

NÁSILIE

Zažívate domáce násilie?

Čelí vaše dieťa alebo vy sexuálnemu, fyzickému, psychickému týraniu?

Útočia na vás (často najbližší) pretože ste žena, alebo sa identifikujete rodovo inak?

Máte v rodine iné problémy, ktoré majú dopad na vaše duševné zdravie?

Dôležité čísla

0800 212 212

bezplatná non-stop linka pre ženy zažívajúce násilie

0800 300 700

linka prokuratúry pre ohlásenie domáceho násillia

0800 800 818

národná linka pomoci obetiam obchodovania s ľuďmi

0800 191 222

linka ÚPSVAR pre nahlásenie zneužívania sociálneho systému a zanedbávania starostlivosti o deti

116 111

linka detskej istoty

116 000

linka pre hľadané deti

158

polícia

112

integrovaná záchranná linka



ZOZNAM AMBULANCIÍ KLINICKEJ PSYCHOLÓGIE ALEBO PSYCHIATRIE V JEDNOTLIVÝCH KRAJOCH

**Bratislavský
kraj**



**Žilinský
kraj**



**Trnavský
kraj**



**Banskobystrický
kraj**



**Nitriansky
kraj**



**Prešovský
kraj**



**Trenčiansky
kraj**



**Košický
kraj**



**MAPA PODPORY DUŠEVNÉHO
ZDRAVIA**

www.dusevnezdravie.sk/mapa-podpory



**TRÁPITE SA?
CHCETE POMÔČť
BLÍZKEMU?
NEBOJTE SA
POŽIADAŤ
O POMOC.
SME TU PRE VÁS.**

ÚZKOSTI, DEPRESIE A SAMOVRAŽDY

Úzkosť

Strach až panika z nešpecifikovaných vecí, obava, že nemáte veci pod kontrolou.

Depresia

Pocit bezmocnosti, ktorý vedie až k apatii. Máte pocit, že čokoľvek by ste spravili, aj tak nič nezmeníte.

Samovražedné tendencie

Myšlienky na samovraždu, pokusy.



Psychológovia alebo psychiatri

Zoznam podľa krajov nájdete na zadnej strane letáku.

Slovenská psychoterapeutická spoločnosť

www.psychoterapeuti.org



Komunitné služby duševného zdravia

Mapa zdravia na zadnej strane letáku.

Deti a mládež môžu využiť aj:
Centrá poradenstva a prevencie
a Súkromné centrá poradenstva a prevencie



PORUCHY PRÍJMU POTRAVY

Mentálna anorexia

Zníženie energetického príjmu sprevádzané chudnutím až podvýživou.

Mentálne bulímia

Prejedanie sa sprevádzané zvracaním, užívaním preháňadiel a extrémnym cvičením.

Hyperfágia

Záchvatové prejedanie sa bez zvracania a kontroly váhy.



Psychológovia alebo psychiatri

Zoznam podľa krajov nájdete na zadnej strane letáku.

Špecializované centrá na poruchy príjmu potravy

Napr. www.chutzit.sk

Demencia alebo Alzheimerova choroba

Diagnostiku ochorenia vykonávajú neurológovia alebo psychiatri.

Špecializované centrá

Napr. www.centrummemory.sk



ZÁVISLOSTI

/psychická a všeobecne fyzická závislosť od účinkov, ktoré môžu vyvolať

Alkoholové, drogové, liekové, a iné nelátkové

Napr. gamblerstvo, workoholizmus, kleptománia, závislosť na sociálnych sieťach, stalking, hypersexualita.



Psychológovia alebo psychiatri

Zoznam podľa krajov nájdete na zadnej strane letáku.

Centrá pre liečbu drogových závislostí

CPLDZ Bratislava, CPLDZ Banská Bystrica, CPLDZ Košice, CPLDZ Žilina, Odborný liečebný ústav Predná Hora, Psychiatrická nemocnica Hronovce, AD CLINIC Bratislava, Psychiatrická nemocnica Philippa Pinela Pezinok, Psychiatrická liečebňa Samuela Bluma v Plešivci, Psychiatrická liečebňa Sučany, Sanatórium AT

Zoznam akreditovaných subjektov - Sociálnoprávna ochrana detí a sociálna kuratela

