

Pro rodiče

Kde mi pomohou s mými problémy/mým trápením...

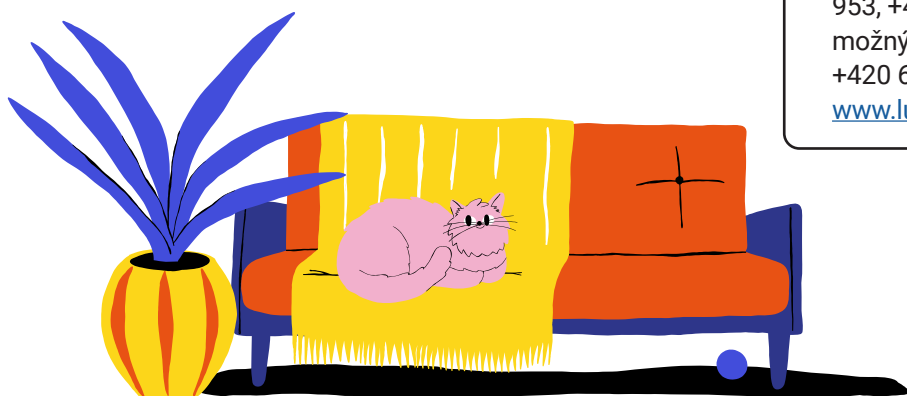
Signály

Nevím si rady s výchovou dítěte (např. dítě hodně pláče, zlobí, vůbec neposlouchá, pere se, utíká z domova):

- ▶ Pokud mé dítě chodí do školy, mohu se obrátit se na výchovného poradce ve škole.
- ▶ Oslovím **Semiramis z. ú. – Centrum rodinného poradenství a terapie**, Palackého třída 449/64, 288 02 Nymburk, vedoucí Mgr. Miroslav Zavadil, DiS., +420 606 365 338, e-mail: crp@os-semiramis.cz.
- ▶ Můžu se se obrátit také na **Sociálně aktivizační službu Respondeo, z. s.**, Náměstí Přemyslovců 14/11, Nymburk 288 02, vedoucí Irena Kešnerová +420 606 069 094, irena.kesnerova@respondeo.cz, www.respondeo.cz.
- ▶ Oslovím **Středisko výchovné péče Klíčov**, Celodenní oddělení Mladá Boleslav, Tovačovského 163/7, Mladá Boleslav, +420 313 537 404, comb@klicov.cz www.klicov.cz/stredisko-vychovne-pece-klicov.
- ▶ Obrátím se na **Sociálně aktivizační službu pro rodiny s dětmi „PODPORA RODINY“, LUMA MB, z. s.**, Václavkova 1115, Mladá Boleslav 293 01, kromě tel. konzultace a osobní schůzky v poradně (či na jiném bezpečném místě) může v naléhavých situacích tým vyjet k zájemci okamžitě, možno i s potřebnou materiální pomocí: +420 777 427 415, +420 777 107 953, +420 774 427 557, (po-pá 7:30-17:00), kontakt je možný také prostřednictvím WhatsApp na tel. č.: +420 605 298 338 nebo pomocí luma@luma-mb.cz, www.luma-mb.cz.

Hrozí mi ztráta bydlení (nemám na zaplacení dalšího nájmu, sousedé si stěžují, majitel mě chce vystěhovat):

- ▶ Obrátím se na **Úřad práce Milovice na Mgr. Elišku Černou** Topolová 911, 289 24 Milovice, +420 950 140 254, eliska.cerna@uradprace.cz nebo na Janu Keltnerovou, Topolová 911, 289 24 Milovice nad Labem, +420 950 140 510, jana.keltnerova@uradprace.cz.
- ▶ Mohu kontaktovat **Bc. Evu Moliba z města Milovice** (referent OŠKS – úsek sociálních záležitostí), Městský úřad Milovice, Nám. 30. Června 508, 289 24 Milovice – Mladá, +420 325 517 154, +420 604 894 849, eva.moliba@mesto-milovice.cz.
- ▶ Oslovím **Alenu Uhlířovou z města Lysá nad Labem** (sociální pracovnice, samosprávné činnosti na úseku sociálních věcí), budova Městského úřadu Lysá nad Labem – Husovo náměstí 23/1, +420 325 510 243, alena.uhlirova@mestolysa.cz.
- ▶ Kontaktuji **sociálně aktivizační službu POINT Milovice**, Tyršova 1533, 289 23 Milovice, +420 702 036 896, napis@pointmilovice.cz, www.pointmilovice.cz.
- ▶ Mohu se obrátit na **Sociálně aktivizační službu Respondeo, z. s.**, Náměstí Přemyslovců 14/11, Nymburk 288 02, vedoucí Irena Kešnerová +420 606 069 094, irena.kesnerova@respondeo.cz, www.respondeo.cz.
- ▶ Obrátím se na **Sociálně aktivizační službu pro rodiny s dětmi „PODPORA RODINY“, LUMA MB, z. s.**, Václavkova 1115, Mladá Boleslav 293 01, kromě tel. konzultace a osobní schůzky v poradně (či na jiném bezpečném místě) může v naléhavých situacích tým vyjet k zájemci okamžitě, možno i s potřebnou materiální pomocí: +420 777 427 415, +420 777 107 953, +420 774 427 557, (Po-pá 7:30-17:00), kontakt je možný také prostřednictvím WhatsApp na tel. č.: +420 605 298 338 nebo pomocí luma@luma-mb.cz, www.luma-mb.cz.



Nacházím se v tíživé finanční situaci

(např. nemám na zaplacení jídla, nových bot, školních pomůcek, nezvládám splácet dluhy):

- Obrátím se na **Úřad práce Milovice na Mgr. Elišku Černou**, Topolová 911, 289 24 Milovice, 950 140 254, eliska.cerna@uradprace.cz.
- Kontaktuji **Bc. Evu Moliba z města Milovice** (referent OŠKS – úsek sociálních záležitostí), Městský úřad Milovice, Nám. 30. Června 508, 289 24 Milovice – Mladá, +420 325 517 154, + 420 604 894 849, eva.moliba@mesto-milovice.cz.
- Naváží spolupráci se **sociálně aktivizační službou POINT Milovice** Tyršova 1533, 289 23 Milovice, +420 702 036 896, napis@pointmilovice.cz, www.pointmilovice.cz.
- Obrátím se na **Sociálně aktivizační službu pro rodiny s dětmi „PODPORA RODINY“, LUMA MB, z. s.**, Václavkova 1115, Mladá Boleslav 293 01, kromě tel. konzultace a osobní schůzky v poradně (či na jiném bezpečném místě) může v naléhavých situacích tým vyjet k zájemci okamžitě, možno i s potřebnou materiální pomocí: +420 777 427 415, +420 777 107 953, +420 774 427 557, (PO–PÁ 7:30–17:00), kontakt je možný také prostřednictvím WhatsApp na tel. č.: +420 605 298 338 nebo pomocí luma@luma-mb.cz, www.luma-mb.cz.
- Obrátím se na **Sociálně aktivizační službu Respondeo, z. s.**, Náměstí Přemyslovců 14/11, Nymburk 288 02, vedoucí Irena Kešnerová +420 606 069 094, irena.kesnerova@respondeo.cz, www.respondeo.cz.

Jsem obětí domácího násilí:

- Pokud jsem ohrožen/a na životě, kontaktuji neprodleně **PČR 158**.
- Kontaktuji **Bílý kruh bezpečí 116 006** (bezplatná nonstop linka).
- Obrátím se na **Bc. Evu Moliba z města Milovice** (referent OŠKS – úsek sociálních záležitostí), Nám. 30. Června 508, 289 24 Milovice – Mladá, +420 325 517 154, + 420 604 894 849, eva.moliba@mesto-milovice.cz, kde mi mohou poskytnout krizové ubytování po dobu 15 dnů s možností prodloužení až na 6 měsíců.
- Obrátím se na službu **Pomoc obětem trestných činů, LUMA MB, z. s., Václavkova 1115, Mladá Boleslav 293 01**, kromě tel. konzultace a osobní schůzky v poradně (či na jiném bezpečném místě) může v naléhavých situacích tým vyjet k zájemci okamžitě, možno i s potřebnou materiální pomocí: +420 777 427 415, +420 777 107 953, +420 774 427 557, (PO–PÁ 7:30–17:00), kontakt je možný také prostřednictvím WhatsApp na tel. č.: +420 605 298 338 nebo pomocí luma@luma-mb.cz, www.luma-mb.cz.
- Oslovím **OSPOD Lysá nad Labem** Městský úřad Lysá nad Labem Husovo náměstí 23/1 289 22 Lysá nad Labem, vedoucí odboru sociálních věcí, Ing. Kamila Kuchařová, tel.: +420 325 510 241, kamila.kucharova@mestolysa.cz.
- Využiji služeb **Intervenčního centra Respondeo, z. s.**, Náměstí Přemyslovců 14/11, Nymburk 288 02, vedoucí Denisa Sachomská +420 775 561 881, denisa.sachomska@respondeo.cz, možnost využití i chatového poradenství ÚT 13–15 hod, ČT 9–11 hod., www.respondeo.cz.



Zjistím, že se moje dítě stalo obětí trestného činu (někdo dítěti ublížil):

- ▶ Nejprve dítěti zajistím lékařskou pomoc a přivolám **Policii ČR 158**.
- ▶ Kontaktuji **Bílý kruh bezpečí 116 006**, www.bkb.cz.
Kontaktuji **OSPOD Lysá nad Labem**, Městský úřad Lysá nad Labem, Husovo náměstí 23/1, 289 22 Lysá nad Labem, vedoucí odboru sociálních věcí, Ing. Kamila Kuchařová, +420 325 510 241, kamila.kucharova@mestolysa.cz.
- ▶ Obrátím se na službu **Pomoc obětem trestných činů, LUMA MB, z. s., Václavkova 1115, Mladá Boleslav 293 01**, kromě tel. konzultace a osobní schůzky v poradně (či na jiném bezpečném místě) může v naléhavých situacích tým vyjet k zájemci okamžitě, možno i s potřebnou materiální pomocí: +420 777 427 415, +420 777 107 953, +420 774 427 557, (PO–PÁ 7:30–17:00), kontakt je možný také prostřednictvím WhatsApp na tel. č.: +420 605 298 338 nebo pomocí luma@luma-mb.cz, www.luma-mb.cz.
- ▶ Mohu se obrátit na **Respondeo, z. s.**, (projekt "Pomoc obětem trestných činů") Náměstí Přemyslovců 14/11, Nymburk 288 02, +420 731 588 632, hedvika.stuchlikova@respondeo.cz, www.respondeo.cz.
- ▶ Oslovím **Semiramis – Centrum rodinného poradenství a terapie**, poradenské služby pro rodiny a děti poskytované ambulantní formou, Palackého třída 449/64, 288 02 Nymburk, +420 733 108 048, crp@os-semiramis.cz.

Jsem uživatelem návykové látky (drogy, alkohol) nebo mám jinou závislost (například na hracích automatech apod.), nebo má potíže se závislostí někdo z mých blízkých a potřebuji pomoc:

- ▶ Kontaktuji **Centrum adiktologických služeb LAXUS z. ú.**, Palackého třída 449/64, 288 02 Nymburk, Martin Holeček, DiS., +420 605 294 535, holecek@laxus.cz, www.laxus.cz.
- ▶ Oslovím **Semiramis – Kontaktní a poradenské centrum Mladá Boleslav**, Ptácká 162, 293 01 Mladá Boleslav, +420 724 290 697, k-centrum-mb@os-semiramis.cz.

Mám psychické problémy, které mě v běžném životě omezují (Úzkosti, poruchy nálad jako například deprese, psychózy, závislosti, aj.):

- ▶ Konzultuji situaci s praktickým lékařem.
- ▶ Obrátím se na psychiatra, který je nejbližší mému bydlišti, mohu ho vyhledat například zde: www.doktor.cz/vyhledavani/D%C4%9Bt-sk%C3%A1+a+dorostov%C3%A1+psychiatrie/Ly-s%C3%A1+nad+Labem/.
- ▶ Podívám se na webové stránky www.nepanikar.cz, kde je možné využít online poradnu "CHAT Poradna" (pondělí – pátek, 16:00–22:00 hodin, letní režim je v omezeném čase 16:00–20:00 hodin).
- ▶ Mohu také využít **krizovou linku pro dospělé 116 123**.
- ▶ Informace mohu vyhledávat na webové stránce www.nevypustdusi.cz, nebo si poradím prostřednictvím poradna@nevypustdusi.cz.

Mám podezření, že dítě vykazuje známky duševního onemocnění:

- ▶ Konzultuji situaci s pediatrem.
- ▶ Obrátím se na dětského psychologa, který je nejbližší mému bydlišti, mohu ho vyhledat například zde: www.doktor.cz/vyhledavani/D%C4%9Bt-sk%C3%A1+a+dorostov%C3%A1+psychiatrie/Ly-s%C3%A1+nad+Labem/.
- ▶ Obrátím se na **Psychologické poradenství a rodinná terapie, PhDr. Mgr. Marie Soukupová**, +420 775 605 427, soukupova.psycholog@gmail.cz.
- ▶ Kontaktuji **Semiramis z. ú. – Centrum Rodinného poradenství a terapie**, Palackého třída 449/64, 288 02 Nymburk, vedoucí Mgr. Miroslav Zavadil, DiS., +420 606 365 338, crp@os-semiramis.cz.