

ASISTENČNÍ CENTRUM POMOCI

pro zobrazení klikněte zde: **ACP**



CO DĚLAT PSYCHOSOCIÁLNÍ POMOC NEZISKOVKY METEOSITUACE MAPY DOPORUČENÍ ODKAZY POVODNĚ



POMOC V KRIZI



CENTRUM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ
OSTRAVA

Krizové centrum Ostrava

Adresa: Ruská 94/29, Ostrava 3,
Telefon: 596 110 882, 732 957 193

E-mail: krizovecentrum@kriceos.cz

Krizová pomoc **NEPŘETRŽITĚ** v ambulanci
a pobytové formě v Ostravě.

Terénní forma služby je dostupná po
předchozím telefonickém objednání
(725 075 824), kdy vyjíždíme za klienty domů,
do služby atp.

Cílová skupina od 15 let věku.

Centrum duševního zdraví

Adresa: Kafkova 1116/13, Ostrava
Telefon: 595 223 166

E-mail: info@cdzostrava.cz

Provozní doba: PO - PÁ 7:00 - 15:30

Pomáháme dospělým lidem se
závažným duševním onemocněním se
stanovenou diagnózou:

- psychotické poruchy, afektivní poruchy
(poruchy nálady), obsedantně
kompulzivní poruchy.

Pomoc poskytujeme rovněž rodinným
příslušníkům nebo blízkým duševně
nemocným.

POMOC DĚTEM

CENTRUM SOCIÁLNÍCH
SLUŽEB OSTRAVA, o.p.s.

Krizové centrum pro děti a rodinu

Syllabova 1161/19, 703 00 Ostrava,
Telefon: 778 111 281

E-mail: kcd@css-ostrava.cz

Provozní doba: Po - Pá 6:00 – 18:00 hod.

- jsme tady pro malé i velké děti do 18 let, které
prožívají náročné situace
- jsme schopni ošetřit jakékoli dítě i jeho rodiče
(telefonní krizová intervence, whatsapp)
v rámci celého kraje
- bez objednání je možné přijít v PO a ve ST
od 8:00 do 15:00 hod.

OSTATNÍ POMOC

Linka důvěry

737 267 939 NONSTOP

Linka bezpečí: 116 111 NONSTOP
(pomoc pro děti, mládež do 26 let)

Linka první psychické pomoci:
116 123 NONSTOP

Linka seniorů Elpida: 800 200 007
(denně 8:00-20:00)

linkasenioru@elpida.cz



Nepanikař

iOS



Android



První pomoc při psychických
potížích
Aplikace „NEPANIKAŘ“
poskytuje zdarma rychlou první
psychologickou pomoc. Obsahuje
moduly: deprese, úzkost/panika,
sebepoškozování, myšlenky na
sebevraždu, moje záznamy,
poruchy příjmu potravy a
kontakty na odbornou pomoc.

VIDEO_5 kroků k posílení odolnosti u DĚTÍ, které zažily povodeň



Dobrá pomoc (děti)



Psycholog Hasičů
kanál YouTube



DLUHOVÉ PORADENSTVÍ

jakprezidtluhuy@clovekvtsini.cz