

Okamžitá pomoc

Zde naleznete kontakty na služby, které poskytují podporu v těžkých situacích a chvílích. Naleznete zde kontakty na místa, kam se dá přijít osobně, telefonické linky, na které se můžete obrátit nebo webové stránky s informacemi a dalšími kontakty. Tyto služby jsou poskytovány zdarma nebo v případě některých telefonických linek za cenu běžného hovoru.

OSOBNÍ KONTAKT:

Centrum sociálních služeb Ostrava, o.p.s.**email:** poradnaostrava@css-ostrava.cz

Jahnova 867/12 709 00 Ostrava zdarma

kontakt: 595 054 019, 605 292 252**Web:** <http://www.css-ostrava.cz/sluzba/rodinna-poradna/>

Centrum pro rodinu a sociální péči, z.s.**email:** cpr@prorodiny.cz

Syllabova 3039/19e, Ostrava – Vítkovice zdarma

kontakt: 552 301 417, 734 435 135**Web:** <http://www.prorodiny.cz/>

Centrum psychologické pomoci, p.o.**kontakty:** kontakty na pobočky viz web

pobočky v Karviné, NJ, Opavě, F-M, Bruntále, viz web

web: <http://www.cepp.cz/kontakt/poradna-pro-nahradni-rodinnou-peci-v-ostrave/nase-sluzby/>

Krizové centrum Ostrava

NONSTOP

email: krizovecentrum@kriceos.cz

Ruská 94/29, Ostrava – Vítkovice

Zdarma

kontakt: 596 110 882-3, 732 957 193**Web:** <http://www.kriceos.cz/index.html>

Bílý Kruh Bezpečí

Zdarma

kontakt: 731 306 411, 732 577 520Jurečkova 643/20, 702 00 Ostrava + pobočky v MS kraji **email:** bkb.ostrava@bkb.cz**Web:** <https://www.bkb.cz/kontakt/ceska-republika/ostrava/>

TELEFONICKÉ A ONLINE PORADNY:

Linka první psychické pomoci Zdarma
Telefon, Chat Nonstop **kontakt: 116 123**

Web: <http://linkapsychickepomoci.cz/>

Linka důvěry Karviná Cena podle tarifu volajícího, NONSTOP
Telefon, Videohovor **kontakt: 596 318 080, 777 499 650**

Web: <http://www.cepp.cz/kdy-pomahame/>

Modrá linka Cena podle tarifu volajícího, denně 9–21 hod
Telefon, Whatapp **email: help@modralinka.cz**
Videohovor, Chat, e-mail **kontakt: 608 902 410, 731 197 477**

Web: <https://www.modralinka.cz/>

WEBOVÝ PORTÁL

Domácí násilí.cz **Kontakt: 116 006**

Web: <https://www.domacinasili.cz/>

OTĚHOTNĚNÍ

Interupce.cz Informace o interrupcích v ČR.

Web: <https://interupce.info/>

Perinatal Duševní zdraví v těhotenství a v mateřství

Web: <https://www.perinatal.cz/>

Na počátku Podpora v mateřství, info o adopcích

Web: <https://napocatku.cz/>



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY