

ODBORNÍK

TRENÉR/KA

**ŠKOLNÍ
PSYCHOLOG**

**RODINNÝ
PŘÍSLUŠNÍK**

**KDE MŮŽEŠ NAJÍT PODPORU
POTŘEBUJEŠ SI S
NĚKÝM PROMLUVIT?**

KAŽDÝ OBČAS POTŘEBUJE POMOCT

**OBLÍBENÝ
UČITEL/KA**

**NÍZKOPRAHOVÁ
CENTRA**

**PŘÁTELE
A BLÍZCÍ**

**V případě akutního
ohrožení, volej**
155/112 - IZS

**Linka
důvěry**

116 123

(24/7, zdarma,
anonymně)

**KONTAKTY KDYŽ
UŽ NEVÍŠ, JAK DÁL.**

ŘÍCT SI O POMOC NENÍ OSTUDA

Krizový chat

chat.linkabezpeci.cz, iporadna.cz

(online, anonymně)

**Linka
bezpečí**

116 111

(24/7, zdarma,
anonymně)