



**Linka důvěry
Olomouc**

585 414 600

**pondělí – pátek:
16.00 – 6.00 hod.**

**víkendy a svátky:
nonstop**

Zažívat krize je normální

Krize není nemoc

**Je to normální reakce
na nenormální situaci**

**Člověk nemusí zvládnout
krizi sám**

**Nedovolte krizi,
aby vás ovládla**

**Linka důvěry Olomouc
vám může pomoci**

585 414 600

Linka důvěry je určena lidem, kteří

- utrpěli životní ztrátu
- se cítí osamělí
- jsou nemocní
- mají rodinné nebo partnerské problémy
- pomýšlí na sebevraždu
- obávají se velké změny ve svém životě
- mají strach
- prožívají těžké životní chvíle

Linka důvěry Olomouc nabízí:

- anonymitu
- snadnou dostupnost
- emocionální podporu
- pocit bezpečí
- uvolnění emocí
- aktivní naslouchání
- pomoc k získání náhledu
- provázení těžkou chvílí
- aktivizaci vlastních schopností
- podporu při hledání řešení situace



Středisko sociální prevence
Olomouc

Sociální službu telefonická krizová pomoc poskytuje:

**Středisko sociální prevence Olomouc,
příspěvková organizace**

Na Vozovce 26, 779 00 Olomouc, IČ 75004437
www.ssp-ol.cz