

Pro rodiče

Kontakty na odborníky, kteří Vám mohou pomoci

Nevím si rady s výchovou dítěte

(např.: dítě hodně pláče, zlobí, vůbec neposlouchá, pere se, utíká z domova):

- Ve škole se obraťte na školní poradenské pracoviště.
- Oslovte sociálně aktivizační službu a další organizace:
 - Diakonie ČCE (730 852 859, rodina@diakonie-praha.cz, Vlachova 20, Praha 13);
 - Cestou necestou – krizové centrum pro rodinu (737 215 928, Trojická 386/1, 128 00 Praha 2);
 - Zahrada pro duši – Centrum rodinné terapie Horizont (606 664 262, horizont@zahradaproduci.cz, Doubravčická 1474/21, 100 00 Praha 10);
 - Člověk v tísni – sociálně aktivizační služba pro rodinu (702 181 536, Vltavská 24, 150 00 Praha 5);
 - Prev-centrum ambulance (771 61 138, služby pro děti a mládež 777 161 133, nzdm@prevcentrum.cz, 725 960 026, Meziškolská 2, Praha 6);
 - Sananim – poradna pro rodinu (284 824 234, 739 268 527, rodice@sananim.cz, Žitná 51, Praha 1);
 - Linka bezpečí pro rodiče (606 021 021, pomoc@rodicovskalinka.cz);
 - Služba pro rodinu a dítě Host (739 400 204, zahradnikova@hostcz.org).

Hrozí mi ztráta bydlení (nemám na zaplacení dalšího nájmu, majitel mě chce vystěhovat):

- Obraťte se na:
 - Úřad práce ČR, Jugoslávských partyzánů 1089/15, Praha 6, odd. Hmotné nouze (950 178 600 – 615, lenkaviletova@uradprace.cz, obecné informace 800 779 900);
 - Odbor sociálních věcí MČ Praha 6 – Oddělení sociální a zdravotní pomoci (220 189 645);
 - Sociálně aktivizační službu Diakonie ČCE (730 852 859, rodina@diakonie-praha.cz, www.diakonie.cz);
 - Člověk v tísni – sociálně aktivizační služby pro rodinu (702 181 536, www.clovekvtsni.cz);
 - Cestou necestou – krizové centrum pro rodinu (737 215 928, www.cestounecestou.cz);
 - Proxima sociale, azylové byty (773 870 916, www.proximasocilae.cz).
- Nebo se obraťte na azylové bydlení: Centrum sociálních služeb Praha, Praha 7, (222 515 400, www.csspraha.cz/azyly).



Nacházím se v tíživé finanční situaci

(např. nemám na zaplacení jídla, nových bot, školních pomůcek, nezvládám splácet dluhy):

- Požádejte o dávky na: Úřad práce, Jugoslávských partyzánů 1089/15, Praha 6, odd. Hmotné nouze Praha 6 (950 178 600 – 615, lenkaviletova@uradprace.cz, obecné informace 800 779 900).
- Obraťte se na:
 - Centrum sociálních služeb Praha (222 515 400 www.csspraha.cz);
 - Člověk v tísni (770 600 800, jakprezidtduhy@clovekvtsni.cz);
 - Charita, Praha 2 – Londýnská (739 002 909, paha@praha.charita.cz);
 - Potravinovou banku (Alena Gubičová (775 922 425, info@potravinovabankapraha.cz);
 - Odbor sociálních věcí MČ Praha 6, oddělení sociální a zdravotní pomoci (220 189 645, hbustova@praha6.cz, Československé armády 23, Praha 6);
 - Dobrodějna – materiální pomoc rodičům (Praha 6, Milady Horákové 99, pondělí a středa 17–19 hod, pátek 15–17 hod).

Zjistím, že se moje dítě stalo obětí trestného činu (někdo dítěti ublížil):

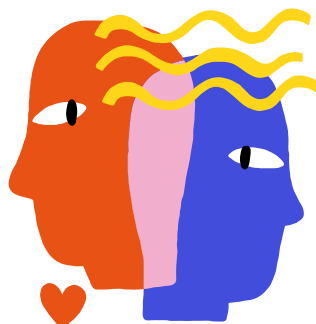
- Neprodleně kontaktujte policii ČR 158, případně Rychlou záchrannou službu 155. Zajistíte bezpečí dítěte.
- Vyhledejte pro dítě odbornou psychologickou pomoc:
 - Dětské krizové centrum, nonstop linka důvěry (777 715 215 nebo ambulantní služby 777 664 672, ambulance@дитеkrize.cz, Cílkova 7, 142 00 Praha 12, Kamýk);
 - SOS centrum – Krizové centrum poskytující okamžitou ambulantní a terénní podporu v náročných životních situacích lidem od 11 let (i v aj). Po–čt 9–20, Pá: 9–17 (777 734 173, 222 514 040, sos@diakonie-praha.cz, Varšavská 37, Praha 2);
 - Dům tří přání – Zahrada pro duši (607 199 291, krizovapomoc@zahradaprodusi.cz, Hálkova 13, Praha 2).
- Poradit se můžete také na lince Bílý kruh bezpečí (116 006).
- Situaci můžete konzultovat s oddělením sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD), Mgr. Dagmar Šobíšková, (220 189 611), dsobiskova@praha6.cz, Bc. Romana Dohnálková, rdohnalkova@praha6.cz, (220 189 634, Československé armády 23, Praha 6).

Jsem obětí domácího násilí:

- V akutním případě volejte Policii ČR 158.
- Můžete se obrátit na organizace:
 - Intervenční centrum Praha (psychologická, právní a sociální pomoc, možnost osobní schůzky 251 511 313, icpraha@icpraha.cz, www.icpraha.cz);
 - Acorus, nonstop telefonní linka (283 892 778, info@acorus.cz, acorus.cz);
 - Profem osobně na adrese Břevnovská 6, Praha 6 (608 222 277);
 - Linka pomoci obětem domácího násilí: 800 605 605 (nonstop, anonymní, zdarma);
 - Linka bezpečí pro rodiče (606 021 021);
 - Bílý kruh bezpečí (psychická podpora, právní rady) 116 006 (nonstop, zdarma);
 - Azylový dům ROSA (specializovaný na pomoc ženám a dětem (602 246 102, rosa@rosa-os.cz, www.rosa.cz).
- Využít můžete mobilní aplikaci Bright sky.

Mám psychické problémy, které mě omezují v běžném životě:

- Navštivte svého praktického lékaře a vyhledejte pomoc psychiatra, příp. psychologa.
- Obraťte se na:
 - Centrum duševního zdraví, (770 152 223, info@cdz6.cz, www.cdz6.cz, Nad Alejí 29, Praha 6);
 - Prev-centrum ambulance (771 61 138, ambulance pro děti a mládež 777 161 133, nzdm@prevcentrum.cz, vedoucí programu 725 960 026, Meziškolská 2, Praha 6);
 - Dejvické psychoterapeutické centrum (273 134 288, kontakt@dpc.cz, www.dpc.cz, Na Vlčovce 2573/2c, Praha 6);
 - Linka bezpečí (116 111);
 - SOS centrum – Krizové centrum poskytující okamžitou ambulantní a terénní podporu v náročných životních situacích lidem od 11 let (i v aj). Po–čt 9–20, Pá: 9–17 (777 734 173, 222 514 040; sos@diakonie-praha.cz)
- V akutních případech se obraťte na Centrum krizové intervence Bohnice (284 016 110) nebo Rychlou záchrannou službu (155).

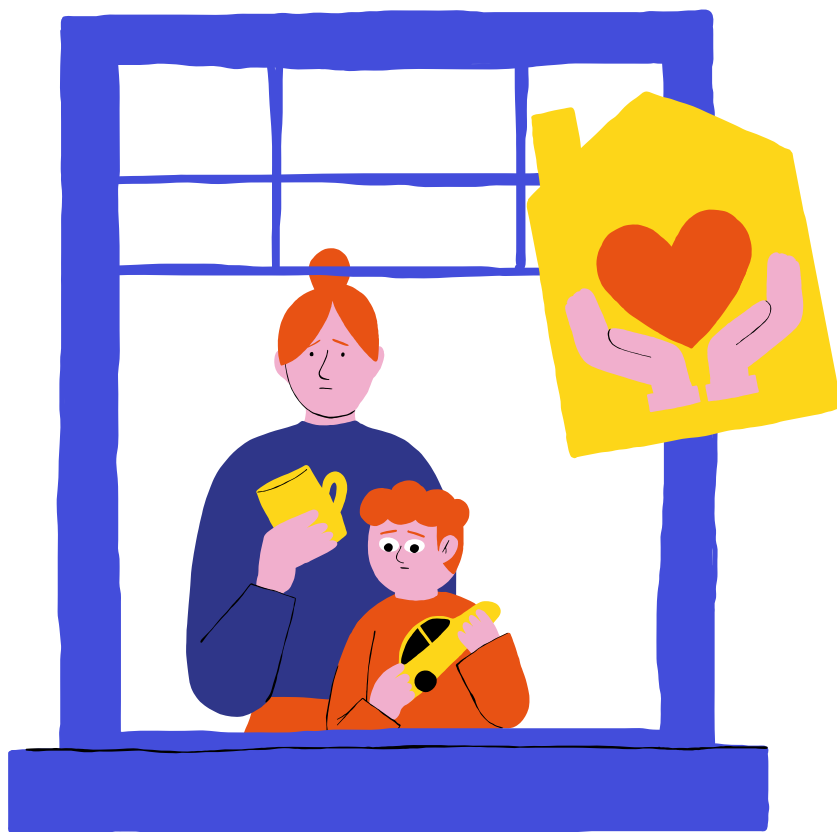


Jsem uživatelem návykové látky (drogy, alkohol) a potřebuji pomoc:

- V akutních případech volejte Rychlou záchrannou službu (155).
- Vyhledejte odbornou pomoc např. u těchto organizací:
 - Sananim (724 521 913, klinika@sananim.cz, www.sananim.cz);
 - Drop IN (731 836 227, www.dropin.cz, preslova@dropin.cz, Karolíny Světlé 286, Praha 1);
 - Prev-centrum (242 498 334, 777 161 133), Centrum poradenství (242 498 334, 777 161 133, nzdm@prevcentrum.cz, www.prevcentrum.cz, Meziškolská 2, Praha 6);
 - Fokus Praha (800 350 000, www.chciodykat.cz, Meziškolská 2/1120, Praha 6);
 - Centrum Alma (266 317 404, 774 490 789, www.centrum-alma.cz, U Uranie 1414/4, Praha 7).
- Informujte svého praktického lékaře a začněte spolupracovat s adiktologií, dle závažnosti ambulantně nebo pobytovou léčbou.

Mám podezření, že dítě vykazuje známky duševního onemocnění:

- V akutních případech volejte Rychlou záchrannou službu (155).
- Obraťte se na pediatra svého dítěte.
- Nebo vyhledejte odbornou pomoc:
 - Pedagogicko-psychologická poradna Praha 6 (220 612 131, chmelarova@ppp6.cz, Vokovická 32/3, Praha 6, 160 00);
 - Dětská psychiatrická ambulance, Fakultní nemocnice Motol, V Úvalu 84, Praha 5 (224 433 639);
 - Dětské krizové centrum (241 484 149, nonstop pro děti i dospělé, 777 715 215, Cílkova 7, Praha 12);
 - Prev-centrum ambulance (771 61 138, ambulance pro děti a mládež 777 161 133 nzdm@prevcentrum.cz, Meziškolská 2, Praha 6);
 - SOS centrum – Krizové centrum poskytující okamžitou ambulantní a terénní podporu v náročných životních situacích lidem od 11 let (i v aj). Po–čt 9–20, Pá: 9–17 (777 734 173, 222 514 040, sos@diakonie-praha.cz);
 - Krizová pomoc – RIAPS (Centrum krizové intervence – dostupné pro celou Prahu), poskytuje pomoc i dětem a rodinám v akutní krizi, Chelčického 39, Praha 3 (222 586 768, nonstop);
 - Linka bezpečí pro děti a mládež (116 111 zdarma, nonstop);
 - Linka první psychické pomoci, (116 123 nonstop, anonymně).



Jsem v těžké životní situaci (rozvody a rozchody rodičů, konflikty mezi rodiči a dětmi, nejistota v rodičovských kompetencích) a potřebuji pomoc:

Obracejte se na následující služby:

- Aperio – právní poradna (774 722 153), Linka pro mámy a táty (739 416 408);
- CSS Praha – Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy (770 199 982, vit.palacky@csspraha.cz, Dejvická 18, Praha 6);
- Zahrada pro duši – Centrum pro rodiny Delta (602662063, delta@zahradaprodusi.cz);
- Mediace Manofi (737 951 323, misa.kopalova@manofi.cz);
- Cestou necestou – Krizové centrum pro rodinu (739 044 624, kcr@cestounecestou.org, Václavská 1748/13, 128 00 Praha 2).

Moje dítě má závažné vývojové či zdravotní obtíže (v mateřské škole bude potřebovat podporu nebo speciální péči)

- Kontaktujte:
 - Speciálně pedagogické centrum při FMŠ Arabská, Arabská 681/20, Praha 6 160 000 (spc@skolka.org, 733 710 467, 737 905 296);
 - Pedagogicko-psychologická poradna, (220 612 131, chmelarova@ppp6.cz, Vokovická 32/3, Praha 6, 160 00).

Pražské krizové linky pro dospělé:

- Pražská linka důvěry (Centrum sociálních služeb Praha 222 580 697 pro dospělé)
- Linka důvěry Dětského krizového centra (241 484 149, nonstop pro děti i dospělé)
- Linka první psychické pomoci (116 123)
- Rodičovská linka (606 021 021, po–čt 9–21:00, pá 9–17:00, pro rodiče, učitele, vychovatele)

Ve všech případech neudělám chybu, když:

- Využiji jednu z linek:
 - Dětské krizové centrum – nonstop linka důvěry (777 715 215, 241 484 149);
 - Linka bezpečí (116 111);
 - Bílý kruh bezpečí – linka pomoci obětem 116 006.
- Oslovím s žádostí o radu orgán sociálně-právní ochrany dětí Mgr. Dagmar Šobíšková 220 189 611, dsobiskova@praha6.cz, Bc. Romana Dohnálková, 220 189 634, rdohnalkova@praha6.cz, Československé armády 23, Praha 6).

