



# TELEFONICKÁ KRIZOVÁ POMOC CDZ RIAPS

**Naším cílem je napomoci Vám s tím, co vás trápí, poskytnout Vám informace a ukázat Vám, jak může být návazná pomoc užitečná a může Vám pomoci zlepšit kvalitu vašeho života.**

**+ 4 2 0 7 0 2 2 5 6 7 6 2**

Podzim přináší změny a nové výzvy. Pokud cítíte, že Vás něco tíží nebo znáte někoho, kdo potřebuje pomoc, neváhejte nás kontaktovat. Jsme tu pro vás, abychom vám poskytli podporu, poradili a případně Vás navedli na další odborné služby.

Naše krizová linka je k dispozici **nonstop**.

## **Co můžete očekávat od naší krizové pomoci?**

- Vyslechnutí a podporu
- Bezpečné a anonymní prostředí
- Dopomoc při řešení stresu a obtíží
- Informace a kontakty na další odborné služby