



Zásady pro práci s rizikovými situacemi žáků

Mapa pomoci

... aneb jak pomoci dětem, které něco trápí
nebo jim dospělí ubližují



Mapa pomoci

aneb

**jak pomoci dětem, které něco trápí
nebo jim dospělí ubližují**

Obsah

Úvod.....	5
Zásady pro práci s rizikovými situacemi žáků	6
Vhodná doporučení při volbě otázek pro vedení rozhovoru s dítětem	7
ŠIKANA	8
1. Základní informace	8
2. Varovné signály	9
3. Právní rámec.....	10
4. Doporučený postup	11
5. Odborná pomoc.....	13
6. Odkazy na literaturu	14
KYBERŠIKANA	15
1. Základní informace	15
2. Varovné signály	16
3. Právní rámec.....	16
4. Doporučený postup	17
5. Odborná pomoc.....	18
6. Odkazy na literaturu	19
SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	20
1. Základní informace	20
2. Varovné signály	20
3. Právní rámec.....	20
4. Doporučený postup	21
5. Odborná pomoc.....	22
6. Odkazy na literaturu	22
SEBEVRAŽEDNÉ CHOVÁNÍ U DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH.....	23
1. Základní informace	23
2. Varovné signály	24
3. Právní rámec.....	24
4. Doporučený postup	25
5. Odborná pomoc.....	26
6. Odkazy na literaturu	27

NÁVYKOVÉ LÁTKY	28
1. Základní informace	28
2. Varovné signály	28
3. Právní rámec.....	29
4. Doporučený postup	30
5. Odborná pomoc.....	32
6. Odkazy na literaturu	33
PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY	34
1. Základní informace	34
2. Varovné signály	35
3. Právní rámec.....	36
4. Doporučený postup	36
5. Odborná pomoc.....	36
6. Odkazy na literaturu	38
EXTREMISTICKÉ POSTOJE ŽÁKŮ	39
1. Základní informace	39
2. Varovné signály	40
3. Právní rámec.....	40
4. Doporučený postup	40
5. Odborná pomoc.....	42
6. Odkazy na literaturu	43
PARTNERSKÉ VZTAHY A SEXUALITA DOSPÍVAJÍCÍCH	44
1. Základní informace	44
2. Varovné signály	45
3. Právní rámec.....	45
4. Doporučený postup	45
5. Odborná pomoc.....	46
6. Odkazy na literaturu	47
TÝRANÉ, ZNEUŽÍVANÉ A ZANEDBÁVANÉ DÍTĚ	48
1. Základní informace	48
2. Varovné signály	50
3. Právní rámec.....	50
4. Doporučený postup	51
5. Odborná pomoc.....	52
6. Odkazy na literaturu	53

ROZVOD, ROZCHOD RODIČŮ A DOMÁCÍ NÁSILÍ.....	54
1. Základní informace	54
2. Varovné signály	55
3. Právní rámec.....	55
4. Doporučený postup	55
5. Odborná pomoc.....	56
6. Odkazy na literaturu	56
DOMÁCÍ NÁSILÍ MEZI RODIČI.....	57
1. Základní informace	57
2. Varovné signály	58
3. Právní rámec.....	58
4. Doporučený postup	58
5. Odborná pomoc.....	59
6. Odkazy na literaturu	61
Rozcestník služeb.....	62

Úvod

Dobrý den,

dostává se vám do ruky příručka Mapa pomoci, která v rámci vybraných témat umožňuje základní porozumění obtížím, s nimiž se u svých žáků můžete setkat.

Jsme si vědomy toho, že setkávat se s krizovými, ale dlouhodobými osobními problémy dětí není jednoduché. Pedagoga vnímáme jako toho, kdo si všimne, že se žákovi něco děje, kdo dítě v krizové situaci ošetří a zprostředkuje mu patřičnou odbornou pomoc buď ve spolupráci s vedením školy a odborným zařízením, nebo prostřednictvím rodičů. Jsou tři možnosti, jak se s obtížemi u dětí setkat. Sami pozorujete jisté signály v chování nebo se na vás obracejí jejich spolužáci či za vámi dítě samo s problémem přichází.

Někdy je velmi těžké ze signálů rozpoznat, co přesně se s dítětem děje, protože může jít buď o shluk několika obtíží najednou, nebo o situační záležitost. Avšak vždy je dobré tyto signály ve školním prostředí vnímat a konzultovat je s kolegy, popř. s odborníky, a společně zvažovat přiměřený postup.

Pokud za vámi dítě s problémem přichází a má ve vás důvěru, může se stát, že na vás přenese část této tíhy. Obecný návod, jak je možné se v dané situaci zachovat, vám zde sice poskytneme, ale nikdy nemůže být dokonalý, jelikož situace je vždy specifická a vy i dítě do ní vstupujete sami za sebe. Představuje to především znalosti o dané problematice a dovednost vést s dítětem na dané téma rozhovor.

Děti, které se rozhodnou se svou obtížnou situací někomu svěřit, potřebují obvykle někoho, kdo jim dá najevo zájem a vyslechne je bez hodnocení. Už tím mu primárně poskytne úlevu. V těchto případech můžete společně s dítětem hledat optimální řešení jeho situace, pokud mu dáte dostatečný prostor pro přijetí jeho pocitů a myšlenek. Optimální řešení musí vycházet z potřeb konkrétního dítěte, které s vhodnou podporou nalezne nejlépe ono samo. Přesto je poté vždy lepší kontaktovat odborníka, se kterým konkrétní problém můžete prodiskutovat, naléznout podporu pro sebe a poradit se o dalším postupu.

V našem sborníku jsme pro vás vybrali témata, která považujeme v současně době za nejaktuálnější. U každého tématu najdete základní informace a popis nejčastějších příčin. Dále přehled varovných signálů, které vás mohou na daný problém upozornit, a především několik konkrétních doporučení, jak s dospívajícím, popř. s jeho rodiči o situaci komunikovat. U každého tématu také naleznete odkazy na literaturu nebo informační materiály k podrobnějšímu studiu. V neposlední řadě vám nabízíme adresář kontaktů na zařízení či instituce, kam je možné se ve vašem regionu obrátit a danou situaci konzultovat či je doporučit rodině vašeho žáka.

Zásady pro práci s rizikovými situacemi žáků:

- Všímejte si změn v chování žáků a buďte jim k dispozici.
- Snažte se chápat příčiny závažného jevu jako způsob, jak se dítě pokouší vyrovnat s obtížnou situací.
- Nepospíchejte. Těžká situace, v níž se žák aktuálně nachází, většinou vznikala delší dobu a bude potřebovat minimálně stejnou dobu na to, aby odezněla.
- Pro důvěrný rozhovor najděte vhodný prostor, čas a soukromí.
- Važte si projevené důvěry dítěte a oceňte ho za to, že za vámi přišlo.
- Vytvořte atmosféru přijetí, podpory a porozumění a dávejte najevo zájem o dítě i jeho situaci.
- Více naslouchejte, rozhovor rozvíjejte vhodným otázkami (viz níže). Respektujte žákův čas a tempo rozhovoru.
- Neodvádějte pozornost od toho, o čem chce žák mluvit, i když pro vás může být téma těžké.
- Nemluvte za dítě, respektujte a přijímejte jeho vidění situace. Nevnučujte žákovi vlastní řešení, i když vám se osvědčilo.
- Nehodnoťte, nesudte, nekritizujte.
- Nesnažte se žáka rozptýlit, rozveselit a říkat banality („Zítra už si na to ani nevzpomeneš“).
- Neslibujte a planě neutěšujte („To bude dobré, maminka to pochopí“).
- Nedávejte rychlé a neuvážené rady.
- Nepropadejte panice, dopřejte si odstup, rozmyšlení nejvhodnějšího postupu, čas na konzultaci situace s kolegy a odborníky.
- Nebojte se jakoukoli situaci konzultovat s odborníkem, uvědomte si, že na ni nemusíte být sami.
- Zprostředkujte dítěti a jeho rodině odbornou pomoc.
- Dávejte hranice nežádoucího chování ve škole, nabízejte a oceňujte alternativy, tj. méně rizikové způsoby chování.

Vhodná doporučení při volbě otázek pro vedení rozhovoru s dítětem:

- **Používejte otevřené otázky (jak, co).**
 - Co se stalo?
 - Co víc mi o tom můžeš říct?
 - Jak to vidíš ty?
 - Jak se stalo, že...?
 - Stalo se ti někdy něco podobného? Už ses někdy takhle cítil? A co ti tenkrát nejvíc pomohlo? Co se osvědčilo?
 - Znáš někoho, kdo byl v podobné situaci jako ty? Co mu pomohlo ji vyřešit?
 - Co (kdo) ti teď pomáhá to zvládat?
 - Jak tvůj problém vidí maminka? Kdyby o tvém problému věděli rodiče, jak by ho řešili?

- **Reflektujte pocity.**
 - Vidím, že tě to trápí.
 - Zdá se mi, že jsi naštvaný.
 - To asi můžeš mít strach.

- **Získávejte přiměřené informace.**
 - Kdy se to stalo?
 - Jak často se to stává?
 - Koho se to týká?
 - Kdo o tom ví?

- **Ujišťujte se, že správně rozumíte tomu, co žák říká.**
 - Jestli tomu dobře rozumím, říkáš že...
 - Je to tak, že...?
 - Chtěl bys, aby...?

- **Oceňujte žáka.**
 - Jsem ráda, že jsi mi to řekl.
 - Je dobré, že jsi na to upozornil.
 - Jsem ráda, že jsme o tom mluvili.

- **Shrňte, zopakujte důležité body rozhovoru.**
 - Mluvili jsme o tvé situaci, shrňme teď, co jsme probrali, domluvili jsme se, že teď uděláme...

Šikana

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Šikanou se označuje psychické a fyzické ubližování oběti, které nese následující znaky:

- patrný úmysl ublížit druhému
- opakované incidenty
- útočníkem může být žák nebo skupina žáků
- mezi útočníkem a obětí je nepoměr sil, silnější (fyzicky nebo sociálně) žák nebo skupina žáků takto ubližuje slabšímu nebo slabším žákům

Rozlišujeme pět stadií šikanování (*Kolář, Bolest šikanování*) podle závažnosti šikanujícího chování a formy účasti ostatních žáků ve třídě.

První stadium – zrod ostrakismu

V prvním stadiu šikany dochází většinou k mírnému psychickému násilí. Šikanovaný žák stojí na okraji třídního kolektivu, většina třídy se s ním nebaví, neuznává ho a odmítá. Bývá terčem různých zesměšňujících poznámek, „legráček“, pomluv apod. Tento prvek se v nějaké podobě objevuje ve většině tříd, při jeho neřešení ale může postupně přerůst v závažnější formy chování. Často se objevuje při vstupu nového žáka do třídního kolektivu, při vytvoření nového kolektivu apod. V této fázi je potřeba být k chování žáků ve třídě pozorný a volit preventivní metody, které napomohou většímu zapojení žáků na okraji třídy mezi ostatní. K tomu je možné využít metody skupinové práce v hodinách (*viz literatura*), různé aktivity pro podporu dobrých vztahů mezi žáky nebo intervenční programy.

Druhé stadium – přitvrzování manipulace, počátky fyzické agrese

Druhé stadium se nejčastěji projevuje v zátěžových situacích třídy, při nichž slouží žáci stojící na okraji jako hromosvod k odreagování napětí (*Minimalizace šikany, 2009*). Psychické násilí se zintenzivňuje a začíná přerůstat do mírné fyzické agrese. Těmto projevům je důležité věnovat pozornost, zastavovat je, upozorňovat na jejich nepřipustnost a případně je trestat. Naopak je vhodné všimnout si, podporovat a oceňovat projevy spolupráce a vzájemné podpory mezi žáky. Dát tím signály o podpoře oběti, netolerování agresivního jednání a normách chování i ostatním žákům.

Třetí stadium – vytvoření jádra

Pokud se šikana nepodaří zastavit v předchozích fázích, začne se ve třídě vytvářet tzv. jádro – skupina agresorů. Šikana se přestane dít nahodile, ale začne být promyšlená a systematická. Žáci ve třídě jsou rozděleni hierarchicky: agresoři, pomocníci agresorů, tiše přihlížející (obvykle většina třídy) a oběti. Do šikanování sice většina třídy není přímo zapojena, ale oběti nikdo nepomůže, většinou z obavy, aby se sami nestali terčem agresorů. Toto stadium je posledním, v němž může být v některých případech ještě účinný intervenční program vedený odborníky a návazná práce učitelů se třídou, tj. kdy mohou být

ve třídě ještě přítomny zdravé mechanismy, které při vhodné podpoře zabrání dalšímu rozvoji šikanování. V počátcích této fáze je nezbytné důsledně zastavovat a trestat jakékoli projevy násilí včetně psychického (zesměšňování, urážky atd.), ochraňovat a podporovat oběti a především aktivizovat přihlížející žáky, aby netolerovali šikanu ve své třídě. Později již je třeba systematicky pracovat za pomoci odborníka, někdy i s důsledným vyšetřením situací ve třídě.

Čtvrté stadium – většina přijímá normy agresorů

Ve čtvrtém stadiu si většina žáků ve třídě zvykne. Myslí si, že šikana je normální a oběti si takové chování zaslouží. Do aktivního šikanování se zapojuje více žáků. Oběť často svou roli přijímá, někdy dokonce společnost agresorů vyhledává.

Páté stadium – totalita, dokonalá šikana

V pátém stadiu je třída rozdělena na dvě skupiny, šikanující (mající práva) a šikanované (mající povinnosti). Násilí považují za normální všichni žáci včetně oběti. Ve čtvrtém a pátém stadiu je nezbytné vyhledat pomoc odborníků. Šikanu důsledně vyšetřit, potrestat, zajistit bezpečí. Pokud šikanou dochází k trestné činnosti, kontaktujte Policii ČR, ta poté koná ve spolupráci s Oddělením sociálně-právní ochrany dítěte. Často je třeba posléze třídu rozdělit, protože mechanismus šikany je v kolektivu přítomen a objeví se znovu i při případném vyloučení agresorů nebo odchodu obětí na jinou školu. V těchto stadiích může dojít k závažnému poškození zdraví, psychického vývoje, majetku.

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

Signály rizikové třídy z hlediska vzniku šikany:

- nápadné zlobení
- postranní mluvení (mluvení ve dvojicích, skupinkách)
- zesměšňování vlastního názoru
- zesměšňování cizího názoru
- přezdívký
- napadání názorů, umlčování
- specifické normy ve třídě (např. braní si věcí bez dovolení)
- zesměšňující hry, řetězové hry
- oslovování příjmením

Signály ve třídě, kde probíhá šikana:

- psychosomatické problémy některých žáků
- překvapivé záškoláctví
- přítomnost tajemství
- zastrašování jako hra
- někteří žáci mluví výrazně za jiné
- ospravedlňování násilí, ideologií
- násilí formou hry
- při řešení problémů třída převádí pozornost k nepřítomným žákům
- nápadná vyčleněnost jednotlivců (o přestávce, na chodbě, na hřišti)

Nepřímé signály šikanování z pohledu oběti:

- žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády, při týmových sportech je do týmu vybírán mezi posledními
- o přestávkách vyhledává blízkost učitelů
- má-li promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený, působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči, stává se uzavřeným
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje
- jeho věci jsou poškozené nebo zničené, případně rozházené, stále nějaké postrádá, odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole
- odřeniný, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit

Přímé znaky šikanování:

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet
- kritika žáka, výtky na jeho adresu pronášené nepřátelským až nenávisným nebo pohrdavým tónem
- nátlak na žáka, aby dával své věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil; příkazy od jiných spolužáků pronášené panovačným tónem a skutečnost, že se jim podřizuje
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich
- honění, strkání, šfouchání, rány, kopání, třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí; rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout

3. PRÁVNÍ RÁMEC

Škola má plnou odpovědnost za vyšetřování a řešení šikany, pokud k ní došlo v průběhu vyučování. Tato odpovědnost je právně vymahatelná včetně náhrady případné škody. Pokud má škola podezření, že došlo ke spáchání trestného činu, má povinnost informovat OSPOD. Je-li evidentní, že se jedná o trestný čin, musí se obrátit na orgány činné v trestním řízení (Policii ČR).

Žáci jsou trestně odpovědní od patnácti let. Za závažné činy mladších dětí nesou odpovědnost rodiče a žákům mohou být uložena prostřednictvím OSPOD různá výchovná opatření (např. dohled nad výchovou, péče odborného zařízení až nařízení ústavní výchovy).

V případě šikany nejčastěji dochází k porušení následujících právních norem:

- č. 200/1990 Sb., Zákon o přestupcích
- vyhrožování, bití – 49 přestupky proti obč. soužití
- proti majetku (50) – do 5 tis.

Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.

- § 175 Vydírání
- § 171 Omezování osobní svobody
- § 353 Nebezpečné vyhrožování
- § 173 Loupež

- § 228 Poškození cizí věci
- § 146 Ublížení na zdraví
- § 177 Útisk
- § 205 Krádež

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Zabývejte se každým oznámením o podezření ze šikany.
- Domluvte se na společném postupu s vedením školy a kolegy odpovědnými za prevenci a výchovu žáků.
- Odhadněte stádium šikany, ve kterém se třída nachází.
 - sepište si všechny informace, které v dané chvíli máte
 - vyhodnoťte, zda se třída nachází v počátečním (prvním nebo druhém) nebo pokročilém stadiu šikany (třetím až pátém)
 - zvolte další postup
- V případě nejistoty je vždy vhodnější kontaktovat odborníka (s pomocí diagnostických metod vyhodnotit situaci ve třídě).

Počáteční stadia šikany (první a druhé):

- Systematicky pracujte na dobrých vztazích mezi žáky ve třídě s využitím skupinových aktivit, podporou vzájemného poznávání se žáků, oceňováním prosociálního chování ve třídě.
- Nikdy nepřehlížejte varovné signály (i když se vám mohou zdát jen jako legrace), reagujte na ně, zastavujte je, netolerujte je.
- Můžete využít intervenční programy zaměřené na mapování vztahů ve třídě a zlepšení sociálního klimatu.

Pokročilá stadia šikany (třetí až páté):

- Je třeba šikany důsledně vyšetřit v souladu s Metodickým pokynem MŠMT, vnitřním předpisem o řešení šikany v Minimálním preventivním programu školy a se školním řádem.
- Vyšetřování by mělo poskytnout odpovědi na následující otázky:
 - Kdo je obětí, případně kolik jich je?
 - Kdo je agresorem/agresory? Kdo z nich je iniciátor, kdo aktivní účastník šikanování a kdo je obětí i agresorem zároveň?
 - Co, kdy, kde a jak dělali agresoři obětím?
 - K jak závažným projevům šikany došlo?
 - Jak dlouho šikana trvá?
- Při vyšetřování je nezbytné akceptovat následující principy a pořadí při vyšetřování (souhlas rodičů není vyžadován):
 1. Vyslechněte informátory (nejčastěji rodiče, kolega, žák).
 2. Vyslechněte oběť (buďte připraveni, že oběti se většinou o šikaně obtížně mluví, může se cítit vinna nebo v ohrožení, může situaci bagatelizovat; stejné projevy se mohou objevit i při komunikaci s rodiči oběti).

3. Vyslechněte vhodné/důvěryhodné svědky (žáci, kteří oběť neodmítají, sympatizují s ní, nejsou závislí na agresorech), pamatujte na to, že i ti se mohou obávat o situaci mluvit. Se svědky můžete mluvit i opakovaně po zjištění dalších informací.
 4. Zajistěte bezpečí oběti/obětem (např. dítě omluvit z docházky do školy).
 5. Shromážděte důkazy, bez nich nemá smysl vést rozhovor s agresory.
 6. Vyslechněte agresory (budou ve většině případů lhát nebo situace zlehčovat, případně označí oběť za agresora). Výslech agresorů je třeba připravit tak, aby nedošlo k potenciálnímu ohrožení dalších osob.
- O rozhovorech k vyšetřování šikany (zejm. s obětí a svědky) by neměli vědět ostatní žáci.
 - Nikdy nekonfrontujte agresora s obětí, ani se svědky.
 - Dejte si pozor, abyste neprozradili žádné informace, které jste se dozvěděli v průběhu vyšetřování, ani jejich zdroje (jména informátorů, svědků).
 - Na třídní schůzce informujte rodiče o probíhajícím vyšetřování šikany ve třídě a následných krocích, ale v rámci třídní schůzky nepřipusťte širší diskusi. Při individuálních rozhovorech s rodiči zajistěte, aby se vzájemně nepotkali.

Po vyšetření šikany realizujte všechna nezbytná opatření k zastavení šikanujícího chování, ochraně obětí, potrestání agresorů a nápravné práci se všemi žáky, jichž se šikana dotkla.

Konkrétní kroky je vhodné realizovat jako škola jednotně ve spolupráci s odborníkem a rodiči žáků.

Je třeba:

- Zastavit nežádoucí chování agresorů:
 - individuální pohovory s rodiči agresorů a agresorem samotným
 - nátlak prostřednictvím výchovné komise
 - spolupráce s OSPOD (při podezření na trestný čin, v případě nespolupráce rodičů), v případě trestného činu spolupráce s Policií ČR
 - výchovná opatření (napomenutí, důtka třídního učitele, ředitelská důtka, snížená známka z chování)
 - převedení agresora do jiné třídy
 - doporučení spolupráce agresora s výchovným zařízením (např. středisko výchovné péče)
- Ochrana oběti:
 - na péči o oběť nikdy nezapomínejte
 - doporučení adekvátní psychologické/psychoterapeutické pomoci, případně rodinné terapie
 - pokud nejste schopni zabránit další traumatizaci oběti ve stávající třídě, je vhodné rodičům oběti doporučit přeložení do jiné třídy
- Následná péče o třídu:
 - intervenční program se zaměřením na léčbu problematických vztahů mezi žáky

Škola je povinna prostřednictvím jednání výchovné komise seznámit s výsledky vyšetřování a realizovanými opatřeními individuálně:

- agresory
- rodiče agresorů
- rodiče oběti
- ostatní rodiče v rámci třídní schůzky
- všechny žáky ve třídě

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Telefonická krizová intervence a výchovné poradenství:

- Rodičovská linka Sdružení Linka bezpečí

Poradenství a pomoc při diagnostice a vyšetřování:

- střediska výchovné péče
- pedagogicko-psychologické poradny

Intervenční programy (vícečetná setkání celého třídního kolektivu v době vyučování vedená externími odbornými pracovníky slouží k mapování, podpoře zdravého sociálního klimatu a léčby vztahů mezi žáky):

- některá střediska výchovné péče
- některé pedagogicko-psychologické poradny
- některé organizace působící v primární prevenci rizikového chování (*viz Centra primární prevence*)

Prevence šikany:

- organizace působící v primární prevenci rizikového chování (*viz Centra primární prevence*)
- některé pedagogicko-psychologické poradny

Výchovná opatření po vyšetření šikany:

- orgány sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD)
- Policie ČR

Pro žáky (oběti i agresory)

Telefonická krizová intervence, e-mailové poradenství, chat pro děti:

- Linka bezpečí

Individuální terapie:

- střediska výchovné péče
- dětské psychologové

Specificky zaměřené skupinové programy:

- pedagogicko-psychologické poradny
- střediska výchovné péče
- organizace působící v prevenci rizikového chování

Pobytové programy:

- některá střediska výchovné péče

Poradenství a programy pro rizikovou mládež:

- nízkoprahové kluby pro děti a mládež

Pro rodiče

Telefonická krizová pomoc, rodinné a výchovné poradenství a internetová poradna:

- Rodičovská linka

Rodinné poradenství a terapie:

- střediska výchovné péče
- některé poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy
- rodinné poradny
- soukromí rodinní terapeuti

6. ODKAZY NA LITERATURU

KOLÁŘ, M. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011.

KOLÁŘ, M. *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2001.

ŘÍČAN, P., JANOŠKOVÁ, P. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010.

Minimalizace šikany. 2009.

SCHMIDOVÁ, ŠMEJKALOVÁ. Nápadník aktivit.

www.sikana.cz

www.sikana.org

www.minimalizacesikany.cz

www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx

Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení (č. j. 224 246/2008-50)

Kyberšikana

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Kyberšikana obvykle doprovází tradiční šikanu ve třídě či škole. Z tohoto pohledu je vlastně alternativou tradiční psychické šikany s využitím elektronických prostředků, jako jsou mobilní telefony, e-maily, sociální sítě, blogy, webové stránky, chaty, diskusní fóra a další komunikační kanály určené pro zveřejňování videí.

Oproti tradiční šikaně má kyberšikana pro agresora jednu velkou výhodu – anonymitu. Agresor se schovává za skrytá čísla, přezdívky, smyšlené e-mailové adresy. V tomto případě má každý možnost někoho šikanovat, aniž by byl nutně silnější nebo oblíbenější. Kyberšikana je nezávislá na místě a čase. Agresor nemusí být fyzicky na stejném místě jako oběť, informace mohou být bez vědomí oběti zveřejňovány po dlouhou dobu. Mírou zveřejnění, rychlostí šíření a anonymitou agresora mohou být oběti kyberšikany vystaveny psychickému násilí ve větší míře než u tradiční šikany. Kyberšikana často zaručuje velký počet diváků nebo čtenářů, přičemž se stále mohou přidávat další.

Projevy kyberšikany

Následující projevy kyberšikany se dějí nejčastěji prostřednictvím vytvořených webových stránek, portálů pro zveřejňování videí (youtube), blogů, sociálních sítí (facebook, lide.cz, mspace, spoluzaci.cz atd.), mobilních telefonů (SMS, MMS zprávy), e-mailů, veřejných chatů a diskusních fór nebo dalšími komunikačními kanály (např. ICQ, twitter).

- zveřejňování ponižujících, intimních nebo lživých informací, choulostivých fotografií, např. záznamy aktů šikany, pornografické fotografie s tváří oběti, videonahrávky spolužáků nebo učitelů, kterými jsou dotyční zesměšňováni
- posílání obtěžujících, výhrůžných nebo krutých zpráv oběti
- krádež hesla a identity, zneužití cizí identity ke kyberšikaně nebo dalšímu jednání (např. přihlášení se do cizího e-mailu a rozesílání zpráv jménem vlastníka schránky)
- ztrapňování pomocí falešných profilů (např. vytvoření profilu se jménem žáka na sociální síti a zveřejňování falešných, většinou ponižujících informací, jako by je o sobě zveřejňoval on, často s využitím fotografií nebo karikatur)
- provokování a napadání v přímé, většinou veřejné online komunikaci mezi agresorem a obětí
- zveřejňování cizích tajemství s cílem poškodit oběť
- vyloučení z virtuální komunity (např. zamezení přístupu některého žáka do diskusní skupiny třídy)
- obtěžování (např. opakovaným prozváněním, voláním nebo psaním zpráv)
- vytváření internetových anket s cílem někoho zesměšnit, např. vytvoření hlasování Souhlasím/ Nesouhlasím s výrokem „Růžena je hnusná a smrdí“
- zaslání pornografických a jiných obtěžujících e-mailů a zpráv nebo virů (např. přihlášení e-mailu oběti k odběru pornografických zpráv nebo různých nabídek)

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- stejné příznaky jako u tradiční šikany
- žák změní frekvenci užívání počítače nebo jej úplně přestane používat
- je nervózní, nejistý při čtení e-mailů nebo SMS zpráv v mobilu
- chodí mu nadměrné množství zpráv či e-mailů nebo ho velmi často někdo prozvání
- při odchodu od počítače je patrné zhoršení jeho nálady
- vyhýbá se rozhovoru o tom, jak tráví čas u počítače, stává se v tomto tématu nepřírozeně uzavřený i vůči kamarádům nebo členům rodiny

Na kyberšikanu mohou dále upozornit následující příznaky:

- žák používá několik online účtů nebo adres, které ani nemusí být jeho
- žáci se bez vysvětlení často shromažďují kolem počítače a prohlížený obsah bývá předmětem veselí
- rychle vypínají monitor nebo zavírají programy v počítači, když se přiblížíte
- vyhýbají se rozhovorům o tom, co dělají na počítači
- tráví u počítače dlouhé hodiny v noci

3. PRÁVNÍ RÁMEC

- Školský zákon (zákon 561/2004 Sb.)
- Trestní zákoník (zákon 40/2009 Sb.)
 - Trestné činy proti svobodě:
 - § 175 Vydírání
 - § 176 Omezování svobody vyznání
 - Trestné činy proti právům na ochranu osobnosti, soukromí a listovního tajemství:
 - § 182 Porušení tajemství dopravovaných zpráv
 - § 183 Porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí
 - § 184 Pomluva
 - Trestné činy proti lidské důstojnosti v sexuální oblasti:
 - § 191 Šíření pornografie
 - § 192 Výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií
 - § 193 Zneužití dítěte k výrobě pornografie
 - Trestné činy proti rodině a dětem:
 - § 202 Svádění k pohlavnímu styku
 - Trestné činy proti majetku:
 - § 230 Neoprávněný přístup k počítačovému systému a nosiči informací
 - § 231 Opatření a přechovávání přístupového zařízení a hesla k počítačovému systému a jiných takových dat
 - § 232 Poškození záznamu v počítačovém systému a na nosiči informací a zásah do vybavení počítače z nedbalosti
 - Trestné činy obecně ohrožující:
 - § 287 Šíření toxikomanie
 - Trestné činy narušující soužití lidí.

- § 352 Násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci
- § 353 Nebezpečné vyhrožování
- § 354 Nebezpečné pronásledování
- § 355 Hanobení národa, rasy, etnické nebo jiné skupiny osob
- § 356 Podněcování k nenávisti vůči skupině osob nebo k omezování jejich práv a svobod
- Občanský zákoník (zákon 40/1964 Sb.)
- § 11, 12, 13, 15, 16 Ochrana osobnosti
- § 19b, odst. 2 a 3 o neoprávněném použití názvu právnické osoby
- § 424 Odpovědnost za škodu způsobenou úmyslným jednáním proti dobrým mravům
- Zákon o elektronických komunikacích (127/2005 Sb.):
- § 67 Identifikace zlomyslných nebo obtěžujících volání
- § 93 Zneužití elektronické adresy odesílatele
- Zákon o ochraně osobních údajů (101/2000 Sb.):
- § 10
- § 44, odst. 2, písmeno c
- § 44a, odst. 3

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Zjistěte případnou provázanost kyberšikany se šikanou ve třídě nebo škole. Pokud se vazba na tradiční šikanu prokáže, postupujte stejně (viz kapitola šikana).
- Důkladně prošetřete všechna oznámení o podezření na kyberšikanu. Je nutné takové případy zachytit okamžitě z důvodu jejich rychlého šíření.
- Ponechávejte si všechny důkazy kyberšikany. Založte si složku, kde budete mít všechny snímky obrazovky, zprávy, záznamy apod.
- Konzultujte situaci s výchovným poradcem popř. metodikem prevence a v případě možnosti s pracovníkem informačních technologií (správce sítě, učitelé výpočetní techniky). Domluvte se na společném postupu. Pokud si konkrétními kroky nejste jisti, obraťte se na odborníka v oblasti kyberšikany.
- Ve spolupráci s IT či dalším odborníky zajistěte zablokování a zastavení šíření závadného obsahu (nahlášení závadného obsahu správci sociální sítě a diskusního fóra, smazání obsahu na internetových stránkách nebo jejich zablokování, zablokování hovorů, e-mailů, vymazání z přátel atp.).
- Pokud se vám v rámci šetření kyberšikany podaří odhalit kyberagresora, postupujte stejným způsobem jako u šikany.
- Nezapomínejte na ošetření oběti, doporučte jí, aby nereagovala na jakýkoli projev kyberšikany.
- Máte-li podezření na spáchání trestného činu, nejste si jisti technickou formou odstranění obsahu či jeho závažností, vždy kontaktujte některou z hotline specializovaných na kyberšikanu (viz kontakty). Tyto linky mají větší nástroje k zablokování obsahů stránek nebo telefonních čísel, vyhodnocení trestnosti a úzce spolupracují s Policií ČR. Doporučujeme je kontaktovat vždy i vzhledem k rozdílnosti bezpečnostních opatření a zacházení se závadným obsahem jednotlivých poskytovatelů internetových služeb a mobilních operátorů. Ti poté kontaktují provozovatele stránek, zamezí přístup a mají možnost dohledat s pomocí policie některé IP adresy (tj. vystopovat počítač, ze kterého byla zpráva odeslána).

- Přizvěte rodiče oběti ke spolupráci, informujte je o situaci a realizovaných opatřeních a domluvte se s nimi na dalších postupech (ať již k ochraně oběti či ke sledování situace za účelem odhalení agresora). Doporučte jim, aby všechny důkazy kyberšikany ukládali a aby v případě potřeby vyhledali pro své dítě odbornou pomoc. Předejte jim kontakty na příslušná zařízení.
- Za základní systém prevence kyberšikany považujeme nastavení pravidel a opatření při jejich porušení pro používání informačních technologií v rámci školy. Např.:
 - informování žáků o netiketě a „listině práv na internetu“, jsou v místnosti vyvěšena
 - zákaz používání mobilních telefonů během vyučování
 - možnost blokování přístupu na internet při vyučování
 - automatické blokování vybraných webových stránek (zejména všechny stránky obsahující pornografii, násilí, extremistické projevy atp.)
 - každý žák má svůj účet, ke kterému zná heslo jen on, a to si může také sám změnit, přihlašování se na cizí účet je přísně trestáno
 - škola vede evidenci o přístupu žáků k počítačům ve škole
 - ve sdílených dokumentech na intranetu (interních webových stránkách) je na první pohled vidět, kdo který soubor nebo složku vytvořil či upravil
- Zajistěte vhodný vzdělávací program pro žáky a učitele o bezpečnosti na internetu.

Obětí kyberšikany ve škole se může stát i učitel. Doporučujeme opět kontaktovat specializovanou službu nebo Policii ČR.

5. ODBORNÁ POMOC

Pomoc pro školu s vyšetřováním kyberšikany, která je vázána na tradiční šikanu, stejně jako pomoc pro oběti, agresory a jejich rodiny (*viz kapitola Šikana*).

Nahlášení nezákonného a nevhodného obsahu na internetu:

- specializovaná hotline

Poradenství ke kyberšikaně:

- Linka bezpečí a Rodičovská linka
- specializovaná hotline

6. ODKAZY NA LITERATURU

www.e-bezpeci.cz

www.e-nebezpeci.cz

www.saferinternet.cz

www.bezpecne-online.cz

www.protisikane.cz

www.e-nebezpeci.cz

KREJČÍ, V. *Kyberšikana a kybernetická šikana*. Olomouc: 2010. ISBN 978-80-254-7791-5. www.e-nebezpeci.cz

Kyberšikana a její prevence, příručka pro učitele. www.varianty.cz

www.linkabezpeci.cz/data/articles/down_503.pdf – článek Děti a internet

nová publikace Linky bezpečí

Sebepoškozování

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Sebepoškozování je úmyslné ubližování vlastnímu tělu, které umožňuje ventilovat nepříjemné emoce, snižovat pocity úzkosti a napětí, vzteku a obav. Primárně se jedná o strategii zvládnání stresu. Sebepoškozující se člověk se např. řízne ve chvíli, kdy v sobě cítí nezvladatelný vztek, neumí ho jiným způsobem vyjádřit či nemá množnost ho jinak ventilovat. Samotné říznutí pro něj znamená úlevu a uvolnění vysoké vnitřní tenze. Cílem sebepoškozování není oproti sebevražednému jednání vědomě zemřít.

Sebepoškozování se nejčastěji vyskytuje v souvislosti:

- se snahou přebít psychickou bolest bolestí fyzickou, tzn. nepříjemný psychický stav a emoce, které jsou dle sebepoškozujícího jinak neovlivnitelné, na chvíli překrýt, utlumit či zastavit bolestí fyzickou, která je pro něj lépe zvladatelná
- dalším motivem může být snaha o potvrzení své vlastní existence a potlačení pocitu prázdnoty
- sebepoškozující lidé mají velice často ve své osobní historii nějaký silný traumatický zážitek v oblasti psychického, tělesného či sexuálního zanedbávání nebo chaotických rodinných poměrů, podstatný vliv na sebepoškozování má prostředí, kde dítě nemůže vyjadřovat své bolestivé a negativní zkušenosti a emoce

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- dospívající sebou pohrdá, prohlašuje se za neschopného, má velmi nízkou sebeúctu, pochybnosti o sobě a o vlastních emocích
- vyjadřuje pocit, že „je k ničemu“ a že je dobré „od života mnoho nechtít“
- časté emoční výkyvy (především smutek, strach, zlost) a obtíže v jejich zvládnání
- nevysvětlitelné modřiny a rány
- nošení dlouhých rukávů a dlouhých nohavic (v chladném i teplém počasí)
- lhaní, skrývání, vymyšlení nejrůznějších záminek a historek, když je nějaké zranění objeveno
- přítomnost jiných obtíží, např. poruchy příjmu potravy, užívání návykových látek, psychické poruchy (zejm. deprese)
- vyznávání radikálních módních a hudebních stylů, např. emo, gothic

3. PRÁVNÍ RÁMEC

Pokud rodiče sebepoškozujícího se dítěte na základě vašeho upozornění nevyhledají odbornou pomoc, můžete mít oprávněné podezření na zanedbání povinné péče o dítě. V takové situaci je vaší povinností upozornit na situaci oddělení sociálně právní ochrany dítěte (OSPOD).

4. DOPORUČENÝ POSTUP

Co dělat v případě, že se dospívající sebepoškozují:

- Je nutné si uvědomit, že sebepoškozování je důsledkem psychického trápení.
- Je přirozené, že můžete cítit hněv, vztek, být v šoku, mít tendenci žáka odsoudit nebo prožívat frustraci z toho, že nevíte, jak mu pomoci. Při samotné komunikaci s dospívajícím byste ale neměli reagovat pod vlivem těchto intenzivních emocí.
- Mluvte v klidu, nesudte a zároveň vyjádřete své přijetí a obavy.
- Porozumění tomu, jak moc dospívající trpí, je důležité stejně jako informace o vhodnějších způsobech zvládnání obtíží a motivace k přijetí odborné pomoci.
- Více naslouchejte a nepodsouvejte mu svůj názor na situaci.
- Výhrůžky, poučování či podmíněné odměny jsou málokdy účinné. Neptejte se dospívajícího např. „Proč to děláš?“ nebo „Proč jsi to udělal?“.
- Nesnažte se okamžitě vyřešit jeho problém. Vzhledem ke komplexní podstatě sebepoškozování (je pouze symptomem či symbolem hlubší psychické problematiky rozvíjející se leckdy i léta před projevením sebepoškozování) i k jeho popsané regulační funkci není rychlá intervence a okamžitě ukončení příliš reálné. Proto je důležité naslouchání subjektivnímu prožívání dospívajícího, vyjádření zájmu i otevřenosti vůči jeho způsobu myšlení, ale bez vyslovování závěrů, udílení rad, poučování či srovnávání s vlastním životem či s životy vrstevníků.
- Poradte se o konkrétní situaci s odborníkem.
- Sděluje-li žák své pocity o tom, že chce zemřít, či má dokonce sebevražedný plán nebo vážné zranění, je důležité okamžitě vyhledat odbornou péči (viz sebevražedné jednání)!
- Pokud zjistíte souvislost s jiným závažným chováním ohrožujícím bezpečí žáka (týrání, zneužívání, domácí násilí atd.), zajistěte dotyčnému potřebnou péči.
- O situaci vždy informujte rodiče.

I když se vám podaří o sebepoškozování se žákem otevřeně mluvit a vytvořit atmosféru důvěry, může být žák v odporu k nabídce účinné pomoci. Pokud se dospívající rozhodne pro terapii, bývá to především kvůli potřebě redukce psychické bolesti, nikoli pro úmysl ukončit sebepoškozování, to se může objevovat dále.

Jaké informace předat rodičům:

- Rodičům žáka je v každém případě potřeba předat informaci, že se u jejich dítěte projevují signály sebepoškozování.
- Sdělte jim, že se jedná o situaci, která vyžaduje kontaktování odborné pomoci.
- Seznamte rodiče s vhodnými formami pomoci a předejte jim kontakty na příslušná zařízení. Pokud to vaše spolupráce s rodinou umožňuje, domluvte se na vzájemné zpětné vazbě o vývoji situace.
- Pokud rodina nespolupracuje a sebepoškozování trvá nadále nebo má i přes vámi uskutečněná opatření závažný charakter, poradte se o situaci s kolegy, odborníkem, případně kontaktujte Oddělení sociálně-právní ochrany dítěte příslušného obecního úřadu v místě bydliště žáka.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Telefonická krizová intervence a výchovné poradenství, internetové poradenství:

- Rodičovská linka

V případě nespolupráce ze strany rodičů:

- OSPOD

Pro žáka

Telefonické a internetové krizové poradenství:

- Linka bezpečí
- Chat Linky bezpečí (sebepoškozující dospívající využívají nejčastěji)

Krizová intervence:

- některá Dětská krizová centra

Dlouhodobá individuální psychoterapie:

- soukromí psychologové a psychoterapeuti

Někdy je na místě podpůrná farmakoterapie, která bývá zaměřena na zmírnění projevů impulzivity, agreivity nebo úzkosti či depresivity. Vhodnost hospitalizace by měl na základě posouzení konkrétní situace doporučit odborník.

- psychiatrické ambulance a léčebny

Pro rodiče

Telefonické a internetové krizové poradenství:

- Rodičovská linka

Rodinné poradenství a terapie:

- rodinné poradny
- střediska výchovné péče
- poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

6. ODKAZY NA LITERATURU

KRIEGELOVÁ, M. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2333-4.

PLATZNEROVÁ, A. *Sebepoškozování – aktuální přehled diagnostiky, prevence a léčby*. 2009. Elektronická kniha, ISBN 9,7880726261e+012.

Neodborný svépomocný server www.sebeposkozovani.ath.cx.

Sebevražedné chování u dětí a dospívajících

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Pocity smutku, osamělosti a neštěstí (např. „Nikdo mě nemá rád“, „Stejně nic nedokážu“) mohou být u dětí a dospívajících běžnou součástí procesu hledání vztahu k sobě, ke svým blízkým a vrstevníkům. Děti, které mají fungující vztahy a oporu v rodině, mezi kamarády, spolužáky a v dalších zájmových skupinách, se dokážou snáze vyrovnat s běžnými každodenními frustracemi a problémy. Naopak u těch dětí, které se dlouhodobě cítí osamělé a izolované, se tyto úvahy mohou postupně přeměnit v sebevražedné myšlenky.

V rámci sebevražedného chování rozlišujeme:

Sebevražedné myšlenky – úvahy a myšlenky o tom, co by se stalo, kdyby dítě nežilo, co na to rodiče, kamarádi, ale bez konkrétního plánu ukončení života. U dětí je důležité tyto signály vnímat. Rizikovými se stávají, pokud jsou intenzivní, těžko odklonitelné a dotyčný se těmito představami zaobírá většinu času.

Sebevražedný plán – o sebevražedném plánu mluvíme v případě, že dítě má akt ukončení života konkrétně promyšlený a připravený. Plánuje čas, místo a způsob smrti. Někdy o svých záměrech otevřeně mluví (zveřejňuje je na internetu), jindy se mohou projevit nepřímou v jeho chování nebo zůstat naprosto skryty. Vysoce rizikový a především mylný je mýtus, že člověk, který o sebevraždě mluví, ji nikdy nespáchá. V případě sebevražedného plánu je třeba neodkladně jednat.

Sebevražedný pokus – od sebevraždy je odlišný tím, že člověk tento pokus přežije. Následná lékařská a terapeutická péče je nezbytná.

Parasuicidium (demonstrativní sebevražda) – úmysl zemřít nebývá v tomto případě primární. Dítě si často ve skutečnosti nepřeje zemřít, ale potřebuje změnit svou situaci a nenachází jiný způsob, jak toho dosáhnout. Může být voláním o pomoc, snahou o získání zájmu okolí. Pozor na devalvací parasuicidiálního chování (např. „Chce nás vydírat“, „Kdyby to myslel vážně, udělal by to jinak“). I takový pokus se může stát formou řešení budoucích problémů nebo se dítě může zabít neúmyslně.

Sebevražda – dobrovolný úmysl ukončit život a cílevědomě zaměřené jednání vedoucí k smrti. Sebevražda je jednou z velmi častých příčin úmrtí v adolescentním věku, nicméně se může objevit i u dětí mladších. V posledních letech se projevuje zvyšující se trend sebevražd v dětství a dospívání.

Dospívající se mohou nacházet pod velkým tlakem, probouzí se u nich sexuální pudy, hledají vlastní identitu a pociťují potřebu autonomie, což je často v konfliktu s pravidly a očekáváním rodičů, pedagogů a dalších dospělých. Pro dospívající začínají být zcela zásadní vrstevnické a partnerské vztahy. Nelze je zlehčovat (např. „Takových kluků ještě bude“, „Najdeš si jinou kamarádku“). Navíc jsou ohroženi zvýšenou mírou zranitelnosti, citlivosti, emoční nerovnováhou, sníženou odolností vůči zátěži a nedostatečným množstvím strategií nutných pro řešení náročných životních situací. Tématem smrti také mohou být

někteří dospívající fascinováni. Sebevražedné jednání v dětství a dospívání většinou prochází několika vývojovými stádii. Na druhou stranu se často může jednat o zkratkovité chování bez předchozích varovných signálů.

Podle Špaténkové (2004) jsou nejčastějšími problémy, které mohou vést k pokusu o sebevraždu u dospívajících:

- nadměrné nároky rodičů, emoční chlad, neúměrné zatěžování dítěte problémy dospělých, konfliktní prostředí, příliš těsný vztah rodič – dítě, malá soudržnost rodiny s rigidními rysy, deprese či suicidiální pokus v rodinné anamnéze
- rozvod rodičů, ztráta blízké osoby, domácí násilí, psychické či fyzické týrání, sexuální zneužívání a s tím související ambivalentní pocity k týrajícímu či zneužívajícímu rodiči
- rozchod s přítelem/přítelkyní, rozepře s blízkými kamarády
- problémy ve škole, školní selhávání, špatný prospěch, konflikty s vrstevníky či učiteli, šikana
- užívání alkoholu a drog
- tělesné nebo psychické onemocnění (např. dětské deprese, impulzivní nebo agresivní tendence)
- nahromadění životních stresů a změn
- existence tajemství (např. nechtěné těhotenství, homosexualita, sexuální zneužívání)
- snadný přístup ke smrtícím prostředkům

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

Pro děti je příznačné, že nedokážou tak dobře jako dospělí vyjádřit své pocity. Proto je zapotřebí všimnout si somatických a dalších příznaků, které mohou napovědět, že dítě má nějaký problém.

- stažení se ze sociálních kontaktů s vrstevníky, oblíbených činností, narůstající sociální izolace
- sebevražedné myšlenky a jejich vyjadřování („Už vás dlouho nebudu trápit“, „Proč bych měl žít“, „Raději bych umřel“) např. ve školní práci, na internetu
- dítě je smutné, unavené, nemocné; omezení iniciativy a ztráta zájmů
- náhlá změna chování, únava, ztráta energie, pokles soustředění, změna životního tempa, pocit viny, vlastní bezcennosti, riskantní destruktivní chování vůči sobě (vystavování se nebezpečným situacím)
- úbytek nebo přírůstek váhy
- nespavost nebo nadměrný spánek
- žák mluví o různých způsobech sebevraždy („Jaká je smrtelná dávka určitého léku?“)
- objevují se psychosomatické obtíže (bolesti břicha, hlavy, poruchy spánku)

3. PRÁVNÍ RÁMEC

V případě ohrožení zdraví nebo života žáka je vaší povinností zabránit tomu, aby si ublížil, a zajistit bezodkladnou lékařskou pomoc.

- Trestní zákoník – § 150 Neposkytnutí pomoci

Pokud rodiče dítěte na základě vašeho upozornění nevyhledají odbornou pomoc, můžete mít oprávněné podezření na zanedbání povinné péče o dítě. V takové situaci je vaší povinností okamžitě upozornit na situaci oddělení sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD).

4. DOPORUČENÝ POSTUP

Dítěti ohroženému suicidiálním chováním je třeba zajistit péči ve formě první pomoci, krizové intervence a systematické léčby. Krizová intervence a systematická léčba by měly být poskytnuty odborníkem na duševní zdraví, tedy krizovým interventem v rámci krizového centra nebo psychiatrem z dětského psychiatrického oddělení.

Pokud se sebevražedné chování projeví ve školním prostředí, jste povinni zvládnout akutní stav dítěte a zamezit jeho sebedestruktivnímu jednání.

Komunikace s dítětem se sebevražedným chováním:

- Zachovejte klid, nevyjadřujte zděšení, zrcení, nepropadejte panice a úzkosti, a to i v situaci, kdy žák mluví otevřeně o smrti (nenechte se přemoci vlastním strachem, který by vám znemožnil navázat s dítětem kontakt a vést rozhovor s ohledem na jeho potřeby).
- Zajistěte, aby žák v žádném případě nezůstal bez přítomnosti dospělé osoby.
- Zabezpečte, aby si žák nemohl ublížit, i s případným přivoláním záchranné služby.
- O situaci informujte zákonné zástupce.
- V komunikaci dodržujte následující pravidla:
 - Neobviňovat („Co nám to děláš?“)
 - Neodsuzovat („Jak vůbec můžeš takto uvažovat?“)
 - Nemoralizovat („Nemáš právo něco takového svým rodičům udělat!“)
 - Nebagatelizovat („To je dobré, každý má takové myšlenky, musíš se odreagovat!“)
 - Nehádat se („Vždyť to, co říkáš, je nesmysl!“)
- Hlavní zásadou je navázat kontakt a vytvořit bezpečný prostor, aby mohl žák o celé situaci mluvit. Nikdy ho ale nenuťte, aby vám sděloval více informací, než je schopen, v těchto situacích jsou žáci velmi vnímaví a citliví na lidskou účast, pochopení a přijetí.
- Dávejte mu prostor, naladte se na tempo řeči, zvolte nižší tón hlasu, jednejte uvážlivě, nedávejte najevo netrpělivost, nespěchejte, nesnažte se situaci vyřešit hned, netlačte, nemluvte za něj, mluvte pomalu, jednoduše a zřetelně, pomlky v řeči je důležité respektovat.
- Nebojte se reflektovat situaci bez hodnocení, pojmenujte ji odpovídajícími slovy („Mluvíš, jako bys uvažoval o tom, že bys raději nežil“).
- Práce s emocemi hraje zásadní roli. Je nezbytné je přijímat a reflektovat („Vidím, že jsi smutný“, „Rozumím tomu, že se cítíš jako v pasti“, „Chápu, že máš pocit, že tě nikdo nemá rád“). Nereagujte na agresivitu agresí, velmi často je projevem bezmoci.
- Ve vhodné době sdělte žákovi, že jde o závažnou situaci, ze které byste společně s odborníky měli hledat řešení.
- Nenuťte ani nemanipulujte žáka k jinému řešení, ale vyjádřete mu podporu („Chápu, že tvoje situace je nyní hodně těžká a že nevidíš jinou cestu, jak ji řešit. Já, ale věřím, že se najdou možnosti, jak se dají věci zlepšit“).

Rodiče kontaktujte bezodkladně, předejte jim žáka tak, aby nezůstal bez dohledu. Doporučte jim okamžité kontaktování odborné pomoci.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Telefonické krizové poradenství:

- Rodičovská linka

Pro případ ohrožení života nebo zdraví dítěte:

- záchranná služba (155)

V případě opakovaných sebevražedných myšlenek a nefungující spolupráce s rodinou:

- OSPOD

Pro dítě

Krizová pomoc:

- dětská krizová centra
- zařízení, kde nabízejí krizovou pomoc jako specifickou službu (remedium)

Telefonická krizová pomoc a internetové poradenství:

- Linka bezpečí

Individuální psychologická a psychoterapeutická pomoc:

- dětských psychologů a psychoterapeutů

Psychiatrická pomoc:

- dětské psychiatrické ambulance a léčebny

Pro rodiče

Krizová pomoc:

- krizová centra
- zařízení, kde nabízejí krizovou pomoc jako specifickou službu

Telefonické krizové poradenství:

- Rodičovská linka
- Linky důvěry

Rodinné poradenství a terapie:

- rodinné poradny
- poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

Individuální poradenství a psychoterapie:

- psychologické a psychoterapeutické ambulance

6. ODKAZY NA LITERATURU

KOUTEK, J., KOCOURKOVÁ, J. *Sebevražedné chování*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-349-9.

HYBNEROVÁ, J. *Sebevražedné tendence u dětí*. In: Děti a jejich problémy II., Sdružení Linka bezpečí: www.linkabezpeci.cz/data/articles/down_287.zip

O sebevraždách. Edice Linek důvěry.

Návykové látky

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Za návykové látky (nebo také drogy) považujeme všechny přírodní i uměle vyrobené látky, po jejichž užití se nám mění vnímání nebo způsob přemýšlení o sobě samém a světě kolem. Zároveň mohou vyvolat potřebu je dále užívat, čemuž říkáme závislost. Pro práci s tématem drog u dospívajících je třeba si uvědomit, že drogy jsou v nějaké podobě součástí běžného života naší společnosti, a takto jsou i vnímány dětmi.

Skupina návykových látek je velmi široká a zahrnuje látky s různou mírou rizika i trestního postihu (od kávy, alkoholu, tabáku a léků až po tvrdé drogy, např. pervitin, heroin, těkavé látky apod.). Podrobné a ověřené informace o účincích a rizicích jednotlivých návykových látek včetně příznaků akutní intoxikace (jak poznat, že je žák ve škole pod vlivem drogy) naleznete na www.drogy-info.cz/.

Příčiny užívání návykových látek:

- Užívání návykových látek se může u dětí stát prostředkem ke zvládnutí obtížné situace, v níž se nacházejí.
- účinek drogy může uspokojit aktuální potřebu dítěte (utišit bolest, úzkost, smutek a depresi, přinést uklidnění, dodat odvalu, sebevědomí, soustředění, překonat únavu, nudu, vyrovnat se s nemocí atd.)
- užívání je zakázané, drogy jsou vnímané jako něco tajemného, zajímavého – experimentování a riskování je součástí dospívání
- snaha o přizpůsobení se skupině vrstevníků, kde je užívání drog normální nebo je oceňováno
- nedostatečná nebo negativně laděná komunikace v rodině
- rizikové rodinné prostředí (alkoholismus, užívání návykových látek, domácí násilí, zneužívání atd.)
- nedostatek nebo naopak nadbytek organizovaných volnočasových aktivit
- sociální izolace ve škole, mezi vrstevníky
- chybějící dovednosti ke zvládnutí negativních emocí, řešení obtížných životních situací, tendence k únikovému chování
- sociální klima školy (pocit neúspěšnosti, nepochopení, pocity křivdy, formální přístup, nadměrná náročnost nebo naopak nepodnětně nízké nároky)

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

Obecně mohou na užívání návykových látek upozornit:

- změny nálad a chování žáka bez objektivních příčin včetně přípravy na vyučování, docházky a prospěchu, netypické reakce
- vznětlivé, agresivní chování

- zhoršení ve škole, častější absence, náhlý nezájem o volnočasové aktivity
- změny v oblékání, stylu hudby
- změny v kamarádských vztazích, stranění se spolužáků, rodiny
- změny ve způsobu trávení volného času
- zvýšený zájem o drogové symboly, pozitivní drogové postoje
- častá vyčerpanost, únava, nepozornost, apatie
- rychle nastupující sexuální aktivita
- zvýšená potřeba soukromí, skrývání (brýle, dlouhé rukávy, volné oblečení)
- snížené sebevědomí
- ztrácející se věci, peníze
- dříve se neobjevující lhaní

Příznaky kontaktu žáka s návykovými látkami se ale velmi liší v závislosti na tom, s jakou látkou je žák v kontaktu a jakým způsobem si ji aplikuje (viz odkaz na literaturu níže). Dále pak zda s ní experimentuje (zkouší její účinky), užívá ji ve „vhodné“ době a na „vhodném“ místě nebo ji zneužívá, tj. látka už má vliv na další oblasti života žáka (školní docházka, rodinné vztahy, zdraví atd.) a žák je na látce v nějaké formě závislý (psychicky nebo fyziologicky).

Pokud nepřijde žák do školy pod vlivem nějaké látky nebo ji neužije v průběhu vyučování či přestávky, je obtížné experimentování nebo užívání drog poznat. Zjevné jsou až příznaky zneužívání, žáci se závislostí na drogách ale většinou ve škole již netráví příliš mnoho času. Vysoká absence, zejm. neomluvená, tak může souviset i s drogami.

3. PRÁVNÍ RÁMEC

Z právního hlediska rozlišujeme legální a nelegální návykové látky. Mezi legální patří alkohol, tabák, látky primárně užívané jako léčiva, těkavé látky vyráběné k jinému účelu než k aplikaci do těla člověka (kromě toluenu se jedná o různá lepidla, ředidla, plyny do zapalovačů apod.). Tyto látky se u nás běžně bez-trestně vyrábějí, distribuují a uchovávají. Je ale zakázáno poskytnutí či prodej alkoholu, tabáku a některých těkavých látek (a dalších návykových látek neuvedených na seznamu omamných a psychotropních látek dle trestního zákona) osobě mladší 18 let.

V ČR není trestná konzumace nelegálních drog jako taková (jedná se o přestupek). Je ale zakázáno držet je ve větším množství než malém (i pro vlastní potřebu), vyrábět je, pěstovat a distribuovat, přísněji je hodnocena distribuce dětem, resp. osobám mladším 18 let.

- Trestní zákoník:
 - § 130 Návykovou látkou se rozumí alkohol, omamné látky, psychotropní látky a ostatní látky způsobitelné nepříznivě ovlivnit psychiku člověka nebo jeho ovládací či rozpoznávací schopnosti nebo sociální chování
 - § 283 Nedovolená výroba a jiné nakládání s omamnými a psychotropními látkami a s jedy
 - § 284 Přechovávání omamné a psychotropní látky a jedy
 - § 285 Nedovolené pěstování rostlin obsahujících omamnou nebo psychotropní látku
 - § 286 Výroba a držení předmětu k nedovolené výrobě omamné a psychotropní látky a jedy
 - § 287 Šíření toxikomanie

- Zákon č. 379/2005 Sb. o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů
- Zákon č. 200/1990 Sb. o přestupcích
 - § 30 Přestupky na úseku ochrany před alkoholismem a jinými toxikomaniemi
- Nařízení vlády (ve Sbírce zákonů pod čísly)
 - 455/2009 Sb. rostliny a houby obsahující omamnou nebo psychotropní látku
 - 467/2009 Sb. stanovení látek považovaných za jedy a určení malého množství

Více informací naleznete na www.vlada.cz/cz/ppov/protidrogova-politika/media/nedovolene-nakladani-s-drogami-nova-pravni-uprava-od-1-1-2010-65824/.

4. DOPORUČENÝ POSTUP

Povinností školy je zajistit bezpečné prostředí všem svým žákům. Škola proto musí mít nastavená jasná pravidla týkající se zákazů přijít do školy pod vlivem návykové látky, užívat návykové látky v prostředí školy, mít u sebe, nebo dokonce distribuovat návykové látky v prostředí školy, včetně příslušných opatření a sankcí v případě jejich porušení a včetně formy spolupráce s rodiči, případně orgány sociálně-právní ochrany dětí a Policií ČR. O těchto zákazech a následných opatřeních musí být všichni žáci informováni předem. Při stanovování případných sankcí je vhodné rozlišovat různé druhy drog (pozn. v případě vlastnictví krabičky cigaret by se měla opatření lišit od situace, kdy žák ve škole prodává pervitin). Je žádoucí, aby na těchto postupech našli shodu všichni zaměstnanci školy. Doporučujeme konzultaci s odborníkem (krizový plán viz Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních).

V této souvislosti bychom se rádi zastavili u tématu testování na drogy ve školách. Z naší zkušenosti má tento způsob drogové politiky školy více negativních prvků než těch přínosných. Vystává totiž spousta otázek:

- Je naše podezření na užití drogy žákem dostatečně podloženo?
- Máme souhlas rodiče s testováním dítěte?
- Umíme s drogovým testem správně zacházet?
- Jsme si jisti spolehlivostí výsledku testu?
- Bude žák po provedení testu ochoten o drogách mluvit více, než kdybychom test neprovedli?
- Co uděláme s pozitivním výsledkem testu?
- Budeme postupovat jinak než jen při podezření?

Z podobných důvodů nedoporučují testování žáků (ani školního vybavení na přítomnost drog) ani příslušná ministerstva a Rada vlády pro koordinaci protidrogové politiky či většina odborníků dlouhodobě působících v prevenci užívání drog.

Máte-li podezření nebo se k vám dostane informace, že některý žák užívá drogy, doporučujeme:

- v první řadě o situaci s žákem promluvit v soukromí, případně přizvat školního metodika prevence/třídního učitele
 - nemluvte pod vlivem svých emocí, připravte si, co chcete žákovi říci
 - nesnažte se mluvit se žákem, o kterém si myslíte, že je momentálně pod vlivem návykové látky (má výrazně změněné chování nebo náladu, je jiný, než ho znáte), rozhovor odložte na později

- pokud je žákovi zle, ztrácí vědomí, má nekoordinované pohyby, je výrazně bledý, agresivní apod., zavolejte lékařskou pomoc
- mluvte tak, aby bylo žákovi jasné, že se s ním scházíte z obavy o jeho bezpečí a zdraví
- předejte žákovi všechny objektivní a vyvážené informace o dané látce (můžete mu je vytisknout a předat s nabídkou, aby se na cokoli přišel později doptat)
- připomeňte mu pravidla a sankce školy týkající se zákazu užívání drog ve škole a informujte ho o případném dalším postupu, pokud se bude situace opakovat
- dejte žákovi prostor, aby mohl mluvit o důvodech svého užívání a okolnostech, pokud o nich mluvit chce, případně aby měl možnost vaše podezření vyvrátit
- informujte žáka o tom, že pokud vám sdělí jméno toho, kdo mu drogu poskytl, máte oznamovací povinnost na OSPOD nebo Policii ČR, a tuto informaci budete nuceni ohlásit
- mluvte s žákem o jeho motivaci a zdrojích vhodných k řešení situace a nabídněte mu další možnosti (včetně motivace k zapojení do školních a mimoškolních aktivit), případně mu předejte kontakty na organizace, které se drogovou problematikou zabývají
- řekněte žákovi, že musíte o situaci informovat jeho rodiče
- uskutečnit společnou schůzku s rodiči žáka, ideálně ve složení vy, metodik prevence nebo výchovný poradce, třídní učitel, rodiče žáka a žák samotný
 - zajistěte, aby všichni zúčastnění věděli, že cílem schůzky není žáka potrestat ani předat rodičům „problém“ k vyřešení, ale pokusit se společně nalézt cesty k jeho řešení
 - domluvte se společně, co každý z vás (a zejména žák sám) může udělat, aby se situace vyřešila (zvýšená pozornost a zájem, cesty ke zlepšení prospěchu, zajištění docházky, trávení volného času, řešení příčin užívání návykové látky), a jak budete situaci dále sledovat a informovat se o jejím vývoji
 - předejte rodině kontakty na odborná pracoviště nabízející pomoc rodinám, v nichž se vyskytnou potíže s návykovými látkami

Pokud rodiče nespolupracují nebo je chování dítěte rodinou podporováno, domluvte se s vedením školy na dalším postupu. V takovém případě doporučujeme kontaktovat OSPOD.

Užívání návykových látek se může rychle šířit i mezi ostatní žáky. Proto předávejte žákům úplné, objektivní a vyvážené informace o jednotlivých drogách, jejich účincích (tj. proč se někteří lidé rozhodnou je užívat) i možných rizicích. Tyto informace začleňte do běžné výuky (občanská výchova, biologie člověka, chemie apod.), čímž žákům umožníte se na ně dívat z různých perspektiv a lépe si je zapamatovat. Rozvíjejte dovednosti žáků řešit a vyrovnávat se s konfliktními a krizovými situacemi, které jsou přirozenou součástí života každého z nás a potenciálem našeho osobnostního růstu (od umění odpočívat prostřednictvím volnočasových aktivit přes dovednosti nalézt si adekvátní pomoc a umět si o ni říci (sociální dovednosti) až ke strategiím řešení problémů. O drogách a závislosti s žáky diskutujte, interaktivně na tématech pracujte a ve společné diskusi podporujte pozitivní nedrogové postoje dle uceleného a koncepčně zpracovaného projektu primární prevence rizikového chování ve škole.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školy

Poradenství:

- krajský protidrogový koordinátor (MÚ)
- krajský nebo oblastní metodik prevence (PPP)
- organizace nabízející služby v oblasti primární prevence (centra primární prevence)
- poradenská centra pro drogy a závislosti
- poradenské linky
- internetové poradenství
- Rodičovská linka

Prevence:

- organizace nabízející služby v oblasti primární prevence (centra primární prevence)

Pro děti

Telefonické a internetové drogové poradenství:

- poradenské linky
- internetové poradny
- Linka pro odvykání kouření

Pro rodiče

Poradenské služby:

- poradenská centra pro drogy a závislosti
- K-centra
- poradenské linky
- Rodičovská linka

Rodinné poradenství:

- specializované rodinné poradny

6. ODKAZY NA LITERATURU

www.drogy-info.cz/ portál Národního monitorovacího střediska pro drogy a drogové závislosti (organizační součást Úřadu vlády ČR)

www.adiktologie.cz Centrum adiktologie – odborné pracoviště Psychiatrické kliniky 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a VFN v Praze

www.prevence-info.cz Prevence rizikového chování

www.odrogach.cz/ Primární prevence rizikového chování

iporadna.cz/drogy/index.php Internetová poradna

www.medvik.cz/kramerius Online časopis Adiktologie

www.drogy.net/ Drogový informační server

iporadna.cz/drogy/index.php

HAJNÝ, M. *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada, 2001.

NEŠPOR, K. *Vaše děti a návykové látky*. Praha: Portál, 2001.

Kolektiv autorů sdružení Sananim. *Drogy otázky a odpovědi*. Praha: Portál, 2007. ISBN: 80-7367-223-5.

BARNARD, M. *Drogová závislost a rodina*. Praha: Triton, 2011. ISBN: 978-80-7387-386-8.

MIOVSKÝ, M., SKÁCELOVÁ, L., ZAPLETALOVÁ, J., NOVÁK, P. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN, Univerzita Karlova & Togga, 2010.

Poruchy příjmu potravy

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

O poruchách příjmu potravy mluvíme tehdy, jestliže člověk používá jídlo k řešení svých emocionálních problémů a jídlo/vzhled ovlivňuje většinu jeho života. Toto je odlišuje od běžných úvah o tělesné hmotnosti. Poruchy příjmu potravy se objevují častěji u dívek, mohou se ale vyskytnout i u chlapců. Jsou důsledkem narušeného vztahu k sobě samému.

Nejčastější typy:

- mentální anorexie
- mentální bulimie
- záchvatovité přejídání

Jednotlivé typy se často prolínají. V anamnéze mentální bulimie se více než v 50 % vyskytují plně vyjádřené nebo skryté epizody mentální anorexie s podváhou nebo hladověním a dodržováním diet.

Mentální anorexie

Základním projevem je strach z tloustnutí spojený s odmítáním potravy. Potřeba hubnout má nutkavý charakter, není ovladatelná. Vnímání vlastního těla je narušeno, dotýčný se cítí silnější, než ve skutečnosti je. Průběh potíží bývá pozvolný, zpočátku může být okolím podporovaný.

Mentální bulimie

Porucha je typická neodolatelnou touhou po jídle, což má za následek opakované záchvaty přejídání. Chorobný strach z tloušťky pak vede ke snaze o odbourání přijaté potravy, nejčastěji vyprovokováním zvracení, ale také používáním projímadel a diuretik (močopudné přípravky) a dalších prostředků (nadměrné cvičení, užití anabolik, steroidů). Jedná se o nejrozšířenější poruchu příjmu potravy.

Záchvatovité přejídání

Záchvatovité přejídání je konzumace obrovského množství jídla spojená s nutkavou potřebou jíst, i když nemá dotýčný hlad, nebo i potřebou jíst to, co mu nechutná.

Poruchy příjmu potravy bývají spojeny s nedostatečnou identifikací s ženskou rolí, s dospělostí, odporem vůči autoritě rodičů a mnoha dalšími prožitými psychickými traumaty i vnitřními „bolestmi“, s nimiž se dítě neumí vyrovnat.

- snaha o blokaci změn v dospívání, i tělesných, jde o regresivní chování dospívajícího, rodina je totiž nucena znovu převzít odpovědnost za stravování svého potomka
- společenská norma – ideál krásy
- rodinné zázemí:
 - nerealistické nároky rodičů (nebo samotného dítěte) na dokonalost, výkonnost členů rodiny

- důraz na vnější dojem, nutnost spoléhat sám na sebe, ale přitom vytvářet obraz štěstí, dokonalé rodiny, osamělost uvnitř rodiny
- v rodinách, kde dítě zastupuje roli rodiče, potřeby dítěte stojí v pozadí za potřebami dospělých
- v rodinách, kde je k dispozici jen jeden rodič, kde je někdo z rodičů závislý na alkoholu nebo NL – nemožnost mluvit o vlastních potřebách
- neschopnost rodiny dodat dítěti tolik autonomie, kolik v období dospívání potřebuje a zasluhuje, přijímání jídla je jedinou věcí, kterou může dítě ovlivnit a dělat podle sebe
- nadměrná úzkostnost některého z rodičů
- některý člen rodiny trpí poruchou příjmu potravy (nejčastěji matka nebo starší sestra)
- potlačovaný hněv, vztek, agrese, porucha příjmu potravy jako způsob vyrovnávání se s negativními emocemi
- počáteční hubnutí může být pozitivně hodnoceno okolím a může se stát povzbuzujícím impulsem

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

Příznaky záchvatového přejídání:

- konzumace neobvykle velkého množství jídla (i více chodů najednou, celý dort apod.)
- často jí tajně, pocity zahanbení při přistižení při jídle
- proklamace dodržování přísné diety, i přes nadváhu i obezitu
- reakce jídlem na špatné nebo dobré zprávy, nudu, nervozitu, frustraci, vztek nebo osamělost
- zvláštní rituály, které se týkají potravin a jídla

Příznaky mentální anorexie:

- ztráta 15 a více procent váhy, snaha zhubnout i při podváze
- zkreslená představa o vlastním vzhledu, přesvědčení o vlastní nadváze, strach z ní
- konzumace jen velmi malého množství jídla
- předstírání, že už jedli dříve
- snaha se izolovat od členů rodiny, kamarádů a ostatních spolužáků
- život ovládan dietou, neustálé cvičení, snaha o maximální kontrolu nad svým tělem
- pohrdání nedostatkem sebekontroly u druhých (až pocit nadřazenosti, že na rozdíl od ostatních se dokáže ovládat)
- deprese, pocity beznaděje a zoufalství
- na fyzické úrovni se projevují nejčastěji závratě, poruchy koncentrace, podrážděnost, podlitiny (snížená odolnost vůči poranění), zapadlé oči, zešedlá nebo nažloutlá pleť

Příznaky mentální bulimie:

- v chování ani zevnějšku nemusí být vidět nějaký problém, většinou průměrná hmotnost
- záchvaty přejídání následované přísnou dietou, zvracením, užíváním projímadel, diuretik, klystýry nebo intenzivním cvičením, různé tablety potlačující chuť k jídlu, spalování tuku apod., pročišťování může nahrazovat nadměrné posilování, cvičení
- zájem o postavu a vzhled, snaha vypadat dokonale
- celý den naplánovaný úplně nebo hlavně podle jídla (případně vyhýbání se jídlu)

- strach jíst bez následného pročišťování nebo jiné kompenzace
- deprese, odpor sama k sobě, strach z tloušťky
- nepravidelná menstruace, zvýšená kazivost zubů, oteklé slinné žlázy (odulá tvář), závratě, bolesti
- neobvyklé výkyvy tělesné hmotnosti, jo-jo efekt
- nutkavé jednání k odvrácení obávaného nebezpečí, snížení úzkosti
- perfekcionismus, úzkostnost, puritánství a asketismus, zranitelnost, závislost na mínění ostatních, sebekritičnost, nestálost, impulzivita

3. PRÁVNÍ RÁMEC

V případě zdraví ohrožující podváhy nelze z lékařského hlediska „čekat“. V mnoha případech je hospitalizace a dovyživení organismu nezbytné. Pokud se na tomto neshodnete s rodinou, kontaktujte oddělení sociálně-právní ochrany dítěte.

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- V první řadě je třeba si uvědomit, že se jedná o duševní onemocnění. Apel na rozum, násilné krmení ani kontrola stravování proto nepomůže.
- Všimněte si signálů, které by mohly vést k rozvoji onemocnění (přehnaný důraz na vzhled, výkon, sociální izolace, nevládní negativních emocí).
- Uvědomte si, že dítě ohrožené nebo trpící poruchou příjmu potravy nebude chtít pravděpodobně přiznat problém, říci si o pomoc.
- Řekněte: „Všiml(a) jsem si, že..., a dělám si starosti, že tě něco trápí.“ Dáte tím najevo, že máte podezření, obavy, starost.
- Neříkejte, co si myslíte o jeho vzhledu, ani když se na to ptá. Můžete říci, že je vám líto, že považuje svůj vzhled za nejdůležitější ze všeho.
- Nehlíďte jeho jídelní návyky – nestaňte se dalším člověkem, kterému by mělo jídlem dělat radost nebo který ho chce hlídat.
- Buďte mu k dispozici, ale nesnažte se za něj vyřešit jeho problémy ani být jeho terapeutem.
- Neříkejte: „Nechápu, proč to děláš, není to zdravé.“ Neapelujte na zdravý rozum, neodsuzujte.
- Pokud dítě o problému mluví, předejte mu kontakty na odborná zařízení.
- Řekněte, že to musíte oznámit rodičům, a udělejte to. Rodičům předejte kontakty, motivujte je ke společnému vyhledání pomoci (rodina je pro pomoc důležitá).

5. ODBORNÁ POMOC

Pro poruchy příjmu potravy je ideální psychosomatická léčba – psychoterapie, lékařská pomoc, terapeutické přístupy pro přeučení jídelních zvyků + rodinné poradenství (často souvisí se situací v rodině, s rodinnými vztahy).

V terapii poruch příjmu potravy je hlavním cílem oslabit základní příznaky nemoci – změnit stávající stravovací návyky, snížit strach z tloušťky (mnoho pacientů se ani nesnaží zhubnout, spíš mají strach přibrat), zmenšit obavy z jídla, zvýšit tělesnou hmotnost u život ohrožující vyhublosti, zmírnit zaujatost

štíhlostí a jídlem. Důležité je změnit postoj pacienta k sobě samému, naučit ho mít rád své vlastní tělo, zvýšit jeho sebevědomí, posílit vědomí, že může žít v souladu se svým tělem, podpořit jeho vztahy k okolí a začlenění do společnosti. To vše je nesmírně náročný, komplikovaný, komplexní a zdlouhavý proces, který vyžaduje dlouholetou léčbu. (Zdroj: *Annabel*)

Pro školu

Poradenství:

- specializované poradenské linky

Pro případ nespolupráce s rodinou:

- OSPOD

Pro děti

Poradenství:

- specializované poradenské linky

Léčba:

- specializovaná ambulantní a pobytová zařízení
- specializované terapeutické skupiny
- denní stacionář
- svépomocné skupiny

Individuální psychoterapie:

- specializovaní dětských psychoterapeutů

Psychiatrická pomoc:

- psychiatrické ambulance a léčebny

Pro rodiče

Poradenství:

- specializované poradenské linky
- specializovaná kontaktní centra

Rodinné poradenství a psychoterapie:

- rodinné poradny
- v případě nedostupnosti specializovaných služeb poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

Podpůrná pomoc:

- specializované podpůrné skupiny

www.nicm.cz/poruchy-prijmu-potravy-adresar-organizaci

www.stop-ppp.estranky.cz – kontakty na pomoc v Praze

6. ODKAZY NA LITERATURU

KRCH, F., D. *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2010.

KRCH, F., D. *Mentální bulimie, jak bojovat s přejídáním*. Praha: Grada, 2008.

PAPEŽOVÁ, H. a kol. *Spektrum poruch příjmu potravy*. Praha: Grada, 2010.

SLADKÁ ŠEVČÍKOVÁ, J. *Z deníku bulimičky*. Praha: Portál, 2003. ISBN: 80-7178-795-7.

O poruchách příjmu potravy, Edice Linky důvěry

www.idealni.cz – portál o poruchách příjmu potravy s odbornou garancí

sweb.cz/anorexiebulimie/ – Informace o poruchách příjmu potravy od PhDr. Martina Hajného (viz náš odkaz v sekci „Lékaři, kontakty, kliniky“)

www.idealni.cz/vyzkousejte_test.asp – test rizik vzniku a rozvoje poruchy příjmu potravy

www.e-mental-health.eu/anorexia/website/anorexiacz.php – Projekt „Propojení“ – Podpora a pomoc rodinným příslušníkům a partnerům osob s poruchou příjmu potravy formou internetových terapeutických konzultací.

www.asociaceppp.eu – svépomocná asociace pro léčbu poruch příjmu potravy

Extremistické postoje žáků

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Jako extremismus označujeme soubor postojů a chování se zřetelnými prvky netolerance k nějaké odlišnosti, a to nejčastěji na základě:

- rasy nebo etnického původu
- sexuální orientace
- jazyka
- náboženství
- členství v politických stranách nebo politických hnutích
- dále pohlaví, věku, zdravotního handicapu, rodinného stavu apod.

Extremistické postoje jsou obvykle vytvářeny ve skupině a ovlivňují chování jejích členů i dalších sympatizantů. Mezi nejčastější příčiny příklonu k extremismu patří:

- rodinné prostředí
 - děti, které v dětství neměly uspokojený pocit jistoty a přijetí
 - agresivní výchova (tvrdé tělesné tresty, agrese v rodině normou)
 - autoritářská výchova (převažuje pokárání nad pochvalou, trest nad odměnou)
 - nečitelná výchova (někdy zůstává i sebevětší prohrěšek bez potrestání, jindy je dítě nepřiměřeně trestáno za maličkost, neví, co může očekávat, stává se nejistým, má snížené sebehodnocení)
 - nezvládnutí často nereálných nároků rodičů, podmíněná láska („Budeme tě mít rádi, pokud...“)
 - extremistické, rasistické postoje v rodině, v blízkém okolí žáka
- příslušnost ke skupině hlásící se k extremismu, rasismu nebo jinému hnutí potlačujícímu (nebo deklarujícímu potlačování) práva člověka; tyto skupiny mohou dítěti uspokojit potřeby, které nemá uspokojeny v rodině:
 - snaha někam patřit, pocit sounáležitosti
 - snaha o nalezení identity, i když skupinové a ne vlastní (odlišení se od ostatních)
 - potřeba jistoty (tyto skupiny mají většinou jasnou hierarchii, deklarované správné/nesprávné názory a chování)
 - nedostatek sebevědomí, pochopení, zázemí (hledání skupiny, která umožní zažívat sílu, předvést se, prosadit se)
 - tendence k agresivitě
 - vyhledávání vzrušení, rozptýlení jako prostředku vyhnoutí se nudě
- nedostatečná informovanost, zejména o událostech první poloviny 20. století, neporozumění tématům totalita, diktatura, svoboda projevu, nebezpečí extremismu, specifickým projevům jednotlivých menšinových skupin
- extremistické projevy se často objevují ve spojitosti se šikanou

Výskyt rasismu a extremismu ve škole je podmíněn i tradicemi, specifiky a problémy určitého regionu a podmínkami na konkrétní škole (např. kriminální či agresivní chování příslušníků určité etnické menšiny může vyvolat reakci ve formě vzniku pravicově-extremistické skupiny, přítomnost pravicových extremistů může vyvolat vznik levicově extremistických protivníků apod.).

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- vzhled, oblečení deklarující příslušnost ke skupině, doplňky a symboly (např. fašistické)
- verbální a fyzické napadání spolužáků, zaměstnanců či návštěvníků školy kvůli jejich rasovému původu nebo jiné odlišnosti
- zpochybňování oficiálních výkladů historie či hodnot demokracie ve prospěch extremistického výkladu
- agitace pro extremistické hnutí na půdě školy a snaha o získání nových stoupenců mezi vrstevníky
- využívání školního vzdělání a výcviku k nabytí znalostí, dovedností a schopností k extremistickému chování (např. nácvik bojových umění v kroužcích sebeobrany)
- využití školních prostor, zařízení a přístrojů ve prospěch extremismu (např. školních počítačů a serverů k vytváření a umístění extremistických internetových stránek)
- zanedbávání školních povinností kvůli volnočasovým extremistickým aktivitám mimo školu

3. PRÁVNÍ RÁMEC

- č. j.: 14 423/99-22 Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance
- zákon č. 198/2009 o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů (antidiskriminační zákon)
- 23/1991 Sb. Listina základních práv a svobod
- trestní zákon 40/2009 Sb., § 403 Založení, podpora a propagace hnutí směřujícího k potlačení práv a svobod člověka
- MVČR: Strategie boje proti extremismu

4. DOPORUČENÝ POSTUP

U extremismu považujeme za nejdůležitější primární prevenci a jasný postoj školy k práci s tímto tématem. Pokud se u některého žáka extremistické projevy objeví, je potřeba neprodleně zamezit šíření tohoto postoje mezi ostatní žáky, důsledně reagovat na jakékoli projevy extremismu.

- Ujasněte si vlastní postoje k tématu, postoje pedagogického sboru.
- Zjistěte, zda je postoj žáka ve třídě ojedinělý, nebo zda je sdílen větší skupinou. Podle toho zjistíte, zda můžete pro snahu o změnu postoje žáka využít diskusi s ostatními žáky, nebo zda je potřeba se třídou systematicky pracovat na uznávání demokratických hodnot, lidských práv a multikulturní výchově.
- Zjistěte případné vazby na extremistickou scénu mimo školu.

- Získejte potřebné informace o historických kontextech a vývoji demokracie, abyste se mohli spolehnout na svou schopnost přesvědčivě hájit demokratické hodnoty a pevně si stát za svým přesvědčením.
- Informujte o problému kolegy, začleňte multikulturní výchovu do vyučování, domluvte se s kolegy, v jakých předmětech a v jakém rozsahu je možné se tématům věnovat (dějepis, občanská výchova, biologie člověka atd.).
- Buďte žákům příkladem prosociálního chování v nastavení a dodržování pravidel a v chování pedagogů ve škole, starejte se o dobré sociální klima školy.
- Oceňujte demokratické a prosociální postoje žáků, projevy respektu.
- Zastavujte (nikdy nepřehlížejte) jakékoli poznámky žáků znevažující kohokoli na základě jeho odlišnosti – pojmenujte, co slyšíte, a vyjádřete nevhodnost poznámky.
- Pokud je extrémní postoj žáka obecného charakteru (nenapadá konkrétní dítě) a vy víte, že jsou podobné postoje ve třídě zastoupeny v menšině, věnujte se diskusi s celou třídou.
 - Stanovte (domluvte se) pravidla diskuse.
 - Nenechte se vtáhnout do konfliktu, nemuseli byste z toho vyjít vítězně, naopak byste mohli podpořit rozšíření nežádoucího postoje ve třídě. Držte na uzdě vlastní emoce, hádkou žáka nepřesvědčíte a navíc nebudete mít možnost učit ho respektu k názorům ostatních vlastním příkladem.
 - Nechte žáka jeho postoj vysvětlit, komentovat. Pokládejte mu otázky pro bližší pochopení jeho stanoviska (vyvarujte se i mimoslovnímu vyjádření despektu k němu nebo k jeho názoru).
 - Naopak se ptejte, co si o tématu myslí ostatní žáci. Oceňte zdravé postoje, tj. diskusi řiďte, nebuďte jen jedním z jejích účastníků.
 - Dodržte téma, nenechte žáky v diskusi odbočit.
 - Poukazujte na nereálnost návrhu řešení problému, které žáci s extrémními postoji přinášejí.
 - Odmítejte zjednodušení tím, že doplňujete diskusi o fakta o jednotlivých extremistických hnutích, jejich souvislosti se zločiny proti lidskosti, o fakta z historie a o vývoji a smyslu demokracie.
 - Na závěr diskuse shrňte, co zaznělo s důrazem na prosociální myšlenky.
- Pokud žáci formulují své extrémní postoje bez racionálních argumentů (např. „prostě mi cikáni vadí“) a jakékoli argumenty odmítají, připravte pro třídu program s emočním zážitkem, např. návštěvu muzea v Lidicích, a podrobné diskusi se věnujte poté.
- Pokud žák dlouhodobě užívá rasistické, extremistické a další podobné výroky, upozorněte ho (i ostatní žáky), že se dopouští trestně postižitelného chování, tj. propagace hnutí potlačujících práva člověka, což je v rozporu s Listinou základních práv a svobod (té se podrobně věnujte se výuce, ptejte se žáků na význam a důvod jednotlivých článků listiny, vztahujte je k historickým kontextům).
- Neudělujte za extremistické postoje tresty, tím byste podpořili větší zapálení žáka k jejich sdílení a nedávali příklad k respektu k odlišnosti a názorům ostatních, to se samozřejmě netýká případů, kdy např. dojde k napadení jiného žáka na základě jeho rasové nebo jiné odlišnosti (rozlišujte postoj a chování v rozporu s naším právním řádem), v takovém případě spolupracujte s OSPOD a Policií ČR.
- Nabídněte žákovi alternativní možnosti trávení volného času.

Spolupráce s rodiči:

- Domluvte si individuální schůzku s rodiči, přivězte metodika prevence.
- Informujte rodiče o tom, čeho jste si všimli.
- Vyjasněte si, jak situaci vidí rodiče a jak vy.
- Pokud jsou rodiče ochotni spolupracovat, domluvte se, co může která strana udělat a jak se budete informovat o výsledcích.

Rodiče je nezbytné vyrozumět v případě opakovaných verbálních či vizuálních projevů s možným extremistickým podtextem, při odůvodněném podezření na účast žáka v konsistentní extremistické partě a při užití násilí s extremistickým, rasistickým, xenofobním nebo antisemitským podtextem.

Policii v každém případě kontaktujte, máte-li podezření na promyšlenou a extremisticky, rasisticky, xenofobně nebo antisemitsky motivovanou činnost (např. opakované rasistické verbální výpady se závažnými dopady na psychiku obětí apod.) a na takto motivované vážnější formy násilí.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Poradenství:

- Odbor bezpečnostní politiky Policie ČR (*Tel.: 974 832 037, Email: obp@mvcr.cz*)

Vzdělávání:

- specializované organizace (Člověk v tísni, Multikulturní centrum, Policie ČR)

Intervenční programy (při souvislosti s nedostatkem respektu mezi žáky či v souvislosti se šikanou v počátečních stadiích):

- střediska výchovné péče
- organizace působící v oblasti primární prevence rizikového chování (centra primární prevence)
- některé pedagogicko-psychologické poradny

Vyšetřování a řešení trestné činnosti:

- Policie ČR – Úřad služby kriminální policie a vyšetřování – odbor obecné kriminality (*Tel.: 974 824 110*), specialisté na extremismus

Prevence:

- organizace působící v oblasti primární prevence rizikového chování
- Útvary prevence Městské policie ČR
- Policie ČR + varianty + ASI-milování – projekt Dovedu to pochopit (*www.varianty.cz/dovedutopochopit/*)

Pro děti

Telefonická krizová pomoc:

- Linka bezpečí

Individuální a skupinová psychoterapie:

- střediska výchovné péče
- skupinové programy pro rizikovou mládež

Volnočasové aktivity a programy pro rizikovou mládež:

- nízkoprahové kluby pro děti a mládež

Pro rodiče

Rodinné a výchovné poradenství a psychoterapie:

- rodinné poradny
- střediska výchovné péče

6. ODKAZY NA LITERATURU

ZEMAN, V. *Hrozby neonacismu – příležitosti demokracie*. ASI-milování.

www.asi-milovani.cz/dat/Hrozby_neonacismu-prilezitosti_demokracie.pdf

ŠÍŠKOVÁ, T. *Výchova k toleranci a proti rasismu*. www.varianty.cz

SCHMIDOVÁ, ŠMEJKALOVÁ. *Nápadník aktivit aneb aktivity pro podporu dobrých vztahů mezi žáky*, kap. Aby se žáci učili respektu.

č. j.: 14 423/99-22, Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance

www.policie.cz/clanek/prevence-informace-o-extremismu-extremismus.aspx

Extremismus: Informativní materiál pro učitele. Praha: MŠMT ČR. 1999.

www.oa-sumperk.cz/dokumenty/vych_poradenstvi/PrilohaC.9.pdf

www.msmt.cz/socialni-programy/interkulturni-vzdelavani-a-extremismus

www.helcom.cz/ – Český helsinský výbor, Nevládní organizace proti pravicovému a etnickému extremismu, rasismu a xenofobii

www.in-ius.cz/ In-lustitita

www.ecn.cz/tolerance/ Nadace Tolerance a občanská společnost

www.asimilovani.estranky.cz/

romské organizace: Romea www.romea.cz, Drom www.drom.cz, Liga proti antisemitismu antisemitismus.wz.cz

Partnerské vztahy a sexualita dospívajících

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Partnerské a vrstevnické vztahy hrají v životě dospívajících velmi důležitou roli. Ačkoli se mohou dospělým zdát jako nevýznamné a starosti dospívajících s nimi jako malicherné, nelze je zlehčovat. Skrze vztahy v dospívání se žáci učí zacházení s partnerstvím, sexualitou a emocemi v dospělosti. Často proto prožívají své vztahy velmi intenzivně a jsou odhodláni za ně bojovat s velkým nasazením. Problémové situace, s nimiž se pedagogové v této souvislosti setkávají, nejčastěji souvisí s:

- používáním vulgarismů
- osaháváním
- sexuálním násilím (někdy v souvislosti se šikanou)
- mileneckými projevy v prostorách školy
- šířením pornografie
- předčasně zahájeným sexuálním životem žáků (před patnáctým rokem), a to ve variantě obou partnerů, ale i jednoho staršího
- sexuálním chováním s využitím informačních a mobilních technologií (zasílání vulgárních zpráv, natáčení vulgárních scén apod.)
- častým střídáním sexuálních partnerů a prostitucí (např. navazování vztahu se starším partnerem za poskytování materiálních výhod)

Kontext a příčiny

- děti vyrůstající v rodinách s chybějící pevnou citovou vazbou mají tendenci k předčasnému navazování citových vztahů mimo rodinu
- odtabuizovaná sexualita (děti se dostávají do kontaktu se sexualitou a jejími různými formami mnohem dříve, zejm. erotické scény v televizi, snadný přístup k pornografickým materiálům)
- mediální vzory dospívajících mají často ve svém projevu výrazný sexuální podtext (způsob oblékání, otevřené popisování sexuálních vztahů, videoklipy se sexuálním obsahem), vhodných vzorových postav je nedostatek
- dospívající nejsou dostatečně zralí k porozumění aspektům partnerských vztahů v celé jejich šíři (redukce na sexualitu, používání vulgarismů)
- tendence k testování výchovných hranic v sexuálních projevech (zjišťování, co je a není normální nebo vhodné)
- snaha přizpůsobit se vrstevníkům, potvrdit vlastní atraktivitu, sebevědomí
- nejistota ohledně rolí mužů a žen ve společnosti
- u předčasně zahájeného sexuálního života může jít o snahu o udržení nebo zintenzivnění partnerského vztahu
- v tomto případě je také možná souvislost se sexuálním zneužíváním dítěte nebo užíváním návykových látek

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- používání vulgarismů, osahávání
 - chlapci komentují fyzickou vyspělost dívek (někdy i naopak), vzájemně je srovnávají
 - žáci používají v souvislosti se vztahy a sexualitou sprosté, vulgární výrazy
 - žáci se ve formě hry dotýkají intimních partií obvykle žáků opačného pohlaví (prsou, pozadí apod.)
 - žáci ve veřejných prostorách (případně na internetu) umísťují nápisy týkající se vztahů nebo sexuality někoho jiného
- sexuální násilí
 - ve školním prostředí často v souvislosti se šikanou, např. žáci nutí oběť se svlékat, předvádějí na ní kopulační pohyby, osahávají ji apod.
- milenecké projevy v prostorách školy (líbání, vášnivé objímání atd.)
- šíření pornografie, zveřejňování upravených fotek s pornografickým obsahem
- internetové sexuální chování
 - navazování vztahů se sexuálním obsahem na internetu
 - vulgární příspěvky v diskusních fórech, zasílání zpráv se sexuálním obsahem
- předčasné zahájení sexuálního života
 - tuto informaci se pedagog nejčastěji dovídá od některého ze spolužáků
- příznaky odlišného sexuálního chování dítěte
 - atypický sexuální vývoj, zvýšená agresivita, nutkavá/veřejná masturbace, projevy sexuálního násilí, převlékání do „dámských šatů“

3. PRÁVNÍ RÁMEC

Trestní zákon 40/2009 Sb.

- § 187 Pohlavní zneužití (sexuální aktivita s osobou mladší patnáct let)
 - V případě pohlavního zneužití nemáte ze zákona oznamovací povinnost (§ 368 Neoznámení trestného činu), ale máte povinnost překazit trestný čin (§ 367 Nepřekazení trestného činu).
 - § 186 Sexuální nátlak
 - § 191 Šíření pornografie (oznamovací povinnost)

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Vyjadřujte respekt k partnerským vztahům a citům žáků, ale limitujte jejich projevy ve školním prostředí (s případným odkazem na pravidla stanovená školním řádem).
- Diskutujte se žákem (žákou) o významu zákonné hranice patnácti let pro zahájení sexuálního života.
- Rozšiřujte žákům kontext o vývojové fáze a aspekty partnerských vztahů.
- Zastavujte všechny vulgarismy, diskutujte se žáky o jejich významu a uče je používání vhodnějšího slovníku.
- Při informaci o zveřejňování nebo zasílání zpráv se sexuálním obsahem na internetu postupujte dle doporučení v kapitole Kyberšikana.

- V případě partnerských sexuálních vztahů dětí do patnácti let vztahy nezlehčujte (např. „takových ještě bude“), neodsuzujte, ale vytvořte patřičné meze sexuálním aktivitám. O situaci musíte informovat rodiče a doporučit jim, aby ve spolupráci s rodiči partnera respektovali vztah, ale domluvili pravidla setkávání dětí tak, aby zabránili jejich sexuální aktivitě, popřípadě jim doporučit vyhledání odborné pomoci, např. rodinné terapie.
 - Pokud se dozvíte o sexuálním vztahu žáka s osobou starší patnáct let, jedná se o trestný čin pohlavního zneužití.
 - Upozorněte žáka na trestnost takového chování ze strany jeho partnera.
 - Vzhledem k okolnostem se pokuste žáka motivovat k setrvání u fází vztahu před aktivní sexualitou.
 - Podpořte ho ve schopnosti druhého odmítnout, mluvíte s ním o tom, že sex není důkazem lásky, nikdo nemá právo k sexu druhého nutit.
 - Sdělte mu, že pokud by sexuální chování před 15. narozeninami trvalo, budete muset o situaci informovat orgány sociálně-právní ochrany dítěte.
 - Předějte mu informace o bezpečném sexu (ochrana před otěhotněním a pohlavně přenosnými nemocemi).
 - Informujte o situaci rodiče.
 - Na rozhovor se připravte, promyslete si, co a jak je vhodné rodičům říct a co by mělo být výsledkem rozhovoru.
 - Myslete na to, že se jedná o citlivé téma, rozhovor rodičů s dítětem o sexualitě může být ohrožující pro jednu, druhou nebo obě strany.
 - Rodičům vždy doporučte kontaktování odborníků pro vyjasnění vhodných výchovných přístupů před tím, než budou o situaci mluvit s dítětem.
 - Sexuální násilí.
 - Postupujte podle kontextu, závažnosti násilí a míry traumatizace oběti včetně vlivu zamýšlených postihů na oběť i agresora.
 - Prověřujte souvislost se šikanou. Pokud máte takové podezření, důsledně šikanu vyšetřete a realizujte příslušná opatření (viz kapitola Šikana).
 - Ochraňte oběť sexuálního násilí, zajistěte jí bezpečí a zamezte jejímu kontaktu s agresory.
 - Případnou oběť sexuálního násilí nenuťte k podrobnému popisu toho, co se dělo, ve spolupráci s rodiči zajistěte odbornou pomoc.
 - Trestný čin sexuálního nátlaku nebo pohlavního zneužití oznamte na OSPOD a Policii ČR.
 - V případě podezření na sexuální odlišnost dítěte doporučte rodičům odbornou péči. Pokud se toto projevuje závažným nebo opakovaným sexuálním násilím na jiných žácích, kontaktujte OSPOD.
- Ve všech případech sexuálního násilí, zneužívání nebo předčasné sexuální aktivity doporučujeme konkrétní postup konzultovat s odborníkem.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Telefonická krizová pomoc a poradenství:

- Rodičovská linka
- Linka DKC

Řešení sexuálního násilí, pohlavního zneužití:

- OSPOD
- Policie ČR

Prevence:

- organizace působící v primární prevenci (centra primární prevence)

Pro děti

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- specializované linky (Linka bezpečí, Krizová linka DKC)

Krizová pomoc:

- dětská krizová centra
- www.sance.info/

Individuální psychoterapie:

- střediska výchovné péče
- psychologické a psychoterapeutické ambulance

Pro rodiče

Telefonická a internetová krizová pomoc a poradenství:

- Rodičovská linka

Rodinná terapie:

- střediska výchovné péče
- rodinné poradny

6. ODKAZY NA LITERATURU

Co se skrývá za sexem dospívajících aneb prevence rizikového sexuálního chování mládeže a jeho následků. CEVAP, 2005. ISBN: 80-902898-8-6.

FLEISCHHAUR-HARDT, H. *Ukaž mi to!* Praha: Kredit, 1990. ISBN: 80-85279-05-3.

Rizikové chování dospívajících a jeho prevence. 4. odborný seminář, SZÚ. Free Teens Press, 2003. ISBN: 80-902898-3-5.

www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/rodina-v-problemove-situaci/rizikove-chovani-ditete/rizikove-sexualni-chovani.shtml

DANĚČKOVÁ. Centrum adiktologie. Rizikové chování I – prezentace, www.cevap.cz

Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Většina případů týrání a zneužívání dětí se odehrává v uzavřeném rodinném prostředí. Z toho důvodu je pro dítě, kterému se toto děje, velmi obtížné se někomu svěřit. Často se téma projeví právě ve škole, obvykle prostřednictvím spolužáků nebo tak, že se dítě samo obrátí na některého z učitelů, ke kterému má důvěru.

Tělesné týrání:

- jakýkoli tělesný kontakt, který zanechává škrábance, podlitiny nebo zlomeniny
- bití pěstmi, zbraněmi nebo předměty
- způsobování popálenin, opaření
- škracení a dušení
- přinucení stát nebo sedět v nepohodlné pozici nebo na místě, které v člověku vyvolává strach (např. malá uzamčená místnost)
- svazování, připoutávání
- odpírání spánku nebo potravy nebo nucení postoupit nějaké fyzické utrpení za trest

V případech tělesného týrání je v některých případech těžké rozhodnout, zda poranění vzniklo nedostatečnou péčí o dítě, záměrem bezdůvodně dítěti ublížit či nešťastnou náhodou. Hranice mezi tělesným trestem a týráním je v praxi poněkud nejednoznačná a její vymezování je poměrně složitou záležitostí. Tělesné trestání se stává tělesným týráním tehdy, je-li trest prováděn opakovaně, za pomoci předmětu, na citlivou část těla (hlava, břicho, oblast pohlavních orgánů) nebo když po ranách zůstávají na těle stopy (Lovasová, Schmidová, 2006). Pedagog by měl rodiče informovat, že tělesné tresty děti nevychoávají, ale mají spíše krátkodobý efekt. Znamenají zneužití moci dospělého nad dítětem a učí dítě akceptovat fyzické násilí jako metodu řešení problémů. Rodič má mnoho možností, jak dítě potrestat jiným způsobem než tělesným trestem.

Zanedbávání:

- člověku se nedostane přiměřeného jídla a přístřeší
- dítě nemá oblečení, které je všeobecně přijatelné pro jeho věk a pohlaví, právě tak pro dané počasí a prostředí
- po dětech se žádá, aby zastávaly nepřiměřené množství domácích prací, např. vaření a uklízení, protože rodič není přítomen nebo je fyzicky neschopen cokoli dělat (nejde o pomáhání v domácnosti, ale situace, kdy dítě musí vykonávat práci, která je k jeho věku nepřiměřeně těžká nebo nebezpečná, nebo pokud má daleko více odpovědnosti za domácnost)
- v případě emocionálního zanedbávání se jedná o nedostatečné věnování se sociálním potřebám dítěte (rodiče se dítěti nevěnují, nepovídají si s ním, nejsou doma nebo k dispozici)

Emocionální týrání:

- shazování dosažených výsledků, jejich srovnávání s jinými lidmi nebo prohlašování, že daný úspěch nic neznamená, není trvalý nebo to byla jen náhoda
- někdo jedná určitým způsobem, ale tvrdí, že jedná jinak (např. rodiče, kteří na dítě vychrlí množství urážek, vybuchnou zlostí a vzápětí se chovají láskyplně a omlouvají se)
- neustálá nespokojenost s dotyčným člověkem a její jakékoli vyjadřování
- urážení, zastrasování, ponižování, slovní napadání, kritika zevnějšku
- kladení nesplnitelných nároků (např. na školní prospěch)
- vyhrožování opuštěním (např. umístěním do ústavní výchovy)

Emocionální týrání a zanedbávání se rozpoznává nejhůře, ačkoli může mít stejně poškozující následky jako ostatní formy týrání, protože učí člověka pochybovat o vlastním vnímání světa a vlastní hodnotě.

Sexuální zneužívání:

- bezdotykové
 - sledování dítěte při svlékání či oblékání, koupeli či nějaké aktivitě, která se běžně dělá v soukromí (potajmu nebo otevřeně), nucení pozorovat někoho při těchto činnostech
 - odhalování pohlavních orgánů nebo jiných částí těla, které mají pohlavní význam (např. ňadra, hýždě), žádost k odhalování těchto částí těla
 - nucení poslouchat něčí sprosté řeči nebo nucení takovým způsobem mluvit, přímé vyptávání na sexuální aktivity a vztahy, popis chování a jednání lidí s podrobnostmi, které dítě nechce slyšet, nucení ke sledování pornografického materiálu
- otykové
 - lechtání, objímání, hraní způsobem, který je nepříjemný
 - provádění jakékoli aktivity s mužem, při níž si je dítě vědomo jeho erekce
 - líbání, které je agresivní nebo nechtěné, francouzský polibek
 - nucení k dotýkání se pohlavních orgánů zneuživatele nebo takového dotýkání se zneužívaného dítěte
 - jakýkoli kontakt úst a genitálií
 - pohlavní styk

Zneužívání a týrání nalezneme ve všech typech rodin napříč celým sociálním spektrem.

Některé motivy k týrání a zneužívání:

- jednání v afektu, aby si člověk ulevil, déle potlačovaný vztek a agresivita
- potřeba přesunout negativní emoce – přenesení zlosti nebo jiných negativních emocí na oběť, protože osoba, která tuto emoci zapříčinila, není dostupná nebo se jí pachatel bojí
- potřeba moci, potřeba ovládat, např. pro vlastní pocit bezmocnosti nebo méněcennosti
- reprodukce naučeného chování – mnoho lidí, kteří se dopouštějí týrání a zneužívání, byli v dětství sami vystaveni takovému chování, někdy si také potřebují dokázat, že se k nim jejich rodiče chovali správně, proto aplikují stejný model zacházení na své vlastní děti

- chybějící kompetence k výchově dětí, např. u rodičů, kteří vyrostli v dětských domovech, nebo v případě příliš mladých rodičů vychovávajících děti bez podpory širší rodiny
- narušené vztahy v rodině – neschopnost komunikace, netolerance, kritika, odmítání, neschopnost kooperovat při řešení problému, chybí vzájemná podpora, vše se řeší násilným způsobem, dochází k domácímu násilí mezi rodiči
- závislost na alkoholu a jiných návykových látkách, duševní onemocnění, porucha osobnosti
- sexuálního zneužívání dětí se někdy dopouštějí lidé, kteří mají problémy s nalezením přiměřeného partnera

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- špinavé oblečení, tělesný zápach, neupravený zevnějšek
- nevysvětlená poranění, popáleniny a modřiny, zvláště opakované, podobného tvaru, na stejných místech, na dotazy na vznik zranění většinou mlčí, popřípadě občasné zmínky o bití
- vyhýbání se některým aktivitám, lidem nebo situacím, u kterých by mohlo dojít k prozrazení, že je dítě týráno: odmítání svlékání a sprchování se ve společných prostorách (např. po tělocviku), odmítání školních výletů, škol v přírodě atd. (často z iniciativy rodičů), strach ze setkání s rodiči, zpožděné ochody ze školy domů
- zvýšená agresivita (velmi často agresoři šikany), nebezpečné, riskantní chování
- uzavřenost, potíže s vytvářením důvěrných vztahů, potíže v komunikaci s ostatními lidmi, očekává odmítnutí, kritiku, špatné zacházení, obtížná důvěřivost vůči okolí nebo naopak snaha o příliš blízký kontakt („věšení se“)
- ztráta zájmu a soustředění, nízká školní výkonnost
- projevy přehnané úzkosti, obav nebo strachu, pocity beznaděje a deprese, poškozené sebevědomí, pochyby o vlastní hodnotě
- útky z domova, sebepoškozování, sebevražedné myšlenky a chování, závislost na různých látkách, poruchy příjmu potravy

Specifické příznaky sexuálního zneužívání:

- „sexuální vyvádění“ – předčasný sexuální život, spousta sexuálních partnerů, a to i partneri o několik let starší, prostituce, tendence dostávat se do dalších vztahů, v nichž dochází k sexuálnímu zneužívání, používání výrazů se sexuálním obsahem, zasvěcená nápodoba sexuálního chování, vyzývání spolužáků k sexuálním aktivitám, jejich sexuální zneužívání
- náhlý odpor k určitému člověku, činnosti nebo k místu, odmítá někam jít nebo dělat něco, co bývala dřív běžná, dokonce příjemná aktivita
- velké finanční příjmy

3. PRÁVNÍ RÁMEC

Z hlediska zákona máte při řešení týrání, zneužívání a zanedbávání dvě hlavní povinnosti:

- oznámení trestného činu § 368
- překažení trestného činu § 367

Obecně je oznamovací povinnost každého občana upravena tak, že pokud se hodnověrným způsobem dozví o spáchání trestného činu (mimo jiných i týrání svěřené osoby dle § 198 trestního zákona, v případech sexuálního zneužívání je za dítě považována osoba mladší 15 let a za trestný čin je podle § 187 trestního zákona považováno pohlavní zneužití, podle § 185 trestního zákona znásilnění, podle § 188 trestního zákona soulož mezi příbuznými v přímém pokolení nebo se sourozencem a podle § 201 ohrožování výchovy dítěte, § 202 svádění k pohlavnímu styku atp.), je povinen neprodleně podat oznámení policejnímu orgánu nebo státnímu zástupci. V tomto případě vám ale doporučujeme oznámit případ na oddělení sociálně-právní ochrany dětí při městském úřadě v místě bydliště dítěte. Tato oznámení jsou důvěrná, a pokud jde o oznámení fyzické osoby, nesmí orgán, který toto oznámení přijal, sdělit zdroj svých informací. Školy a školská zařízení mají povinnost podat oznámení na OSPOD i v případě pouhého podezření o týrání a zneužívání dítěte.

OSPOD je povinen každé oznámení prošetřit a podniknout další kroky k ochraně dítěte.

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Sledujte signály, které vzbuzují podezření na týrání nebo zneužívání dítěte, konzultujte je s ostatními kolegy, vedením školy.
- Před dalším postupem diskutujte konkrétní okolnosti s odborníkem.
- Pokud máte na týrání nebo zneužívání podezření, ve spolupráci s vedením školy okamžitě kontaktujte OSPOD.
- Dítěti můžete nabídnout prostor v soukromí, aby se mohlo svěřit („Všiml(a) jsem si, že jsi poslední dobou často smutný, je něco, co tě trápí?“). Případně žákovi nabídněte, že kdyby si chtěl o něčem promluvit, budete mu k dispozici. Je vhodné žákovi předat kontakt na potřebnou pomoc, např. telefonní číslo na Linku bezpečí.
- Pokud se rozhodne dítě svěřit se vám s týráním nebo zneužíváním, je důležité si uvědomit, že:
 - Děti bojují s tendencí se raději nikomu nesvěřit, často mají pocity strachu, studu a viny. Bojí se pachatele, reakcí blízkých, rozpadu rodiny, ztráty lásky.
 - Někdy věří, že týrání a zneužívání v blízké době určitě skončí, nebo si nejsou jisté, zda chování rodičů jako autority je v pořádku. Protože kdyby byly hodné a poslušné, tak by je rodiče přece nadměrně netrestali, nezneužívali.
 - Děti se většinou nesvěří hned, někdy se dotazují „teoreticky“ či mluví o zkušenosti dítěte, kterému se údajně týrání a zneužívání děje, tím si pedagoga testují. V tomto případě je důležité akceptovat tuto jeho formu komunikace a počkat na to, až v průběhu rozhovoru připustí, že týrání a zneužívání je vlastně jeho zkušeností.
 - Děti mají často zkušenost s odmítavou nebo zpochybnující reakcí, když se pokusí o své situaci promluvit s někým dospělým, především v rodině. Dítěti, které se vám svěří, vždy důvěřujte. Není vhodné dítě znejistňovat nebo konfrontovat s tím, jestli si je jisté, že se týrání nebo zneužívání stalo. Podstatné je ho spíše pochválit za to, že našlo odvahu a sílu tuto skutečnost sdělit. Řekněte dítěti, že není vinno tím, co se stalo, odpovědnost nese dospělý, který takto dítěti ubližuje.
 - Hlavní zásadou je navázat s dítětem dobrý kontakt a vytvořit pro něho prostředí přijetí, důvěry a respektu. Je zcela přirozené, že se u vás mohou na takto těžké téma objevit různé emoční reakce, dokonce panika, ale je důležité mít na mysli, že úkolem není problém okamžitě vyřešit, ale postupně hledat adekvátní kroky k řešení.

- Pokud se dítě v případech týrání rozhodne svěřit, má často potřebu toto sdělit jako tajemství, které nesmíte nikomu prozradit. Řekněte dítěti, že vám popisuje tak závažnou situaci, kterou je potřeba řešit, abyste ho ochránili. Na příslib tajemství je důležité nepřistoupit, protože tuto skutečnost nelze slíbit. Je vhodnější s dítětem mluvit o obavách, které z celé situace má, a ubezpečit ho, že jeho informace nebude zneužita proti němu, ale použita pro řešení celé situace a vyhledání další odborné pomoci. Dítě je nutné předem informovat o krocích, které následně budou podniknuty.
- Hledejte s dítětem možnosti, jak se může ochránit, aby se týrání neopakovalo, např. přestat chodit k strýci na návštěvu. Dalším opěrným bodem je zjišťování, ke komu má dítě důvěru a na koho se může obrátit, kdo ho podrží. Pocit bezmoci často vede dítě k odpovědi, že nikdo takový není. Je dobré hledat s dítětem možnosti, které by ho samotné nenapadly.
- Mluvte klidně, nehodnoťte, nemoralizujte, držte své emoce na uzdě, nekritizujte pachatele (dítě k němu může mít ambivalentní vztah).
- Nechte žáka mluvit, o čem sám chce, neptejte se ho na zraňující podrobnosti.
- Přesně a podrobně dokumentujte případ a přijatá opatření.

Jak komunikovat s rodiči

Zvažte zda, komu a za jakých okolností by měla v konkrétním případě probíhat komunikace s rodiči. Pokud týrání a zneužívání probíhá přímo v úzké rodině, poradte se s odborníkem (OSPOD nebo další služby), jak s konkrétní situací zacházet i s ohledem na vaše odborné dovednosti. Obrátit se na odborníka a mluvit s ním o situaci konkrétního dítěte, možnostech řešení a komunikaci s ním i rodiči však doporučujeme v každém případě.

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školu

Telefonická krizová pomoc a poradenství:

- Rodičovská linka
- specializované poradenské linky (Linka DKC)

Oznámení:

- OSPOD
- Policie ČR

Pro děti

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- Linka bezpečí
- vspecializované poradenské linky

Krizová pomoc:

- dětská krizová centra

Individuální psychoterapie:

- psychologové a psychoterapeuti

Pro rodiče

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- Rodičovská linka
- Linky důvěry

Krizová pomoc:

- krizová centra

Individuální psychoterapie.

- psychologové a psychoterapeuti

Rodinné poradenství a psychoterapie:

- rodinné poradny

6. ODKAZY NA LITERATURU

DUNOVSKÝ, J. *Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě*. Praha: Grada, 1995. ISBN: 80-7169-192-5.

BENTOVIM, A. *Týrání a sexuální zneužívání v rodinách*. Praha: Grada, . ISBN199880-7169-629-3.

ŠPECIÁNOVÁ, Š. *Ochrana týraného a zneužívaného dítěte*. Praha: Linde, 2003, ISBN: 80-86131-44-0.

ELLIOTOVÁ, M. *Jak ochránit své dítě*. Praha: Portál, 1995.

WIRTZ, U. *Vražda duše*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-975-5.

O týrání a zneužívání. Edice Linek důvěry

Rozvod, rozchod rodičů a domácí násilí

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Rodina je pro vývoj a chování žáků zcela zásadní. U svých žáků se můžete ve větší míře setkat s tím, že osobní historie dítěte dnes běžně zahrnuje příslušnost hned k několika rodinám naráz. Souběžně existuje množství různých forem rodinného soužití zahrnující všechny možné kombinace legalizovaných i nelegalizovaných a biologických či nebiologických vztahů, což se zákonitě promítá do chování dítěte a jeho školních výsledků. V této kapitole uvedeme některé z hlavních rizikových situací v rodině dítěte, které mohou ovlivnit jeho chování (rozvod rodičů, následná úprava výchovy a domácí násilí).

Rozvod, rozpad rodiny

Rozpad manželství, kde jsou děti, je ztrátou pro všechny. I když se rodiče snaží, velmi často se ukáže, že je rozvod vyvede z míry mnohem více, než očekávali, především mají-li děti. Rozvod proto většinou doprovázejí bolestivé pocity minimálně u jednoho z rodičů a ty se vždy dětí dotýkají. Kromě právního rozvodu (faktické ukončení manželství rodičů) procházejí nejen dospělí, ale i děti individuálním procesem a fázemi vyrovnání se s rozpadem rodiny a zvykáním si na nové poměry.

Fáze vyrovnávání se s rozvodem u dětí

V době před a po rozvodu mohou děti procházet různými ohrožujícími situacemi:

- Dítě je používáno jako poslíček v partnerské komunikaci. (Např. matka říká: „Honzíku, řekni tam vedle, že se rozbil sporák.“ Honzík odejde do vedlejšího pokoje a řekne to otcí. Otec reaguje: „Řekni své matce, že se sporák nerozbil, ale že ho rozbila ona.“) Bohužel se tyto manipulace mohou objevovat ještě v daleko drastičtějších podobách.
- V důsledku toho, že oba rodiče procházejí během rozvodu různými zátěžovými situacemi, může na děti často dopadnout více povinností, se kterými se musejí vyrovnat.
- Dítě se stane důvěrníkem svých rodičů, kteří na ně chrlí vzteky a stesky týkající se druhého rodiče. V této chvíli dítě musí potlačit své potřeby a dávat podporu dospělému, což pro něj není jednoduché. Dítě má předčasně odpovědnost, resp. kompetenci, která přísluší dospělým. Velmi často pak trpí přetížením a nezralostí. Jelikož nedostává od rodičů to, co by v danou chvíli potřebovalo, může pak své potřeby považovat za nedůležité. Někdy může toto chování přerůst až k pocitům omnipotence, kdy se domnívá, že řízení situací v životě je pouze na něm.
- Děti mohou také sloužit jako laso, kterým se dá partner k rodině přitáhnout zpátky. Dítě má např. vysoké horečky, propadá ve škole atp. Tato sdělení však rodiče kamuflují, vyjadřují zcela jiná přání než strach o zdraví či prospěch dítěte, chtějí partnera získat zpět.
- Schovávání a zapírání dítěte před druhým rodičem nebo trestání dítěte za projevy loajality k druhému rodiči (Pláňava, 1994).
- Některé děti jsou z rozpadu vztahu obviňovány (např. při rozpadu rodiny s nevlastním rodičem).

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- strach z odloučení, dítě ztrácí dosavadní oporu
- snaha sblížit rozcházející se rodiče, u některých dětí se projevuje popírání reality nebo se objevují příznaky nemoci či problémy s chováním, což má nevědomě dát rodiče znovu dohromady
- prožívání odpovědnosti či viny za rozvod rodičů, především menší děti trpí obavou, že rozchod rodičů zapříčinily ony, resp. něco, co udělaly či neudělaly nebo mohly udělat
- neschopnost se soustředit, chybějící příprava na vyučování, zhoršení prospěchu
- neschopnost navazovat uspokojivé sociální vztahy s vrstevníky a učiteli, stahování se z kontaktu s nimi
- nepřiměřené chování a emotivní reakce v běžných podmínkách, náhlé změny (plačtivost, zvýšená agresivita atd.)
- celkový výrazný pocit neštěstí nebo deprese, prožívání strachu nebo úzkosti
- tělesné symptomy, jako je častá nemocnost, nevysvětlitelné bolesti hlavy, břicha, zvracení apod.

3. PRÁVNÍ RÁMEC

V případě závažných nebo dlouhodobě neřešených konfliktů v rodině (např. spor o dítě), které se mohou jevit jako psychické týrání nebo zanedbávání dítěte, kontaktujte OSPOD.

- 94/1963 Sb. Zákon o rodině
- 359/1999 Sb. Zákon o sociálně-právní ochraně dětí

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Pokuste se porozumět kontextu příznaků v chování, které se u dítěte v souvislosti s rozvodovou situací objevují.
- Pokud bylo dítě dříve bezproblémové, vnímejte situaci jako proces, kterým si musí projít.
- Je potřeba, aby se dítěti stejně jako jeho rodičům dostalo dostatečné podpory. To na druhou stranu neznamená udělovat mu nějaké výhody, ale spíše mu nabídnout motivaci ke školní práci, případně prostor pro přípravu na vyučování.
- Nepotvrzujte naději žáka, že se k sobě rodiče vrátí a vše bude jako dřív. V tomto případě dítě potřebuje ujištění, že rozvod je věcí dospělých, že za něj nemůže, snižujte dítěti úzkost a pocity viny, které může prožívat.
- Podporujte dobrý vztah dítěte s oběma rodiči, zůstaňte v konfliktu rodičů vždy nestranní.
- Buďte žákovi k dispozici, uvědomte si, že škola někdy může zůstat jediným opěrným bodem.
- Případně žákovi předejte kontakt na Linku bezpečí.
- Sejděte se s rodiči žáka (spíše individuálně s ohledem na situaci) a sdělte jim, jakých projevů prožívání rodinné situace jste si u žáka všimli. Nabídněte jim možnosti dostupné pomoci pro dospělé i dítě.
- Vypracujte s rodičem systém podpory, který může škola nabídnout, a tím rodině na čas ulehčit (doučování, zájmové kroužky, trávení času se spolužákem, doprovod do školy atd.).

5. ODBORNÁ POMOC

Pro školy

Telefonické poradenství:

- Rodičovská linka

Podezření na psychické týrání nebo zanedbávání:

- OSPOD

Pro děti

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- Linka bezpečí

Individuální psychoterapie:

- dětští psychoterapeuti

Pro rodiče

Telefonické a internetové poradenství, krizová pomoc:

- Rodičovská linka
- Linky důvěry

Rodinné poradenství a psychoterapie:

- rodinné poradny
- poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

Individuální psychoterapie:

- psychologové či psychoterapeuti

Rodinné mediace:

- Společnost pro mediaci

Řešení sporu o dítě:

- OSPOD

6. ODKAZY NA LITERATURU

TEYBER, E. *Děti a rozvod*. Praha: Návrat domů, 2007. ISBN: 978-80-7255-163-7.

NOVÁK, T., PRŮCHOVÁ, B. *Jak přežít rozvodové peklo*. Praha: Yota, 2004. ISBN: 80-7217-294-8.

POUPĚTOVÁ, S. *Netrapte se po rozvodu*. Praha: Grada, 2009. ISBN: 978-80-247-2046-3.

PLAŇAVA, I. *Jak se nerozvádět*. Praha: Grada, 1994. ISBN: 80-7169-129-1.

MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada, 2002. ISBN: 80-247-03032-7.

Domácí násilí mezi rodiči

1. ZÁKLADNÍ INFORMACE

Jedná se o fyzické, psychické nebo sexuální násilí mezi blízkými osobami žijícími ve společné domácnosti, k němuž dochází opakovaně v soukromí, tedy mimo kontrolu veřejnosti, avšak často za účasti dětí. Intenzita násilných incidentů se stupňuje a vede ke ztrátě schopnosti včas tyto incidenty zastavit a efektivně vyřešit narušený vztah. Násilná osoba udržuje nad druhou moc a kontrolu.

Rizikové faktory doprovázející vznik domácího násilí:

- vynucená sociální izolace
- finanční závislost na partnerovi
- péče o děti v rámci mateřské a rodičovské dovolené
- zdravotní postižení a omezení
- nezvládnuté rodičovství a výchova dětí
- závislosti násilné osoby

Klíčové znaky domácího násilí:

- opakování a dlouhodobost – z jednoho útoku jakéhokoli charakteru ještě nelze určit, zda jde o domácí násilí, může to však být jeho začátek
- eskalace – od urážek se stupňuje přes psychické snižování lidské důstojnosti až k fyzickým útokům a závažným trestným činům ohrožujícím zdraví a život
- jasné a nezpochybnitelné rozdělení rolí osoby ohrožené a osoby násilné – domácím násilím není vzájemné napadání, hádky, rvačky, spory, kde se role osoby násilné a osoby ohrožené střídají
- neveřejnost – probíhá zpravidla za zavřenými dveřmi bytu či domu, stranou společenské kontroly

Projevy domácího násilí:

- psychické násilí
 - zastrašování – zlé pohledy, výhružná gesta, předvádění zbraní, ničení věcí, ubližování jiným v přítomnosti ohrožené osoby
 - zvýšená kontrola všeho, co ohrožená osoba dělá – kam jde, s kým mluví, co říká, kdy se vrátí, omezování samostatnosti a rozhodování o sobě
 - kritizování a ponižování – nadávky, zesměšňování, snižování schopností, zpochybňování duševního zdraví, zlehčování obav, přehlížení přání a potřeb
 - vyhrožování a vydírání – nucení k poslušnosti, vyhrožování bitím, přerušování kontaktů, sebevraždou, vydírání přes děti, vnoučata, vyvolávání pocitů viny
- fyzické násilí – facky, rány pěstí, kopání, tlučení hlavou (např. o stěnu, topení), rdoušení, tahání za vlasy, bití nějakým předmětem apod.

- sociální násilí – izolace od příbuzných a přátel, zákaz přijímat návštěvy, svým chováním odrazovat návštěvníka od dalších návštěv, zákaz telefonovat, dívat se na TV, doprovázení např. k lékaři, na úřady
- ekonomické zneužívání – zamezení přístupu k financím (i vlastním), vydírání, vynucování přepsání bytu, nemovitosti
- sexuální násilí

2. VAROVNÉ SIGNÁLY

- příznaky psychického, fyzického týrání a zanedbávání (*viz kapitola Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě*)
- příznaky posttraumatické stresové poruchy a v jejím důsledku vývojové poruchy
- ambivalentní vztah k agresorovi (milují agresora jako rodiče, ale nenávidí ho jako pachatele domácího násilí)
- snaha bránit jednoho z rodičů, vyjadřovaná nenávist ke druhému
- pocity viny, odpovědnosti za domácí násilí
- únava, nevyspalost, poruchy pozornosti
- regrese (dítě se vrací do mladšího vývojového stadia), např. pomočování
- sklony k agresivnímu řešení konfliktů (naučené chování)
- psychosomatické obtíže (bolesti hlavy, břicha), nepřiměřené emoční reakce (plačtivost, zvýšená agresivita, záchvaty vzteku), deprese, pocity smutku, úzkosti, bezmoci, sebevražedné myšlenky
- útěky z domova

3. PRÁVNÍ RÁMEC

- 40/2009 Sb. Trestní zákoník
- § 199 Týrání osoby žijící ve společném obydlí
- 273/2008 Sb. o Policii ČR
- Hlava II. §§ 44–47 Oprávnění vykazat z bytu nebo domu i z jeho bezprostředního okolí
- § 359/1999 Sb. o sociálně-právní ochraně dětí

4. DOPORUČENÝ POSTUP

- Při komunikaci s dítětem ohroženým domácím násilím platí podobná pravidla jako u týrání (*viz příslušná kapitola*), vzhledem k tomu, že obvykle dochází domácím násilím k psychickému (někdy i fyzickému) týrání dítěte.
- V případě podezření na domácí násilí v rodině žáka konzultujte situaci s odborným zařízením (*viz kontakty*) a kontaktujte OSPOD.
- Pokud se vám dítě svěřá, dodržujte při komunikaci s ním následující pravidla.
 - Nepochybně panice, bezmoci, zachovejte klid.
 - Dítěti důvěřujte, vytvořte mu prostředí pro pocit přijetí, důvěry a bezpečí.
 - Nekritizujte osobu pachatele, ale vyjádřete nevhodnost jeho chování.

- Neslibujte dítěti zachování tajemství, řekněte mu, že se jedná o závažnou situaci, máte strach o něj i jeho rodiče a musíte udělat něco, abyste násilí zastavili.
- Předejte žákovi kontakt na odbornou pomoc např. výchovného poradce nebo školního psychologa školy nebo externí pomoc (např. linku bezpečí).
- nformujte dítě o krocích, které budou následně podniknuty.

V případě, že se na vás obrátí rodič žáka ohrožený domácím násilím:

- vyjádřete mu důvěru a podporu
- podpořte jeho odhodlání situaci řešit
- předejte mu kontakty na odbornou pomoc
- v případě akutního ohrožení nebo závažného napadení doporučte rodiči zdokumentování stavu (např. vyfocení modřin i s obrázkem obličeje), návštěvu lékaře, Policii ČR a informujte rodiče o postupech bezpečnostního plánu (www.stopnasili.cz/zeny/bezpecnostni-plan.html, www.domacinasili.cz/prakticke-rady-bezpecnostni-plan/) a o oprávnění Policie ČR vykázat agresora (viz *právní rámec*)
- vzhledem k tomu, že je ohrožen zdravý vývoj dítěte, kontaktujte OSPOD

5. ODBORNÁ POMOC

Domácí násilí je složitým problémem, který zasahuje do života oběti v mnoha oblastech. Pro úspěšné řešení tohoto problému je nezbytná spolupráce s různými institucemi a organizacemi, které by měly své postupy koordinovat v zájmu zajištění bezpečnosti oběti.

Pro školu

Telefonická krizová pomoc a poradenství:

- Rodičovská linka
- specializované poradenské linky (Dona linka)

Oznámení:

- OSPOD
- Policie ČR

Pro děti

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- Linka bezpečí

Krizová pomoc:

- dětská krizová centra

Individuální psychoterapie:

- psychologové a psychoterapeuti

Pro rodiče

Telefonická a internetová krizová pomoc:

- Rodičovská linka
- Linky důvěry
- specializované linky (Dona linka)
- krizová pomoc
- azylové domy
- intervenční centra
- občanské poradny
- specializované poradny (Bílý kruh bezpečí, Rosa, Acorus, La strada)

Individuální psychoterapie:

- psychologové a psychoterapeuti

Rodinné poradenství a psychoterapie:

- rodinné poradny

– **Intervenční centra**

– Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

– Občanské poradny

– **Poradny Bílého kruhu bezpečí**

– Krizová centra psychosociální pomoci

– Azylové domy

– Linky důvěry

– Krizová centra

– OSPOD

– PPP

– Pediatři

– Kriminální oddělení Policie ČR

– Intervenční centra

– Poradny BKB

– www.bkb.cz

– www.donalinka.cz

– www.capld.cz

– www.azylovedomy.cz

– Rosa

– www.obcanskeporadny.cz

– www.gaudia.cz

– www.ampr.cz

– www.policie.cz

– www.domaci-nasili.cz (adresář intervenčních center)

– SOS centrum Diakonie ČCE – www.soscentrum.cz – program pro osoby s násilným chováním ve vztazích

- www.domacinasili.cz
- nonstop linka Acorus 283 892 772
- www.domacinasili.cz/intervencni-centra/adresar-intervencnich-center-cr-kontakty-pro-verejnost/

6. ODKAZY NA LITERATURU

CONWAY, H., L. *Domácí násilí*. Plus, 2007, ISBN: 978-80-0001-550-7.

BUSKOTTE, D. *Žena a domácí násilí – Z pekla ven*. Praha Computer Press, 2008. ISBN: 9788025117866.

ŠEVČÍK, D., ŠPATENKOVÁ, N. *Domácí násilí – Kontext, dynamika a intervence*. Praha: Portál, 2011. ISBN: 978-80-7367-690-2.

www.domaci-nasili.cz

www.donalinka.cz

www.mvcr.cz/clanek/domaci-nasili-institut-vykazani-a-dalsi-informace.aspxwww.nasilidoma.cz

Rozcestník služeb

Linka bezpečí	63
Rodičovská linka	63
Linky důvěry.....	64
Pedagogicko psychologické poradny	66
Střediska výchovné péče	74
Dětské psychiatrické léčebny a další zařízení dětské a dorostové psychiatrie v ČR.....	77
Rodinné poradny	81
Dětská Krizová centra	87
Krizová centra pro dospělé.....	88
Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež	90
Oddělení sociálně právní ochrany dětí (OSPOD).....	95
Psychologické a psychoterapeutické služby.....	98
Centra primární prevence.....	112

Všechny organizace jsou řazeny dle krajů v pořadí:

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| A Praha | L Liberecký |
| B Jihomoravský | M Olomoucký |
| C Jihočeský | P Plzeňský |
| E Pardubický | S Středočeský |
| H Královéhradecký | T Moravskoslezský |
| J Vysočina | U Ústecký |
| K Karlovarský | Z Zlínský |

Linka bezpečí

Linka bezpečí je bezplatná telefonická linka krizové pomoci pro děti a mladistvé (do 18 let, studenti do 26 let). Je v provozu 24 hodin denně po celý rok a je dostupná z celé České republiky zdarma jak z pevné linky, tak i z mobilních telefonů. Linka bezpečí ctí zásadu anonymity klienta, klienti nemusí sdělovat své osobní údaje.

Posláním Linky bezpečí je poskytovat telefonickou krizovou pomoc a poradenství dětem a mladistvým, kteří se nacházejí v tíživé životní situaci takového rozměru, že ji nemohou nebo nedokáží zvládnout vlastními silami.

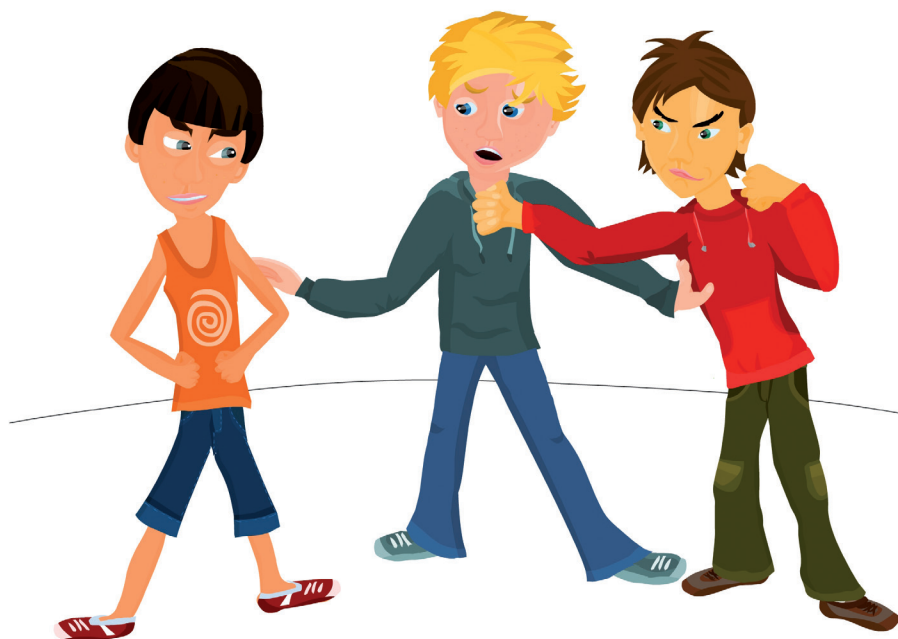
Telefonní číslo: **116 111**
 Emailové poradenství: **pomoc@linkabezpeci.cz**
 Chat: **chat.linkabezpeci.cz** (provoz po–ne 15–19 h, víkend 9–13 h)
 Web: **www.linkabezpeci.cz**

Rodičovská linka

Rodičovská linka poskytuje telefonickou krizovou intervenci a poradenství především rodičům, prarodičům a ostatním členům rodiny z celé České republiky. Nabízí jim pomoc v krizové situaci, která se týká dětí, dospívajících a mladých dospělých.

Zajišťuje služby v podobě výchovného, rodinného a sociálně-právního poradenství. Zároveň nabízí výchovné poradenství pro pedagogy mateřských, základních a středních škol. Své služby poskytuje po telefonu a ctí zásadu anonymity klienta. Pokud klienti sami nechtějí, nemusí sdělovat své osobní údaje.

Telefonní číslo: **840 111 234** (po–čt 13–19 h, pá 9–15 h)
 Emailové poradenství: **pomoc@rodicovskalinka.cz**
 Web: **www.linkabezpeci.cz**



Linky důvěry

V současné době je v České republice téměř čtyřicet linek důvěry, které pracují na stejném principu: nabízejí anonymní telefonický kontakt za účelem rozhovoru o aktuálních problémech neodkladného nebo naléhavého charakteru. Kromě pomoci při zvládnání různých krizových stavů poskytují také informace o službách a kontaktech vhodných navazujících zařízení.

Web: www.krizova-pomoc.cz/linky-duvery/seznam-dle-kraju-a-mest/

A KRAJ PRAHA

Pražská linka důvěry

Tel.: 222 580 697 (nonstop)
 Chat: www.chat-pomoc.cz (15–20 h, st 8–20 h)
 Web: www.csspraha.cz/linka-duvery

Kontaktní linka SOS centrum Diakonie

Tel.: 222 514 040, 222 521 912, 777 734 173,
 728 047 416 (pracovní dny 9–20 h)
 Email: linka.duvery@diakonie.cz
 Web: www.soscentrum.cz/nase-sluzby/Denni-krizova-sluzba/

Linka Centra krizové intervence

Tel.: 284 016 666 (nepřetržitě 24 h denně)
 Web: www.plbohnice.cz/home3/jakou_pomoc_poskytujeme/nabizena_pomoc/cz

B JIHMORAVSKÝ KRAJ

Charitní Linka důvěry Blansko

Tel.: 516 410 668 (nonstop)
 Skype: [linka.duvery.blansko](https://www.skype.com/add?contact=linka.duvery.blansko) (14–18 h)
 Email: soslinka.blansko@caritas.cz
 Web: blansko.charita.cz/ohrozene/linka

Modrá linka Brno

(pro děti a mládež, pro dospělé řešící problémy související s dětmi a mladistvými)
 Tel.: 549 241 010, 608 902 410 (9–21 h)
 Email: help@modralinka.cz
 Skype: [modralinka](https://www.skype.com/add?contact=modralinka) (denně 9–21 h)
 Chat: chat.modralinka.cz (po, st, pá 17–20 h)
 Web: www.modralinka.cz

Linka naděje Brno

Tel.: 547 212 333 (nonstop)
 Web: www.fnbrno.cz/nemocnice-bohunice/psychiatricka-klinika/linka-nadeje/t3227

Linka důvěry Spondea Brno

Tel.: 541 235 511, 608 118 088 (nonstop)
 Email: krizovapomoc@spondea.cz
 Chat: www.chat.spondea.cz
 Web: www.spondea.cz

C JIHOČESKÝ KRAJ

Linka důvěry České Budějovice

Tel.: 387 313 030, 387 438 703 (non-stop)
 Web: css.krumlov.cz/index.php?page=org_detail&id=443cbc53ea886

Linka důvěry Arkáda Písek

Tel.: 382 222 300 (pracovní dny 8–22 h)
 Web: www.arkadacentrum.cz/kontakt.php

Anonymní linka psychologické pomoci Strakonice

Tel.: 772 050 013 (út, čt 15–22 h)
 Email: LinkaDuveryStrakonice@seznam.cz
 Web: www.strakonice.eu/content/anonymni-linka-psychologicke-pomoci-v-krizovych-situacich

E PARDUBICKÝ KRAJ

Telefonická pomoc Krizového centra v Chrudimi

Tel.: 469 623 899
 Email: kc@pestalozzi.cz
 Web: www.pestalozzi.cz/chrudim.php?idc=3

Linka důvěry Ústí n. Orlicí

Tel.: 465 52 42 52
 Email: napis@linkaduveryuo.cz
 Web: www.linkaduveryuo.cz

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

Linka důvěry není v kraji dostupná. Kontaktujte Rodičovskou linku nebo Linku bezpečí (viz celorepublikové odkazy) nebo Linku důvěry z nejbližšího kraje).

J KRAJ VYSOČINA**Linka důvěry STŘED Třebíč**

Tel.: 568 44 33 11, 775 22 33 11
 Email: linkaduvery@stred.info
 Chat: www.elinka.iporadna.cz
 Web: www.stred.info

K KARLOVARSKÝ KRAJ**Linka důvěry Karlovy Vary**

Tel.: 353 588 080, 723 963 356
 (pracovní dny 8–6 h ráno)
 Web: www.resvitae.cz/linka-duvery

Linka naděje Sokolov

Tel.: 352 622 962
 Email: rp.sokolov.tkp@ss-po.cz
 Web: www.kr-karlovarsky.cz/dpskynsperk/ss_po/
 poradna_Sokolov/

L LIBERECKÝ KRAJ**Linka důvěry Liberec**

Tel.: 485 177 177, 485 106 464, 606 450 044
 (nonstop provoz)
 Email: odpovim@napismi.cz
 Skype: linka.duvery.liberec (všední dny 7–22 h)
 Web: www.linka-duvery.cz

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Linka důvěry Olomouc**

Tel.: 585 414 600
 (po–pá 18–6, víkendy a svátky nonstop)
 Chat: elinka.iporadna.cz
 (út, čt, ne: 18.30–20.30 h)
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/telefonicka-krizova-
 pomoc

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Linka důvěry a psychologické pomoci Plzeň**

Tel.: 377 462 312, 605 965 822
 (denně 10–22 h)
 Email: ld.plzen@atlas.cz
 Web: www.epoche.cz/linkaduvery.html

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**Linka důvěry Kladno**

Tel.: 777 684 444, 312 684 444
 Email: poradenstvi@ldkladno.cz
 Skype: linka.duvery.kladno
 Web: www.ldkladno.cz

Linka důvěry Kutná Hora

Tel.: 327 511 111, 602 874 470 (po–pá 8–22 h)
 Email: linkaduvery@kh.cz
 Web: www.linkaduvery.kh.cz

Linka důvěry SOS Mladá Boleslav

Tel.: 326 741 481 (9–18 h)
 Web: ldmb.webzdarma.cz

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**Linka důvěry Havířov**

Tel.: 596 410 888 (po–pá 6.30–15 h)
 Email: linkaduvery@ssmh-havirov.cz
 Web: ssmh.cz/index.php?kategorie=1&clanek=1/

Linka důvěry Karviná

Tel.: 596 318 080 (nonstop provoz)
 Email: ld@cepp.cz
 Skype: linka.duvery.karvina
 Web: www.cepp.cz/linka_duvery_karvina.php

Linka důvěry Ostrava

Tel.: 596 618 908, 737 267 939 (všední dny
 poledne 12–6 ráno, víkendy a svátky non-stop)
 Email: linka.duvery@mnof.cz
 Web: www.mnof.cz/linka_duvery/index.php

Ú ÚSTECKÝ KRAJ**Linka duševní tísně Most**

Tel.: 476 701 444 (každý den 9–21 h)
 Email: ldt.most@mostknadeji.cz
 Skype: ldt.most
 Web: www.mostknadeji.eu/linka-dusevni-tisne

Linka pomoci Ústí nad Labem

Tel.: 475 603 390 (non-stop provoz)
 Email: spirala.linkapomoci@volny.cz
 Web: www.spirala-ul.cz/cz.php?txt=linka-pomoci

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**Linka důvěry Kroměříž**

Tel.: 573 331 888 (nonstop provoz)
 Web: www.zlin.eu/page/40884.cisla-v-nouzi/#linka-
 sos

Schránka důvěry Vsetín

Telefonická Linka důvěry nahrazena Schránkou důvěry.
 Web: www.azylovydum.cz/schranka_duvery

Linka SOS Zlín

Tel.: 577 431 333 (non-stop provoz)
 Email: sos@zlin.cz
 Web: www.soslinka.zlin.cz/cz

Pedagogicko psychologické poradny

Pedagogicko-psychologické poradny pomáhají dětem od 3 let do ukončení středního, příp. vyššího odborného vzdělání, a jejich rodičům a učitelům. Spolupracují se všemi stupni a typy škol. PPP poskytují služby dle vyhlášky MŠMT č. 116/2011 Sb.

A KRAJ PRAHA

Pražská pedagogicko-psychologická poradna

Tel.: 241 480 250

Web: pppp.cz

PPP pro Prahu 1, 2 a 4

Francouzská 56/260, 101 00 Praha 10

Tel.: 224 239 393, 267 997 011

Email: poradna@ppppraha.cz

PPP pro Prahu 3

Lucemburská 40, 130 00 Praha 3

Tel.: 222 717 193, 222 174 077

Email: ppp.lucemburska@seznam.cz

PPP pro Prahu 5

Kuncova 1580/1, 155 00 Praha 5

Tel.: 251 611 803

Email: oppp5@volny.cz

PPP pro Prahu 6

Vokovická 32/3, 160 00 Praha 6

Tel.: 220 612 131, 220 611 073

Email: ppp6@wo.cz

PPP pro Prahu 7

U Smaltovny 22, 170 00, Praha 7

Tel.: 220 805 297

Email: poradna7@ppppraha7a8.cz

PPP pro Prahu 8

Šišková 2/1223, 182 00 Praha 8

Tel.: 286 585 191

Email: poradna8@ppppraha.cz

PPP pro Prahu 9

U Nové školy 87, 190 00 Praha 9

Tel.: 266 312 530, 266 310 939

Email: poradna9@seznam.cz

PPP pro Prahu 10

Jabloňova 30, 106 00 Praha 10

Tel.: 272 651 082

Email: ppp10@ppp10.eu

PPP pro Prahu 11

Kupeckého 576/17, 149 00 Praha 4

Tel.: 272 918 682, 272 942 004

Email: ppppraha11@seznam.cz

PPP pro Prahu 12

Barunčina 11, 143 00 Praha 4

Tel.: 241 772 412, fax 241 774 672

Email: info@ppp-modrany.cz

Křesťanská PPP

Pernerova 8, 186 00 Praha 8

Tel.: 222 322 624, 739 012 074

Email: poradna@kppp.cz

Soukromá Pražská PPP

Ohradní 20, 140 00 Praha 4

Tel.: 241 480 250, 241 481 253, 603 513 949

Email: pppp@pppp.cz

B JIHMORAVSKÝ KRAJ

PPP Jihomoravského kraje

Tel.: 543 517 738

Web: www.pppbrno.cz

PPP Brno–město

Zachova 1, 602 00, Brno

Tel.: 543 245 914–16

Email: zachova@pppbrno.cz

PPP Brno–město

Kohoutova 4, 613 00 Brno

Tel.: 545 223 379–80

Email: kohoutova@pppbrno.cz

PPP Brno–město a Brno–venkov

Sládkova 45, 613 00 Brno

Tel.: 548 526 802

Email: sladkova@pppbrno.cz

PPP Brno–venkov

Hybešova 15, 602 00 Brno

Tel.: 543 426 080, 731 658 683

Email: hybesova@pppbrno.cz

PPP Brno–venkov

Mjr. Nováka 7, 664 91 Ivančice
Tel.: 546 213 501, 731 658 685
Email: ivancice@pppbrno.cz

PPP Brno – venkov

Nádražní 232, 667 01 Židlochovice
Tel.: 547 231 523, 731 658 686
Email: zidlochovice@pppbrno.cz

PPP Brno–venkov

Špitálka 10, 602 00 Brno
Tel.: 543 530 230–36
Email: pedpsych@volny.cz

PPP Brno

Mendlovo nám. 3/4, 603 00 Brno
Tel.: 541 213 726, 775 211 793
Email: ppp@jgmendel.cz

PPP Brno

Hlinky 27, 603 00 Brno
Tel.: 541 213 726, 775 211 793
Email: ppp@skolskykomplex.cz

PPP Břeclav

Bří Mrštíků 30, 690 01 Břeclav
Tel.: 519 373 996, 519 322 139
Email: pppbřeclav@mybox.cz

PPP Hustopeče

Masarykovo nám. 1/136, 693 24 Hustopeče
Tel.: 519 411 171
Email: pppbřeclav@mybox.cz

PPP Mikulov

Náměstí 28, 692 01 Mikulov
Tel.: 519 511 386
Email: pppbřeclav@mybox.cz

PPP Hodonín

Jilemnického 2, 695 03 Hodonín
Tel.: 518 606 411
Email: ppp.hodonin@ho.orgman.cz

PPP Kyjov

Nádražní 1333/34, 697 01 Kyjov
Tel.: 518 615 082

PPP Veselí n. Moravou

Kollárova 1660, 698 01 Veselí nad Moravou
Tel.: 518 324 112

PPP Vyškov

Jungmannova 2, 682 01 Vyškov
Tel.: 517 348 706, 605 417 216
Email: oppp.vyskov@pppvy.cz

PPP Blansko

Nad Čertovkou 17, 678 01 Blansko
Tel.: 516 417 431
Email: poradna@pppblansko.cz

PPP Boskovice

Štefánikova 1142/2, 680 01 Boskovice
Tel.: 516 454 178, 721 754 139
Email: poradna@pppboskovice.cz

PPP Znojmo

Jana Palacha 6, 669 02 Znojmo
Tel.: 515 260 077
Email: ppp@zn.orgman.cz

JIHOČESKÝ KRAJ**PPP Jihočeská**

Tel.: 387 314 506
Web: info.edu.cz/cs/node/1288

PPP České Budějovice

Nerudova 59, 370 04 České Budějovice
Tel.: 387 927 111
Email: poradna.info@pppcb.cz

PPP Český Krumlov

Kaplická 19, 381 01 Český Krumlov
Tel.: 380 711 505, 602 325 693
Email: poradna.krumlov@pppcb.cz

PPP Dačice

Náměstí Republiky 86, 380 01 Dačice
Tel.: 724 831 374, 725 438 733
Email: kalvodova@pppcb.cz

PPP Jindřichův Hradec

Pravdova 837/II, 377 01 Jindřichův Hradec
Tel.: 384 388 133, 721 077 255
Email: poradnajh@pppcb.cz

PPP Písek

Erbenova 722, 397 01 Písek
Tel.: 382 213 387, 724 831 376
Email: poradna.pisek@pppcb.cz

PPP Prachatice

Zlatá stezka 245, 383 01 Prachatice
Tel.: 388 313 519, 777 897 109
Email: poradna.prachatice@pppcb.cz

PPP Soběslav

Bechyňská 26/30, 392 01 Soběslav
Tel.: 731 841 015
Email: blanka.musilova@pppcb.cz

PPP Strakonice

Kochana z Prachové 163, 386 01 Strakonice
Tel.: 383 321 704, 724 831 377
Email: poradna.strakonice@pppcb.cz

PPP Tábor

Martina Koláře 2118, 390 02 Tábor
Tel.: 381 252 851, 602 181 423
Email: poradna.tabor@pppcb.cz

E PARDUBICKÝ KRAJ**PPP Pardubického kraje**

Tel.: 466 410 327
Web: www.ppp-pardubice.cz

PPP Pardubice město

Sukova třída 1260, 530 02 Pardubice
Tel.: 466 410 327, 466 410 328
Email: poradna@ppp-pardubice.cz

PPP Chrudim

Poděbradova 842, 537 01 Chrudim
Tel.: 469 621 187
Email: ped.ps.por.cr@quick.cz

PPP Ústí nad Orlicí

Královehradecká 513, 562 01 Ústí n. Orlicí
Tel.: 465 521 296, 776 611 695
Email: info@pppuo.cz

PPP Lanškroun

ZŠ Dobrovského 630, 563 01 Lanškroun
Tel.: 777 914 459
Email: info@pppuo.cz

PPP Vysoké Mýto

Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto
Tel.: 777 914 471
Email: info@pppuo.cz

PPP Žamberk

Masarykovo nám. 61, 564 01 Žamberk
Tel.: 465 611 023
Email: info@pppuo.cz

PPP Svitavy

Riegrova 2063, 568 02 Svitavy
Tel.: 461 532 486, fax 461 531 046
Email: info-svitavy@pppuo.cz

PPP Litomyšl

Partyzánská 775, 570 01 Litomyšl
Tel.: 775 575 487
Email: info-svitavy@pppuo.cz

PPP Moravská Třebová

Komenského 302, 569 21 Moravská Třebová
Tel.: 775 575 483
Email: info-svitavy@pppuo.cz

PPP Polička

Švermova 401, 572 01 Polička
Tel.: 775 575 484
Email: info-svitavy@pppuo.cz

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**PPP Královéhradecký kraj**

Tel.: 495 265 423
Web: www.pppkhk.cz

PPP Hradec Králové

M. Horákové 504, 500 06 Hradec Králové
Tel.: 495 265 423

PPP Chlumeck nad Cidlinou

Kozelkova 123/IV, 503 51 Chlumeck nad Cidlinou
Tel.: 495 484 110

PPP Jičín

Fortna 39, 506 01 Jičín
Tel.: 493 533 505, 493 533 595, 739 293 888

PPP Náchod

Smiřických 1237, 547 01 Náchod
Tel.: 491 426 036, 777 868 411

PPP Nový Bydžov

Masarykovo náměstí 1, 504 01 Nový Bydžov
Tel.: 495 703 998

PPP Rychnov nad Kněžnou

Javornická 1501, 516 01 Rychnov nad Kněžnou
Tel.: 494 535 476

PPP Trutnov

Horská 5, 541 01 Trutnov
Tel.: 499 813 080, 605 448 327

J VYSOČINA**PPP kraj Vysočina**

Tel.: 568 848 815
Web: www.ppptrebic.cz/kontakty

PPP Jihlava město

tř. Legionářů 6, 586 01 Jihlava
Tel.: 567 572 416, icq 462 722 056
Email: pppji@raz-dva.cz

PPP Havlíčkův Brod

Nad Tratí 335, 580 01 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 422 171, 569 425 954, 722 964 003
Email: ppp@hbnet.cz

PPP Pelhřimov

Pražská 127, 393 01 Pelhřimov
Tel.: 565 323 621, 565 381 364
Email: pedagog-poradna@pel.cz

PPP Třebíč

Vltavínská 1289, 674 01 Třebíč
Tel.: 568 848 815, 568 848 816
Email: ppptr@volny.cz

PPP Žďár nad Sázavou

Veselská 35, 591 01 Žďár nad Sázavou
Tel.: 566 621 040
Email: poradna@ppp-zr.cz

PPP Bystřice nad Pernštejnem

Hornická 643, 593 01 Bystřice n. Pernštejnem
Tel.: 736 607 671
Email: poradna@ppp-zr.cz

PPP Velké Meziříčí

Oslavická 20, 594 01 Velké Meziříčí
Tel.: 566 520 299
Email: poradna@ppp-zr.cz

K KARLOVARSKÝ KRAJ**PPP Karlovarský kraj**

Tel.: 353 176 511
Web: www.pppkv.cz/info.htm

PPP Karlovy Vary

Západní 15, 360 26 Karlovy Vary
Tel.: 353 176 511
Email: pzlatohlavkova@pppkv.cz

PPP Toužim

Plzeňská 318 (internát SOU zemědělské)
364 01 Toužim
Tel.: 739 684 938

PPP Cheb

Palackého 8, 350 02 Cheb
Tel.: 354 439 396, 354 438 764
Email: ppp-cheb@quick.cz

PPP Sokolov

K. H. Máchy 1276, 356 01 Sokolov
Tel.: 352 604 505, 352 604 964
Email: ppp.sokolov@volny.cz

L LIBERECKÝ KRAJ**PPP Libereckého kraje**

Tel.: 482 710 517
Web: www.pppliberec.cz/

PPP Česká Lípa

Havlíčková 443/9, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 487 521 673, 487 522 179, 728 541 505
Email: hudec@ppcl.cz

PPP Jablonec nad Nisou

Palackého 118/48, 466 04 Jablonec n. Nisou
Tel.: 483 704 498
Email: ppp.jablonec@volny.cz

PPP Jablonec nad Nisou

5. května 31, 466 01 Jablonec n. Nisou
Tel.: 483 318 848
Email: ppp.jablonec@volny.cz

PPP Liberec

Truhlářská 3, 460 01 Liberec
Tel.: 482 710 517, 485 113 006
Email: pppliberec@volny.cz

PPP Lomnice nad Popelkou

Josefa Jana Fučíka 61, 512 51 Lomnice n. Popelkou
Tel.: 481 671 792
Email: ppp.lomnice@worldonline.cz

PPP Raspenava

Fučíkova 430, 463 61 Raspenava
Tel.: 482 319 288

PPP Semily

Nádražní 213, 513 01 Semily
Tel.: 481 625 390
Email: ppp.semily@tiscali.cz

PPP Turnov

Žižkova 518, 511 01 Turnov
Tel.: 481 323 772
Email: ppp.turnov@seznam.cz

M OLOMOUCKÝ KRAJ**PPP Olomoucký kraj**

Tel.: 585 221 045
Web: www.ppp-olomouc.cz

PPP Olomouc

U Sportovní haly 1a, 779 00 Olomouc
 Tel.: 585 221 045, 585 224 573
 Email: ppp@ppp-olomouc.cz

PPP Litovel

Městský klub, n. Př. Otakara 753/11, 784 01 Litovel
 Tel.: 585 221 045, 585 224 573
 Email: ppp@ppp-olomouc.cz

PPP Šternberk

DDM p.o., Opavská 14, 785 01 Šternberk
 Tel.: 585 221 045, 585 224 573
 Email: ppp@ppp-olomouc.cz

PPP Uničov

ZŠ Uničov, Haškova 211, 783 91 Uničov
 Tel.: 585 221 045, 585 224 573
 Email: ppp@ppp-olomouc.cz

PPP Přerov

SŠT, Kouřilkova 8, 750 02 Přerov
 Tel.: 581 208 014
 Email: ppp@ppp-prerov.cz

PPP Hranice

ZŠ Šromotovo nám. 177, 753 01 Hranice
 Tel.: 581 604 125
 Email: ppp@ppp-prerov.cz

PPP Prostějov

Vrchlického 5, 796 01 Prostějov
 Tel.: 582 344 237
 Email: ppp-prostejov@volny.cz

PPP Konice

Vrchlického 349, 798 52 Konice
 Tel.: 582 344 237
 Email: ppp-prostejov@volny.cz

PPP Šumperk

Husitská 12, 787 01 Šumperk
 Tel.: 583 215 279
 Email: pppsumperk@seznam.cz

PPP Mohelnice

Olomoucká 41, 789 85 Mohelnice
 Tel.: 583 215 279
 Email: pppmohelnice@seznam.cz

PPP Zábřeh

Sušilova 40, 789 01 Zábřeh
 Tel.: 583 215 279
 Email: pppspk@seznam.cz

PPP Jeseník

Dukelská 1240, 790 01 Jeseník
 Tel.: 724 131 963
 Email: pppor@jes.cz

P PLZEŇSKÝ KRAJ**PPP Plzeňský kraj**

Tel.: 377 468 124, 377 468 111
 Web: www.pepor.pilsedu.cz

PPP Plzeň město

Částkova 78, 326 00 Plzeň
 Tel.: 377 468 124, 377 468 111
 Email: poradnaplzen@seznam.cz

PPP Plzeň sever

Částkova 78, 326 00 Plzeň
 Tel.: 377 468 172
 Email: pppps@quick.cz

PPP Plzeň jih

Částkova 78, 326 00 Plzeň
 Tel.: 377 468 167
 Email: pppp-j@volny.cz

PPP Domažlice

Pivovarská 323, 344 01 Domažlice
 Tel.: 379 724 276
 Email: ppp.domazlice@seznam.cz

PPP Klatovy

Voříškova 823, 339 01 Klatovy
 Tel.: 376 310 809
 Email: pppkt@mybox.cz

PPP Rokycany

Jiráskova 181/II, 337 01 Rokycany
 Tel.: 371 724 960, 723 685 435, 723 720 583
 Email: pepsyro@seznam.cz

PPP Stříbro

Mánesova 485, 349 01 Stříbro
 Tel.: 374 623 773

PPP Sušice

Příkopy 178, 342 01 Sušice
 Tel.: 376 526 671

PPP Tachov

K. H. Borovského 521, 347 01 Tachov
 Tel.: 374 723 158
 Email: ppp.tc@tiscali.cz

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**PPP Středočeská**

Tel.: 321 717 168

Web: www.pppstredoceska.cz

PPP pro Prahu–západ

Kováků 1077/9, 150 21 Praha 5

Tel.: 251 564 211, 606 681 827, 731 417 201

Email: pppz@volny.cz

PPP pro Prahu–východ

Mochovská 570, 194 00 Praha 9

Tel.: 281 867 331-4, 603 267 746

Email: poradna@pppprahavychod.cz

PPP Benešov

Černošská 1997, 256 01 Benešov

Tel.: 317 722 904, 737 764 262

Email: poradna@pppbenesov.cz

PPP Český Brod

Sokolská 1313, 282 01 Český Brod

Tel.: 321 623 887

PPP Hradec Králové

M. Horákové 504, 500 06 Hradec Králové

Tel.: 495 265 423

PPP Chlumeck nad Cidlinou

Kozelkova 123/IV, 503 51 Chlumeck nad Cidlinou

Tel.: 495 484 110

PPP Jičín

Fortna 39, 506 01 Jičín

Tel.: 493 533 505, 493 533 595, 739 293 888

PPP Náchod

Smiřických 1237, 547 01 Náchod

Tel.: 491 426 036, 777 868 411

PPP Nový Bydžov

Masarykovo náměstí 1, 504 01 Nový Bydžov

Tel.: 495 703 998

PPP Rychnov nad Kněžnou

Javornická 1501, 516 01 Rychnov nad Kněžnou

Tel.: 494 535 476

PPP Trutnov

Horská 5, 541 01 Trutnov

Tel.: 499 813 080, 605 448 327

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**PPP Moravskoslezský kraj**

Tel.: 596 746 770

Web: www.ppp-ostrava.cz/

PPP Ostrava – Zábřeh

Kpt. Vajdy 1, 700 30 Ostrava – Zábřeh

Tel.: 553 810 700, 553 810 701

Email: posta-zabreh@ppp-ostrava.cz

PPP Ostrava – Poruba

17. listopadu 1123, 708 00 Ostrava – Poruba

Tel.: 553 810 750, 553 810 751

Email: posta-porudba@ppp-ostrava.cz

PPP Bruntál

Krnovská 9, 792 01 Bruntál

Tel.: 554 717 737, 554 714 724

Email: info@pppbruntal.cz

PPP Krnov

Za drahou 3, 794 01 Krnov

Tel.: 554 612 395

Email: krnov@pppbruntal.cz

PPP Frýdek-Místek

Palackého 130, 738 02 Frýdek-Místek

Tel.: 558 432 084

Email: pppfrydekmiestek@gmail.com

PPP Frýdek-Místek

Politických obětí 531, 738 02 Frýdek-Místek

Tel.: 558 644 750

Email: peknikova.pppfm@gmail.com

PPP Třinec

Máchova 643, 739 61 Třinec

Tel.: 558 331 771

Email: ppptřinec@gmail.com

PPP Karviná

Víta Nejedlého 591, 734 01 Karviná

Tel.: 597 582 370

Email: poradna@pppkarvina.cz

PPP Bohumín

Bezručova 190, 735 52 Bohumín

Tel.: 597 582 373

Email: poradna@pppkarvina.cz

PPP Český Těšín

Moskevská 1, 737 01 Český Těšín

Tel.: 597 582 374

Email: poradna@pppkarvina.cz

PPP Havířov

Opletalova 5, 736 01 Havířov
Tel.: 597 582 372
Email: poradna@pppkarvina.cz

PPP Orlová

Masarykova 958, 735 14 Orlová – Lutyně
Tel.: 597 582 371
Email: poradna@pppkarvina.cz

PPP Nový Jičín

Žižkova 3, 741 01 Nový Jičín
Tel.: 556 771 144
Email: info@pppnj.cz

PPP Opava

Rybí trh 7-8/177-8, 746 01 Opava
Tel.: 553 622 768, 553 625 736
Email: info@ppp.opava.cz

PPP Opava

Hradecká 16, 746 01 Opava
Tel.: 553 622 768
Email: info@ppp.opava.cz

PPP Hlučín

Tyršova 2, 748 01 Hlučín
Tel.: 595 044 110
Email: info@ppp.opava.cz

PPP Vítkov

Opavská 22, 749 01 Vítkov
Tel.: 556 300 574
Email: info@ppp.opava.cz

U ÚSTECKÝ KRAJ**PPP Ústecký kraj**

Tel.: 417 535 219
Email: www.pppuk.cz/

PPP Děčín

Jiřího z Poděbrad 209/19, 405 02 Děčín
Tel.: 412 532 071
Email: decin@pppuk.cz

PPP Chomutov

Václavská 4153, 430 03 Chomutov
Tel.: 474 699 200, 474 699 217
Email: chomutov@pppuk.cz

PPP Kadaň

Fibichova 1129, 432 01 Kadaň
Tel.: 474 334 487, 474 332 427
Email: kadan@pppuk.cz

PPP Litoměřice

Palachova 18, 412 01 Litoměřice
Tel.: 416 733 031, 416 733 015
Email: litomerice@pppuk.cz

PPP Louny

Poděbradova 634, 440 01 Louny
Tel.: 415 652 323
Email: louny@pppuk.cz

PPP Most

Jana Palacha 1534, 434 01 Most
Tel.: 476 708 847
Email: most@pppuk.cz

PPP Litvínov

Ukrajinská 379, 436 01 Litvínov
Tel.: 476 765 145
Email: most@pppuk.cz

PPP Roudnice nad Labem

Karlovo nám. 71, 413 01 Roudnice n. Labem
Tel.: 416 831 148
Email: roudnice@pppuk.cz

PPP Rumburk

Sukova 6, 408 01 Rumburk
Tel.: 412 332 325
Email: rumburk@pppuk.cz

PPP Teplice

Lípová 651/9, 415 01 Teplice
Tel.: 417 533 669, 417 535 248
Email: teplice@pppuk.cz

PPP Ústí nad Labem

Čelakovského 703/2, 400 07 Ústí n. Labem
Tel.: 475 532 803, 475 533 212
Email: usti@pppuk.cz

PPP – soukromá

Bří. Čapků 618/4, 400 01 Ústí n. Labem
Tel.: 472 741 344

PPP Žatec

Smetanovo nám. 331, 438 01 Žatec
Tel.: 415 712 761
Email: zatec@pppuk.cz

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**PPP Zlínský kraj**

Tel.: 575 570 491
Web: www.ppporzl.cz/

PPP Zlín

J. A. Bati 5520, 760 01 Zlín

Tel.: 575 570 491

Email: poradna@ppporzl.cz

PPP Kroměříž

Jánská 197, 767 01 Kroměříž

Tel.: 575 570 564

Email: ppp@poradna-km.cz

PPP Holešov

Zlínská 993, 769 17 Holešov

Tel.: 575 570 564

Email: ppp@poradna-km.cz

PPP Uherské Hradiště

Františkánská 1256, 686 01 Uherské Hradiště

Tel.: 572 551 352

Email: pppuh@ppporzl.cz

PPP Uherský Brod

Přebranská 415, 688 01 Uherský Brod

Tel.: 572 638 148

Email: pppub@ppporzl.cz

PPP Valašské Meziříčí

Vodní 782, 757 01 Valašské Meziříčí

Tel.: 571 621 643

Email: pppvm@ppporzl.cz

Střediska výchovné péče

Střediska výchovné péče zajišťují preventivně-výchovnou péči pro děti, žáky a studenty s rizikem vzniku a vývoje poruch chování, přičemž poskytují svou intervenci také rodičům (zákonným zástupcům) nebo škole.

A KRAJ PRAHA

SVP Praha 12

Rakovského 3138, 143 00 Praha12
Tel.: 244 401 461
Email: spdm.modrany@seznam.cz
Web: www.dum-praha.cz

SVP Praha 4

Kupeckého 576, 149 00 Praha 4 - Háje
Tel.: 267 910 756
Email: milos.kusy@seznam.cz
Web: www.ddc.cz

SVP Praha 9

Čakovická 51, 190 00 Praha 9
Tel.: 283 883 332
Email: portlikova@klicov.cz
Web: www.klicov.cz

SVP Praha 5

Holečkova 5, 150 00 Praha 5
Tel.: 283 883 332
Email: portlikova@klicov.cz
Web: www.klicov.cz

SVP Praha 9

Čakovická 51, 190 00 Praha 9 - Klíčov
Tel.: 283 883 332
Email: portlikova@klicov.cz
Web: www.klicov.cz

B JIHOMORAVSKÝ KRAJ

SVP HELP ME Brno

Bořetická 2, 629 00 Brno
Tel.: 544 234 629
Email: info@svphelpme.cz
Web: www.svphelpme.cz

SVP Brno

Kamenomlýnská 2, 603 00 Brno
Tel.: 775 989 826
Email: svp.brno@volny.cz
Web: svpbrno.ic.cz

SVP Brno

Veslařská 252, 637 00 Brno
Tel.: 543 216 685
Email: svp.veslar@volny.cz
Web: www.dum-brno.cz

C JIHOČESKÝ KRAJ

SVP Spirála

Špičák 114, 381 01 Český Krumlov
Tel.: 380 712 426
Email: spirala@icm.ckrumlov.cz
Web: www.spirala.krumlov.cz

SVP České Budějovice

Dukelská 23, 370 01 České Budějovice
Tel.: 386 354 383
Email: vedouci.cb@dduhomele.cz
Web: www.dduhomele.cz

SVP Strakonice

Ellerova 160, 386 01 Strakonice
Tel.: 383 324 717
Email: vedouci.st@dduhomele.cz
Web: www.dduhomele.cz

E PARDUBICKÝ KRAJ

SVP Archa

Školní náměstí 11, 537 01 Chrudim
Tel.: 721 677 279
Email: svp.archa@tiscali.cz
Web: není

SVP Pyramida

Sokolovská 146, 533 54 Rybitví
Tel.: 466 680 338
Email: svp_pyramida@volny.cz
Web: www.svphk.cz

SVP Mimoza

Mírové náměstí 1388, 562 01 Ústí n. Orlicí
Tel.: 737 568 228
Email: svp-mimoza@centrum.cz
Web: www.svp-mimoza.cz

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**SVP Police nad Metují**

Na Babí 190, Police nad Metují
 Tel.: 491 521 519
 Email: svp.varianta@seznam.cz
 Web: www.ddu-hk.cz

SVP Domino

Luční 838/8, 500 03 Hradec Králové
 Tel.: 495 541 374
 Email: info@svphk.cz
 Web: www.svphk.cz

SVP Kompas

Smiřických 1237, 547 01 Náchod
 Tel.: 491 424 390
 Email: svp.kompas@worldonline.cz
 Web: www.svphk.cz

SVP Návrat

Brandlova 112, 500 03 Hradec Králové
 Tel.: 495 541 374
 Email: info@svphk.cz
 Web: www.svphk.cz

J KRAJ VYSOČINA**SVP Černovice**

Jiráková 285, 394 94 Černovice
 Tel.: 565 492 203
 E-mail: j.paclik@vucernovice.cz
 Web: www.vucernovice.cz

K KARLOVARSKÝ KRAJ**SVP Karlovy Vary**

Myslbečova 4, 360 01 Karlovy Vary
 Tel.: 721 134 582
 E-mail: svpkv@volny.cz
 Web: www.svpkv.wz.cz

L LIBERECKÝ KRAJ**SVP Liberec**

Na výšinách 451/9, 460 05 Liberec
 Tel.: 485 341 176
 Email: svp_lbc@centrum.cz
 Web: svp-lbc.cz

M OLOMOUCKÝ KRAJ

Nemá SVP.

P PLZEŇSKÝ KRAJ**SVP Domažlice**

Kozinova 101, 344 01 Domažlice
 Tel.: 723 681 521
 Email: svp-domazlice@quick.cz
 Web: svp-domazlice.cz

SVP Plzeň

Karlovarská 67, 323 00 Plzeň
 Tel.: 377 536 459
 Email: svp_plzen@quick.cz
 Web: www.dduplzen.cz

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**SVP Kolín**

Komenského 375, 280 00 Kolín
 Tel.: 321 718 555
 Email: matulovaz@seznam.cz
 Web: www.dud.cz

SVP Slaný

Tomanova 1361, 274 01 Slaný
 Tel.: 312 520 569
 Email: svp@svpslany.cz
 Web: www.svpslany.cz

SVP Příbram

Školní 129, 261 01 Příbram
 Tel.: 318 632 266
 Email: svppribram@svppribram.cz
 Web: www.dum-praha.cz

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**SVP Centrum naděje**

28. října 1639, Frýdek-Místek
 Tel.: 596 239 202
 Email: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

SVP Ostrava-Koblov

Antošovická 258, 711 00 Ostrava-Koblov
 Tel.: 596 239 202
 Email: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

SVP Opava

Hradecká 16, 746 01 Opava
 Tel.: 596 239 202
 Email: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

SVP Karviná-Fryštát

Vydmuchov 1835/10, 733 10 Karviná-Fryštát
 Tel.: 596 239 202
 E-mail: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

SVP Bruntál

Krnovská 9, Bruntál
 Tel.: 596 239 202
 Email: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

SVP Krnov

náměstí Míru 13, 794 01 Krnov
 Tel.: 596 239 202
 Email: vedouci@svp-ostrava.cz
 Web: www.dum-ostrava.cz

Ú ÚSTECKÝ KRAJ**SVP Chomutov**

Cihlářská 4132, 430 03 Chomutov
 Tel.: 474 621 682
 E-mail: svpchomutov@volny.cz
 Web: www.ddu-liberec.cz

SVP Most

Růžová 1408, 434 11 Most
 Tel.: 476 704 017
 Email: svpmost@volny.cz
 Web: www.ddu-liberec.cz

SVP Děčín

Pivovarská 179/30, 405 02 Děčín
 Tel.: 412 557 171
 Email: info@vuboletice.cz
 Web: www.vuboletice.cz

SVP Ústí nad Labem

U Nádraží 2, 400 01 Ústí n. Labem
 Tel.: 412 557 171
 Email: info@vuboletice.cz
 Web: www.vuboletice.cz

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**SVP Valašské Meziříčí**

Králova 370, 757 01 Valašské Meziříčí
 Tel.: 571 614 575
 Email: k.centrum@volny.cz
 Web: www.dduolomouc.cz

SVP Domek Zlín

Česká 4789, 760 05 Zlín
 Tel.: 577 242 786
 Email: markova@svpdomek.cz
 Web: www.svpdomek.cz

SVP Kelč

Nám. Osoboditelů 1, 756 43 Kelč
 Tel.: 571 641 600
 Email: svp.kelc@volny.cz
 Web: www.svp-kelc.cz

SVP Kroměříž

Husovo nám. 229, 767 01 Kroměříž
 Tel.: 573 380 000
 Email: svp.km@volny.cz
 Web: www.svp-km.cz

SVP Bystřice p. Hostýnem

6. Května 1071, Bystřice p. Hostýnem
 Tel.: 573 380 000
 Email: svp.km@volny.cz
 Web: www.svp-km.cz

SVP Help Uherské Hradiště

Zelené nám. 1292, 686 01 Uherské Hradiště
 Tel.: 572 564 520
 Email: svp@svphelp.cz
 Web: www.svphelp.cz

Dětské psychiatrické léčebny a další zařízení dětské a dorostové psychiatrie v ČR

www.adp.cz

A KRAJ PRAHA

Dětské odd. Psychiatr. léčebny Praha - Bohnice

Ústavní 91, 181 02 Praha 8

Tel.: 284 016 111

Web: www.plbohnice.cz

Dětská psychiatrická klinika 2. LF UK a FN Praha - Motol

FN Motol, V Úvalu 84, 150 06 Praha 5

Tel.: 224 433 400, 224 433 432

Email: psychiatrie@fnmotol.cz

Web: www.fnmotol.cz/detska-psychiatricka-klinika-uk-2-lf

Dětské odd. Psychiatrické kliniky Thomayerovy FN Praha

Tel.: 261 082 262, 261 083 208

Web: www.ftn.cz/pacientum-a-verejnosti/oddeleni-a-kliniky/detska-psychiatrie/

MUDr. Ivana Růžičková

Opatovická 13, 11000 Praha 1

Tel.: 224 934 287

MUDr. Dagmar Tichá

Karlovo náměstí 7/325, 120 00 Praha 2

Tel.: 222 162 188, 606 568 116

MUDr. Zuzana Peterová

Jana Masaryka 29, 12000 Praha 2

Tel.: 222 512 244

MUDr. Jiří Macek

Na Dlouhém lánu 11/563, 160 00 Praha 6

Tel.: 251097296, 736609461

MUDr. Eva Tomková

Nám. Dr. Holého 15, 180 00 Praha 8 - Libeň

Tel.: 603 505 817

B JIHOMORAVSKÝ KRAJ

Dětské odd. Psychiatrické kliniky FN Brno

Jihlavská 20, 625 00 Brno

Tel.: 532 232 053 (59), 532 231 111

Web: www.fnbrno.cz

MUDr. Dagmar Stehlíková

bří. Mrštíků 2708/38, 690 02 Břeclav (poliklinika)

Tel.: 519 303 315

MUDr. Hana Lemanová

Malátova 2405/9, 612 00 Brno 12 - Královo Pole

Tel.: 541 245 540, 541 248 252

Email: h.lemanova@seznam.cz

Psychiatrické oddělení Nemocnice Znojmo

Vídeňská 8, 669 02 Znojmo

Tel.: 515 215 652

Email: psychiatrie@nemz.cz

C JIHOČESKÝ KRAJ

Dětská psychiatrická léčebna Opařany

č.d. 121, 39161 Opařany

Tel.: 381 204 211

Email: dploparany@dploparany.cz

Web: www.dploparany.cz

MUDr. Eva Fialková

Husovo nám. 530/1, Tábor

Tel.: 381 254 105

MUDr. Lenka Trantýrová - Nemocnice Tábor, psychiatrické oddělení

Kpt. Jaroše 2000/10, Tábor

Tel.: 381 606 765

MUDr. František Kučera - Psychiatrická ambulance Nemocnice Strakonice, a.s.

Radomyšlská 423, Strakonice

Tel.: 383 314 487, 383 314 111 (ústř.)

MUDr. Kamila Janovská

T. G. Masaryka 212, Český Krumlov

Tel.: 380 712 185, 604 238 488

E PARDUBICKÝ KRAJ**MUDr. Eva Miklasová**

Palackého třída 191, 537 01 Chrudim III (poliklinika)
Tel.: 469 638 944

Centrum psychiatrické péče

Bratranců Veverkových 1030, 530 06 Pardubice
Tel.: 466 030 112
Email: info@centrum-psych-pece.cz
Web: www.centrum-psych-pece.cz

MUDr. Ivo Kunst

Lochmanova 904, 562 01 Ústí n. Orlicí
Tel.: 603 460 700
Email: info@offreud.cz
Web: www.offreud.cz

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**MUDr. Hana Mlynářová**

Třída E. Beneše 577/86, 500 12 Hradec Králové
Tel.: 495 262 925, 495 261 520
Email: mlynarovahana@centrum.cz

MUDr. Ivo Kunst

Nezvalova 852, 500 03 Hradec Králové
Tel.: 603 460 700
Email: info@offreud.cz
Web: www.offreud.cz

Psychiatrická klinika FN Hradec Králové

Sokolská 581, 500 05 Hradec Králové (budova č. 7)
Tel.: 495 833 746, 495 834 030, 495 833 783
Web: www.fnhk.cz/psych/kliniky-ambulance.html

MUDr. Michaela Hofmanová

17. listopadu 861, 506 01 Jičín - Valdické Předměstí
Tel.: 493 524 876

Psychiatrická ambulance při nemocnici Nové město nad Metují

T. G. Masaryka 367, 549 01 Nové Město nad Metují
Tel.: 491 474 169

MUDr. Věra Ruferová

Jiráskova 1389, 516 01 Rychnov nad Kněžnou
Tel.: 494 515 383

MUDr. Věra Ruferová

Mírové nám. 89, 517 21 Týniště nad Orlicí
Tel.: 494 515 383

J KRAJ VYSOČINA**Psychiatrická léčebna Havlíčkův Brod**

Rozkošská 2322, 580 23 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 478 111

MUDr. Blanka Šťastná

Západní 287, 583 01 Chotěboř
Tel.: 569 623 075
Email: bl.stastna@quick.cz

Dětská psychiatrická léčebna Velká Bíteš

U Stadionu 285, 59501 Velká Bíteš
Tel.: 566 531 431, 566 531 433
Web: www.dpl-velkabites.cz

Dětské odd. Psychiatrické léčebny Havlíčkův Brod

Rozkošská 2322, 580 23 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 478 337
Web: www.detskaduse.cz/oddeleni/

K KARLOVARSKÝ KRAJ**Psychiatrické odd. Nemocnice Ostrov**

U Nemocnice 1161, Ostrov
Tel.: 353 364 111 (ústř.), 353 364 110 (12,13)

L LIBERECKÝ KRAJ**Dětské psychiatrické odd., KN Liberec**

Školní 430, 460 05 Liberec 5
Tel.: 485 101 102
Web: www.nemlib.cz/web/index.php?-
menu=1_33_4

MUDr. Marcela Cupová – Kajlíková

Odd. psychiatrie, Ronovská 846/3, 470 01 Č. Lípa
Tel.: 487 877 352

Psychiatrické sanatorium

Ronovská 846/3, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 487 521 710, 487 834 940

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Dětské odd. Psychiatrické léčebny Šternberk**

Tel.: 585 085 173, 585 085 171
Web: www.plstbk.cz/primariat-vi-pedopsychiatrie-
-cl-50.html

FN Olomouc - klinika psychiatrie Olomouc

I. P. Pavlova 6, Olomouc
Tel.: 588 443 519
Web: www.fnol.cz/klinika-psychiatrie-odkazy-
-sekce_137.html

MUDr. Vilma Vařeková

Nám. Svobody 1022/2, Mohelnice
Tel.: 583 431 462, 736 275 201

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Dětská psychiatrické klinika FN Plzeň**

Alej Svobody 80, Plzeň – Lochotín
Tel.: 377 103 111
Web: www.fnplzen.cz/pracoviste_detail.asp?klnodd_cislo=13

Dětské odd. Psychiatrické léčebny Dobřany

Ústavní ul., 334 41 Dobřany
Tel.: 377 423 115
Web: www.pldobrany.cz/primariat-x-odd-21.html

MUDr. Vladimíra Bečvářová

Tylova 39, Plzeň
Tel.: 774 344 496

MUDr. Jana Dallingerová

po – poliklinika Stříbro, Benešova 511, Stříbro
u Tachova, tel.: 374 633 511/ 532
út – poliklinika Planá, Bezručická 274, Planá
u Tachova
čt – poliklinika Bor, Přimská 501, Bor u Tachova,
tel.: 374 790 481
st+pá – poliklinika Tachov, Václavská 1560, Tachov,
tel.: 374 718 271

MUDr. Jiří Navrátil - Psychiatrické odd. Klatovské nemocnice

Plzeňská 569, Klatovy 2
Tel.: 376 335 138

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**MUDr. Šárka Bínová - Centrum léčby a prevence MedicPoint**

Vodárenská 3827, 276 01 Mělník
Tel.: 606 652 644
Web: www.medicpoint.cz

MUDr. Helena Matláková

Bezručova 187, 276 01 Mělník
Tel.: 315 624 343

MUDr. Martina Stegerová

Denní sanatorium, J. Palacha 1262, 293 01 Mladá Boleslav
Tel.: 326 323 137

MUDr. Iva Horáčková

Smetanova 55, 288 02 Nymburk
Tel.: 325 512 234

Psychiatrická léčebna Kosmonosy

Lípy 15, 293 06 Kosmonosy
Lázeňská 515, 289 12 Sadská (detašov. pracoviště)
Tel.: 326 715 711, 325 594 473 – 4 (Sadská)
Web: www.plkosmonosy.cz

MUDr. Jana Drtilová

Komenského nám. 1850, 251 01 Říčany/Olivova 312
Tel.: 323 602 793
Email: drtilova@volny.cz

MUDr. Michal Goetz

Podbrdská 269 (poliklinika), 261 01 Příbram
Tel.: 318 654 479

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**Dětské odd. Psychiatrické léčebny Opava**

Olomoucká 88, 746 01 Opava
Tel.: 553 695 390, 553 695 379
Web: www.plopava.cz/Primariat_E.html

MUDr. Milan Karas

Mánesova 976/4, 792 01 Bruntál
Tel.: 554 717 145
Email: karas.br@centrum.cz

MUDr. Marie Bílková

J. Suka 1793, 738 01 Frýdek-Místek
Tel.: 558 436 162

MUDr. Martina Lichnovská

Bezručova 2, 741 01 Nový Jičín
Tel.: 556 701 659

MUDr. Dana Skřontová

Olomoucká 406/2, 746 01 Opava – Město
Tel.: 553 711 881

Psychiatrická léčebna v Opavě

Olomoucká 88, 746 01 Opava
Tel.: 553 695 111
Email: plopa.hlb@coms.cz
Web: www.plopava.cz

MUDr. Marie Foltýnová

Na Hradbách 4, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 127 612

U ÚSTECKÝ KRAJ**Dětská psychiatrická léčebna v Lounech**

Rybalkova 1400, 44001 Louny

Tel.: 415 620 130

Email: dpl@dpllouny.cz

Web: www.dpllouny.mypage.cz

Psychiatrická ambulance

V Jirchářích 62/2, Ústí nad Labem

Tel.: 475 209 779

MUDr. Gabriela Šilhartová - Psyché, s.r.o.

Jugoslávská 1636, Most

Tel.: 476 700 060

MUDr. Gabriela Šilhartová - Psyché, s.r.o.

Beneše z Loun 321, Louny

Tel.: 725 524 05

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**Dětské odd. Psychiatrické léčebny Kroměříž**

Havlíčková 1265, 767 40 Kroměříž

Tel.: 573 314 111

Web: www.plkm.cz/cs/oddeleni-lecebny/detske-oddeleni

MUDr. Elena Kašparová

Náměstí Míru 3287/13, 767 01 Kroměříž

Tel.: 573 331 001

MUDr. Vlasta Hošková

Františkánská 163, 686 01 Uherské Hradiště

Tel.: 572 551 330

Psychiatrická ambulance při Nemocnici Uherské Hradiště

J. E. Purkyně 365 (areál nemocnice, pavilon č. 14, přízemí), 686 68 Uherské Hradiště

Tel.: 572 529 111

MUDr. Alena Březíková

tř. Osvobození 1388 (poliklinika), 765 02 Otrokovice

Tel.: 577 922 056

Email: detem@post.cz

Web: www.detemzlin.cz

MUDr. Alena Březíková

tř. T. Bati 2705 (poliklinika), 760 01 Zlín

Tel.: 577 645 231

Email: detem@post.cz

Web: www.detemzlin.cz

MUDr. Vítězslav Kouřil

Okružní 4699, 760 05 Zlín

Tel.: 577 242 017, 604 459 623

Email: dpazlin@volny.cz

Web: www.volny.cz/dpazlin/

Rodinné poradny

Rodinné poradenství je zaměřeno na zvládání potíží v mezilidských vztazích, osobních a rodinných problémech, generačních sporů, rozvodu a porozvodových těžkostí, styku s dětmi, žárlivosti, nevěry, závislosti v rodině a obtíží v intimním soužití. Důležitou součástí práce je i mediace dohod, a to především o výchově dětí a uspořádání vzájemných vztahů.

www.amrp.cz

A KRAJ PRAHA

Centrum sociálních služeb Praha – Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy
www.csspraha.cz

Rytířská 10, 110 00 Praha 1
Tel.: 224 211 352, 731 063 283
Email: helena.vaneckova@csspraha.cz

Mánesova 53, 120 00 Praha 2
Tel.: 222 222 269
Email: jitka.douchova@csspraha.cz

Chelčického 39, 130 00 Praha 3
Tel.: 222 582 942 linka 40-41
Email: miluse.konecna@csspraha.cz

Severní II 1565/3, 141 00 Praha 4
Tel.: 281 912 144
Email: elen.lenartova@csspraha.cz

Mařákova 11, 160 00 Praha 6
Tel.: 776 504 391
Email: iva.duskova@csspraha.cz

Novákových 5, 180 00 Praha 8
Tel.: 731 056 164
Email: martina.sladkova@csspraha.cz

Trojská 8, 180 00 Praha 8
Tel.: 284 681 889
Email: vitezslav.rysanek@csspraha.cz

Jordana Jovkova 5, 143 00 Praha 12
Tel.: 241 761 180, 731 056 728
Email: jana.smolkova@csspraha.cz

Informační a poradenské centrum Viola
(řešení konfliktních vztahů s blízkými osobami)
Modřínová 1, 182 00 Praha 8 - Kobylisy
Tel.: 773 666 784
Email: viola@csspraha.cz

B JIHOMORAVSKÝ KRAJ

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Blansko

Sladkovského, 678 01 Blansko
Tel.: 516 413 524
Email: poradna@blansko.cz
Web: www.blansko.cz/meu/poradna-pro-rodinu

Manželská a rodinná poradna – Centrum sociálních služeb, p.o. Brno

Buzkova 43, 615 00 Brno
Tel.: 548 538 338, 548 533 290
Email: rodin.poradna@volny.cz
Web: www.manzelskaporadna-brno.ic.cz/buzkova/sluzby.html

Manželská poradna Brno

Táborská 198, 615 00 Brno
Tel.: 548 538 497, 548 539 271
Email: manzelska.poradna@centrum.cz
Web: www.manzelskaporadna-brno.ic.cz/taborska/sluzby.html

Manželská poradna Brno

Bratislavská 2 (4. patro), 602 00 Brno – Zábrdovice
Tel.: 548 426 611, 725 896 456
Email: poradnabrno@volny.cz
Web: www.manzelskaporadna-brno.ic.cz/bratislavska/sluzby.html

Poradna pro manželství, rodinu a dítě Brno

Opuštěná 9/2, 602 00 Brno
Tel.: 533 304 680-5
Email: psychoporadna@volny.cz
Web: www.psychoporadna.com

Manželská a rodinná poradna Bethesda Brno

Starobrněnská 7, 602 00 Brno
Tel.: 542 214 547
Email: bethesda@volny.cz
Web: www.css.brno.cz/index.php?nav01=7925&nav02=8403&nav03=8415

Psychologická poradna Hodonín

Skácelova 2, 695 03 Hodonín
Tel.: 518 344 345, 603 289 960
Email: poradna@hod.ccsystem.cz

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Vyškov

Smetanovo nám. 27, 682 01 Vyškov
Tel.: 517 333 909, 733 525 998
Email: poradna@psychologie.vys.cz
Web: www.psychologie.vys.cz

CSS - Poradna pro rodinu a mezilidské vztahy Znojmo

Jarošova 1439/26, 669 02 Znojmo 2
Tel.: 515 224 317
Email: zn.poradna@seznam.cz
Web: cssznojmo.ic.cz/wordpress/?page_id=64

JIHOČESKÝ KRAJ**Středisko pro rodinu a mezilidské vztahy České Budějovice**

Nádražní 47, 370 01 České Budějovice
Tel.: 387 438 703, 387 428 683
Email: spramv@gmail.com
Web: www.rodinnaporadnacb.cz

Manželská a předmanželská poradna Jindřichův Hradec

Česká 1175/II, 377 11 Jindřichův Hradec
Tel.: 384 361 567
Email: uss.tomsova@seznam.cz
Web: www.manzelskaporadna-jh.cz

Arkáda Sociální psychologické centrum, o.s. Písek

Husovo nám. 2/24, 397 01 Písek
Tel.: 382 211 300
Email: info@arkada-pisek.cz
Web: www.arkadacentrum.cz/

Manželská a předmanželská poradna Strakonice

Pod Hradem 9, 386 01 Strakonice
Tel.: 383 334 252
Email: info@manzelskaporadna-strakonice.cz
Web: www.manzelskaporadna-strakonice.cz

PARDUBICKÝ KRAJ**Poradna pro rodinu Pardubického kraje**

Mozartova 449, 530 09 Pardubice
Tel.: 466 263 080
Email: rod.por.pce@quick.cz
Web: www.rmporadna.cz

Poradna pro rodinu Chrudim

Školní nám. 11, 537 01 Chrudim
Tel.: 469 319 632, 737 360 028
Email: poradna@chrudim.cz

Poradna pro rodinu Svitavy

Riegrova 2063/11, 568 02 Svitavy
Tel.: 461 532 604, 604 867 581
Email: cpp.svitavy@bluetone.cz

Poradna pro rodinu Ústí n. Orlicí

Na pláni 1343, 562 06 Ústí nad Orlicí
Tel.: 465 525 442, 733 522 278
Email: poradna.uo@seznam.cz

KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**Manželská a rodinná poradna Hradec Králové**

Divišova 829/2, 500 12 Hradec Králové
Tel.: 495 265 015, 607 248 533
Email: poradna.hk@csps-hk.cz
Web: poradnahk.webnode.cz

Manželská a rodinná poradna Jičín

Denisova 1073, 506 01 Jičín
Tel.: 493 522 811, 606 963 057
Email: poradna.jc@csps-hk.cz
Web: poradnahk.webnode.cz/kontakt/jicin

Manželská a rodinná poradna Náchod

Hálkova 432, 547 01 Náchod
Tel.: 491 426 128, 491 427 695
Email: rod.poradna@csps-hk.cz
Web: poradnahk.webnode.cz/kontakt/nachod

Psychologická poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Rychnov n. Kněžnou

Javornická 1501, 516 01 Rychnov n. Kněžnou
Tel.: 494 534 204, 604 406 439
Email: psychologie.rk@seznam.cz
Web: poradnahk.webnode.cz/kontakt/rychnov-nad-kneznou/

KRAJ VYSOČINA**Psychocentrum – manželská a rodinná poradna kraje Vysočina Havlíčkův Brod**

Dobrovského 2915, 580 01 Havlíčkův Brod
Tel.: 734 354 085
Email: vetrovec.pcentrum@volny.cz
Web: www.psychocentrum.cz/index.php?nid=11300&lid=cs&oid=2763690

Psychocentrum – manželská a rodinná poradna kraje Vysočina, Jihlava

Pod Příkopem 4, 586 01 Jihlava
 Tel.: 567 308 855
 Email: psychocentrum@volny.cz
 Web: www.psychocentrum.cz/index.php?nid=11300&lid=cs&oid=2763642

Psychocentrum – manželská a rodinná poradna kraje Vysočina, Pelhřimov

Solní 1814, 393 01 Pelhřimov
 Tel.: 737 618 913
 Email: stankova.pcentrum@volny.cz
 Web: www.psychocentrum.cz/index.php?nid=11300&lid=cs&oid=2763682/

Psychocentrum – manželská a rodinná poradna kraje Vysočina, Třebíč

Karlovo n. 30/41, 674 01 Třebíč
 Tel.: 568 846 500
 Email: poradnatrebic@iol.cz
 Web: www.psychocentrum.cz/index.php?nid=11300&lid=cs&oid=2763683

Psychocentrum – manželská a rodinná poradna kraje Vysočina, Žďár n. Sázavou

Horní 22, 591 01 Žďár n.S.
 Tel.: 566 621 404
 Email: rodinna.poradna.zr@cmail.cz
 Web: www.psychocentrum.cz/index.php?nid=11300&lid=cs&oid=2763694

K KARLOVARSKÝ KRAJ**Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Cheb**

Palackého 1562/8, 350 02 Cheb
 Tel.: 354 422 510, 731 549 171
 Email: rp.cheb@ss-po.cz
 Web: www.kr-karlovarsky.cz/dpskynsperk/ss_po/poradna_Cheb/

Rodinná poradna Res Vitae, Karlovy Vary

Blahoslavova 659/18, 360 09 Karlovy Vary
 Tel.: 353 226 296
 Email: poradna@resvitae.cz
 Web: www.resvitae.cz/rodinna-poradna

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Sokolov

K. H. Máchy 1276, 356 01 Sokolov
 Tel.: 352 699 259, 731 549 170
 Email: rp.sokolov@ss-po.cz
 Web: www.kr-karlovarsky.cz/dpskynsperk/ss_po/poradna_Sokolov/

L LIBERECKÝ KRAJ**Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Česká Lípa**

Konopeova 812, 470 01 Česká Lípa
 Tel.: 487 853 203, 607 862 086
 Email: poradnacl@centrum.cz
 Web: www.poradnacl.cz/

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Jablonec n. Nisou

Lidická 24, 466 01 Jablonec n. Nisou
 Tel.: 483 320 649, 723 093 253
 Email: poradna-jbc@volny.cz
 Web: www.poradna-jbc.cz/

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Jilemnice

Metyšova 372, 514 01 Jilemnice
 Tel.: 731 926 889
 Web: www.rpliberec.cz/index.php?page=kontakty_jilemnice

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Liberec

Dvorská 445, 460 05 Liberec 5
 Tel.: 485 108 866, 485 103 190, 606 167 312
 Email: rodpor.liberec@volny.cz
 Web: www.rpliberec.cz

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Turnov

Žižkova 2030, 511 01 Turnov
 Tel.: 481 540 325, 731 926 889
 Email: rodpor.turnov@volny.cz
 Web: www.rpliberec.cz/index.php?page=kontakty_turnov

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Poradna pro rodinu Jeseník**

Dukelská 436/15, 790 01 Jeseník
 Tel.: 584 414 035, 731 447 453
 Email: ppr.jesenik@ssp-ol.cz
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/poradny-pro-rodinu/poradna-pro-rodinu-jesenik

Poradna pro rodinu Olomouc

Žilinská 126/7, 779 00 Olomouc
 Tel.: 585 413 540, 731 447 451
 Email: ppr.olomouc@ssp-ol.cz
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/poradny-pro-rodinu/poradna-pro-rodinu-olomouc

Poradna pro rodinu Prostějov

Bezručovo nám. 9, 796 01 Prostějov
 Tel.: 582 345 013, 731 447 456
 Email: ppr.prostějov@ssp-ol.cz
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/poradny-pro-rodinu/
 poradna-pro-rodinu-prostějov

Poradna pro rodinu Přerov

Velká Dlážka 44, 750 02 Přerov
 Tel.: 581 202 980, 731 447 458
 Email: ppr.přerov@ssp-ol.cz
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/poradny-pro-rodinu/
 poradna-pro-rodinu-přerov

Poradna pro rodinu Šumperk

M. R. Štefánika 20, 787 01 Šumperk
 Tel.: 583 213 141, 731 447 454
 Email: ppr.sumperk@ssp-ol.cz
 Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/poradny-pro-rodinu/
 poradna-pro-rodinu-sumperk

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Rodinná poradna Domažlice**

Baldovská 583, 344 01 Domažlice
 Tel.: 379 412 741
 Email: poradna@cssdomazlice.cz
 Web: www.cssdomazlice.cz/index.php?option=-
 com_content&view=article&id=15&Itemid=19

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Klatovy

Balbínova 59/1, 339 01 Klatovy
 Tel.: 376 347 106, 376 347 107, 737 554 823
 Email: moserova@musskt.cz; vitkova@musskt.cz
 Web: www.klatovy.cz/muss/poradenstvi.asp

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Plzeň

Denisovo nábřeží 1000/4, 301 00 Plzeň
 Tel.: 377 331 255, 775 263 426
 Email: info@poradnaplzen.cz
 Web: www.poradnaplzen.cz/

Rodinná poradna pro manželství, partnerské a mezilidské vztahy Tachov

Panenská 2068, 347 01 Tachov
 Tel.: 374 701 110
 Email: rod.poradna@csstachov.cz
 Web: www.csstachov.cz/?page=poradna

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**1. Psychocentrum, poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Benešov**

Malé nám. 1700, 256 01 Benešov
 Tel.: 317 729 559
 Email: poradnapsychocentrum@seznam.cz
 Web: www.psychocentrum.org

SPONTE – Centrum psychologicko-sociálního poradenství Králův Dvůr

náměstí Míru 221, 267 01 Králův Dvůr u Berouna
 Tel.: 311 636 282, 737 342 609
 Email: rodina.poradna@tiscali.cz
 Web: www.sponte-poradnakd.cz

Manželská a rodinná poradna Kladno

Jana Palacha 1643, 272 80 Kladno
 Tel.: 312 292 311
 Email: info@zsi-kladno.cz
 Web: www.zsi-kladno.cz/index.php?nid=4162&li-
 d=cs&oid=518864

Centrum psychologicko-sociálního poradenství Středočeského kraje Kolín

Školská 60, 280 02 Kolín 4
 Tel.: 321 725 151
 Email: poradna.kolin@volny.cz
 Web: www.poradna-rakovnik.cz/index.php?stran-
 ka=odborne-poradenstvi-detasovana-praco-
 viste-kolin

Centrum psychologicko-sociálního poradenství Středočeského kraje Kutná Hora

U Lorce 40, 284 01 Kutná Hora
 Tel.: 327 512 452
 Email: rpkh@cmail.cz
 Web: www.rpkh.cz

Centrum psychologicko-sociálního poradenství Středočeského kraje Mladá Boleslav

tř. Václava Klementa 195, 293 01 Mladá Boleslav I
 Tel.: 362 322 915, 732 365 534
 Email: poradna.mb@seznam.cz
 Web: www.poradna-rakovnik.cz/index.php?stranka=
 odborne-poradenstvi-detasovana-pracoviste

Centrum psychologicko-sociálního poradenství Středočeského kraje Nymburk

Velké Valy 995, 288 02 Nymburk
 Tel.: 325 513 551
 Email: poradna.nymburk@tiscali.cz
 Web: www.poradna-rakovnik.cz/index.php?stran-
 ka=odborne-poradenstvi-detasovana-praco-
 viste-nymburk

**Centrum psychologicko-sociálního poradenství
Středočeského kraje Příbram**

Žižkova 489, 261 01 Příbram II
Tel.: 318 622 571, 724 568 571
Email: poradnabp@volny.cz
Web: www.poradnabp.cz

**Centrum psychologicko-sociálního poradenství
Středočeského kraje Rakovník**

Žižkovo nám. 168/I, 269 01 Rakovník
Tel.: 313 512 657, 604 501 144
Email: info@poradna-rakovnik.cz
Web: www.poradna-rakovnik.cz

**Centrum psychologicko-sociálního poradenství
Středočeského kraje, Praha západ-východ**

Viktora Huga 4, 150 00 Praha 5–Smíchov
Tel.: 257 325 638, 775 210 543
Email: poradna.zborovska@seznam.cz
Web: www.poradnaprahazv.eu

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

**Centrum psychologické pomoci
– Rodinná a manželská poradna Bruntál**

Dukelská 2, 792 01 Bruntál
Tel.: 554 717 993
Email: bruntal@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_bruntal.php

**Centrum psychologické pomoci
– Rodinná a manželská poradna Frýdek-Místek**

Jiráskova 457, 738 01 Frýdek-Místek
Tel.: 558 438 600
Email: fm@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_fm.php

**Centrum psychologické pomoci
– Rodinná a manželská poradna Karviná**

Na bělidle 815, 733 01 Karviná – Fryštát
Tel.: 596 317 575
Email: karvina@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_karvina.php

**Centrum psychologické pomoci
– Rodinná a manželská poradna Nový Jičín**

Štefánikova 7, 741 01 Nový Jičín
Tel.: 556 702 265
Email: nj@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_novy_jicin.php

**Centrum psychologické pomoci
– Rodinná a manželská poradna Opava**

Pekařská 4, 746 01 Opava
Tel.: 553 612 501, 553 622 764
Email: opava@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_opava.php

Rodinná poradna Ostrava

Jahnova 12, 709 00 Ostrava – Mariánské Hory
Tel.: 599455120, 605 292 252
Email: poradnaostrava@css-ostrava.cz
Web: www.css-ostrava.cz

**Centrum psychologické pomoci – Poradna pro
náhradní rodinnou péči Moravská Ostrava**

Kratochvílova 7, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 115 943-6
Email: nrp@cepp.cz
Web: www.cepp.cz/poradna_ostrava.php

U ÚSTECKÝ KRAJ

Sociální poradna Písečná, Chomutov

Písečná 5030, 430 04 Chomutov
Tel.: 474 620 005, 728 897 523
Email: poradna@soschomutov.cz
Web: soschomutov.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=129&Itemid=99

Manželská a předmanželská poradna Litoměřice

Palachova 18, 412 01 Litoměřice
Tel.: 416 733 023
Email: mpp.litomerice@tiscali.cz
Web: www.csplitomerice.cz/mpplitomerice.html

Manželská a předmanželská poradna Louny

Sladovnická 21, 440 01 Louny
Tel.: 415 655 132
Email: manzelska.poradna.ln@quick.cz
Web: www.csplitomerice.cz/mpplouny.html

**Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské
vztahy Most**

Komořanská 818, 434 01 Most
Tel.: 478 622 359, 730 169 447
Email: poradna@msss-most.cz
Web: www.msss-most.cz/ambulantni-sluzby/ppr-mamv-komoranska/

**Poradna pro mezilidské vztahy, o.s. Ústí n.
Labem**

Prokopa Diviše 1605/5, 400 01 Ústí n. Labem
Tel.: 475 216 504, 731 004 095
Email: poradna.ul@centrum.cz
Web: www.poradna-ul.cz

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**Centrum poradenství pro rodinné a partnerské vztahy Kroměříž**

Nitranská 4091, 767 01 Kroměříž

Tel.: 573 340 131

Email: poradna.kromeriz@centrum-poradenstvi.czWeb: www.centrum-poradenstvi.cz/poradna/pracoviste**Centrum poradenství pro rodinné a partnerské vztahy Uherské Hradiště**

Františkánská 1256, 686 01 Uherské Hradiště

Tel.: 572 555 330

Email: poradna.uh@centrum-poradenstvi.czWeb: www.centrum-poradenstvi.cz/poradna/pracoviste**Centrum poradenství pro rodinné a partnerské vztahy Vsetín**

Nemocniční 945, 755 01 Vsetín

Tel.: 571 818 515, 608 885 027

Email: poradna.vsetin@centrum-poradenstvi.czWeb: www.centrum-poradenstvi.cz/poradna/pracoviste**Centrum poradenství pro rodinné a partnerské vztahy Zlín**

U Náhonu 5208, 760 01 Zlín

Tel.: 577 210 809

Email: info@centrum-poradenstvi.czWeb: www.centrum-poradenstvi.cz

Dětská krizová centra

Dětská krizová centra poskytují zejména následující služby:

- zřizování a provoz zařízení odborného poradenství pro péči o děti
- zřizování a provoz zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc
- pomoc rodičům při řešení výchovných nebo jiných problémů souvisejících s péčí o dítě
- poskytování nebo zprostředkovávání poradenství rodičům při výchově a vzdělávání dítěte a při péči o dítě zdravotně postižené
- činnost zaměřenou na ochranu dětí před škodlivými vlivy a předcházení jejich vzniku

A KRAJ PRAHA

Dětské krizové centrum, o.s.

V Zápolí 21/1250, 141 00 Praha 4
Tel.: 241 480 511, 777 664 672
Email: dkc@ditekrize.cz
Web: www.ditekrize.cz

Dům Přemysla Pittra pro děti

Karlovarská 337/18, 161 00 Praha 6 – Ruzyně
Tel.: 235 302 698, 607 199 291
Email: info@dumtriprani.cz
Web: www.dumtriprani.cz

B JIHMORAVSKÝ KRAJ

SPONDEA, o.p.s.

Sýpka 25, 613 00 Brno
Tel.: 541 235 511, 608 118 088
Email: spondea@spondea.cz
Web: www.spondea.cz

Krizové centrum pro děti a dospívající

Hapalova 4, 621 00 Brno
Tel.: 541 229 298, 723 006 004
Email: info@krizovecentrum.cz
Web: www.krizovecentrum.cz

C JIHOČESKÝ KRAJ

Arkáda, o.s.

Husovo náměstí 2/24, 397 01 Písek
Tel.: 382 211 300
Email: info@arkada-pisek.cz
Web: www.arkadacentrum.cz

Krizové centrum – Centrum pomoci rodině a dětem

Družstevní 92, 383 01 Prachatice
Tel.: 736 213 002
Email: krizac@portusprachatice.cz
Web: www.portusprachatice.cz

Krizové centrum pro děti a rodinu v Jihočeském kraji, o.s.

Jiráskovo nábřeží 1549/10, 370 01 České Budějovice
Tel.: 387 410 864
Web: www.ditevkrizi.cz

THEIA – pomoc v krizi, o.s.

Mánesova 11/3b, 370 01 České Budějovice
Tel: 777 232 421, nonstop linka 775 202 421
Pravdova 837, Jindřichův Hradec II
Tel.: 605 581 959
Web: www.theia.cz

E PARDUBICKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

Dětské krizové centrum, ADRA Hradec Králové

Třída E. Beneše 575, 500 12 Hradec Králové
Tel.: 606 824 104, 495 262 214
Web: www.adra.cz/projekty/projekty-v-cr/poradna-hradec-kralove/detske-krizove-centrum

J KRAJ VYSOČINA

nemá dětské krizové centrum

K KARLOVARSKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

L LIBERECKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

M OLOMOUCKÝ KRAJ

Středisko sociální prevence Olomouc – dětské krizové centrum

Na Vozovce 622/26, 779 00 Olomouc
Tel.: 774 102 019, 773 601 030
Email: socialni.pracovnice@ssp-ol.cz
Web: ssp-ol.cz/socialni-sluzby/krizova-pomoc

S STŘEDOČESKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Archa pro člověka v krizi**

Prokopova 17, 301 00 Plzeň

Tel.: 377 223 221, 733 414 421

Email: archa.zapad@diakonie.cz

Web: www.sosarcha.cz

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

U ÚSTECKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

Z ZLÍNSKÝ KRAJ

nemá dětské krizové centrum

Krizová centra pro dospělé

Krizová centra jsou zařízení, která poskytují klientům akutní psychologickou (popř. psychiatrickou) pomoc v takových životních situacích, které již nejsou schopni zvládnout směrem k jejich konstruktivnímu řešení.

A KRAJ PRAHA**Krizové centrum RIAPS**

Chelčického 39, 130 00 Praha 3

Tel.: 222 586 768, 222 582 151

Email: riaps@csspraha.cz

Web: www.csspraha.cz/krizove-centrum-riaps

Centrum krizové intervence PL Bohnice

Ústavní 91, Praha 8, 181 02

Tel.: 284 016 110

Email: cki@plbohnice.cz

Web: www.plbohnice.cz

Gaudia, psychoterapeutické centrum

Jeseniova 47, 130 00 Praha 3 – Žižkov

Tel.: 242 487 327

Email: info@gaudia.cz

Web: www.gaudia.cz

Středisko psychoterapeutických ambulantních služeb Praha

Dykova 31, 101 00 Praha 10 - Vinohrady

Tel.: 222 521 008, 731 455 511

Email: info@hermesgroup.cz

Web: www.spas-praha.com

SOS Centrum Diakonie

Varšavská 37, Praha 2, 120 00

Tel.: 222 514 040, 222 521 912, 777 734 173,
728 047 416

Email: sos@diakonie.cz

Web: www.soscentrum.cz

B JIHMORAVSKÝ KRAJ**Okno dokořán Blansko - Krizová pomoc**

Komenského 19, 678 01 Blansko

Tel.: 516 417 351, 737 230 840

Email: krizovapomoc.blansko@charita.cz

Web: blansko.charita.cz/ohrozene/kp

Centrum poradenství a pomoci Znojmo

Dolní Česká 1, 669 02 Znojmo

Tel.: 731 402 782, 515 221 986

Email: poradna.znojmo@charita.cz

Web: www.znojmo.charita.cz

Gaudia, konzultační centrum

Brandlova 4, 602 00 Brno

Tel.: 777 316 175

Email: brno@gaudia.cz

Web: www.gaudia.cz

Krizové centrum pro dospělé při psychiatrické klinice Brno–Bohunice

Jihlavská 20, 625 00 Brno

Tel.: 535 232 078, 547 212 333 (nonstop)

bezplatná psychologická a psychiatrická pomoc

C JIHOČESKÝ KRAJ**Arkáda, o.s.**

Husovo náměstí 2/24, 397 01 Písek

Tel.: 382 211 300

Email: info@arkada-pisek.cz

Web: www.arkadacentrum.cz

Krizové centrum - Centrum pomoci rodině a dětem

Družstevní 92, 383 01 Prachatice
 Tel.: 736 213 002
 Email: krizac@portusprachatice.cz
 Web: www.portusprachatice.cz

PARDUBICKÝ KRAJ**Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.**

Štěpánkova 108, 537 01 Chrudim
 Tel.: 469 623 899
 Email: kc@pestalozzi.cz
 Web: www.pestalozzi.cz

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

Kraj nemá krizové centrum.

J KRAJ VYSOČINA

Kraj nemá krizové centrum.

K KARLOVARSKÝ KRAJ

Kraj nemá krizové centrum.

L LIBERECKÝ KRAJ

Kraj nemá krizové centrum.

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Sředisko Sv. Kryštofa pro krizovou pomoc**

Wurmova 5, 779 00 Olomouc
 Tel.: 739 249 223
 Email: skp@olomouc.charita.cz
 Web: www.olomouc.charita.cz

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Archa pro člověka v krizi**

Prokopova 17, 301 00 Plzeň
 Tel.: 377 223 221, 733 414 421
 Email: archa.zapad@diakonie.cz
 Web: www.sosarcha.cz

Archa pro rodiny s dětmi

Prokopova 17, 301 00 Plzeň
 Další pracoviště (po objednání): Plzeň, Dítětova 9;
 Stříbro, Alešova 220; Horažďovice, Havlíčkova 46;
 Sušice, nábr. J. Seitze 131; Rokycany, Svazu bojovníků za svobodu 68
 Tel.: 731 125 429
 Email: archa.zapad@diakonie.cz
 Web: www.sosarcha.cz/32-archa-pro-rodiny-s-detmi

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**Centrum krizové intervence v Kutné Hoře**

Česká 235, 284 01 Kutná Hora
 Tel.: 327 511 111
 Email: linkaduvery@kh.cz
 Web: www.linkaduvery.kh.cz

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**Krizové centrum Ostrava**

Nádražní 196, Ostrava – Přívoz, 702 00
 Tel.: 596 110 882-5, 732 957 193
 Email: krizovecentrum@kriceos.cz
 Web: www.kriceos.cz

Rodinná poradna Ostrava

Jahnova 12, 709 00 Ostrava-Mariánské Hory
 Tel.: 599 455 120, 605 292 252
 Email: poradnaostrava@css-ostrava.cz
 Web: www.css-ostrava.cz/

Krizové a kontaktní centrum „Pod slunečником“

Hradecká 16, 746 01 Opava
 Tel.: 553 718 487
 Email: kkc@podslunecnikem.cz
 Web: www.podslunecnikem.cz

U ÚSTECKÝ KRAJ**Centrum krizové intervence**

K Chatám 22, 403 40 Ústí nad Labem – Skorotice
 Tel.: 475 603 390, 472 743 835
 Email: spirala.cki@volny.cz
 Web: www.spirala-ul.cz

Krizová poradna v Děčíně

Karla Čapka 211/, 405 91 Děčín I
 Tel.: 412 563 108, 732 599 451
 Email: krizova.poradna@seznam.cz; poradna@krizovaporadna.cz
 Web: www.krizovaporadna.cz

Z ZLÍNSKÝ KRAJ

Kraj nemá krizové centrum.

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež

Nízkoprahové kluby, odborně nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (ve zkratce NZDM), jsou určeny dětem a mládeži, které tráví svůj volný čas touláním na ulici, v partě či jinak neorganizovaně. Navštěvovat je mohou všichni - od jedničkářů z gymnázia přes skejťáky, vyznavače alternativního způsobu života až po „průsviháře“ ze zvláštní školy. Jsou volnočasovou alternativou k různým zájmovým útvarům kroužkům a jiným organizovaným aktivitám. Zásadní význam klubů je však v jejich poradenské a preventivní činnosti - umožňují dětem a mládeži si popovídat, nebo se svěřit se svými problémy, které mohou za pomoci pracovníků vyřešit.

www.streetwork.cz

A KRAJ PRAHA

Klub Radotín

Loučanská 1112/9, 153 00 Praha
Tel.: 731 847 788
Email: janickova@proximasociale.cz
Web: www.proximasociale.cz
Otevřeno: po, st 15–20 h, pá 16–21 h

Klub Vrtule

Salesiánské středisko mládeže, o.p.s.
Kobyliské nám. 640/11, 182 00 Praha 8
Tel.: 283 029 310, 731 604 196
Email: vrtule@sdb.cz
Web: sasmkob.sdb.cz
Otevřeno: po–čt 15–19 h, pá 13.30–17.30 h

Komunitní centrum Krok

Proxima Sociale
Rakovského 3138, 143 00 Praha 4 – Modřany
Tel.: 241 770 232
Email: krok@proximasociale.cz
Web: www.proximasociale.cz
Otevřeno: 9–21 h

Nízkoprahový dětský klub

R – mosty o.s.
Havlíčkovo náměstí 300/10, 130 00 Praha 3 – Žižkov
Tel.: 604 134 233
Email: tomas@r-mosty.cz
Web: www.klub-r-mosty.huu.cz
Otevřeno: po–čt: 14–19 h, pá 13–17 h

Nízkoprahový klub DŽAGODA

JAHODA, o. s.
Vybíralova 969/2, 198 00 Praha 9
Tel.: 281 916 352, 775 650 855
Email: dzagoda@jahodaweb.cz
Web: www.jahodaweb.cz
Otevřeno: po, út, čt: 14–20 h

Nízkoprahový klub Husita

Nám. Barikád 1, 130 00 Praha 3 - Žižkov
Tel.: 722 228 328
Email: husitskecentrum@centrum.cz
Web: husiti.cz/NPK
Otevřeno: po–čt 14–18 h, pá doučování a konzultace 13–17 h

Nízkoprahový klub Jižní pól

Malenická 1784, 148 00 Praha 11
Tel.: 241 770 232
Email: jiznipol@proximasociale.cz
Web: www.proximasociale.cz
Otevřeno: út – čt 14–20 h

Nízkoprahový klub PACIFIC

Sdružení na pomoc dětem s handicapem - KC Motýlek
Vlčková 1067, 198 00 Praha 14 - Černý Most
Tel.: 281 912 081, 775 964 796
Email: pacific@motylek.org
Web: www.motylek.org
Otevřeno: po, st 16–20 h, út, čt, pá 14–18 h

Nízkoprahový klub Suterén

o.s. Prev-Centrum
Meziškolská 1120/2, 169 00 Praha 6 – Břevnov
Tel.: 242 498 334, 777 161 133
Email: nzdm@prevcentrum.cz
Web: www.prevcentrum.cz
Otevřeno: po, st, čt 11–19 h, út 9–17 h, pá 9–15 h

NZDM Autobus

Českobrodská 1, 190 11 Praha – Běchovice
Tel.:
Email: ivana@neposeda.org
Web: www.neposeda.org
Otevřeno: 14–19 h, klub – po, út, st, čt, terén – út, čt

NZDM Dixie

YMCA Praha o.s.
Ortenovo náměstí 34, 170 00 Praha 7
Tel.: 283 870 158, 737 872 116
Email: dixie@ymca.cz
Web: www.dixie.ymca.cz
Otevřeno: po–čt 13–17.30 h, pá 13.30–16.30 h

NZDM Ymkárium

YMCA Praha o.s.
Křejského 1531, Praha 11 – Jižní město
Tel.: 737 629 149
Email: ymkarium@ymca.cz
Web: www.ymkarium.ymca.cz
Otevřeno: po–čt 13–18 h

B JIHMORAVSKÝ KRAJ**Nízkoprahový klub pro děti a mládež PVC Blansko**

Sdružení Podané ruce, o.s.
Sadová 2, 678 01 Blansko
Tel.: 516 410 621, 777 916 283
Email: nzdm.blansko@podaneruce.cz
Web: www.pvcklub.unas.cz
Otevřeno: út, st, čt, pá, ne: 14–20 h

Nízkoprahový klub Likusák

o.s. Ratolest Brno
Kotlanova 10, 628 00 Brno – Líšeň
Tel.: 739 661 074
Email: martin.holis@ratolest.cz;
lenka.cuprova@ratolest.cz
Web: www.ratolest.cz
Otevřeno: po – čt 15–19 h

Nízkoprahový klub Pavlač

o.s. Ratolest Brno
Milady Horákové 19, 602 00 Brno
Tel.: 545 243 839, 739 106 822
Email: vera.ruzickova@ratolest.cz
Web: www.ratolest.cz
Otevřeno: po – čt 14 – 18 h

Nízkoprahový klub Wu-Wej

Charita Kyjov
Svatopluka Čecha 280, 697 01 Kyjov
Tel.: 518 323 794
Email: wu-wej@caritas.cz
Web: www.kyjov.caritas.cz
Otevřeno: po–čt 14–18 h

Nízkoprahový klub pro děti a mládež DROM

Drom – romské středisko
Bratislavská 41, 602 00 Brno
Tel.: 545 211 576
Email: drom@drom.cz
Web: www.drom.cz
Otevřeno: po–pá 14–17 h

NZDM eMBečko

STŘED, o.s.
Husova 189, 676 02 Moravské Budějovice
Tel.: 775 725 667
Email: mednanska@stred.info
Web: www.stred.info

C JIHOČESKÝ KRAJ**Klub Oráč**

Salesiánské středisko mládeže - DDM
Emy Destinové 1, 370 05 České Budějovice
Tel.: 385 341 877
Email: sasmcb@sdb.cz
Web: www.sasmcb.sdb.cz
Otevřeno: po, st 16–19.30 h, pá 16–20.30 h

E PARDUBICKÝ KRAJ**NZDM Áčko**

o.s. Šance pro Tebe
Štěpánkova 92, 537 01 Chrudim
Tel.: 731 412 051
Email: zuzana@sance.chrudim.cz
Web: www.sance.chrudim.cz
Otevřeno: po, čt 15–19 h, st 14–18 h

NZDM Futur

o.s. Šance pro Tebe
Školní náměstí 11, 537 00 Chrudim
Tel.: 739 063 787
Email: kristyna.z@sance.chrudim.cz
Web: www.sance.chrudim.cz
Otevřeno: po, čt 14–18 h starší (14–19 let); út, st 14–18 h mladší (10–13 let)

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**NZDM KLÍDEK**

PROSTOR PRO, o. s.
Čajkovského 1861, 500 09 Hradec Králové
Tel.: 495 262 202, 734 574 710
Email: klidek@prostorpro.cz
Web: www.prostorpro.cz
Otevřeno: po–čt 13–20 h, pá 15–18 h

NZDM Modrý Pomeranč

Občanské sdružení Salinger
 Selicharova 1420, 500 12 Hradec Králové
 Tel.: 495 260 510
 Email: nizkoprahove.centrum@salinger.cz
 Web: www.salinger.cz
 Otevřeno: Beruška po, út, čt, pá 14–16.30 h,
 poradna st 14–16.30 h, Orange po, út, čt, pá 15–19
 h, Pokec st 14–16:30 h

Středisko Milíčův dům

Diakonie ČCE
 Havlíčkova 14, 551 01 Jaroměř
 Tel.: 491 815 169, 739 244 856
 Email: milicuv.dum@diakonie.cz
 Web: www.milicak.cz
 Otevřeno: Klub Alternativa (15–26 let) po–čt 15–19 h,
 Klub Malého Bobše (6–14 let) po–čt 13–17 h

J KRAJ VYSOČINA**BARÁK nízkoprahový klub**

Mládežnická 229
 674 01 Třebíč
 Tel.: 568 422 520, 608 609 466
 Email: barak.trebic@caritas.cz
 Web: www.klubzamek.cz
 Otevřeno: po, út, čt, pá 14–19 h

Centrum prevence – klub Vrakbar

Sídlíště U Pivovaru, 586 01 Jihlava
 Tel.: 567 304 802
 Email: simona.havlova@caritas.cz
 Web: www.charitajihlava.cz/vrakbar-nizkoprahovy-klub

EZOP – Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež

Sdružení Nové Město na Moravě o.s.
 Drobného 366, 592 31 Nové Město na Moravě
 Tel.: 566 616 980, 603 486 722
 Email: sdruzeninmm.ezop@centrum.cz
 Web: www.sdruzeninovemesto.cz
 Otevřeno: po, st, čt 8–18 h; út 8–19:30 h; pá 8–16 h

Nadosah – nízkoprahové zařízení pro děti a mládež

Masarykovo n. 299, 593 01 Bystřice n. Pernštejnem
 Tel.: 777 755 437
 Email: simona.haskova@charita.cz
 Web: www.zdar.charita.cz; www.nadosah-nzdm.cz
 Otevřeno: po, st, čt 14–19 h

Ponorka centrum prevence

DCHB – OCHZR
 Nádražní 44, 591 01 Žďár nad Sázavou
 Tel.: 566 523 975
 Email: jozin.soukal@caritas.cz
 Web: www.ponorka.ecn.cz
 Otevřeno: po, út, čt 14–18 h

K KARLOVARSKÝ KRAJ**Český západ**

Dobrá voda 8, 364 01 Toužim
 Tel.: 353 391 132
 Email: info@cesky-zapad.cz
 Web: www.cesky-zapad.cz
 Otevřeno: 12.30–15 h

Klub Útočiště

Útočiště o.p.s.
 Dobrovského 78/19, 350 02 Cheb
 Tel.: 354 433 169, 602 422 169
 Email: utociste.cheb@seznam.cz
 Web: www.utociste-cheb.cz
 Otevřeno: po, út, st 14–18 h

Nízkoprahový klub pro mladé Karlovy Vary

Východní 682/20, 360 01 Karlovy Vary
 Tel.: 359 607 214
 Email: nizkoprah_karlovyvary@armadaspasy.cz
 Web: www.armadaspasy.cz
 Otevřeno: po–čt 14–18 h

Občanské sdružení Khamoro – Romské integrační centrum

Tovární 223, 357 35 Chodov
 Email: emil.vorac@seznam.cz
 Web: www.khamoro-chodov.cz
 Otevřeno: po–čt od 13–17 h

NZDM Restart

Kotec o.s.
 Husova 288, 353 01 Mariánské Lázně
 Tel.: 608 656 561
 Email: nzdm@kotec.cz
 Web: www.kotec.cz
 Otevřeno: po–pá 14–18 h

L LIBERECKÝ KRAJ**Klub Koule**

Farní charita Česká Lípa
 Dubická 992, 470 01 Česká Lípa
 Tel.: 487 829 876, 774 116 215
 Email: nizkoprah1@fchcl.cz
 Web: www.fchcl.cz
 Otevřeno: po–pá 12–16 h

Klub Velryba

Farní charita Česká Lípa
Dubická 2189, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 487 829 877
Email: klub@fchcl.cz
Web: www.fchcl.cz
Otevřeno: po–pá 12–16 h

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Klub Čtyřlístek**

Darmoděj
Dukelská 982/26, 790 00 Jeseník
Tel.: 731 840 189
Email: 4.listek@atlas.cz
Web: www.darmodej.cz
Otevřeno: po–pá 13–19 h

Klub mladých při DDM Litovel

Dům dětí a mládeže Litovel
Komenského 719/6, 784 01 Litovel
Tel.: 585 371 172
Email: sara.grunova@seznam.cz
Web: www.ddmlitovel.cz
Otevřeno: po–pá 14–18 h

Komunitní centrum Olomouc

Oblastní Charita Olomouc
Wurmova 5, 771 11 Olomouc
Tel.: 585 203 101
Email: olomouc@charita.cz
Web: www.olomouc.charita.cz
Otevřeno: po 14–16 h, čt 15–16.30 h

Nízkoprahové denní centrum Samaritán

Oblastní Charita Olomouc
Wurmova 5, 771 11 Olomouc
Tel.: 587 405 333, 736 764 933
Email: klara.sivlova@charita.cz
Web: www.olomouc.charita.cz
Otevřeno: po–pá 11–16 h, so 13–14.30 h

Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Klub Zóna

Pro Vás, o.s.
Střední Novosadská 48, 772 00 Olomouc
Tel.: 773 980 992
Email: provas@email.cz
Web: www.zonaklub.cz
Otevřeno: po a pá 14–19 h

NZDM KudyKam

Sdružení Podané ruce, o.s., oddělení Walhalla
Dolní náměstí 38, 772 00 Olomouc
Tel.: 777 916 286
Email: kudykam@podaneruce.cz
Web: www.podaneruce.cz

NZDM METRO

tř. 17 listopadu, 752 02 Přerov (bývalý podchod U Komuny, CO kryt)
Tel.: 731 170 949, 605 936 729
Email: rkc@kappa-help.cz
Web: www.kappa-help.cz
Otevřeno: po–čt 15–19 h

Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Prostějov

Sdružení Podané ruce, o.s.,
Na Příhoně 20, 796 01 Prostějov
Tel.: 582 330 132
Email: nzdm.pv@podaneruce.cz
Web: www.podaneruce.cz
Otevřeno: po, st, čt 14–19 h

NZDM Rachot

Pontis Šumperk o.p.s.
Generála Krátkého 3a, 787 01 Šumperk
Tel.: 583 212 712
Email: rachot@pontis.cz
Web: www.pontis.cz
Otevřeno: 13–18 h

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Nízkoprahové komunitní centrum Akcent**

Diakonie ČCE – středisko v Rokycanech
Jiráskova 481/II, 337 01 Rokycany
Tel.: 371 720 486, 775 720 489
Email: nkc.rokycany@diakoniecce.cz
Web: www.rokycany.diakoniecce.cz
Otevřeno: po–čt 13:30–18 h

NZDM Pixla

Ponton, občanské sdružení
Podmostní 1, 301 12 Plzeň
Tel.: 377 222 466, 732 182 887
Email: pixla@ponton.cz
Web: www.ponton.cz
Otevřeno: Kontaktní místnost po–čt 11–14 h; Klub po–čt: 14–19 h

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**Klub Kotelna**

Na Výsluní 719, 285 22 Zruč nad Sázavou
 Tel.: 774 650 032
 Email: kotelna@os-prostor.cz
 Web: www.kotelna.zruc.info
 Otevřeno: po a čt 14–19 h; út a pá 14–18 h

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**KLUB ON LINE Karviná**

V Aleji 435, 734 01 Karviná-Ráj
 Tel.: 731 428 974
 Email: online@slezskadiakonie.cz
 Web: www.onlinekarvina.cz
 Otevřeno: po–čt 14–19 h

NZDM Klub Bunkr

Lidická 541, 739 61 Třinec
 Tel.: 731 444 371
 Email: nzdm.trinec@bunkr.cz
 Web: www.bunkr.cz
 Otevřeno: po, st 15.30–19 h (Sosna),
 út, čt 15.30–19 h (Terasa)

Open House

Tř. E. Beneše 47, 792 01 Bruntál
 Tel.: 554 713 716
 Email: openhouse@seznam.cz
 Otevřeno: út–pá 13–19; so 15–19

U-kryt Filadelfie

J. z Poděbrad 3109, 738 01 Frýdek-Místek
 Tel.: 558 435 637
 Email: u-kryt@seznam.cz
 Web: www.filadelfie.cz
 Otevřeno: po–čt 14–19 h, pá 14–20.30 h

U ÚSTECKÝ KRAJ**Nízkoprahové centrum Na předměstí**

Člověk v tísní – společnost při České televizi, o.p.s.
 Břežánská 49/2, Bílina
 Email: jiri.kulich@clovekvtsni.cz
 Web: www.clovekvtsni.cz

Nízkoprahový klub Nový svět

Člověk v tísní, společnost při ČT, o.p.s.
 Matiční 182, 400 07 Ústí nad Labem
 Tel.: 475 500 639
 Email: kamila.zincekova@clovekvtsni.cz
 Web: www.clovekvtsni.cz
 Otevřeno: po–pá 12–20 h

NZDM Žijeme spolu

Oblastní charita Rumburk
 Sukova 1055/24, 408 01 Rumburk
 Tel.: 412 384 745
 Email: nzdm@charitarumburk.cz
 Web: www.charitarumburk.cz
 Otevřeno: po, út, st, pá 13–18 h, čt zavřeno

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**NZDM TULIP**

Oblastní charita Uherské Hradiště
 Nádražní 29, 686 01 Uherské Hradiště
 Tel.: 606 672 239
 Email: tulip@uhradiste.charita.cz
 Web: www.klubtulip.cz
 Otevřeno: denně 14–19 h, st zavřeno

RUBIKON

Diakonie ČCE - středisko Vsetín
 Poschla 988, 755 01 Vsetín
 Tel.: 736 677 798
 Email: marta.doubrovova@post.cz
 Web: www.diakonie.vsetin.cz
 Otevřeno: 13–18 h

T klub DOMA

Unie Kompas
 Divadelní 6, 760 01 Zlín
 Tel.: 577 011 947, 577 434 428
 Email: matochova@unko.cz;
 stavjanikova@unko.cz
 Web: www.unko.cz
 Otevřeno: po–čt 15–20 h, pá 14–18 h

Oddělení sociálně právní ochrany dětí (OSPOD)

Prostřednictvím OSPOD je vykonávána Sociálně-právní ochrana dítěte, která představuje zajištění práva dítěte na život, jeho příznivý vývoj, na rodičovskou péči a život v rodině, na identitu dítěte, svobodu myšlení, svědomí a náboženství, na vzdělání, zaměstnání, zahrnuje také ochranu dítěte před jakýmkoliv tělesným či duševním násilím, zanedbáváním, zneužíváním nebo vykořisťováním. Oddělení sociálně právní ochrany dětí jsou příslušny obecním úřadům obcí s rozšířenou působností.

Více informací naleznete na: www.ospod.cz

A KRAJ PRAHA

Praha 01	221097351, 221097359
Praha 02	236044295, 236044294 607615461, 602691647
Praha 03	222116460, 222116485
Praha 04	261192317, 261192391
Praha 05	257000655, 257000668
Praha 06	220189612, 220189611
Praha 07	220144147, 220144085
Praha 08	222805240, 222805210
Praha 09	283091435, 283091413
Praha 10	267093229, 267093219
Praha 11	267902110, 267902117
Praha 12	241471326, 241716490 606145624
Praha 13	235011450, 235011444
Praha 14	225295301, 225295341
Praha 15	281003112, 281003205
Praha 16	234128323, 234128316
Praha 17	234683269
Praha 18	284028123
Praha 19	286010140
Praha 20	271071640
Praha 21	281012921, 281012934
Praha 22	271071880

B JIHMORAVSKÝ KRAJ

Blansko	516775224, 516775358
Boskovice	516488740, 516488770
Brno	542173721, 542173725
Břeclav	519311267, 519311411
Bučovice	517380181, 517380266
Hodonín	518316440, 518316320
Hustopeče	519441029
Ivančice	546419490
Kuřim	541422376
Kyjov	518697470, 725584210
Mikulov	519444607, 519444533

Moravský Krumlov	515300715, 515300716
Pohořelice	519301350
Rosice	546492121
Slavkov u Brna	544121150
Šlapanice	533304600, 606620643
Tišnov	549439721
Veselí n. Moravou	518670220, 606682537 518670234, 606600975
Vyškov	517301570, 517301571
Znojmo	515216560, 515216534
Židlochovice	547427331

G JIHOČESKÝ KRAJ

Blatná	383416210, 724189591
České Budějovice	386801601, 386804201
Český Krumlov	380766400, 724016795
Dačice	384401213
Jindřichův Hradec	384351321
Kaplice	380303187
Milevsko	382504106, 602440221
Písek	382330800, 382330813
Prachatice	388607374, 388607243
Soběslav	381500120
Strakonice	383700244, 383700339
Tábor	381486400, 381486414
Trhové Sviny	386301443
Třeboň	384342101
Týn nad Vltavou	385772291
Vimperk	388459029, 602161687
Vodňany	383379150

E PARDUBICKÝ KRAJ

Česká Třebová	465500231
Hlinsko	469315371, 469311627
Holice	466741270
Chrudim	469657550, 469657570
Králíky	465670861
Lanškroun	465385263

Litomyšl	461653430, 461653432 775653316
Moravská Třebová	461353050, 604207808
Pardubice	466859622, 466859631
Polička	461723844, 731441410
Přelouč	466094167, 466094170
Svitavy	461550220, 461550213
Ústí nad Orlicí	465514512
Vysoké Mýto	465466223
Žamberk	465670230, 465670231

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

Broumov	491504332, 604228015
Dobruška	494629621
Dvůr Králové n. L.	499318293
Hořice	492105468, 492105472
Hradec Králové	495707320, 495707382
Jičín	493545246, 493545240
Kostelec n. Orlicí	494337209, 724207361
Náchod	491405437, 491405430
Nová Paka	493760155
Nové Město n. M.	491419640, 491419645 736472605, 605201085
Nový Bydžov	495703931
Rychnov n. Kněžn.	494509400, 494509402 603831245, 731556959
Trutnov	499803328, 499803331 604205042, 732540128
Vrchlabí	499405315, 499405746

J KRAJ VYSOČINA

Bystřice n. Pernšt.	566590342, 566590351
Havlíčkův Brod	569497250
Humpolec	565518150
Chotěboř	569641120, 569641142
Jihlava	567167630, 567167648
Morav.Budějovice	568408370, 724186542
Náměšť n. Oslavou	568619170
Nové Město na Moravě	566598300
Pacov	565455152
Pelhřimov	565351304
Světlá n. Sázavou	569496688
Telč	567112441
Třebíč	568805260, 568805249
Velké Meziříčí	566781010
Žďár n. Sázavou	566688320

K KARLOVARSKÝ KRAJ

Aš	354524227
Cheb	354440249, 354440245
Karlovy Vary	353118554
Kraslice	352633824
Mariánské Lázně	354922309

Ostrov	353801287, 35380125
Sokolov	359808130, 359808142
Liberecký	
Česká Lípa	487885500, 487885476 731435028, 731435079
Frydlant	482464082
Jablonec n. Nisou	483357323, 483357660 724493020
Jilemnice	481565324, 481565321 731506045
Liberec	485244920, 485244810
Nový Bor	487712360, 487712363
Semily	481629241, 737212714
Tanvald	483369630, 725072472
Turnov	481366854
Železný Brod	483333928

L OLMOUCKÝ KRAJ

Hranice	581828420, 581828440
Jeseník	584498405, 584498447
Konice	582401471, 724349575
Lipník n. Bečvou	581722220
Litovel	585153231, 721619094
Mohelnice	583452163
Olomouc	585562405, 585562235 602582854, 606692625
Prostějov	582329301, 582329550
Přerov	581268773, 581268786
Šternberk	585086527, 585086520
Šumperk	583388920, 583388907 721343213
Uničov	585088304
Zábřeh	583468120, 583468127 737456172

P PLZEŇSKÝ KRAJ

Blovice	371516138
Domažlice	379719281
Horažďovice	376547530
Horšovský Týn	379415261
Klatovy	376347264
Kralovice	373300244
Nepomuk	371519735
Nýřany	377832310, 377168042
Plzeň	378033300, 378033340
Přeštice	377332530
Rokycany	371706260, 731124495
Stod	379209445
Sušice	376540190, 376540198
Tachov	374705210, 374705218

S STŘEDOČESKÝ KRAJ

Benešov	317754227, 317754229
Beroun	311630240, 311630261
Brandýs n.L. - Stará Boleslav	326909163
Čáslav	327300110
Černošice	221982239, 266312664
Český Brod	321612121, 603878418
Dobříš	318533370, 607921273
Hořovice	311545339
Kladno	312604711
Kolín	321748168, 321748350
Kralupy n. Vltavou	315739925
Kutná Hora	327710285, 327710278
Lysá nad Labem	325510250
Mělník	315635311, 315635318 315635333
Mladá Boleslav	326716199, 326716186
Mnichovo Hradiště	326776700
Neratovice	315650453, 315650456
Nymburk	325501231
Poděbrady	325600460
Příbram	318402249, 318402232
Rakovník	313259285
Říčany	323618231
Sedlčany	318822108
Slaný	312511240, 724178186
Vlašim	317840753
Votice	317830170

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

Bílovec	556312142
Bohumín	596092217, 596092136
Bruntál	554706153
Český Těšín	553035700, 553035780
Frenštát p. Radh.	556833170, 606756315
Frýdek-Místek	558609651, 558609335
Frýdlant n. Ostravicí	558604199, 558604170
Havířov	596803150, 596803456
Hlučín	595020229, 595020305
Jablunkov	558340650, 558340651
Jaroměř	491847260, 491847261
Karviná	596389221, 596389177
Kopřivnice	556879480, 556879471
Kravaře	553777924
Krnov	554697565, 554697522
Nový Jičín	556768240, 556768335
Odry	556768140
Opava	553756722, 553756649
Orlová	596581420, 596581455
Ostrava	599445604
Rýmařov	554254222
Třinec	558306335, 558306361
Vítkov	556312222

U ÚSTECKÝ KRAJ

Bílina	417810910
Děčín	412593241, 412593154
Chomutov	474637193, 474637207
Kadaň	474319650, 606849269
Litoměřice	416916129, 416916124
Litvínov	476767960, 47676797
Louny	415621229, 415621204
Lovosice	416571200, 603295492
Most	476448555, 476448426 602232994, 722786021
Podbořany	415237518
Roudnice n. L.	416850161, 416850164 602609733
Rumburk	412356290, 412356293
Teplice	417510555, 417510957
Ústí n. L.	475271723, 475271390
Varnsdorf	412384117, 412384114
Žatec	415736400

Z ZLÍNSKÝ KRAJ

Bystřice p. Hostýnem	573501980
Holešov	573521758
Kroměříž	573321400, 573321415
Luhačovice	577197269
Otrokovice	577680428, 577680272
Rožnov p. Radh.	571661271, 571661275
Uherské Hradiště	572525750, 572525760
Uherský Brod	572615360, 572615366
Valašské Klobouky	577311133, 603595867
Valašské Meziříčí	571674565, 571674574
Vizovice	577599150
Vsetín	571491601, 571491635
Zlín	577630800, 577630839

Psychologické a psychoterapeutické služby

Jedná se o orientační adresář psychologických a psychoterapeutických služeb v jednotlivých krajích. Někteří terapeuti spolupracují se zdravotními pojišťovnami a své služby tak poskytují klientům bezplatně, u některých jsou sezení zpoplatněna. V adresáři jsou terapeuti s různým zaměřením. Doporučujeme podívat se na specializace jednotlivých psychologů, případně na jejich hodnocení od klientů na internetu (např. www.znamylekar.cz).

A KRAJ PRAHA

Praha 1

Středisko psychoterapeutických služeb Břehová

Břehová 3, 110 00 Praha 1

Tel.: 603 211 142

Web: www.psychoterapie-praha.internet123.cz

Společenství psychoterapeutů CETERA

Senovážné náměstí 1464/6, 11000, Praha 1

PhDr. Olga Holeyšovská: tel.: 603 574 572

Mgr. Marie Zemanová: tel.: 224 236 275

PhDr. Jiří Jakubů: tel.: 777 282 534

PhDr. Jan Holeyšovský: tel.: 420 603 417 991

Web: www.cetera.cz

Praha 2

PhDr. Vladimíra Fořtová (děti, dospívající i dospělí)

Blanická 922/25, 12000 Praha 2

Tel.: 222 251 461

PhDr. Petra Tichá (dospělí)

Sokolská 1638/37, 12000 Praha 2

Tel.: 603 818 656, 224 941 236

PhDr. Luděk Vrba (dospělí)

Vratislavova 33/2, 12000 Praha 2

Tel.: 224 919 906

PhDr. Magdaléna Frouzová (dospívající a dospělí)

Vinohradská 208/14, 12000 Praha 2

Tel.: 224 235 597

Psychoterapeutický rozvojový ateliér TERRA

Čerchovská 6, 120 00 Praha 2/ Vinohrady

Tel.: 774 837 729

Web: www.terraweb.cz

Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN

(děti, dorost, dospělí, rodinná psychoterapie)

Ke Karlovu 11, 120 00 Praha 2

Tel.: 224 961 111, 224 965 344, 224 965 345

Web: psychiatrie.lf1.cuni.cz

Praha 3

Krizové centrum RIAPS

Chelčického 39, 130 00 Praha 3

Tel.: 222 586 768 (8–16 h), 222 582 151 (16–8 h)

Web: www.csspraha.cz/krizove-centrum-riaps

Psychoterapeutické centrum Gaudia

(psychoterapie individuální, rodinná)

Jeseniova 47, 130 00 Praha 3

Tel.: 242 487 327

Web: www.gaudia.cz

Praha 4

PhDr. Vladimír Erker (dospělí)

Antala Staška 1670/80, 140 00 Praha 4

Tel.: 261 006 253

PhDr. Helena Načasová (dospělí)

Roškotova 1225/1, 140 00 Praha 4

Tel.: 261 105 410

PhDr. Marie Vlachová (dospělí, děti i adolescenti)

Svojšovická 3159/1, 141 00 Praha 4

Tel.: 272 765 642

Web: www.vlachova.cz

Psychoterapeutická a psychosomatická klinika

Vejvanovského 1610, 149 00 Praha 4 – Jižní Město

Tel.: 272 940 879, 272 916 912, 267 912 916

Hekrova 805, 149 00 Praha 4 – Jižní Město

Tel.: 272 937 500, 272 937 499, 272 941 925

Web: www.klinikaeset.cz

Psychosomatické centrum (hlavně dospělí)

Budějovická 1126/9, 140 00 Praha 4

Tel.: 241 731 324, 774 308 799 (volat od 9–12 h)

Email: info@psychosomatickecentrum.cz

www.psychosomatickecentrum.cz

Praha 5**PhDr. Daria Netíková** (děti i dospělí)

Markova 442/3, 158 00 Praha 5

Tel.: 251 611 208

PhDr. Dana Krausová (pouze dospělí)Poliklinika Lípa, Nové Butovice, Seydlerova 2451,
158 00 Praha 5

Tel.: 606 880 273

MUDr. Věra Gabrielová (děti a adolescenti)

V Hůrkách 8/1292, 150 00 Praha 5

Tel.: 737 601 613

PhDr. Narcisa Beránková (dospělí)

Bieblova 1047/6, 150 00 Praha 5

Tel.: 251 565 009, 728 947 647

Denní sanatorium Horní Palata

U Nesypky 28, 150 00 Praha 5

Tel.: 257 325 118, 257 322 366

Praha 6**PhDr. Jiří Kocourek** (pouze dospělí)

Vítězné nám. 829/10, 160 00 Praha 6

Tel.: 233 340 305

PhDr. Alena Koblicová

Bílá 2571/6, 160 00 Praha 6

Tel.: 234 606 179

PhDr. Hana Petránková (dospělí)

Muchova 7, 160 00 Praha 6

Tel.: 732 715 161

Email: hana.petrakova@volny.cz

Web: www.psychoterapie-hana-petrakova.cz/

Dejvické psychoterapeutické centrum

(děti, dorost i dospělí)

Evropská 86, 160 00 Praha 6

Tel.: 777 112 248

Email: kontakt@dpc.cz

Web: www.dpc.cz

Psychosomatická klinika

Patočkova 712/3, 169 00 Praha 6

Tel.: 233 351 741, 233 081 231

Email: klinika@psychosomatika.cz

Web: www.psychosomatika.cz

Praha 7**PhDr. Eva Singerová** (dospělí)

Tovární 1342/12, 170 00 Praha 7

Tel.: 283 870 143

Mgr. Jana Wolesská (děti a dospělí)

Dělnická 213/12, 170 00 Praha 7

Tel.: 602 128 693, 266 793 126

PhDr. Jiří Zíka (děti a dospělí)

Malá Plynární 1030/3, 17000 Praha 7

Tel.: 602 349 478

Email: zikajiri@seznam.cz

Praha 8**PhDr. Jiří Los** (děti i dospělí)

Budínova 2, 180 00 Praha 8

Tel.: 266 081 111

PhDr. Zdeňka Jelínková (děti i dospělí)

Mazurská 484/2, 181 00 Praha 8

Tel.: 283 024 111

Praha 9**PhDr. Anežka Pleskotová** (dospělí)

U Elektry 82, 190 00 Praha 9

Tel.: 266 311 382

PhDr. Mária Staňková (děti i dospělí)

Lovosická 40, 190 00 Praha 9

Tel.: 266 010 148

PhDr. Eva Scheibová a PhDr. Pilátová (dospělí)

Lovosická 440/40, 190 00 Praha 9

Tel.: 266 010 264

Praha 10**PhDr. Iveta Kopecká** (dospělí)

Jabloňová 2992/8, 106 00 Praha 10

Tel.: 267 295 111

PhDr. Iva Kopecká

(děti i dospělí, rodinné a párové terapie)

Přátelství 64/70, 104 00 Praha 10 – Uhřetěves

Tel.: 775 616 198

www.psycholog-kopeccka.cz

PhDr. Marie Rothbauerová (dospělí)

Jabloňová 2992/8, 106 00 Praha 10

Tel.: 274 774 699

B JIHOMORAVSKÝ KRAJ**Blansko****Mgr. Kamil Ryška**Sadová 33, 678 31 Blansko (Nemocnice Blansko –
plicní pavilon)

Tel.: 516 838 396, 516 838 157

Email: psychologie@nembk.cz

Web: www.nembk.cz/psychologie-ambulance.html

MUDr. Jana Novosadová (děti i dospělí)
Seifertova 1553/3, 678 01 Blansko
Tel.: 516 410 444

Mgr. Eva Moučková (dospělí)
17. listopadu 2216/23, 680 01 Boskovice
Tel.: 516 456 645

PhDr. Zdeněk Ettl (individuální psychoterapie
pro dospělé, rodinná psychoterapie)
Skorkovského 139, 636 00 Brno
Tel.: 548 212 458

PhDr. Drahomíra Drdová (dospělí)
Halasovo náměstí 1, 638 00 Brno
Tel.: 548 222 205

PhDr. Anton Polák
Malátova 9, 612 00 Brno
Tel.: 541 215 692

PhDr. Jaroslav Pospíchal (děti i dospělí)
Údolní 11, Brno 602 00
Tel.: 542 215 101

PhDr. Magda Gubová (dospělí)
Banskobystrická 87, 621 00 Brno
Tel.: 549 275 748

Mgr. Ervin Široký, Ph.D. (dospělí)
Kounicova 688/26, 602 00 Brno-Veveří
Tel.: 541 243 816
Email: esiroky@tiscali.cz

PhDr. PaedDr. Miroslav Petržela
(dětský psycholog)
Zelný trh 332/12
Tel.: 608 709 862
Email: petrzela@email.cz

MUDr. Jiří Berka (dospělí)
Vojtova 23, 639 00 Brno
Tel.: 543 212 752
Email: berka@medihelp.cz
Web: www.medihelp.cz

MUDr. Alena Palčíková
Masarykova 506/37, 600 02 Brno-město
Tel.: 542 423 015

ARCANA, společnost pro zdraví, krásu a duševní rozvoj

Jiráskova 18, 602 00 Brno
Tel.: 604 207 640
Email: info@arcana.cz
Web: www.arcana.cz

Psychoprofi, nestátní zdravotnické zařízení

Sluneční dům, Trávníky 31, 613 00 Brno – Černá
Pole a Mrkosova 35, 615 00 Brno – Židenice
Tel.: tel. čísla pracovníků jsou na webu
Email: info@psychoprofi.cz
Web: www.psychoprofi.cz

PhDr. Jaroslava Strmisková (děti i dospělí)
Široká 401/16, 664 91 Ivančice
Tel.: 546 439 601
Email: j.strmiskova@seznam.cz

PhDr. Iva Filoušová
nám. Míru 24, 666 01 Tišnov
nám. Míru 149, 667 01 Židlochovice
Tel.: 549 415 625, 720 228 128

PhDr. Daria Vajčnerová (děti i dospělí)
bří. Mrštíků 2708/38, 690 02 Břeclav (poliklinika)
Tel.: 519 30 32 09

Hodonín

PhDr. Mária Vlčková (děti i dospělí)
Národní třída 1959/90, 695 01 Hodonín
Tel.: 728 611 062

PhDr. Sidónia Králíková (dospělí)
Horní valy 3859/4, 695 01 Hodonín
Tel.: 518 340 066

Psychocentrum Domeček Hodonín – Psychologická poradna

Skácelova 2/2711, 695 01 Hodonín
Tel.: 603 289 960, 518 344 345
Email: poradna@psychocentrumdomecek.cz
Web: www.psychocentrumdomecek.cz

Kyjov

Mgr. Hana Němcová (dospělí a děti od 10ti let)
Nádražní 821/50, 697 01 Kyjov
Tel.: 737 628 050
Email: psycholog.kyjov@seznam.cz

Veselí nad Moravou

Mgr. Dana Švehlíková (děti i dospělí)
Hrnčířky 964, 698 01 Veselí nad Moravou
Tel.: 518 322 054
Email: dana.svehlikova@gmail.com

Bučovice

PhDr. Jaroslav Skalička (děti i dospělí)
Puškinova 409/63, 682 01 Vyškov
Tel.: 776 626 936
Email: skalicka@psycholog.eu
Web: www.psycholog.eu

Vyškov

PhDr. Miroslav Šmahel (děti i dospělí)
Purkyňova 421/36, 682 01 Vyškov-Nosálovice
Tel.: 517 315 610

PhDr. Jaroslav Skalička (děti i dospělí)

Puškinova 409/63, 682 01 Vyškov
Tel.: 776 626 936
Email: skalicka@psycholog.eu
Web: www.psycholog.eu

Znojmo

PhDr. Mgr. Štěpánka Havlíková (děti i dospělí)
Tovární 14, 669 02 Znojmo
Tel.: 603 835 503, 725 614 463
Email: havlikovas@psychologsh.cz
Web: www.psychologsh.cz

JIHOČESKÝ KRAJ**České Budějovice**

PhDr. Petr Havlík, PhDr. Taťána Šindelková (dospělí)
U Tří lvů 294/4, České Budějovice
Tel.: 387 313 566

PhDr. Božena Kadubcová, Mgr. Martin Havlík

(děti i dospělí)
Dr. Stejskala 8, České Budějovice
Tel: 386 322 320

PhDr. Vladimír Forst (MEDIPONT, s.r.o.) (dospělí)

Matice školské 1786/17, České Budějovice
Tel.: 603 895 363, 387 730 389

Tábor

PhDr. Jan Kovář (děti i dospělí)
Světlogorská 2764, Tábor
Tel.: 381 261 311, 731 567 836

Písek

Mgr. Schenková Věra (dospělí)
Karla Čapka 589, Písek (areál Nemocnice Písek)
Tel.: 382 772 557

Strakonice

PhDr. Vladimír Forst (dospělí)
Jiráskova 116, Vodňany
Tel.: 603 895 363, 387 730 389

Český Krumlov

Mgr. Petra Feglerová, Mgr. Alena Markusová
T. G. Masaryka 212, Český Krumlov
Tel.: 380 712 244
hlavně dospělí + děti od 15 let výše

PhDr. Šírková Zdeňka

Špičák 114, Český Krumlov
Tel.: 380 712 106, 776 167 113
hlavně děti + možno i dospělí

Prachatice

PhDr. Klimperová Anna (děti i dospělí)
Nemocniční 204, Prachatice
Tel.: 388 316 241

Jindřichův Hradec

PhDr. Lepierová Milena (dospělí)
Svatojánská 156/1, Jindřichův Hradec
Tylova 837, Pelhřimov
Máchova 9, Praha 2
Tel.: 606 237 063

 Pardubický kraj**Chrudim**

PhDr. Marta Kovářová (hlavně děti, ale i dospělí)
Dr. Jana Malíka 958, 537 01 Chrudim II
Tel.: 469 623 782

Mgr. Miloslava Kožíšková (dospělí, ale i děti)

Palackého třída 191, 537 01 Chrudim III (Poliklinika)
Tel.: 469 620 305

Pardubice

PhDr. Libuše Novotná (dospělí)
Třída Míru 97, 530 02 Pardubice - Zelené Předměstí
Tel.: 466 642 096
Email: libusenovotna@centrum.cz

PhDr. Blanka Pöslová

(děti a dospělí, rodinná terapie)
Na Okrouhlíku 899, 530 03 Pardubice – Bílé před-
městí
Tel.: 466 611 601, 734 502 526
Email: poslova@psychologove.cz
Web: www.psychologove.cz

PhDr. Evžen Panovský (dospělí)

Na Okrouhlíku 899, 530 03 Pardubice – Bílé před-
městí
Tel.: 466 611 797, 734 502 526
Email: panovsky@psychologove.cz
Web: www.psychologove.cz

PhDr. Jiří Belajev (dospělí)

Lidmily Malé 620, 530 12 Pardubice-Studánka
Tel.: 466 412 827

Psychoterapeutické centrum

Na Okrouhlíku 899, 530 03 Pardubice – Bílé předm.
Tel.: 466 611601

Opatovice nad Labem

PhDr. Magdaléna Datková (především děti)
Neplachova 81, 533 45 Opatovice nad Labem
Tel.: 724 506 800
Email: datkova@seznam.cz

Litomyšl**PhDr. Jana Klumparová** a **PhDr. Hana Chodurová**

(děti a dospělí, rodinná psychoterapie)
Smetanovo náměstí 58, 570 01 Litomyšl-město
Tel.: 608 181 543
Web: www.poradna-slunecnice.euweb.cz

PhDr. Jitka Partyšová (hlavně dospělí a dospívající)

Rotkova 51, 570 01 Litomyšl
Tel.: 604 945 372, 461 612 682

Mgr. Libor Troneček (děti i dospělí)

J.E. Purkyně 652, 570 01 Litomyšl
Tel.: 603 349 409, 736 633 488, 461 531 531

Moravská Třebová (hlavně dospělí a dospívající)

PhDr. Jitka Partyšová
Svitavská 325/36, 571 01 Morav. Třebová - Předměstí
Tel.: 604 945 372, 461 352 220

Žamberk

PhDr. Ludmila Langrová (děti i dospělí)
Poliklinika Nám. Gen. Knopa 837, 564 01 Žamberk
Tel.: 605 168 521, 465 676 857
Email: ludmila.langrova@tiscali.cz

H KRÁLOVEHRADECKÝ KRAJ**Hradec Králové**

Mgr. Valerie Pellarová
(děti a dospělí, rodinná terapie)
Hradecká 1151/9, 500 03 Hradec Králové
Tel.: 605 544 103, 495 518 273

PhDr. Michal Homolka (dospělí)

S. K. Neumanna 250/4, 500 02 Hradec Králové –
Pražské předměstí
Tel.: 603 364 646

Mgr. Kamila Thiele

Kavčí plácek 121/1, 500 03 Hradec Králové
Tel.: 777 103 727
Email: kamila.thiele@centrum.cz
Web: psychoterapie.mddm.eu/index.php

Mgr. Dagmar Jakubská (děti i dospělí)

Kavčí plácek 121/1, 500 03 Hradec Králové
Tel.: 777 819 645

Jičín**MUDr. Miloslav Skřivánek**

Revoluční 1128, 506 43 Jičín
Tel.: 606 540 537

Mgr. Marie Machová

(děti a dorost, rodinná terapie)
Oblastní nemocnice Jičín, Bolzanova 512,
506 43 Jičín
Tel.: 493 582 477

Náchod

Mgr. Anna Tichá (dospělí)
Krásnohorské 672, 547 01 Náchod
Tel.: 605 745 723

Rychnov n. Kněžnou

PhDr. Ludmila Langrová (děti i dospělí)
Svatohavelská 266, 216 01, Rychnov n. Kněžnou
Tel.: 605 168 521

Dvůr Králové n. Labem**RIAPS – krizové centrum, ambulance klinické
psychologie a psychiatrie**

Presslova 449, 544 01 Dvůr Králové nad Labem
Tel.: 499 320 517, 725 099 630, 731 441 265
Email: riaps@seznam.cz
Web: www.riaps.cz/

Trutnov

PhDr. Eva Jirásková (děti i dospělí)
U Nemocnice 83, 541 01 Trutnov-Krybllice
Tel.: 499 812 445
Email: eva.jiraskova@mstu.cz

PhDr. Lenka Hüblová (děti i dospělí)
Na Struze 30, 541 01 Trutnov
Tel.: 603 717 765, 499 816 696

RIAPS – krizové centrum, ambulance klinické psychologie a psychiatrie

Procházkova 818, 541 01 Trutno v
Tel.: 499 814 890, 725 720 341
Email: riaps@seznam.cz
Web: www.riaps.cz/

J KRAJ VYSOČINA**Havlíčkův Brod**

PhDr. Hana Veselá (děti i dospělí)
Dobrovského 2915, 580 01 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 426 403

PhDr. Eva Holendová (dospělí)
Dobrovského 2915, 580 01 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 421 691

Psychologická ambulance

Dobrovského 2915, 580 23 Havlíčkův Brod
Tel.: 569 434 366
Email: sojka@hbnet.cz
Web: www.sojka.hbnet.cz/index.html

Jihlava

PhDr. Miluše Müllerová (dospělí)
Poliklinika, Vrchlického 2497/57, 586 01 Jihlava
Tel.: 777 137 800, 567 574 558

PhDr. Dana Hrstková

Poliklinika, Vrchlického 2497/57, 586 01 Jihlava
Tel.: 567 574 557
především děti

MUDr. Kateřina Michutová

Havlíčková 1395/30, 586 01 Jihlava
Tel.: 777 780 255

Pelhřimov

PhDr. Milena Lepierová
Tylova 837, 893 01 Pelhřimov
Tel.: 606 237 063, 739 090 488
Email: info@psycholog-lepiero.cz
Web: www.psycholog-lepiero.cz

PhDr. Jana Címová (dospělí)
Friedova 1464, 393 01 Pelhřimov
Tel.: 602 834 169

Třebíč

PhDr. Jindra Mácová (dospělí)
Kofránkova 459/3, 674 01 Třebíč-Horka-Domky
Tel.: 568 847 710
Email: jindra.macova@email.cz

PhDr. Zuzana Zmátlová

Kofránkova 459/3, 674 01 Třebíč-Horka-Domky
Tel.: 568 840 333
Email: z.zmatlova@tiscali.cz

Mgr. Nora Brátková – Střed, o.s. (děti i dospělí)

Mládežnická 229, 674 01 Třebíč
Tel.: 568 843 732, 775 725 660
Email: bratkova@stred.info

Žďár n. Sázavou

PhDr. Petra Pišová (děti i dospělí)
Studenská 1699/4, 591 01 Žďár nad Sázavou
Tel.: 566 690 217
Email: pisova@poliklinikazr.cz

Mgr. Renáta Sukupová (dospělí a děti)

Studenská 1699/4, 591 01 Žďár nad Sázavou
Tel.: 566 690 234

K KARLOVARSKÝ KRAJ**Okres Karlovy Vary**

PhDr. Naděžda Němcová (dospělí)
Myslbečova 4, Karlovy Vary
Tel.: 353 236 329

PhDr. Eva Hofírková (dospělí a děti)

T. G. Masaryka 623/12, Karlovy Vary
Tel.: 353 235 208

PhDr. Eva Bauerová (dospělí)

Nemocnice Ostrov
U Nemocnice 1161, Ostrov
Tel.: 353 612 501 (ústř. nemocnice)

PhDr. Jiří Bauer, PhD.

dětská poliklinika Karlovy Vary
Bezručova 10, Karlovy Vary
Tel.: 353 998 127, 728 229 356
Email: bauer.j@volny.cz
Web: phdr-jiri-bauer-phd.webnode.cz/

Okres Sokolov**Mgr. Zuzana Pastieriková Nevedalová**

(děti i dospělí)
ul. Jednoty 1931, Sokolov
Tel.: 602 843 927

PhDr. Alena Benáková (děti i dospělí)

Rokycanova 1756, Sokolov
Tel.: 352 308 259

PhDr. Jiří Bauer, PhD. – nemocnice Sokolov

(děti i dospělí)
Hornická 1613, 356 01 Sokolov
Tel.: 352 603 603, 728 229 356
Email: bauer.j@volny.cz

Okres Cheb**Mgr. Jan Volavka – Psychocentrum** (děti i dospělí)

Tyršova 31 (hotel Agricola), Mariánské Lázně
Tel.: 354 620 691

PhDr. Ján Pobežal

Divadelní 3, Cheb
Tel: 354 433 674

PhDr. Marie Knetlová

Hradební 18, Cheb
děti a mladiství do 19 let

L LIBERECKÝ KRAJ**Česká Lípa****PhDr. Eva Picmansová** (především děti)

Odd. psychiatrie, Ronovská 846/3, 470 01 Č. Lípa
Tel.: 728 776 907, 487 823 131

PhDr. Veronika Nováková (děti i dospělí)

Purkyňova 1849, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 487 954 730

Mgr. Naďa Kravciová (děti i dospělí)

Budova ČS, Hrnčířská 2985, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 607 580 582, 487 877 646

INSIDA centrum – Léčebné centrum pro psychosomatiku, psychiatrii a psychoterapii

Československé armády 1566, 470 01 Česká Lípa
Tel.: 725 881 486, 487 522 676
Email: mudrvinduskova@insida.cz

Jablonec n. Nisou**Mgr. Romana Dlasková (Stř. komplexní terapie)**

Na Výšině 13, 466 01 Jablonec nad Nisou
Tel.: 777 917 133
Web: home.tiscali.cz/sktp

PhDr. Ivana Hrdá (děti i dospělí)

Nemocniční 4446/15, 466 01 Jablonec nad Nisou
Tel.: 603 399 471

MUDr. Jana Machanderová

(dospělí + rodinná terapie)
Liberecká 15, 466 01 Jablonec nad Nisou
Tel.: 605 263 065, 483 314 686

MUDr. Antonín R. Machander

(individuální i rodinná psychoterapie)
Na Výšině 13, 466 01 Jablonec n. Nisou
Tel.: 737 450 154
Web: home.tiscali.cz/sktp

Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch (dospělí, rodinná psychoterapie)

Na Výšině 13, 466 01 Jablonec nad Nisou
Tel.: 483 316 341
Web: home.tiscali.cz/sktp

MUDr. Aleš Fürst (Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch)

Na Výšině 13, 466 01 Jablonec nad Nisou
Tel.: 604 868 900, 485 152 793
Email: fuerst@pbsp.cz
Web: www.volny.cz/augmentin/prvni.htm

Liberec**Mgr. Václav Holub** (dospělí)

Klášterní 117/2, 460 05 Liberec
Tel.: 737 130 069, 485 312 922

PhDr. Milan Štěpanovič (dospělí)

Klášterní 148/18, 460 05 Liberec
Tel.: 603 112 511, 485 106 158

MUDr. Jana Machanderová

(dospělí, rodinná terapie)
Jáchymovská 385/25, 460 10 Liberec 10
Tel.: 605 263 065

Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch (dospělí + rodinná psychoterapie)

Jáchymovská 385/25, 460 10 Liberec 10
Tel.: 485 151 398, 485 152 793, 731 722 000
Email: skt@sktlib.cz
Web: www.sktlib.cz

Semily**MUDr. Jindra Friedrichová**

Poliklinika Semily, Tyršova ul. 394, 513 01 Semily

Tel.: 736 105 209

Email: info@psychamb.cz

Web: www.psychamb.cz

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Olomouc****PhDr. Lenka Zmrzliková** (dospělí)**Mgr. Dagmar Jandečková** (děti)

Václavská 10, Olomouc

Tel.: 585 234 878

Mgr. Zuzana Zbudilová (dospělí)

Úzká 6, Olomouc

Tel.: 603 267 003

PhDr. Dagmar Konečná (dospělí a dospívající)

Horní Lán 1310/10 A, Olomouc

Žižkova 14, Zábřeh na Moravě

Tel.: 583 456 858, 737 106 922

Mgr. Michaela Dorušáková (děti i dospělí)

Nemocniční 5/270, Uničov

Tel.: 776 627 702

Šumperk**PhDr. Marie Totinová** (děti i dospělí)

M. R. Štefánika 967/3, Šumperk

Tel.: 583 311 320

PhDr. Svatopluk Morávek (děti i dospělí)

Radniční 231/4, Šumperk

Tel.: 583 217 410

Přerov**PhDr. Blanka Rektorová****Psychosociální centrum Přerov**

nám. Přerovského povstání 1, Přerov

Tel.: 581 204 437-8

Mgr. Otto Zehnal (dospělí)

Tř. 1. Máje 1614, Hranice I – Město

Tel.: 606 470 295, 581 605 840

Mgr. Otto Zehnal (dospělí)

Lipňanská 3, Přerov 13 - Penčice

Tel.: 606 470 295

Prostějov**Mgr. Ingrid Nezdobová** (děti i dospělí)

Hlaváčkovo nám. 1, Prostějov

Tel.: 582 334 038

Mgr. Iveta Dreslerová (dospělí)

Zborovská 1245, Hranice I. – Město

Tel.: 581 679 310

Jeseník**PhDr. Lenka Turková a Mgr. Monika Novotná****- Centrum psychologických služeb** (děti i dospělí)

Nerudova 405, Zlaté Hory (dětská léčebna Edel)

Tel.: 584 425 679, 739 036 165 (dr. Turková),

775 972 860 (Mgr. Novotná)

PhDr. Dagmar Svobodová (děti i dospělí)

Tyršova 291/26a, Jeseník

Tel.: 584 409 525, 584 458 412, 737 558 036

Prim. MUDr. Miroslav Novotný (děti i dospělí)**CDZ (Centrum duševního zdraví)**

Dukelská 456/13, Jeseník

Tel.: 584 412 462

P PLZEŇSKÝ KRAJ**Plzeň****PhDr. Iva Gregorová, PhD.**

(diagnostika dětí i dospělí, terapie pouze dospělí)

Masarykova 1132/62, Plzeň – Doubravka

Tel.: 373 724 255, 775 574 570

PhDr. Iva Wittnerová (dospělí + výjimečně děti)

U Velkého rybníka 2219/115 (I. NP), 323 00 Plzeň

Tel.: 377 378 149, 604 413 248

Email: wittnerova.iva@seznam.cz

Web: wittnerova.sweb.cz

Centrum SOS Archa

Prokopova 17, Plzeň

Tel.: 377 223 221, 733 414 421

Rokycany**PhDr. Marie Tomášková** (dospělí)

Masarykovo nám. 82, Rokycany

Tel.: 734 441 566

Klatovy**Mgr. Jaroslav Janský** (dospělí)

Vaňkova 348, Klatovy

Tel.: 376 317 441

Domažlice**Mgr. Jana Konícarová** (děti i dospělí)

Šmídova 661, Kdyně okr. Domažlice

Tel.: 605 809 590

S STŘEDOČESKÝ KRAJ**Benešov****PhDr. Kříž Karel**

Malé náměstí 1700, 256 01 Benešov

Tel.: 317 724 135

pro dospělé i děti

PhDr. Věra Tawilová (děti i dospělí)

Malé náměstí 1700, 256 01 Benešov

Tel.: 317 724 281

Vlašim**PhDr. Kateřina Nosková**

(dospělí, dospívající starší 16ti let)

Jana Masaryka 445, Vlašim

Tel.: 739 434 249

Mgr. Pavel Pinsner (děti i dospělí)

Lidická 667 – Nová poliklinika, 258 01 Vlašim

Tel.: 776 326 032

Web: www.psycholog-pinsner.cz**Beroun****PhDr. Zuzana Černá** (děti i dospělí)**Medicentrum Beroun, spol. s r.o.**

Politických vězňů 40, 266 01 Beroun

Tel.: 311 746 212, 731 717 929

PhDr. René Zahradníková (dospělí)

Husovo nám. 37, 266 01 Beroun

Tel.: 311 612 562

Medicentrum Beroun, spol. s r.o.

Politických vězňů 40, 266 01 Beroun

Tel.: 311 746 310, 311 746 119

Email: www.medicentrum.cz**Kladno****PhDr. Jana Lavická** (dospělí, děti starší 16ti let)

Vašatova 3221, 272 01 Kladno

Tel.: 607 210 680

PhDr. Marcela Pospíšilová (děti i dospělí)

K nemocnici 2814, 272 01 Kladno

Tel.: 312 615 128

Mgr. Květuše Kšírová (děti i dospělí)

K nemocnici 2814, 272 01 Kladno

Tel.: 312 615 122

PhDr. Jitka Řehulková (dospělí)

Mánesova 1766, 272 01 Kladno

Tel.: 312 241 301

Nemocnice Kladno

Vančurova 1548, 272 59 Kladno

Tel.: 312 606 147

Slaný**PhDr. Dagmar Nosilová** (děti i dospělí)

ul. Politických vězňů 576 (areál nemocnice), Slaný

Tel.: 725 753 653

Web: www.psycholog-slany.cz**Mgr. Daniela Saifrtová**

Soukenická 61, 274 01 Slaný

Tel.: 775 155 069

Web: www.psychologslany.cz

dospělí, rodinná terapie

PhDr. Daniela Krausová (děti)

Soukenická 61, 274 01 Slaný

Tel.: 724 042 942

Kolín**PhDr. Drahomíra Baštová** (děti i dospělí)

Jablonského 634, Kolín

Tel.: 321 728 246

Kutná Hora**PhDr. Josef Neckář** (děti starší 15ti let)

Rejskovo nám. 62, 284 01 Kutná Hora

Tel.: 327 512 452, 604 752 535

Mgr. Eva Bicanová (dospělí)**Poradna pro lidi v tísní**

Česká 235, 284 01 Kutná Hora

Tel.: 603 112 553

PhDr. Martina Skalníková (děti + rodinná terapie)**Poradna pro lidi v tísní**

Česká 235, 284 01 Kutná Hora

Tel.: 737 506 102

PhDr. Marie Žižková (dospělí a školní děti)

Hloušecká 278, Kutná Hora

Tel.: 327 512 657

Zruč nad Sázavou**Mgr. Pavel Pinsner** (děti i dospělí)

Tel.: 776 326 032

Web: www.psycholog-pinsner.cz

Mělník**Mgr. Leoš Vítek** (děti i dospělí)**Centrum léčby a prevence MedicPoint**

Vodárenská 3827, 276 01 Mělník

Tel.: 606 652 644

Web: www.medicpoint.cz

PhDr. Drahůše Široká

Pražská 528, 276 01 Mělník

Tel.: 315 639 207

Neratovice**PhDr. Hana Ortová** (dospělí)

Kojetická 1021, 277 11 Neratovice

Tel.: 315 683 442

Kralupy nad Vltavou**MUDr. Jan Flídr**

Žižkova 81, 278 01 Kralupy nad Vltavou

Tel.: 315 725 600, 723 452 017

Mladá Boleslav (děti i dospělí)

Mgr. Pavel Ptáček

Jiráskova 1320, 293 01 Mladá Boleslav II

Tel.: 326 324 025

Mgr. Gabriela Hrabovská (děti i dospělí)

Jiráskova 1320 - Poliklinika Modrá hvězda, 293 01

Mladá Boleslav II

Tel.: 603 203 319

Centrum psychoterapie

Tel.: 326 741 481

Nymburk**PhDr. Jana Hospodková** (děti i dospělí)

Okružní 2160, 288 02 Nymburk

Tel.: 325 531 118

Lysá n. Labem**PhDr. Hana Čápková** (dospělí)

Křižíkova 1774, 28922 Lysá nad Labem

Tel.: 325 551 262

Email: capi@cmail.cz

Poděbrady**PhDr. Jiří Zíka** (děti i dospělí)

Karla Hampla 28, 290 01 Poděbrady

Tel.: 602 349 478

Sadská**Mgr. Blanka Doležalová**

Psychiatrická léčebna Sadská, Lázeňská 515

Tel.: 721 209 036

Email: blandol@seznam.cz

Čelákovice**Mgr. Tatiana Krulová, Ph. D.** (děti i dospělí)**Terapeutica s.r.o.**

Kollárova 208, 250 88 Čelákovice

Tel.: 777 144 732

MUDr. Zdeněk Fuzék, MUDr. Hrušková**Centrum psychorehabilitační léčebné péče**

Vašátkova 818, 25088 Čelákovice

Tel.: 326 997 700

Odolena Voda**PhDr. Erika Gerlová** (děti i dospělí)**Terapeutica s.r.o.**

U lékárny 316, 25070 Odolena Voda

Tel.: 773 533 777

Říčany**Mgr. Jana Žďárská** (děti i dospělí)

Na Obci 1006/3, 25101 Říčany

Tel.: 777 986 356

Web: www.psychologicke-poradenstvi.cz

Mgr. Olga Lacinová

E.Beneše 339, 251 01 Říčany

Tel.: 323 601 764

Příbram**PhDr. Jitka Ilgnerová - Psychologická ambulance**

Hradební 159, 261 01 Příbram I

Tel.: 602 555 465

PhDr. Jana Moslerová (dospělí a děti od 10 let)**Oblastní nemocnice Příbram, a.s. areál II., 261 05****Příbram V**

Tel.: 318 654 337/318 625 278

Email: jana.moslerova@onp.cz

PhDr. Vladimír Zikmund (dospělí a adolescenti)

Barandovská 431, Příbram

Tel.: 602 127 354

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ**Krnov****PhDr. Vlasta Sehnalová** (děti i dospělí)

nám. Hrdinů 934/6, 794 01 Krnov - Pod Bezručovým vrchem

Tel.: 554 620 237

PhDr. Alena Čermáková (dospělí)
nám. Hrdinů 934/6, 794 01 Krnov - Pod Bezručovým
vrchem
Tel.: 554 612 154

Frýdek – Místek

Mgr. Dagmar Dokoupilová (dospělí)
Na Půstkách 40, 738 01 Frýdek-Místek
Tel.: 731 726 118
Email: dagmardokoupilova@seznam.cz

PhDr. Marie Cveková (děti i dospělí)
Malý Koloredov 811, 738 01 Frýdek – Místek
Tel.: 558 621 661

Mgr. Radmila Onderková
(děti i dospělí, rodinná sezení)
Zámecké náměstí 26, 738 01 Frýdek – Místek
Tel.: 603 334 448
Email: psycholog.underkova@seznam.cz

PhDr. Jarmila Petrovská, Ph.D.
(děti i dospělí, více s dospělí)
Zámecké nám. 41, 738 01 Frýdek – Místek
Tel.: 777 601 800

Mgr. Magdaléna Opělová
(dospělí + děti od 15ti let)
Na Poříčí 1190, 738 01 Frýdek – Místek
Tel.: 731 954 046
Email: magda.opelova@seznam.cz

Frýdlant nad Ostravicí

Mgr. Magdaléno Opělová
(dospělí + děti od 15ti let)
5. května 449, 137 11 Frýdlant n. Ostravicí
Tel.: 731 954 046
Email: magda.opelova@seznam.cz

Jablunkov

Mgr. Renata Kulková (děti i dospělí)
Plk. Velebnovského 89, 739 91 Jablunkov
Tel.: 774 635 690
Email: renata.kulkova@tiscali.cz

Třinec

Mgr. David Příbyl
Staroměstská 534, 739 61 Třinec – Staré město
Tel.: 725 350 386
Email: prybild@gmail.com
Web: www.psycholog-trinec.cz

PhDr. Katarína Uhlářová (děti i dospělí)
Kaštanová 268 (nemocnice Sosna),
739 61 Třinec – Dolní Lištná
Tel.: 558 309 579, 776 209 569
Email: katarina.uhlarova@centrum.cz

Bohumín

Mgr. Martina Pastuchová (děti a rodiny)
a **Mgr. Drahomíra Nováková** (dospělí a páry)
Alešova 591, 735 81 Bohumín
Tel.: 602 579 849
Email: marpas@tiscali.cz
Web: www.psycholog-bohumin.cz

Havířov

PhDr. Jana Dokoupilová (děti od 17ti let)
Okrajová 1634/4A, 736 01 Havířov – Podlesí
Tel.: 596 410 251

PhDr. Anděla Vaculíková

(děti i dospělí, rodinná psychoterapie)
Elišky Krásnohorské 1304/16, 736 01 Havířov-Podlesí
Tel.: 596 410 543, 775 720 002
Email: havirov@psycholog-vaculikova.cz
Web: www.psycholog-vaculikova.cz

PhDr. Olívie Hradilová (děti i dospělí)
Místní 355/3, 736 01 Havířov – Město
Tel.: 596 813 195

Karviná

Mgr. Sylva Drozdová (dospělí)
Žižkova 2479/54A, 733 01 Karviná – Mizerov
Tel.: 596 363 334, 602 959 206

Mgr. Lenka Dostalíková (dospělí, rodinná psycho-
terapie, psychoterapie poruch příjmu potravy)
Zakladatelská 975, 735 06 Karviná – Nové Město
Tel.: 596 380 617, 602 518 551, 604 211 838
Web: www.mgrdostalikova.webnode.cz

PhDr. Anděla Vaculíková

(děti i dospělí, rodinná psychoterapie)
Tř. Osvobození, 735 06 Karviná – Nové Město
Tel.: 775 720 002, 725 125 422
Email: karvina@psycholog-vaculikova.cz
Web: www.psycholog-vaculikova.cz

Orlová

Mgr. Lubica Lichorobíková (dospělí)
Masarykova třída 900, 735 14 Orlová – Lutyně
Tel.: 596 583 534

PhDr. Václav Sluka (dospělí)
Staré náměstí 91, 735 11 Orlová-Město
Tel.: 596 512 021

Kopřivnice

PhDr. Dana Davidová (dospělí)
Záhumenní 1151/2, 742 21 Kopřivnice
Tel.: 556 811 833, 603 268 371

Nový Jičín

PhDr. Věra Matušová (dospělí)
Štafánikova 826/7, 741 01 Nový Jičín
Tel.: 556 701 947

Příbor

Mgr. Daniela Kvasničková (děti i dospělí)
Jičínská 14, 742 58 Příbor
Tel.: 775 717 709

Hlučín

PhDr. Hana Kubná (dospělí)
Čs. armády 1602/6a, 748 01 Hlučín
Tel.: 595 041 059

Opava

PhDr. Iva Holubová (děti i dospělí)
Ostrožná 244/27, 746 01 Opava - Město
Tel.: 552 301 561, 553 612 996

PhDr. Helena Khulová (děti i dospělí)
Olomoucká 406/2, 746 01 Opava – Město
Tel.: 553 623 791

Krizové a kontaktní centrum „Pod slunečником“

(individuální, rodinné poradenství)
Hradecká 16, 746 01 Opava
Tel.: 553 718 487
Email: kkc@podslunecnikem.cz
Web: www.podslunecnikem.cz

Ostrava

PhDr. Mayzlíková Jarmila (dospělí)
Repinova 16, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 126 790

PhDr. Michael Václavík (dospělí)
Slávky Budínové 841/8, 71300 Ostrava - Heřmanice
Tel.: 739 922 815
Web: www.michaelvaclavik.cz

PhDr. Ludmila Mrkvicová (děti i dospělí)
Na Hradbách 495/4, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 127 613

PhDr. Jelena Krásná (pouze děti)
Milíčova 1386/8, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 116 700, 603 544 612
Email: jelenakrasna@seznam.cz

PhDr. et PhDr. Jiřin Niliusová (děti i dospělí)
Spojů 835/2, 708 00 Ostrava - Poruba
Tel.: 596 628 439

PhDr. Jana Skácelová (dospělí)
Heyrovského 7/1725, 708 00 Ostrava - Poruba
Tel.: 774 129 142

PhDr. Jana Veselá (dospělí)
Václava Vacka 1668, 708 00 Ostrava - Poruba
Tel.: 596 934 245

Mgr. Michaela Mrowetz a Mgr. Monika Mrov-cová

Slévárenská 409/16, 709 00 Ostrava - Marián. Hory
Tel.: 596 612 202, 608 959 030
Web: www.klinickapsycholozka.cz

Mgr. Michal Koliba

Smetanovo nám. 7/1180, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 777 551 371
Email: kolibam@seznam.cz

Mgr. Ivo Sýkora

Slávky Budínové 841/8, 713 00 Ostrava - Heřmanice
Tel.: 775 565 452
Web: www.ivosykora.cz

PhDr. Dagmar Musialková (dospělí)
Sokolská třída 1925/49, 702 00 Moravská Ostrava
Tel.: 596 138 737

Ambulance klinické psychologie a psychiatrie při Fakultní nemocnici Ostrava

17. listopadu 1790, 708 52 Ostrava - Poruba
Tel.: 597 373 280 (dětská psychologie)
597 373 147 (psychologie pro dospělé)
597 373 209 (psychiatrie)

Psychiatrické a psychosomatické centrum

Panelová 6116/15, 708 00 Ostrava – Poruba
Tel.: 739 443 717, 599 999 664
Email: info@psychocentrum.cz
Web: www.psychocentrum.cz

U ÚSTECKÝ KRAJ**Děčín****Psychiatrie Mališ, s.r.o.**

Maroldova 788/5, Děčín 1

Tel.: 412 519 146, 412 518 983

Psychiatrie Mališ, s.r.o.

Třída 9. května 11/4, Rumburk

Tel.: 412 334 299

Ústí nad Labem**PhDr. Yveta Mikuličová, Mgr. Kateřina Anežka Tokarová, Mgr. Marie Vabroušková, Mgr. Jan Pavlišta** (děti i dospělí)

Mezní 2854, Ústí nad Labem

Tel.: 475 650 110

PhDr. Romana Doležalová (dospělí)

Masarykova 200, Ústí nad Labem

Tel.: 475 221 012

MUDr. Jiří Švarc, Mgr. Lenka Nikoličová - 1. ÚPPA (ústecká psychiatricko-psychologická ambulance)

Alešova 652/38, Ústí nad Labem

Tel.: 472 700 143, 728 854 799

Okres Teplice**PhDr. Vojtěch Hadraba, Mgr. Miloš Bouček**

(dospělí od 18 let)

U Nových Lázní 1101, Teplice

Tel.: 417 550 715

Most**PhDr. Marie Vidová** (děti i dospělí)**Krušnohorská poliklinika s.r.o.**

Žižkova 151, Litvínov

Tel.: 478 012 111, 478 012 342

Třída Budovatelů 2957/108, Most

Tel.: 476 706 933

PhDr. Miroslava Dvořáková (děti i dospělí)**Centrum klinické a dopravní psychologie– PSY-CHOMOST**

Budovatelů 2830, Most

Tel.: 775 990 323

Chomutov**PhDr. Milada Trávníčková** (dospělí)

Roháčova 2912/48, Chomutov

Tel.: 474 626 804

Louny**Mgr. Aleš Mikolášek** (dospělí)

Rybalkova 1400, Louny

Tel.: 415 620 139, 777 906 767

Mgr. Marie Volkmerová– klinická psycholožka

Sladovnická 21, Louny

Tel: 415 658 225

Litoměřice**Mgr. Ludmila Jankovcová**

Fügnerova 1137/1, Litoměřice – Předměstí

Tel.: 416 731 809

zejm. děti, dále dospělí

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**Bystřice pod Hostýnem****PhDr. Alexandra Švecová a Mgr. Milena Mikulaščíková** (děti i dospělí)

Nádražní 455, 768 61 Bystřice pod Hostýnem

Tel.: 734 300 316

Web: www.psychologie-vsetin.cz

Holešov**PhDr. Jiří Rak** (dospělí + děti od 15ti let)

Sušilova 478/24, 769 01 Holešov

Tel.: 573 398 552

Kroměříž**PhDr. Jana Dorazilová** (dospělí)

Malý Val 1546/31, 767 01 Kroměříž

Tel.: 573 342 647, 773 668 477

Email: janadorazilova@seznam.cz

MUDr. PhDr. Karel Honsa (děti i dospělí)

U Rejdiště 3498/8, 767 01 Kroměříž

Tel.: 573 341 498

PhDr. Karel Zezulka

Jánská 197/9, 767 01 Kroměříž

Tel.: 573 343 940

MUDr. Alexandr Stulík

Moravská 3879/51, 767 01 Kroměříž

Tel.: 736 607 517, 737 585 225

Email: mudr.stulik@seznam.cz

Web: www.ambulance-km.cz

Rožnov pod Radhoštěm**Mgr. Daniel Krejcar** (děti i dospělí)

Nerudova 162, 756 61 Rožnov pod Radhoštěm

Tel.: 773 583 954, 571 655 525

Email: krejcard@gmail.com

Valašské Meziříčí

PhDr. Barbora Vráblová (dospělí + děti od 15ti let)
Husova 403/5, 757 01 Valašské Meziříčí
Tel.: 571 758 755, 733 679 595
Email: barnora.vrablova@ordinace.mediclinic.cz

PhDr. Květoslava Vejrostová a PhDr. Pert Vejrosta (děti i dospělí)

U Nemocnice 980 (při nemocnici), 757 01 Valašské Meziříčí
Tel.: 571 624 390, 775 095 488
Email: kvetavejr@seznam.cz

Vsetín**PhDr. Alexandra Švecová, PhDr. Lenka Bukovská, PhDr. Josef Rešetko** (děti i dospělí)

Na Příkopě 814, 755 01 Vsetín
Tel.: 605 158 766 (PhDr. Švecová)
604 822 174 (PhDr. Bukovská)
734 300 314 (PhDr. Rešetko)
Email: svecova.alexandra@centrum.cz
Web: www.psychologie-vsetin.cz

PhDr. Jarmila Škarpichová a PhDr. Skorunka (děti i dospělí)

Hrbová 1561, 755 01 Vsetín
Tel.: 571 424 699, 722 931 107

PhDr. Anna Černohorská (děti i dospělí)

Nemocniční 955, 755 32 Vsetín
Tel.: 571 818 372
Email: cernohorska@nemocnice-vs.cz

Otrokovice

PhDr. Eva Dudešková (dospělí)
tř. Osvobození 1388, 765 02 Otrokovice
Tel.: 577 932 710

Zlín**PaedDr. Mgr. Yvona Obručová** (děti i dospělí)

Fügnerovo nábřeží 1490, 760 01 Zlín
Tel.: 775 391 313
Email: y.obrucova@tiscali.cz

PhDr. Jiří Laciga (děti i dospělí)

Ševcovská 2678, 760 01 Zlín
Tel.: 577 437 842

Psychocentrum Zlín

Osvoboditelů 91, 760 01 Zlín
Tel.: 577 220 634, 737 038 850
Email: info@psychocentrumzlin.cz
Web: www.psychocentrumzlin.cz

Centra primární prevence

Portály o primární prevenci rizikového chování:

www.odrogach.cz

www.prevence-info.cz

www.adiktologie.cz/cz/articles/70/Primarni-prevence

A KRAJ PRAHA

Pražské centrum primární prevence

Rumunská 1, 120 00 Praha 2

Tel.: 222 074 126, 222 074 127, 604 724 628

Email: pcpp@prevence-praha.cz

Web: www.prevence-praha.cz

Institut Filia, Praha 2

120 00 Praha 2, Sokolská 26

Tel.: 224 263 026, 603 735 377

Email: filia@telecom.cz

Web: web.telecom.cz/filia/

Prev-centrum, Praha 6

Meziškolská 1120/2, 169 00 Praha 6

Tel.: 242 498 335, 776 619 505

Email: prevence@prevcentrum.cz

Web: www.prevcentrum.cz

Prospe, Praha 3

Hálkova 1, 120 00 Praha 2

Tel.: 602 283 008

Email: primarka@centrum.cz

Web: www.prospe.cz

Proxima Sociale, o.s.

Rakovského 3138, 143 00 Praha 12 – Modřany

Tel.: 241 770 232, 775 561 040

Email: holy@proximasociale.cz

Web: www.proximasociale.cz

Život bez závislostí, Praha 3

K Výtopně 1224, 156 00 Praha 5

Tel.: 602 255 508

Email: h.vrbkova@seznam.cz

Web: www.zivot-bez-zavislosti.cz

B JIHMORAVSKÝ KRAJ

Centrum pro rodinu a sociální péči Hodonín

Štefánikova 288/15, 69501 Hodonín

Tel.: 774 650 133

Email: info@cprhodonin.cz

Web: www.cprhodonin.cz/default.asp?cont=372

Centrum prevence, Podané ruce, o.s. Brno

Hapalova 22, 621 00 Brno - Řečkovice

Tel.: 549 211 278, 420 773 789 708

Email: prevence@podaneruce.cz

Web: www.podaneruce.cz

Regionální centrum prevence SCAN

Náměstí Míru 114, 666 01 Tišnov

Tel.: 734 333 658

Email: smutna@scan-os.cz

Web: www.scan-os.cz

Poradenské centrum pro drogové a jiné závislosti PPP Brno

Sládkova 45, 613 00 Brno

Tel.: 548 526 802

Email: sladkova@pppbrno.cz

Web: www.poradenskecentrum.cz

C JIHOČESKÝ KRAJ

Arkáda sociální psychologické centrum, o.s.

Husovo náměstí 2/24, 397 01 Písek

Tel.: 382 211 300

Email: info@arkada-pisek.cz

Web: www.arkadacentrum.cz

Meta Prevcentrum

Antonínská 15/I, 380 01 Dačice

Tel.: 384 382 891, 775567704

Email: havlova@osmeta.cz

Web: www.osmeta.cz/primarni_prevence/prevcentrum_dacice/index.htm

Primární Prevence Phénix, o.s. Portus Prachatice

Vodňanská, 7383 01 Prachatice

Tel.: 722 049 751

Email: phenix@portusprachatice.cz

Web: www.portusprachatice.cz

DO SVĚTA občanské sdružení

Heydukova 349, 38601 Strakonice

Tel.: 607 652 862

Email: dosveta@dosveta.org

Web: www.dosveta.org

Sdružení Spirála, Český Krumlov

Vyšný 39, 381 01 Český Krumlov
 Email: spirala@krumlov.cz
 www.spirala.krumlov.cz/

H KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ**Prostor, Region Hradec Králové**

Tel.: 773 650 340
 Email: pphk@os-prostor.cz
 Web: www.os-prostor.cz

J KRAJ VYSOČINA**Spektrum – Centrum primární prevence, Žďár nad Sázavou**

nám. Republiky 22, 591 01 Žďár nad Sázavou
 Tel.: 566 585 027, 774 419 047
 Email: spektrum.prevence@kolping.cz
 Web: www.spektrum.kolping.cz

Klub Zámek, Třebíč

Leopolda Pokorného 15, Třebíč 674 01
 Tel.: 568 408 480, 736 529 336
 E-mail: prevence.trebic@charita.cz
 Web: www.klubzamek.cz/cz/novinky_57.html?action=zrus_hledani

NADOSAH

Masarykovo nám. 9, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem
 Tel.: 739 389 232
 Email: nadosah-prevence.bystrice@charita.cz
 Web: www.nadosah-cp.cz

Ponorka – centrum prevence

Horní 22, 591 01 Žďár nad Sázavou
 Tel.: 777 755 658
 Email: ponorka-prevence.zdar@charita.cz
 Web: ponorka-prevence.webnode.cz

Centrum primární prevence Vrakbar Jihlava

Sídlíště U Pivovaru, 586 01 Jihlava
 Tel.: 567 304 802
 Email: pavlina.kolarova@charita.cz
 Web: cpp.vrakbar.cz/

K KARLOVARSKÝ KRAJ

Prev-centrum KOTEC
 region Cheb a Tachov
 Tel.: 608 656 541
 Email: prevcentrum@kotec.cz
 Web: www.kotec.cz/prev-centrum

M OLOMOUCKÝ KRAJ**Kappa-Help, Přerov**

nám. Přerovského povstání 1/1405, 750 02 Přerov
 Tel.: 581 207 901
 Email: office@kappa-help.cz
 Web: www.kappa-help.cz

P-centrum Olomouc

Lafayettova 47/9, 772 00 Olomouc
 Tel.: 585 221 983, 733 362 942
 Email: info@p-centrum.cz
 Web: www.p-centrum.cz

NZDM Prostějov, Podané ruce o.s.

Na Příhoně 20, 796 01 Prostějov
 Tel.: 582 330 132
 Email: nzdm.pv@podaneruce.cz
 Web: nzdmpv.podaneruce.cz/

P PLZEŇSKÝ KRAJ**P-Centrum - Centrum protidrogové prevence a terapie, o.p.s, Plzeň**

Plachého 6, 301 00 Plzeň
 Tel.: 377 220 325, 731 183 394
 Email: prevence@cppt.cz
 Web: hwww.cppt.cz

Teen Challenge, Plzeň

Poštovice 1, 273 71 Zlonice
 Tel.: 233 541 627
 Email: tcczech@gmail.com
 Web: www.teenchallenge.cz

S STŘEDOČESKÝ KRAJ

Centrum primární prevence, Magdaléna, o.p.s.
 Včelník 1070, 252 10 Mníšek pod Brdy
 Tel.: 737 284 597
 Email: prevence@magdalena-ops.cz
 Web: www.magdalena-ops.cz

Centrum adiktologických služeb, Magdaléna-Benešov

Nová Pražská 399, 256 01 Benešov
 Tel.: 737 284 597
 Email: prevence@magdalena-ops.cz
 Web: www.magdalena-ops.cz

Centrum adiktologických služeb, Magdaléna-Příbram

Žežická 193, 261 01 Příbram
 Tel.: 731 625 960
 Email: prevence@magdalena-ops.cz
 Web: www.magdalena-ops.cz

Primární prevence oddělení krizového řízení a drogové prevence Kladno

Náměstí 17. listopadu 2840, 272 52 Kladno

Tel.: 312 604 491

Web: www.mestokladno.cz/vismo/dokumenty2.asp?id=1402495

Prostor, Kolín

Na Pustině 1068, 280 02 Kolín 2 (pod OD Tesco)

Tel.: 317 47 17 43, 774 650 094

Email: pp@os-prostor.cz

Web: www.os-prostor.cz

Centrum primární prevence o.s. Semiramis

Ptácká 162, 293 01 Mladá Boleslav

Tel.: 326 396 754, 723 179 409

Email: prevence@os-semiramis.cz

Web: www.os-semiramis.cz

T MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

Centrum primární prevence, Renarkon

Mariánskohorská 31/1328,

702 00 Ostrava - Moravská Ostrava

Tel.: 596 638 807, 602 650 042

Email: cpprenarkon@seznam.cz

Web: www.renarkon.cz

U ÚSTECKÝ KRAJ

o.s. Světlo

Husova 1325, 432 01 Kadaň

Tel.: 353 222 742

Email: kckvary@os-svetlo.net

Web: www.os-svetlo.net

Pedagogicko psychologická poradna Ústeckého kraje

Lípová 651/9, 415 01 Teplice

Primární prevenci zajišťují Metodici prevence jednotlivých PPP v Ústeckém kraji.

Email: info@pppuk.cz

Web: www.pppuk.cz/nase-sluzby/pro-skoly

Z ZLÍNSKÝ KRAJ**R-ego, Slavičín**

Mezi Šenky 19, 763 21 Slavičín

Tel.: 577 341 446, 732 713 014

Email: pc.r-ego@tiscali.cz

Web: www.mesto-slavicin.cz/cs/informacni-centrum/skolstvi-a-vzdelavani/r-ego-obcanske-sdruzeni.html