

Potřebuješ pomoc pro dospělého?

Centrum duševního zdraví (CDZ) Ostrava

Kafkova 1116/13
702 00 OSTRAVA

Telefon: +420 595 223 166
E-mail: info@cdzostrava.cz
Po - Pá 7:00 - 15:30 hod.



Centrum duševního zdraví (CDZ) Opava

Olomoucká 2520/74
746 01 Opava

Telefon.: +420 721 858 044
E-mail: kontakt@cdzopava.cz
Po - Pá 7:00 - 15:30 hod.



Centrum duševního zdraví (CDZ) Frýdek-Místek

Elišky Krásnohorské 249,
738 01 Frýdek-Místek

Telefon: +420 704 987 724
E-mail: info@bcdz.cz
Po - Pá 7:00 - 15:30 hod.



Potřebuješ pomoc pro děti?

Tým duševního zdraví pro děti a adolescenty ve FN Ostrava

Fakultní nemocnice Ostrava
17. listopadu 1790/5
708 52 Ostrava-Poruba

Telefon: +420 704 682 529
E-mail: mdtprodeti@fno.cz



Centrum sociálních služeb Ostrava, o.p.s. - Krizové centrum pro děti a rodinu

Syllabova 1161/19,
703 00 Ostrava-Vítkovice

Telefon: +420 778 111 281
E-mail: kcd@css-ostrava.cz

Osobně: pondělí nebo středu 8:00 - 15:00 hod.
Telefonicky: Po - Pá 11:00 - 13:00 hod.

NEMOCNICE!!!
MĚSTSKÁ NEMOCNICE OSTRAVA



Potřebuješ si o svých problémech popovídat?

TERAPEUTICKÁ LINKA SLUCHÁTKO

+420 212 812 540

Po, St, Čt
9:00 - 20:00

Út, Pá
9:00 - 18:00

LINKA DŮVĚRY OSTRAVA

+420 737 267 939

www.mnof.cz



LINKA PSYCHICKÉ POMOCI

116 123
NONSTOP



Chat

každý všední den 13 - 18
víkendy a státní svátky 08 - 13



Jsi v krizi?

KRIZOVÉ CENTRUM OSTRAVA

Ruská 29, Ostrava - Vítkovice

Ambulantní a pobytová forma +420 596 110 882 - 3

Terénní forma +420 725 075 824 - 5



Jsi v akutním stavu a nutně potřebuješ psychiatrickou péči?



PŘIJMOVÁ PSYCHIATRICKÁ AMBULANCE FAKULTNÍ NEMOCNICE OSTRAVA

Ostrava-Poruba, 17. listopadu 5

+420 597 373 888

PŘIJMOVÁ AMBULANCE PSYCHIATRICKÉ NEMOCNICE V OPAVĚ

Olomoucká 88, Opava

+420 553 695 223

AMBULANCE CNS CENTRUM TŘINEC

Kaštanová 268, Třinec

+420 558 309 574

PŘIJMOVÁ AMBULANCE PSYCHIATRICKÉ ODDĚLENÍ HAVÍŘOV

Dělnická 1132, Havířov 1 město +420 596 491 308

Potřebuješ informace a návody, jak zvládnout krizi?

MOBILNÍ APLIKACE



Nepanikař



VOS

WEBOVÉ STRÁNKY



NEVYPUSŤ
DUŠI



NA TENKÉ
LINCE

PODCAST