

## POMOC PRO VÁS NA TELEFONNÍCH LINKÁCH

Pokud máte pocit, že na vás vše padá, že jste na svoje trápení či na svůj problém sami, potřebujete se poradit, nebo si prostě třeba jen popovídat, cítíte se osamělí, nevidíte smysl života, zde je seznam telefonních kontaktů, kde vám rádi poradí a pomohou:



- Senior telefon (Život 90): 800 157 157 (nonstop), ZDARMA
- Linka seniorů (Elpida): 800 200 007 (denně 8-20), ZDARMA
- Linka pro seniory (Seniorem s radostí): 792 308 798 (nonstop)
- Zelená linka (Anděl Strážný): 800 603 030 (nonstop), ZDARMA
- Linka pomoci seniorům a potřebným: 800 160 166 (nonstop), ZDARMA
- Linka EDA: 800 405 060 (po-pá 9-15), ZDARMA (služby pro osoby v akutní krizi či osoby, kterých se dotýká současná situace, pomoc lidem s obavami o své zdraví nebo zdraví svých blízkých)
- Terapeutická linka Sluchátko, z.ú.: 212 812 540, (provozní doba viz [terapeutickalinka.cz](http://terapeutickalinka.cz)), ZDARMA, terapeutická pomoc osobám v tíživé životní situaci