| **Pražská linka důvěry** | **222 580 697 nonstop  zpoplatněno dle tarifů operátora** | | [chat: www.chat-pomoc.cz  po-čt 9:00 - 21:00 pá 9:00 - 15:00 so 14:00 - 20:00 mail: linka.duvery@csspraha.cz odpověď do 5 pr](http://www.chat-pomoc.cz/)ac.dnů |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | |  |
| **Linka první psychické pomoci** | **116 123 nonstop  zdarma** | | chat denně 12:00 - 17:00 max. délka 60 minut 1x denně |
| **Linka pro rodinu a školu** | **116 000 nonstop  zdarma** | | chat denně 15:00-18:00  116000@cestazkrize.net odpověď do 5 prac. dnů |
| **Rodičovská linka** | **606 021 021  po-čt 09:00-21:00 pá 9:00-17:00  zpoplatněno dle tarifů operátora** | | **pomoc@rodicovskalinka.cz** |
| **Linka bezpečí** | **116 111 nonstop  zdarma** | | chat denně 9:00 - 13:00 a 15:00-19:00  pomoc@linkabezpeci.cz odpověď do 3 prac.dnů |
| **Terapeutická linka Sluchátko** | [**212 812 540 anonymně a zdarma  provozní doba zde: https://www.terapeutickalinka**](https://www.terapeutickalinka.cz/)**.cz/** | |  |
| **Linka důvěry Dětského krizového centra** | **241 484 149  777 715 215 nonstop  zpoplatněno dle tarifů operátora** | | chat: https://iporadna.cz/elinka-chatova-poradna/  po, st pá 14:00-18:00 so 9:00-13:00, 14:00-18:00 ne 9:00-13:00, 14:00-18:00  problem@ditekrize.cz |
| **Linka důvěry Dětského krizového centra, pro rizika kyberprostoru** | **778 510 510 nonstop  zpoplatněno dle tarifu operátora** | |  |
| **Bílý kruh bezpečí - Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí** | **116 006 nonstop  centrála a poradna 257 317 110 nonstop** | | **116006@bkb.cz** |
| **Aqua vitae** | telefon: 800 108 000 provozní doba: po: 16-22 hodin, st: 15-19 hodin, čt: 19-22 hodin | |  |
| **Antidiskriminační linka** | bezplatný telefon: 800 307 307 provozní doba: po-pá: 9-17 hodin | |  |
| **Linka AIDS** | ZDARMA Tel: 800 800 980 | |  |
| **La Strada ČR, o.p.s.** | **telefon: 222 717 171  800 077 777 (bezplatné volání)  PO 10.00–16.00 (český, anglický, ruský a rumunský jazyk) ÚT 10.00–16.00 (český, anglický, ruský a rumunský jazyk) ST 12.00–20.00 (český, anglický a ruský jazyk), 12.00–16.00 (tagalog) ČT 10.00–16.00 (český, anglický, ruský a rumunský jazyk) PÁ 10.00–14.00 (český, anglický, španělský a bulharský jazyk)** | |  |
| **Linka Eda** | **800 40 50 60  po-pá 9:00-15:00  zdarma** | | [**https://iporadna.cz/elinka-chatova-poradna/ po - pá 9:00-15:00  linka@ed**](https://elinka.internetporadna.cz/linky/linka-eda)**a.cz** |
| **DONA - Linka pomoci obětem domácího násilí** | **116 006 nonstop** | |  |
| **Národní linka pro odvykání** | **800 350 000  poradte@chciodvykat.cz** | | **po-pá 10:00-18:00 anonymně, bezplatně** |
| **AT (alkoholicko-toxická) linka** | **724 307 775** | | každý týden ve čtvrtek mezi 8-22 hod. |
| **Modrá linka** | **608 902 410, 731 197 477 nonstop** | | chat: https://chat.modralinka.cz/  po, st, ne: od 18:00 - 21:00 čt, pá: od 9:00 do 12:00 mail: help@modralinka.cz  skype: modralinka |
| **Telefonická služba CKP, FN Brno** | **532 232 078 nonstop** | |  |
| **Senior telefon** | **800 157 157 zdarma, nonstop, anonymně** | | **email: seniortelefon@zivot90.cz (odpověď do 2 pracovních dnů)** |
| **Elpida- Linka seniorů** | **800 200 007 denně od 8:00 - 20:00, zdarma, anonymně** | | **linkasenioru@elpida.cz** |
| **Telefonická krizová pomoc Ledovec** | **373 034 455 (pevná linka) 739 055 555 (mobil) každý den od 8:00 do 24:00 hodin** | | **ld@ledovec.cz** |
| **Linka důvěry STŘED** | **775 22 33 11 568 44 33 11 denně 9:00-21:00** | | **linkaduvery@stred.info iporadna.cz/ld-stred/** |
| **Linka důvěry Karviná** | **596 318 080 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Kladno** | **312 684 444 777 684 444 nonstop** | | skype: linka.duvery.kladno |
| **Linka důvěry Liberec** | **485 177 177 606 450 044 nonstop** | | [pomoc@linka-duvery.cz](mailto:pomoc@linka-duvery.cz) |
| **Linka důvěry SOS Mladá Boleslav** | **326 741 481 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Olomouc** | **585 414 600 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Sokolov** | **352 622 962 nonstop** | |  |
| **CKI Ústecký kraj** | **475 603 390 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Ústí nad Orlicí** | **465 524 252 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Vsetín** | **731 122 900 nonstop** | |  |
| **Linka důvěry Zlín** | **577 431 333 nonstop** | |  |
| **Krizové centrum RIAPS** | **222 586 768** | nonstop | dospělí |
| **Centrum krizové intervence Bohnice, PN Bohnice** | **284 016 110** | nonstop | všichni lidé, kteří se z jakýchkoli důvodů ocitli v krizové situaci, se kterou si aktuálně nevědí rady |
| **Krizové centrum Psychiatrické kliniky Brno** | **532 232 078** | nonstop | dospělí a senioři, v akutní krizi |
| **Krizové centrum Ostrava** | **732 957 193, 596 110 882-3, krizovecentrum@kriceos.cz** | nonstop | lidé v krizové životní situaci a psychické tísni |
| **SOS centrum Diakonie ČCE - SKP** | **222 514 040 777 734 173 608 004 444 linka.duvery@diakonieskp.cz** | každý pracovní den od 9:00 do 20:00 hod. | lidi nacházející se v těžkých životních situacích (11+) |
| **Krizové centrum pro děti a dospívající - Brno** | **541 229 298, 723 006 004** | ambulance: pracovní dny 8:00 - 20:00, lůžková část: nepřetržitě | **pomoc především dětem a dospívajícím do 18 let věku, kteří jsou v krizi, v případě potřeby i jejich rodiče** |
| **Krizová pomoc Charity Olomouc** | **734435078** | po - pá od 8:00 do 18:00 so, ne, svátky od 8:00 do 16:00 | **Služba poskytuje okamžitou psychologickou a sociální pomoc a podporu lidem v akutní krizi (vztahové problémy, zhoršení psychického stavu, neočekávaná ztráta bydlení, živelné katastrofy, úmrtí v rodině, domácí násilí aj.)** |
| **Krizové centrum pro děti a rodinu - Ostrava** | **778 111 281** | bez objednání pouze pondělí a středa od 8:00-15:00, jinak ambulance provozuje služby v pracovní dny od 6:00 - 18:00 | děti do 18 let a jejich blízké |
| **Krizová pomoc Modré dveře - Říčany** | **725 515 905 - krizová pomoc 727 864 773 - sociální rehabilitace a aktivizace 727 864 773 - psychoterapie** | ambulance: pracovní dny od 8:00 do 16:00, krizová pomoc je poskytována anonymně, zdarma  krizová pomoc je poskytována pro děti a rodiny také v terénu | každý, kdo se nachází v takové situaci, kterou nemůže zvládnout sám |
| **Krizová pomoc Modré dveře - Praha** | **725 515 934 606 602 605 727 864 932 čísla neslouží jako krizová linka, pouze na domluvení a rezervaci termínu** | ambulance: pracovní dny od 8:00 do 15:00, krizová pomoc je poskytována anonymně, zdarma  krizová pomoc je poskytována pro děti a rodiny také v terénu | každý, kdo se nachází v takové situaci, kterou nemůže zvládnout sám |
| **Dětské krizové centrum** | objednání  241 480 511  777 664 672 | po: 8:00-16:00 út,st,čt: 8:00-18:00pá: 8:00-14:00 | **děti z celé ČR do 18 let (resp. studenti do 26 let) a jejich rodiny** |
| **Spondea - Služba krizová pomoc** | **608 118 088  541 235 511  krizovapomoc@spondea.cz** | provozní doba po-čt: 8:00 – 18:00, pá: 8:00 - 16:00, doporučují předchozí objednání | **děti, dospívající a rodiče** |
| **Spondea - Intervenční centrum** | **739 078 078  544 501 121  víkendová krizová linka (739 078 078) funguje od pátku 8:00 do neděle 20:00  intervencni-centrum@spondea.cz** | provozní doba po–čt: 8:00 – 18:00, pá: 8:00 - 16:00, doporučují předchozí objednání | **osoby ohrožené domácím násilím** |
| **Spondea - Práce s osobami nezvládajícími agresi ve vztazích** | **725 005 367  vztek@spondea.cz** | provozní doba po: 8:00 – 17:00, út: 9:30 - 17:30, čt: 8:00 - 17:00 | **osoby nezvládající vztek a agresivní chování ve vztazích** |
| **Centrum krizové intervence Spirála** | **475 603 390 nonstop linka  mail@spirala-ul.cz** | každý všední den bez objednání od 8 – 19 hodin, na konzultaci je potřeba se objednat na tel.č. 475 603 390. | **osoby v krizové situaci (partnerská krize, výchovné problémy, problematická komunikace, úmrtí v rodině, oběti trestného činu a další)** |
| **proFem** | **777 012 555**  **každé všední úterý 19–21**  [poradna@profem.cz](mailto:poradna@profem.cz) | anonymní online chat | https://www.profem.cz/ |