

KONTAKTY NA KRIZOVÉ LINKY PSYCHOLOGICKÉ POMOCI V PRAZE

Odkazy na LD pro dospělé

ZDARMA:

NÁZEV	ČÍSLO	PROVOZNÍ DOBA
KRIZOVÁ LINKA pro seniory nad 65 let MHMP + Život 90 – rozdělovník dalších telefonních linek, včetně pomoci s donáškou jídla, psycholog. Pomoci, hygien. Stanice, apod.	800 160 166	nonstop
LINKA PRVNÍ PSYCHICKÉ POMOCI - krizová linka pro dospělé - Chatové poradenství www.chat-pomoc	116 123	Nonstop Chat: 12:00 – 17:00 denně
BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ - linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí	116 006	nonstop
LINKA PRO RODINU A ŠKOLU - pro rodiče, příbuzné, pedagogy i děti RODIČE - Chatové poradenství https://linkaztracenedite.cz/chat/ - E-mailové poradenství 116000@cestazkrize.net	116 000	Nonstop Chat: 12:00 – 17:00 denně
LINKA EDA - primárně pro rodiny dětí se závažnou diagnózou či postižením, ale mohou volat i dospělí v krizi - Chatové poradenství http://www.elinka.iporadna.cz/ - E-mailové poradenství linka@eda.cz	800 40 50 60	pondělí až pátek: 9:00 - 15:00
SENIOR LINKA ŽIVOT 90 - senioři + rodiny pečující o seniory SENIORŮ - Chatové poradenství www.zivot90.cz/chat - E-mailové poradenství seniortelefon@zivot90.cz	800 157 157	nonstop
LINKA SENIORŮ ELPIDA - senioři + rodiny pečující o seniory SENIORŮ - Chatové poradenství http://www.elinka.iporadna.cz/ - E-mailové poradenství linkaseniору@elpida.cz	800 200 007	každý den: 8:00 – 20:00
Zelená Linka Anděl strážný - pro všechny seniory a jejich blízké.	800 603 030	nonstop

ZPOPLATNĚNÉ:

NÁZEV	ČÍSLO	PROVOZNÍ DOBA
RODIČOVSKÁ LINKA - rodiče, prarodiče, příbuzní, pedagogové, všichni, kteří mají nějakou starost o děti	606 021 021	pondělí až čtvrtek 13:00 – 21:00, pátek 9:00 – 17:00
LD CKI BOHNICE - linka krizového centra PN Bohnice	284 016 666	nonstop
LD DĚTSKÉHO KRIZOVÉHO CENTRA - pro děti i dospělé, primárně téma CAN - Skypové poradenství ld_dkc - Chatové poradenství http://www.elinka.iporadna.cz - E-mailové poradenství problem@ditekrize.cz	777 715 215	nonstop

Další odkazy pro dospělé

NÁZEV	ODKAZ	PROVOZNÍ DOBA
E-LINKA CHATOVÉ PORADNY - portál s aktuálně otevřenými poradnami	https://www.elinka.iporadna.cz/	nonstop
RODIČOVSKÁ LINKA – CHATOVÁ PORADNA	https://www.rodicovskalinka.cz/sluzby/chatuj-s-nami/	neděle, 9:00 - 13:00

Odkazy na LD pro DĚTI

NÁZEV	ČÍSLO	PROVOZNÍ DOBA
LINKA BEZPEČÍ - pro všechny děti z celé ČR do 18 let a pro studující do 26 let, zcela anonymní	116 111	nonstop, ZDARMA
LD DĚTSKÉHO KRIZOVÉHO CENTRA - pro děti i dospělé, primárně téma CAN	777 715 215	nonstop

Další odkazy pro DĚTI

NÁZEV	ODKAZ	PROVOZNÍ DOBA
LINKA BEZPEČÍ – CHATOVÁ PORADNA - pro všechny děti z celé ČR do 18 let a pro studující do 26 let, zcela anonymní	https://www.linkabezpeci.cz/sluzby/chatuj-s-nami/	každý den 9:00 – 13:00 a 15:00 – 19:00
LINKA BEZPEČÍ – EMAILOVÁ PORADNA - pro všechny děti z celé ČR do 18 let a pro studující do 26 let	https://www.linkabezpeci.cz/sluzby/napis-nam/	nonstop, odpověď do 3 pracovních dnů

LD důvěry podle krajů – ZPOPLATNĚNÉ – PRO DOSPĚLÉ:

KRAJ	SLUŽBA	PROVOZNÍ HODINY	TELEFON
PRAHA	Pražská linka důvěry	nonstop	222 580 697
	Emailové poradenství: linka.duvery@csspraha.cz		
	Chat: www.chat-pomoc.cz/	Po-čt 9:00 – 21:00 Pá 9:00 – 15:00 So 14:00 – 20:00	
	SOS Centrum Diakonie ČCE – SKP Pro klienty nad 11 let	Denně 9:00 – 20:00	608 004 444
	Chat: https://www.elinka.iporadna.cz/		

Ostatní linky psychologické pomoci:

NÁZEV	ČÍSLO	PROVOZNÍ DOBA
LINKA POMOCI aktivity života za zdí - primárně je lidem trpícím úzkostmi či depresí, s obavou z Covid-19, nebo jsou se svými psychickými strážněmi sami a potřebují je s někým sdílet.	774 334 539	Denně 14:00 – 23:00
Krátká krizová intervence Chat: Terap.io - 30 minutová sezení všem, kteří cítí stres nebo úzkost a chtěli by si o tom promluvit s odborníkem.		nonstop, ZDARMA
Psychologická pomoc Praha 6 (Prevcentrum + Fokus Praha) - Nevíte jak dál, cítíte se vyčerpaní, smutní, bezmocní nebo osamělí . Potřebujete podporu. - E-mailové poradenství: ambulance@prevcentrum.cz Psychicka.pomoc@fokus-praha.cz	777 161 138 775 859 274 775 859 278	Po-Pá 8:30 – 18:00
Psychologická pomoc v krizi – Praha 10 - Sananim - Centrum duševního zdraví Podskalí (Fokus Praha) - Prev-Centrum, z.ú.	739 268 527 777 800 983 777 161 138	Po-Pá 9:00 – 17:00 Po-Pá 8:00 – 18:00 Po-Pá 8:00 – 18.00
Psychologické online konzultace zdarma po dobu trvání epidemické krize. https://www.delamcomuzu.cz/ - Pomoc pro širokou veřejnost i pracovníkům v první linii formou supervize a debriefingu po náročných směnách...		

Pro psychologickou pomoc v ostatních krajích využijte odkaz:

<http://www.capld.cz/linky-duvery-cr>

autor: Pavlína Pýchová
aktualizováno 20.3.2020 (Pavel Novák)