

Vážení spoluobčané,

zimní období je pro mnohé náročné a zátěžové období. Nedostatek světla, pochmurné počasí a pocity únavy. Někoho trápí finanční situace, nadměrná únava, někoho se dotkne energetická krize a jiní zase řeší v období svátků složité rodinné vztahy. Ať už jim dělá starosti situace kolem Covid-19, nebo je trápí samota, **je v pořádku si říct o pomoc či podporu!**

Sdílení těžké situace s blízkými či svým okolím nemusí být vždy jednoduché. Často lidé nechtějí zatěžovat své přátele a rodinu svými problémy nebo se o nich stydí hovořit. Víte o někom, kdo prožívá nelehké chvíle a potřebuje si o tom promluvit? Trápí ho úzkost, smutek či zažívá něco, s čím si neví rady? Pokud ano, v zařízení RIAPS v Trutnově byla zahájena nová forma pomoci, a to **Telefonická krizová pomoc**, kam je možné zavolat kdykoli.

Jak služba funguje?

- **Bezplatně** – služba je poskytována zdarma, volající hradí běžnou cenu tel. hovoru (volání TKP zdarma nazpět klientovi)
- **Anonymně** – službu lze čerpat zcela anonymně či si např. určit nějakou přezdívku
- **Nepřetržitě** – 24 hodin denně
- **Pro všechny** – věk ani místo, odkud se volá, není rozhodující
- **Diskrétní** – pracovníci jsou vázáni povinnou mlčenlivostí

- **Zprostředkování návazných služeb** – se souhlasem klienta pomůžeme zprostředkovat potřebnou pomoc či službu

Více informací o sociální službě naleznete [zde](#) nebo v příloženém článku.

V případě jakýchkoli dotazů se můžete obracet na vedoucí **Centra duševního zdraví RIAPS Trutnov**, paní Mgr. Lucii Skalskou
(tel. 725 720 375, email cie.skalska@riaps.cz [lu](#))