

Telefonické poradenství a podpora pro děti, mládež a rodinu

Vyhlášení nouzového stavu s sebou přineslo mimo jiné uzavření škol a zákaz volného pohybu po území republiky. To s sebou nese zvýšený tlak na rodiny. Děti jsou většinu dne doma, členové rodiny spolu tráví více času, než byli doposud zvyklí, a nemají možnost „úniku“. U některých tato mimořádná situace vede k semknutí rodiny, k prohloubení vzájemných vztahů a ke zlepšení komunikace mezi členy rodiny. V určitém procentu rodin se to naopak dařit nemusí a tito lidé pak zažívají úzkosti a konfliktní situace. A nejde jen o rodiče, ale i děti, pro které je momentálně také nesmírně náročné trávit volný čas pouze doma s rodiči, mít nedostatek sociálního kontaktu. Samy se v situaci těžko orientují a možná nevědí, kam se obrátit o radu.

V rámci České republiky existuje několik celostátních telefonických linek či internetové poradenství pro rodiny a zvláště i pro děti a mládež. Na těchto linkách dle možností poradí odborníci, kteří rozumí potřebám a problémům spojeným s rodinným životem.

V Olomouckém kraji i nadále fungují psychologické služby, na které se lze v současné situaci obrátit telefonicky.

Modrá linka

Telefon: 549 241 010, mobil: 608 902 410, Provoz: PO – NE: 9:00 - 21:00 hod.

E-mail: help@modralinka.cz, Web: <http://www.modralinka.cz/>

Audiochat prostřednictvím Skype: skype name: modralinka (9:00 - 21:00)

Internetové poradenství: (odpovědi do 48 hodin), E-mail: help@modralinka.cz

Chat: <https://chat.modralinka.cz/>

Provozní doba chatu: Po: 09:00 – 15:00 a 18:00 – 21:00, St, So: 18:00 - 21:00

Linka důvěry Dětského krizového centra

Telefon: 241 484 149, mobil: 777 715 215, Provoz: NONSTOP

E-mail: ld@ditekrize.cz, web: <http://www.ditekrize.cz>

Audiochat prostřednictvím Skype: skype name: ld_dkc

Provoz: Po-Čt: 14:00 – 22:00, Pá-Ne: 10:00 – 22:00,

Internetové poradenství, E-mail: problem@ditekrize.cz

Chat: <http://elinka.iporadna.cz>

Provoz: Po: 14:00 - 18:00, Pá: 14:00 - 18:00, So, Ne: 9:00 - 13:00 a 14:00 - 18:00

Linka důvěry Spondea

Telefon: 541 235 511, mobil: 608 118 088

Provoz: Po - Čt: 8:00 - 18:00, PÁ: 8:00 - 16:00

E-mail: krizovapomoc@spondea.cz

Web: <http://www.spondea.cz/>

Internetové poradenství: (odpovědi do 2 dnů), e-mail: krizovapomoc@spondea.cz

Linka bezpečí

Bezplatný krizový telefon: 116 111, telefon kontaktní: 266 727 979, provoz: NONSTOP

E-mail: info@linkabezpeci.cz

Web: <http://www.linkabezpeci.cz>

Internetové poradenství: (odpovědi do 3 pracovních dní), e-mail: pomoc@linkabezpeci.cz

Chat: <https://chat.linkabezpeci.cz>

Provoz: každý den (od pondělí do neděle) 09:00 – 13:00 a 15:00 – 19:00

V rámci Olomouce je k dispozici několik telefonických poraden věnujících se celým rodinám.

Telefonická krizová pomoc

Telefon 585 414 600 - všední den od 18:00 do 6:00, víkendy a svátky nonstop

<https://www.internetporadna.cz>.

Chat: <https://elinka.internetporadna.cz/>

Poradna Bílého kruhu bezpečí Olomouc

Tel. 116 006 nonstop (bezplatně), případně tel.: 585 423 857 nebo 732 700 533

e-mail: bkb.olomouc@bkb.cz

Odkazy na další informační linky či webové stránky v rámci Olomouckého kraje:

<https://www.krajpomaha.cz/kontakt>