a dalším projevům rizikového chování."

Strategie předcházení školní neúspěšnosti nemá svůj stanovený vzor. Je to živý dokument, který si vypracovává každá škola sobě a svým žákům "na míru".

Domníváme se, že Strategie předcházení školní neúspěšnosti, šikaně a dalším projevům rizikového chování by měla vycházet z kontinuální všímavosti ohledně individuálních potřeb žáků a to nejen z hlediska jejich vzdělávání, ale i sociálně psychologických potřeb.

Pro tvorbu "Strategie" budou, v případě zájmu, metodici prevence v PPP KHK nabízet mimořádné setkání ŠMP, případně dalších členů školního poradenského pracoviště (VP, školní psychol. školní speciální pedagog), kde bude možné společně diskutovat, jak lze "Strategii" vytvářet.

ČŠI zveřejnila článek o tom, z čeho bude vycházet při hodnocení škol pro ten který školní rok, vycházející z přijatých Kriteérií a indikátorů kvalitní školy <http://www.csicr.cz/>, ze kterých by se i při tvorbě strategie mělo vycházet.

Autorky: Mgr. Jitka Musilová, Mgr. Jana Kaplanová – metodičky prevence PPP a SPC KHK

Odbor školství

Krajský úřad Královéhradeckého kraje
Pivovarské náměstí 1245/2, 500 03 Hradec Králové

Vzdělávání žáků cizinců

1) **Adresář základních škol Královéhradeckého kraje zřizujících třídy pro jazykovou přípravu dle § 10 odst. 1 vyhlášky č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky je zveřejněn na webu KHK - <http://www.kr-kralovehradecky.cz/>.** Na tyto školy vytipované krajem by se měli žáci cizinci v první řadě obracet.

2) V současné době je vyhlášen **Rozvojový program MŠMT - Podpora vzdělávání cizinců ve školách pro období od 1. 1. 2018 do 31. 12. 2018.** Má tři moduly:

A) Bezplatná výuka přizpůsobená potřebám dětí a žáků – cizinců z třetích zemí

B) Zajištění podmínek vzdělávání nezletilých azylantů, osob požívajících doplňkové ochrany, žadatelů o udělení mezinárodní ochrany na území ČR a dětí, žáků - cizinců umístěných v zařízení pro zajištění cizinců

C) Zajištění bezplatné přípravy k začlenění do vzdělávání dětí a žáků osob se státní příslušností jiného členského státu Evropské unie.

Termín pro podání žádostí je již 23.10.2017! Bližší informace Vám podá Mgr. Jan Dvořák, odbor školství KÚ KHK, tel. 495 817 372. Podmínky programu jsou zveřejněny na <http://rozvojovy-program-msmt>.

Autor: Dita Kosová

Zpravodaj prevence rizikového chování pro školy a školská zařízení

3/2017

Aktuality

NABÍDKA SPECIALIZAČNÍCH STUDIÍ PRO ŠMP V KHK

Získání způsobilosti k výkonu specializovaných činností v oblasti prevence sociálně patologických jevů je dáno zákonem o pedagogických pracovnících č. 563/2004 Sb. a § 9 c) vyhlášky č. 317/2005 Sb., o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků. Studium obsahuje teoretické i praktické části, ukončuje se závěrečnou zkouškou.

Semiramis, z.ú.

Otevírá akreditovaný kurz v rozsahu 300 h od 18.1.2018 do 15.6.2019 na Malé Skále za 22 000 Kč. Vzdělávání bude probíhat ve čtvrtek a v pátek cca jednou měsíčně. Více informací na <http://www.os-semiramis.cz/specializacni-studium-pro-sm-p/>. Centrum vzdělávacích aktivit nabízí i další vzdělávací kurzy <http://centrum-vzdelavacich-aktivit/>.

Školské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královéhradeckého kraje (ŠZ DVPP)

Studium k výkonu specializovaných činností - prevence sociálně patologických jevů/1. semestr bude v rozsahu 250 h nabízen také ŠZ DVPP KHK. Kurz bude docházkový, probíhat bude v Hradci Králové. Také zahrnuje praxi. Kurz bude nabízen prostřednictvím katalogu <http://www.cvkhk.cz/> na II. pol. 2017/2018. Začínat bude 22. března 2018 za příspěvku kraje.

Autor: Dita Kosová

2/4

NABÍDKY VZDĚLÁVÁNÍ v oblasti primární prevence rizikového chování

ODBOR ŠKOLSTVÍ KRAJSKÉHO ÚŘADU KRÁLOVÉHRADECKÉHO KRAJE nabízí do konce roku 2017 celou škálu akreditovaných bezplatných seminářů v sídle úřadu v Hradci Králové.

Workshop – seminář k preventivnímu filmu JAKUB

Dne 31. 10. 2017 se uskuteční odborný seminář zaměřený na problematiku domácího násilí. Toto citlivé téma po zhlédnutí filmu pomohou rozebrat odborníci nejen z řad OSPOD, PČR, Intervenčního centra, Rosa, o.s. za účasti režiséra filmu, p. Davida Vignera. V naší společnosti je velké procento osob, které se setkalo s fyzickým, psychickým či sexuálním násilím...

Více informací o republikovém projektu na <http://www.filmjakub.cz/uvod>, přihlášky pomocí <http://www.filmjakub.cz/prevence/rezervace>.



WORKSHOP PRO PEDAGOGY

JAKUB
Preventivní film na téma domácí násilí

Filmový příběh zobrazuje intimní pohled do rodiny patnáctiletého Jakuba, která je poznamenána direktivním řízením jeho nevlastního otce. Otcův násilný přístup postupně přeroste v psychické i fyzické týrání. Dojde tak k vnitřnímu rozpadu rodiny. Kam až situace musí zajít, aby si toho všimlo i okolí?

Režie: David Vigner

CÍLE WORKSHOPU

- ✓ Seznámit pedagogy s problematikou domácího násilí.
- ✓ Dodat pedagogům odhady pro řešení závažného tématu se žáky.
- ✓ Předvést pedagogům názornou ukázkou práce s filmem *Jakub* ve školní výuce.
- ✓ Informovat o platné legislativě týkající se domácího násilí.
- ✓ Setkání pedagogů s předními odborníky na problematiku domácího násilí.

PODZIM 2017
Rezervace pedagogů od 18. září 2017 na www.filmjakub.cz

Odbor školství

Krajský úřad Královéhradeckého kraje
Pivovarské náměstí 1245/2, 500 03 Hradec Králové

Dvoudenní seminář **Vedení rozhovoru s dětmi a dospívajícími 7.-8.11.2017** je již obsazen. Lektorky jsou z Mansio, v.o.s., Brno. Informace o účasti na semináři bude zájemcům zaslána do 25.10.2017. Nabídka je zveřejněna na <http://vedeni-rozhovoru-s-detmi-a-dospivajicimi>.

Unplugged – metodika primární prevence cílená na žáky II. st. ZŠ

Dvoudenní seminář se uskuteční ve dnech **9.11. a 20.11.2017**. Metodika Unplugged má 12 lekcí věnovaných nejen prevenci užívání návykových látek, ale též rozvoji intrapersonálních a interpersonálních životních dovedností. Výhodou je dlouhodobá práce se žáky na základě osvědčené akreditované metodiky. PhDr. L. Skácelová prostřednictvím Kliniky adiktologie 1. LF UK Praha Vám ve 2 dnech přiblíží práci s metodikou. Na jaře 2018 je plánováno 1 denní supervizní setkání. Účastníci obdrží metodiky zdarma. Přihlášky do **27.10.2017** na dkosova@kr-kralovehradecky.cz. Kurz je vhodný pro pedagogy, ŠMP a výchovné poradce. Více na <http://nabidka-metodiky-unplugged>.

Dvoudenní kurz o sociokulturních specifikách romských žáků

Uskuteční se **24.11. a 29.11.2017**, určen je pedagogům, pracovníkům PPP, pracovníkům v sociálních službách. Zaměřený je na sociokulturní specifika romských žáků. Přihlášky do 16.11.2017 zašlete na adam@r-mosty.cz. Více na <http://kurz-o-sociokulturnich-specifikach-romskych-zaku>. Volných je 10 míst.

Seminář k prevenci užívání tabáku, marihuany a alkoholu dne 14.12.2017

lektorovaný Jules a Jim, z.s. a Českou koalici proti tabáku je již obsazen. Více o semináři na <http://seminar-k-prevenci-uzivani-tabaku--marihuany-a-alkoholu>. Dne 15.12.2017 bude obdobný seminář nabídnut nelékařským odborníkům.

Nabídky jsou též zveřejněny na <http://www.kr-kralovehradecky.cz/scripts/detail.php?pgid=155>. Možnost parkování 15 Kč za započatou hod. v prostorách parkovacího domu KÚ KHK, nejbližší MHD: Adalbertinum, Zimní stadion. Zasedací místnosti budou na krajském úřadě značeny. Těšíme se na Vaši účast.

Autor: Dita Kosová

Zpravodaj prevence rizikového chování pro školy a školská zařízení

3/2017

Aktuality

MOŽNOST ČERPÁNÍ PROSTŘEDKŮ PRO- STŘEDNICTVÍM ŠABLON ESF

MŠMT zveřejnilo na svých webových stránkách informace k možnosti čerpání prostředků prostřednictvím šablon ESF na vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti primární prevence rizikového chování.

Termín výzvy: únor 2018

Název: Šablony II – pro pedagogy ZŠ

Název: Šablony pro SŠ a VOŠ – pro pedagogy SŠ

Semináře pro žadatele budou známy po vyhlášení výzvy na webu MŠMT. Podrobné informace o jednotlivých aktivitách budou uvedeny v příl. 3 výzvy.

V rozsahu max. 80 h bude možné zařadit do žádosti i specializační studium pro ŠMP.

Výzva bude otevřena do dubna 2019. Projekty budou trvat 24 měsíců.

Výzvy se budou lišit větší finančního max. plnění.

První informace o plánovaných výzvách je zveřejněna v článku zveřejněném na webu MŠMT - <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/cerpani-prostredku-prostrednictvim-sablon-esf>.

Autor: Dita Kosová

NABÍDKY VZDĚLÁVÁNÍ v oblasti primární prevence rizikového chování

ŠKOLSKÉ ZAŘÍZENÍ PRO DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ KHK nabízí níže uvedené semináře v rámci krajského projektu Podpora pedagogů Královéhradeckého kraje v oblasti rozvoje příznivého školského klimatu. Akce proběhnou na různých pracovištích SZ DVPP do konce roku 2017. Uzávěrka přihlášek je max. týden před termínem akce!

Komunikace podporující příznivé klima ve školském prostředí – 2. 11. 2017 – lektor: Ing. Mgr. Marie Nováková – pracoviště Trutnov. Bez poplatku. <http://www.cvkhk.cz/cvis/detail.php?kurz=1481196111&ret=01&from=/cvis/index.php&skrok=2017&polo=1>

Školní klima – 21.11.2017 – lektor prof. PhDr. Helena Grecmanová, Ph.D. – pracoviště Náchod. Bez poplatku. <http://www.cvkhk.cz/cvis/detail.php?kurz=1491314109&ret=01&from=/cvis/index.php&skrok=2017&polo=1>

Řešení konfliktů vztahů ve třídě – 22.11.2017 – lektor: Mgr. Martina Kekulová – pracoviště Trutnov. Bez poplatku. <http://www.cvkhk.cz/cvis/detail.php?kurz=1495172781&ret=01&from=/cvis/index.php&skrok=2017&polo=1>

Jak se do našich škol dostal Mount Everest? – 8.12.2017 – lektor: PhDr. Marek Herman – pracoviště Hradec Králové. Poplatek 400 Kč. <http://www.cvkhk.cz/cvis/detail.php>

NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ – PRAHA 9 - sekce Metodická podpora – rizikové chování a ústavní výchova

V nabídce figurují např. tyto kazuistické semináře:

- **Inkluze v reálném životě školy** – 14.12.2017, cena 1 100 Kč
- **Jak budovat bezpečné pozitivní sociální klima** – 1.11.2017, cena 1 300 Kč.
- **Motivační rozhovory** – 29.11.2017, cena 6 500 Kč
- **Práce s pravidly třídy a Individuálním výchovným programem** – 31.10.2017, cena 1 400 Kč
- **Preventivní program školy** – 14.11.2017, cena 900 Kč
- V nabídce jsou kazuistické semináře pro metodiky prevence při PPP.

Odbor školství

Krajský úřad Královéhradeckého kraje
Pivovarské náměstí 1245/2, 500 03 Hradec Králové

Termín přihlášek je zhruba měsíc před konáním akce. Bližší informace i o dalších nabídkách naleznete na <https://-metodicka-podpora-rizikove-chovani-a-ustavni-vychova>.

NÁRODNÍ INSTITUT PRO DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ – HRADEC KRÁLOVÉ

První pomoc při školní šikaně a kyberšikaně

Dvoudenní akreditovaný bezplatný seminář proběhne 6. a 14. listopadu 2017. Zaměří se na problematiku šikany mezi žáky a na šikanu žáků vůči učitelům. Metodické postupy v řešení obtížných situací se naučí účastníci aplikovat ve školní praxi. První část je zaměřena zejména na diferenciální diagnostiku, na praxi v poznávání jednotlivých stadií a rozpoznání forem šikany.

V druhé části je probírána metodika první pomoci, osvětlena klasifikace šesti scénářů a hlavní pozornost je věnována nácvikům: a) Jedenácti kroků při řešení obvyklé počáteční šikany. Uvedená metoda patří do skupiny scénářů, které zvládne škola sama. Jde o základní přístup, jehož zvládnutí umožní pedagogům razantně a bezpečně zastavit většinu typů šikany. Současně jeho zvládnutí napomůže porozumět dalším variantám první pomoci. b) Krizového scénáře pro výbuch skupinového násilí. Základní kroky musí škola umět udělat sama, protože oběť je bezprostředně ohrožena na zdraví a později je většinou nemožné případ vyšetřit.

Lektor: Mgr. Jiří Malý

On-line přihlášení na tento seminář je zveřejněn na http://www.nidv.cz/aplikace/prihlasovani/kurzy_prihlasit.php?id_kurzu=56795&operace=detail

Další nabízené semináře lze nalézt na <http://www.nidv.cz/cs/programova-nabidka/prihlaseni-do-vzdelavacihoprogramu.ep/>.

DOTAČNÍ PROGRAM VYHLAŠOVANÝ KRÁLOVÉHRADECKÝM KRAJEM

Královéhradecký kraj připravuje od 2.1.2018 vyhlášení dotačního programu pro oblast prevence. Podmínky budou zveřejněny na <http://www.kr-kralovehradecky.cz/scripts/detail.php?pgid=1890>.

MIMOŘÁDNÉ ÚČELOVÉ PŘÍSPĚVKY PRO ŠKOLSKÉ PŘÍSPĚVKOVÉ ORGANIZACE ZŘIZOVANÉ KRÁLOVÉHRADECKÝM KRAJEM

Pro r. 2017 musí podpořené organizace zaslat zhodnocení využití účelové poskytnutých příspěvků dle pokynů uvedených na stránkách KHK <http://www.kr-kralovehradecky.cz/cz/krajsky-urad/skolstvi/ke-stazeni/zhodnoceni-vyuziti-ucelove-poskytnutych-prispevku-v-roce-2017-102877/> v termínu do 30.11.2017 na adresu jdvorak@kr-kralovehradecky.cz. Podmínky pro r. 2018 budou zveřejněny.

Autor: Dita Kosová

Zpravodaj prevence rizikového chování pro školy a školská zařízení

3/2017

Aktuality

Informace z Asociace Záchranný kruh

V sekci PRO ŠKOLY je výběr z mnoha kvalitních, atraktivních a zábavných vzdělávacích materiálů a pomůcek z oblastí rizik a mimořádných událostí uplatnitelných v pedagogické praxi. Více na <http://www.zachranny-kruh.cz/>.

První pomoc opravdu zážitkem v téměř reálných podmínkách můžete učít pomocí nové aplikace ZÁCHRANKA. Umožňuje simulovat volání na tísňovou linku při simulovaných situacích. Aplikaci podporují mobilní telefony se systémem Android. Více informací najdete na www.zachrankaapp.cz/vyuka.

Novinku ocení všichni lektoři i pedagogové zabývající se výukou první pomoci. „Aplikace totiž umožňuje ještě kvalitnější zážitkové vzdělávání a získávání dovedností, které se rozhodně mohou hodit v každodenním životě. Chceme, aby děti vnímaly mobilní telefon nejen jako zdroj zábavy, ale i jako cenného pomocníka při ochraně lidského života“, vysvětlila Adriana Dergam, místopředsedkyně správní rady Nadace Vodafone.

Autor: Dita Kosová

VIII. grantová výzva Nadace Sirius

Primární prevence ohrožení rodiny je jednou ze stěžejních oblastí, na které se Nadace Sirius zaměřuje. Funkční rodinu vidíme jako základ pro šťastný a harmonický rozvoj dítěte, a proto vnímáme jako jednu z nejdůležitějších aktivit pomoci dětem zajištění včasné pomoci pro rodinu v ohrožení. Proto byla jako téma pro VIII. grantovou výzvu vybrána **Včasná pomoc pro rodinu a dítě ohrožené sociálním prostředím.**

Grantová výzva je zaměřena na včasnou detekci ohrožení dítěte a nalezení vhodné dočasné podpory rodinám, které se ocitly v ohrožení. Cílovou skupinou podpory jsou rodiny s dětmi ve věku 0-12 let a rodiny v očekávání narození dítěte. Grantová výzva není určena pro služby dlouhodobé péče a na detekci ohroženého dítěte v rámci agendy orgánů sociálně-právní ochrany dětí.

Úplné znění VIII. grantové výzvy včetně pokynů k podání žádosti a dalších informací naleznete na webu Nadace Sirius: <http://www.nadacesirius.cz/granty/aktualni-grantova-vyzva>.

Uzávěrka přijímání žádostí o grant pro 1. kolo je **27. 11. 2017 v 13.00 hodin. K účasti na grantovém řízení je nutná registrace v systému pro grantová řízení Nadace Sirius v termínu od 16. 10. do 13. 11. 2017.**

Autor: Veronika Bushuyeva, Nadace Sirius

Změna kontaktu na ŠPP MOZAIKA, Hradec Králové

Rádi bychom Vás informovali, že od 1. 9. 2017 využívá ŠPP Mozaika novou e-mailovou adresu:

sppmozaika@gmail.com

Prosíme, opravte si adresu v adresáři.

Děkujeme,

tým ŠPP Mozaika

Nabídka preventivních programů Úcta k životu

Křesťanská akademie mladých (KAM), z.s., získala jako další organizace působící na školách v Královéhradeckém kraji certifikaci odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence rizikového chování pro ZŠ i SŠ. Všechny lekce jsou v rozsahu 2 vyučovacích hodin, standardní cena je 600 Kč/1 lekci. Díky dotaci Královéhradeckého kraje je možné v tomto školním roce hradit pro mimohradecké školy cestovné. Na základě vlastní praxe mohou pomoci i s tvorbou minimálního preventivního programu či přípravou dotační žádosti na KHK.

Témata pro školní rok 2017/2018:

1. stupeň:

1. -2. třída: Kůzlátka, kůzlátka otevřete vrátka; Strážci pravidel; O jedné tajuplné jeskyni (prevence šikany, dopravní bezpečnosti, setkání s cizím člověkem)

3. -5. třída: Všechno jde vyřešit; Všude dobře, doma nejlíp; Jsme jedna parta (prevence šikany); Říše snů - televize, počítačové hry, internet

2. stupeň:

5. -7. třída: Kouření -slepá ulička; Rizika v kyberprostoru; Šikana – nemoc vztahů;

8. -9. třída: Marťané a Venušanky; Partnerské vztahy a riziko AIDS; Šikana – nemoc vztahů; Rizika v kyberprostoru; Pít či nepít?

STŘEDÍ ŠKOLY A UČILIŠTĚ

První, druhé ročníky: Partnerské vztahy a riziko AIDS; Šikana – nemoc vztahů; Rizika v kyberprostoru; Pít či nepít?

Volné termíny (vždy ÚTERÝ a ČTVRTEK) můžete nalézt na odkaze <https://www.google.com/calendar/>.

V případě dotazů či objednávek se na mě neváhejte obrátit.

Bc. Vít Pospíšil, 603 183 494

Lektor primární prevence Úcta k životu

KAM, z.s.

(autor textu)