| **Pražská linka důvěry** | **222 580 697nonstopzpoplatněno dle tarifů operátora** | [chat: www.chat-pomoc.cz po-čt 9:00 - 21:00pá 9:00 - 15:00so 14:00 - 20:00mail: linka.duvery@csspraha.czodpověď do 5 pr](http://www.chat-pomoc.cz/)ac.dnů |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **Linka první psychické pomoci** | **116 123nonstopzdarma** | chat denně 12:00 - 17:00max. délka 60 minut 1x denně |
| **Linka pro rodinu a školu** | **116 000nonstopzdarma** | chat denně 15:00-18:00116000@cestazkrize.netodpověď do 5 prac. dnů |
| **Rodičovská linka** | **606 021 021po-čt 09:00-21:00pá 9:00-17:00zpoplatněno dle tarifů operátora** | **pomoc@rodicovskalinka.cz** |
| **Linka bezpečí** | **116 111nonstopzdarma** | chat denně 9:00 - 13:00 a 15:00-19:00pomoc@linkabezpeci.czodpověď do 3 prac.dnů |
| **Terapeutická linka Sluchátko** | [**212 812 540anonymně a zdarmaprovozní doba zde: https://www.terapeutickalinka**](https://www.terapeutickalinka.cz/)**.cz/** |  |
| **Linka důvěry Dětského krizového centra** | **241 484 149 777 715 215nonstopzpoplatněno dle tarifů operátora** | chat: https://iporadna.cz/elinka-chatova-poradna/ po, st pá 14:00-18:00so 9:00-13:00, 14:00-18:00ne 9:00-13:00, 14:00-18:00problem@ditekrize.cz |
| **Linka důvěry Dětského krizového centra, pro rizika kyberprostoru** | **778 510 510nonstopzpoplatněno dle tarifu operátora** |  |
| **Bílý kruh bezpečí - Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí** | **116 006nonstopcentrála a poradna257 317 110nonstop** | **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 60po-pá 9:00-15:00zdarma** | [**https://iporadna.cz/elinka-chatova-poradna/po - pá 9:00-15:00linka@ed**](https://elinka.internetporadna.cz/linky/linka-eda)**a.cz** |
| **DONA - Linka pomoci obětem domácího násilí** | **116 006nonstop** |  |
| **Národní linka pro odvykání** | **800 350 000poradte@chciodvykat.cz** | **po-pá 10:00-18:00anonymně, bezplatně** |
| **AT (alkoholicko-toxická) linka** | **724 307 775** | každý týden ve čtvrtek mezi 8-22 hod. |
| **Modrá linka** | **608 902 410, 731 197 477nonstop** | chat: https://chat.modralinka.cz/ po, st, ne: od 18:00 - 21:00čt, pá: od 9:00 do 12:00mail: help@modralinka.cz skype: modralinka |
| **Telefonická služba CKP, FN Brno** | **532 232 078nonstop** |  |
| **Senior telefon** | **800 157 157zdarma, nonstop, anonymně** | **email: seniortelefon@zivot90.cz (odpověď do 2 pracovních dnů)** |
| **Elpida- Linka seniorů** | **800 200 007denně 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 11568 44 33 11denně 9:00-21:00** | **linkaduvery@stred.infoiporadna.cz/ld-stred/** |
| **Linka důvěry Karviná** | **596 318 080nonstop** |  |
| **Linka důvěry Kladno** | **312 684 444777 684 444nonstop** | skype: linka.duvery.kladno |
| **Linka důvěry Liberec** | **485 177 177606 450 044nonstop** | pomoc@linka-duvery.cz |
| **Linka důvěry SOS Mladá Boleslav** | **326 741 481nonstop** |  |
| **Linka důvěry Olomouc** | **585 414 600nonstop** |  |
| **Linka důvěry Sokolov** | **352 622 962nonstop** |  |
| **CKI Ústecký kraj** | **475 603 390nonstop** |  |
| **Linka důvěry Ústí nad Orlicí** | **465 524 252nonstop** |  |
| **Linka důvěry Vsetín** | **731 122 900nonstop** |  |
| **Linka důvěry Zlín** | **577 431 333nonstop** |  |
| **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 040777 734 173608 004 444linka.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 18:00so, 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 pomoc727 864 773 - sociální rehabilitace a aktivizace727 864 773 - psychoterapie** | ambulance: pracovní dny od 8:00 do 16:00, krizová pomoc je poskytována anonymně, zdarmakrizová 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 934606 602 605727 864 932čísla neslouží jako krizová linka, pouze na domluvení a rezervaci termínu** | ambulance: pracovní dny od 8:00 do 15:00, krizová pomoc je poskytována anonymně, zdarmakrizová pomoc je poskytována pro děti a rodiny také v terénu | každý, kdo se nachází v takové situaci, kterou nemůže zvládnout sám |
| **Dětské krizové centrum** | objednání241 480 511777 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 088541 235 511krizovapomoc@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 078544 501 121víkendová krizová linka (739 078 078) funguje od pátku 8:00 do neděle 20:00intervencni-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 367vztek@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 linkamail@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 | anonymní online chat | https://www.profem.cz/ |