

## KRIZOVÉ LINKY S CELOSTÁTNÍ PŮSOBNOSTÍ

- **Linka bezpečí:** **116111**  
Nonstop pro děti a studenti do 25 let včetně  
Chat: <https://chat.linkabezpeci.cz> - denně 09:00-13.00 a 15:00-19:00  
E-mailové poradenství: [pomoc@linkabezpeci.cz](mailto:pomoc@linkabezpeci.cz)  
Kontaktní e-mail: [info@linkabezpeci.cz](mailto:info@linkabezpeci.cz)  
**Rodičovská linka:** **606 021 021**  
PO-ČT, 09:00-21:00, PÁ 9:00-17:00  
rodinné a výchovné poradenství pro rodiče, prarodiče a ostatní členy rodiny, pedagogy a další dospělá, kteří jednají v zájmu dítěte  
Chat: <https://chat.rodicovskalinka.cz/> - NE: 17:00-21:00  
E-mailové poradenství: [pomoc@rodicovskalinka.cz](mailto:pomoc@rodicovskalinka.cz)  
Web: <https://www.linkabezpeci.cz/>  
Korespondenční adresa: Linka bezpečí, z.s., Ústavní 95, 181 02 Praha 8 – Bohnice
- **Linka důvěry Dětského krizového centra** **241 484 149, 777 715 215**  
**Nonstop** pro ohrožené děti a dospívající  
Skype: [ld\\_dkc](https://www.skype.com/), PO-ČT 14:00-22:00  
Chat: <http://elinka.internetporadna.cz/>  
Provozní doba chatu: PO, ST, PÁ 14:00-18:00, SO a NE: 9:00-13:00 a 14:00-18:00ne: 9-13  
E-mailové poradenství: [problem@дитеkrize.cz](mailto:problem@дитеkrize.cz)  
Kontaktní e-mail: [ld@дитеkrize.cz](mailto:ld@дитеkrize.cz)  
Web: <https://www.дитеkrize.cz>
- **Linka pro rodinu a školu (Cesta z krize):** **116 000**  
Nonstop, zdarma (pomoc dospělým ohledně dětí - **pro rodiče, příbuzné, učitele, vychovatele**)  
Zaměření: Problematika ohroženého dítěte, primárně pro dospělé kolem dítěte, ale i děti či mládež, kterých se potíží týká (rodiče, příbuzní, pedagogové a další profesionálové pracující s dětmi, kamarádi či jiní blízcí dítěte, sousedé, veřejnost).  
Provozní doba telefonu: NONSTOP  
Chat: <https://linkaztracenedite.cz/chat/>, denně 15:00-18:00  
E-mailové poradenství: [116000@cestazkrize.net](mailto:116000@cestazkrize.net)  
Kontaktní e-mail: [info@ztracenedite.cz](mailto:info@ztracenedite.cz); [lucie.hermandkova@cestazkrize.net](mailto:lucie.hermandkova@cestazkrize.net)  
Web: <https://www.linkaztracenedite.cz/>  
Korespondenční adresa: Cesta z krize, z. ú., Plaská 589/11, 150 00 Praha 5 – Malá Strana
- **Linka první psychické pomoci (Cesta z krize):** **116 123** (nonstop), ZDARMA  
krizová pomoc pro dospělé  
chat: [www.chat-pomoc \(](http://www.chat-pomoc.cz)
- **Linka duševní tísně (Most k naději, z.s.):** **476 701 444**  
bezplatný skype telefon: [ldt.most](https://www.skype.com/)  
E-mailové poradenství: [ldt.most@mostknadeji.cz](mailto:ldt.most@mostknadeji.cz) - odpovědi do 7 dnů
- **Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí (Bílý kruh bezpečí):** 116 006 (nonstop), ZDARMA, pomoc pro oběti a pozůstalé

- **Národní linka pro odvykání:** **800 350 000**  
(PO-PÁ, 10-18:00), ZDARMA  
pomoc pro osoby se závislostí na cigaretách, alkoholu, lécích, drogách, hraní, sociálních sítích
- **Linka EDA** **800 405 060**  
pro pečující o děti s postižením či vážnou diagnózou nebo po úrazu – denně 9:00-20:00  
chat: <https://eda.cz/cz/co-delame/linkaeda> - pondělí-pátek 9:00-15:00  
e-mail: <mailto:linka@eda.cz>
- **Linka Anabel** **774 467 293**  
telefonická krizová pomoc pro problematiku spojenou s okruhem poruch příjmu potravy  
pondělí 8:00-16:00, úterý 10:00-18:00, středa-pátek 8:00-16:00  
**Kontaktní Centra:**  
Brno: 724 824 619  
Praha: 775 904 778  
Ostrava: 602 236 457  
E-mail: [posta@anabell.cz](mailto:posta@anabell.cz)
- **Modrá linka** **608 902 410, 731 197 477**  
Pomoc v obtížných životních situacích pro děti i dospělé  
denně od 9:00 do 21:00, chat: 12:00-21:00  
chat: <https://chat.modralinka.cz/>  
e-mail: [help@modralinka.cz](mailto:help@modralinka.cz)
- **Národní linka pomoci AIDS** **800 144 444**  
Po-Čt 9:00-12:00 a 13:00 -18:00, Pá 9:00-12:00 a 13:00-16:00

Výčet regionálních linek důvěry pro děti i dospělé (a aktuální informace o nich) naleznete na  
<http://www.capld.cz/linky-duvery-cr>

## KRIZOVÁ CENTRA

- **Dětské krizové centrum** - V Zápolí 21, 141 00 Praha 4  
pevná linka: [241 484 149](tel:241484149)  
mobil: [777 715 215](tel:777715215)  
rizika kyberprostoru: [778 510 510](tel:778510510)  
e-mail: [problem@дитеkrize.cz](mailto:problem@дитеkrize.cz)  
Skype Linka důvěry: [Id\\_dkc](https://www.skype.com/name/Id_dkc)  
[on-line chat](#)
- **Centrum krizové intervence Psychiatrické nemocnice Praha - Bohnice - Ústavní 91, Praha 8**  
[Linka důvěry Centra krizové intervence](#) **284 016 666**

nonstop

- **Krizové centrum pro děti a dospívající** – Hapalova 4, Brno – Řečkovice  
tel. 541 229 298, 723 006 004, [css.sspd@volny.cz](mailto:css.sspd@volny.cz), ambulantní i pobytové služby
  - **Krizové centrum RIAPS** - Chelčického 39, Praha 3, tel. 222 586 768, nepřetržitý provoz
  - **SOS centrum – Diakonie ČCE – SKP v Praze** – Varšavská 37, Praha 2, pro osoby od 11 let  
tel. 222 514 040, 777 734 173, 608 004 444, pondělí až pátek 9 – 20, e-mail:  
[linka.duvery@diakonieskp.cz](mailto:linka.duvery@diakonieskp.cz)
  - **Krizové centrum Spondea** – linka pro rodiny a děti 608 118 088 - Sýpka 25, Brno – Černá Pole
  - **Krizové centrum Fakultní nemocnice Brno** – Jihlavská 20 (budova G), Brno – Bohunice, ambulance  
tel. 532 232 078
- Linka Naděje NONSTOP **547 212 333**
- **Krizové centrum Ostrava** – Ruska 94/29, Ostrava – Vítkovice, tel. 596 110 882-3, 732 957 193,  
[krizovecentrum@kriceos.cz](mailto:krizovecentrum@kriceos.cz)

## VYBRANÉ WEBOVÉ STRÁNKY VĚNUJÍCÍ SE DUŠEVNÍMU ZDRAVÍ

- [Národní ústav duševního zdraví](#)
  - [Opatruj.se](#)
  - [Psychoportál](#)
  - [Národní portál psychiatrické péče](#)
  - [Duševní zdraví \(edu.cz\)](#)
  - [Reforma psychiatrie](#)
  - [Asociace dětské a dorostové psychiatrie](#)
  - [Na rovinu](#)
  - [Nepanikař](#)
  - [Nevypuť duši](#)
  - [Fokus Praha](#)
-