

Seznam odkazů pro řešení možných problémů

Mapa pomocných středisek [zde](#)

Lokální zdroje :

Pedagogicko-psychologická poradna (Ústí n.O.) : <https://www.pppuo.cz/>
Speciálně pedagogické centrum (Ústí n.O.) : <https://www.spckaminek.cz/>
Středisko výchovné péče Mimóza (Ústí n.O.) : <https://www.svp-mimoza.cz/>
Centrum duševního zdraví (Ústí n.O.) : <https://pdz.cz>
Psychologie v nemocnici (Ústí n.O.) : <https://usti.nempk.cz>
Poradna pro rodinu (Ústí n.O.) : <https://poradnapardubice.cz/>
Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Kamin (Ústí n.O.) : <https://kamin.klubexit.cz/>
Amalthea - podpora pro rodinu (Ústí n.O.) : <https://www.amalthea.cz/>
Krizové centrum (Žamberk) : <https://pestalozzi.cz>
Cesta pro rodinu (Žamberk) : <https://www.cestaprorodinu.cz/>
Psychologická pomoc (Letohrad) : <https://mkpsychology.cz/> - Mgr. Z. Franzová
Psychoterapie pro mládež (Česká Třebová) : <http://klumparovaj.cz/>

Další možnosti :

Linka bezpečí : <https://www.linkabezpeci.cz/>
Dětství bez násilí : <https://www.detstvibeznasili.cz/>
Nevypušt' duši : <https://nevypustdusi.cz/>
Centrum Locika : <https://www.centrumlocika.cz/>
Opatruj se : <https://www.opatruj.se/prvni-pomoc/krizova-pomoc-1>
Psychologická poradna online : <https://mojra.cz/>
Linka krizové pomoci : <https://modralinka.cz/krizove-sluzby/>
Domácí násilí : <https://www.profem.cz>
Linka psychické pomoci : <https://linkapsychickepomoci.cz/>
Jak mluvit s dětmi o smrti ? :
<https://www.cestadomu.cz/aktuality/jak-mluvit-s-detmi-o-umirani-a-smrti>
Vzdělávací online hra, jak se bezpečně pohybovat na internetu :
<https://www.netknights.cz/>

Doporučené podcasty :

Na tenké lince : <https://ceskepodcasty.cz/podcast/na-tenke-lince>
O vlivu digitálních technologií :
<https://ceskepodcasty.cz/podcast/digideti-ve-skole-podcast-npi-cr>