

## Krizová pomoc

Potřebuji se někomu svěřit

Přemýšlím, že bych si ublížil

Mám psychické obtíže, se kterými si nevím rady

Obrátil se mi svět naruby

Je mi úzko

Nevím, kudy kam



Moje situace se obrátila k horšímu a nevím jak dál

Zhroutil se mi svět

Nezvládám to

Opustil mě partner/partnerka

Trápí mě ztráta zaměstnání

Uvažuji o sebevraždě

Říčany

Tyrše a Fügnera 105/7, Říčany

tel.: 725 515 905

centrum.ricany@modredvere.cz

Praha

K Horkám 23/16, Praha 10-Hostivař

tel.: 722 065 202

centrum.praha@modredvere.cz

## Sociální rehabilitace

Je pro vás těžké:

Starat se o domácnost

Propojit se s dalšími službami

Dělat rozhodnutí v různých oblastech života

Trávit volný čas podle svých představ



Hospodařit s penězi a nakupovat

Vyřizovat věci na úřadech

Najít si práci

Samostatně cestovat veřejnou dopravou

Říčany

Tyrše a Fügnera 105/7, Říčany

tel.: 725 515 905

centrum.ricany@modredvere.cz

Pokud pracovníci telefon nezvedají, právě konzultují. Zavolají Vám zpět.

## Sociálně aktivizační služba pro seniory a osoby se zdravotním postižením

Nemám motivaci

Mám potíže v mezilidských vztazích

Mám nízké sebevědomí

Nevím, co se svými emocemi



Potřebuji si více porozumět

Neumím využít volný čas

Příliš se kontrolojuji

Říčany

Tyrše a Fügnera 105/7, Říčany

tel.: 725 515 905

centrum.ricany@modredvere.cz

Více informací o službách najdete na [www.modredvere.cz](http://www.modredvere.cz).