

POSEC ve Frýdlantě

Havlíčkovo nám. 304,

programy 1, 5 a 6 najdete v ul. Míru 1407 = CENTRUM 1407, 1. p.



- **Ocitli jste se v obtížné životní situaci? Neumíte si sami poradit? Nevíte kudy kam? Máte problémy v rodině, se sousedy, v zaměstnání, ...?**
- **Máte vážné starosti související s výchovou dětí, s partnerem nebo se sebou samým? Jste oběť domácího násilí?**
- **Potřebujete se svěřit, nechat si poradit nebo se nechat provázet složitou životní etapou?**
- **Pokud jste z Frýdlantského výběžku, tak právě pro vás už od roku 2003 jako projekt Města Frýdlant funguje Poradní a setkávací centrum ve Frýdlantě.**

Vyberte si z následující nabídky POSECu a využijte anonymně, diskrétně a bezplatně služeb zkušených externích odborníků! Volejte vždy přímo na jejich čísla, pište přímo na jejich emaily!

Pro jiné a bližší informace o POSECu volejte v úterý od 8 do 12 hodin a v pátek od 8 do 10 hodin na tel. 702 174 271.

1) Terénní program – Most k naději, z. s. - pro uživatele drog: ve Frýdlantě: **středa a pátek 13-18 hodin** - např. výměnný program, poradenství, tel. **725 457 258**, tp.liberec@mostknaději.cz

2) Poradenství pro dospívající a dospělé – v liché úterý - CZPLK, o. p. s. - Mgr. Milan Kohout – obtížné osobní, partnerské nebo rodinné situace, i strachy, smutky, závislosti, poruchy příjmu potravy. Objednávky a informace na milan.kohout@nti.cz nebo na tel. **730 871 370 v po-pá od 8 do 16 hodin**

3) Rodinné poradenství s důrazem na děti – každé pondělí 13:30-18 hodin dle objednání - CZPLK, o. p. s. - Mgr. Daniela Al Sulaimanová – vztahové a výchovné problémy, potíže dětí s úzkostí, s agresí, se začleněním ve skupině, s následky psych. traumatu,... Objednávky na daniela.al-sul@seznam.cz nebo na tel. **777 069 481**.

4) Občanská poradna – v sudé úterý 10-16:00 hodin dle objednání – Děčko Liberec, z. s. - ošetřuje sociálně právní problematiku, pracovní právní vztahy, bydlení, problematiku rodiny, mezilidské a majetkoprávní vztahy, lidská práva, exekuce, insolvence. Objednávky na tel. **775 077 234, 485 152 070 v pracovní dny od 9-14:00. Internetové poradenství na poradna@d-os.net**

5) Intervenční centrum: pomoc obětem domácího násilí – v lichou středu od 13:30 do 16 hodin pouze po předchozím telefonickém objednání, CIPSLK, p. o. Informace a objednání na tel. **482 311 632, 776 776 501 info.ic@cipslk.cz**

6) Poradna pro závislosti - pro problémové uživatele alkoholu, návykových látek a pro patologické hráče a jejich blízké v každé úterý 9-17 hodin - ADVAITA, z. ú. - Pavel Jäger jager@advaitaliberec.cz Info a objednání na tel. **732 315 469, 603 829 730**

7) Klub duševního zdraví pro osoby postižené duševní nemocí nebo psychickou nepohodou a jejich blízké – odborné provázení a konzultace, volnočasové aktivity, příjemně strávený čas v sudý čtvrtek 15-18:00 hodin – Bc. Lenka Kučerová, tel. **724 788 793, 721 992 584 lenkafree@gmail.com**