

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH

Přehled užitečných informací a kontaktů pro pediatrii

Krizové linky:

- Linka bezpečí (pro děti a mládež): 116 111 (zdarma, nonstop)
- Rodičovská linka: 606 021 021
- Národní linka pro odvykání: 800 350 000
- Linka první psychické pomoci: 116 123
- Národní linka pro prevenci sebevražd: 800 290 002
- Chatové služby – např. nntb.cz, iporadna.cz

Krizová centra:

- **Centrum J.J. Pestalozziho** (Chrudim, Žamberk, Svitavy), Rodinná terapie, poradenství, práce s rizikovou mládeží
- **Krizové centrum NOMIA** v Hradci Králové
Pomoc dětem a mladistvým do 20 let- domácí násilí, zneužívání, zanedbávání či jiné formy ohrožení. Nabízí krizovou intervenci, psychologickou a terapeutickou pomoc, poradenství pro rodiče a rodinné příslušníky.
Telefon: +420 606 824 104
- **Intervenční centrum Hradec Králové**
Telefon: 465 530 033, 774 591 383
- **MultiTým** Telefon: +420 777 519 509
- **RIAPS** – Centrum duševního zdraví (telefonická krizová pomoc)
Telefon: 702 256 762 (non-stop).
- **Oběti násilí – ADRA** – poradna Hradec Králové, tel.: 606 824 104
- **Charita Hradec Králové** – intervenční centrum pro domácí násilí, tel.: 495 530 033.

Zařízení pro děti vyžadující okamžitou

pomoc (ZDVOP). Tato zařízení jsou určena dětem, které jsou ohroženy týráním, zneužíváním nebo zanedbáváním. Poskytují okamžitou pomoc, ubytování, zdravotní péči a psychologickou podporu.

- ZDVOP při Dětském centru Veská (Pardubice a Holice), ZDVOP při Dětském centru Svitav

Poradna pro rodinu Pardubického kraje
Poradna pro rodinu Svitavy

- Poradna pro rodinu Chrudim
- Poradna pro rodinu Ústí nad Orlicí

Střediska výchovné péče:

- Středisko výchovné péče VARIANTA Trutnov
- Středisko výchovné péče KOMPAS Náchod
- Středisko výchovné péče (SVP) Návrat Hradec Králové
- SVP MIMÓZA - Ústí nad Orlicí
- SVP PYRAMIDA – Pardubice-Rybitví
- SVP HELP ME- Pardubice (experimentování s drogami!)

Užívání návykových látek:

- SVP HELP ME - Pardubice
- Laxus z.ú – Kontaktní a poradenské centrum Pardubice
- K-centrum Hradec Králové
- Drug-out Klub, z.s. – Ústí nad Labem
- SANANIM- adiktologická ambulance 10-18 let, Praha
- Drop In - Praha

Užitečné weby a zdroje:

www.nudz.cz – odborné informace, kontakty
www.stopstigma.cz
www.khk.cz – krajský přehled krizových služeb
www.terapie.cz – vyhledávání psychologů a terapeutů
www.nepanikar.eu
www.nevypustdusi.cz
www.opatruj.se

Psychoterapeutická péče online:

- **www.mojra.cz** - lze vybrat psychologa na danou problematiku, není hrazeno pojišťovnou, krátké čekací doby
- **www.mindwell.cz**- programy pro úzkost, deprese, některé programy hrazené pojišťovnou
- **www.hedepy.cz**

Klinická psychologie:

- www.klinicka-psychologie.com - Mgr. Cozlová, Mgr. Dvořáková, Náchod
- www.psychologrk.com - Mgr. Hornová, Rychnov nad Kněžnou
- www.psycholog-terapie.cz - Kostelec nad Orlicí
- www.psychologicka-a-psychoterapeuticka-ordinace.cz - Hradec Králové
- radkaminarikova.webnode.cz Mgr. a Mgr. Radka Minaříková, Hradec Králové
- psychologicka-poradna-hk.cz Mgr. Lucie Blažková
- www.klinips.cz Mgr. Martina Gebarová
- Fakultní nemocnice Hradec Králové – kliničtí psychologové (děti)
- PhDr. Michal Homolka – klinický psycholog (děti a dospívající), www.mendora.cz
- Elenio ambulance – psychiatrie a klinická psychologie, elenio.cz
- Mgr. Dagmar Jakubská – klinická psychologie pro děti i dospělé, HK, psycholog-hk.eu
- PhDr. Dana Dobiášová - klinický psycholog, www.psy-dobiasova.cz
- PhDr. Pavlát- Ústí nad Orlicí, www.jiri-pavlat.cz
- Psychologická ambulance Nymburk: psychologienymburk.cz

Psychoterapie:

- Mgr. Veronika Galusová – děti, dospívající, rodinná a párová terapie, www.veronikagalusova.cz
- Mgr. Jana Vraspírová – odborné poradenství pro děti a jejich rodiče, chvilispolu.cz, Vysoké Mýto, Pardubice
- Mgr. Zuzana Kubištová, Hradec Králové: www.psycholog-hradec.cz
- Mgr. Denisa Hatáková, Hradec Králové – www.psycholog-hatakova.cz
- Mgr. Jitka Kamenická, Hradec Králové – www.kamenickajitka.cz
- Institut dětské terapie - ibstera.cz/terapie-a-poradenstvi

Terapie pro děti, terapeutická tábory, víkendy pro teenagery, rozvojové pobyty pro rodiny

- Mgr. Markéta Pešťáková – individuální, párová, rodinná terapie, Hradec Králové, www.vevlastnichrukach.cz
- Mgr. Iva Pošívalová, Hradec Králové – děti a dospívající, rodinná terapie, terapiedar.cz
- Mgr. Zuzana Renčínová – dospívající, Hradec Králové, www.psychoterapie-rencinova.cz
- Mgr. Lucie Slabáková – rodinná terapie, www.pomocrodine.cz
- Mgr. Martina Cibulková – dospívající (nad 15 let), Hradec Králové, www.psychoterapiehk.cz
- Mgr. Monika Honzíková – dospívající, terapie s koňmi, www.monikahonzikova.cz
- Mgr. Marcel Kašparová – dospívající, rodinná terapie, HK, marcelakasparova.cz
- Mgr. Věra Kolářová-Ruferová – dospívající, KBT výcvik, www.psychoterapie-hradec.cz
- Mgr. Lenka Lemeer – dospívající, rodinná terapie, www.lenkalemeer-laskavaterapie.cz
- Mgr. et Mgr. Radka Minaříková – dospívající, KBT, radkaminarikova.webnode.cz
- Mgr. Šárka Dostálová - dospívající, www.dostalovasarka.cz
- terapiemezistromy.cz
- Mgr. Lucie Antes - dospívající od 13 let, arteterapie, atelier-arte.cz
- Mgr. Markéta Korbová - adiktoložka, KBT terapeut, marketakorbova.com
- www.3psy.cz - KBT psychoterapie, HK, dospívající

Psychiatrická péče: dětská a dorostová psychiatrie:

- MUDr. Anna Hanušová – Hradec Králové
- MUDr. Zuzana Svršková- Pardubice
- MUDr. Martin Správka- Náchod
- MUDr. Věra Rufferová- Rychnov nad Kněžnou
- MUDr. Zuzana Žabokrtská Frydrychová- Rychnov nad Kněžnou
- doporučuji: vldnaslova.cz - psychiatrická ambulance Havlíčkův Brod