



Linka první  
psychické pomoci

 **116 123**

Je vám úzko?  
Děje se vám něco zlého?  
Pochybujete? Je to k neunesení?  
Už nemůžete dál?

# LINKA PRVNÍ PSYCHICKÉ POMOCI KDYŽ JSTE V KRIZI

Strach o sebe nebo blízkého, pocit selhání, nemoc,  
nevěra, rozchod, smrt, samota, problémy s bydlením,  
dluhy, bezmoc, násilí...

## ZAVOLEJTE NA LINKU 116 123

VYSLECHNEME VÁS, PODPOŘÍME, PORADÍME

- Jsme ANONYMNÍ: záleží na vás, kolik toho sdělíte.
- Služba je ZDARMA: volejte i bez kreditu z celé ČR.
  - Jsme tu pro vás DENNĚ od 8:00 do 18:00.

[linkapsychickepomoci.cz](http://linkapsychickepomoci.cz)

