**Informace o poskytování psychologické péče**

rádi bychom Vás informovali o tom, že v Hlinsku otevřel privátní praxi psychologického poradenství a terapie **Mgr. Vojtěch Odvárka**. Služby poskytuje dětem od 10 let, dospívajícím a dospělým. Zázemí má v budově Apoštolské církve (Adámkova tř. 952). Více na stránkách: <https://www.psycholog-hlinsko.cz/>

**Další dostupná pracoviště psychologického poradenství a psychoterapie v regionu**, kam se můžete obrátit, jsou:

* **Sdružená ambulantní pracoviště - psychoterapie Hlinsko**. Zde v budově, Polikliniky (Nádražní 548), služby poskytuje MUDr. Petronela Vahalíková po individuální domluvě. Více na stránkách: <https://www.sdamp.cz/psychoterapie-hlinsko/?utm_source=firmy.cz&utm_medium=ppd&utm_campaign=firmy.cz-13770086>
* **Ambulance klinické psychologie Hlinsko**. V budově služeb v lokalitě pod nádražím (Karla Lidického 1213) poskytuje služby dětem, dospívajícím i dospělým PhDr. Ludmila Filipová. V pondělky a středy, po předchozím objednání na tel. 771 117 492 nebo na [ludmila.filipova@centrum.cz](mailto:ludmila.filipova@centrum.cz), viz <https://www.hlinsko.cz/mesto/zdravotnictvi/>
* **Poradna pod lípou**. V privátní poradně ve Rváčově (č.p. 9) poskytují Radosovi široké spektrum terapeutických služeb pro jednotlivce, páry a rodiny. Více na stránkách: <https://poradnapodlipou.cz/sluzby/>

* **Pedagogicko - psychologická poradna Pardubice - pracoviště Hlinsko**. Psychologická péče primárně ve vztahu k učení a vzdělávacímu procesu pro děti, studenty a jejich rodiče. Objednávání přes sociální pracovnici chrudimského pracoviště na tel. 469 621 187. Více na stránkách: <https://www.ppp-pardubice.cz/>

* Poradna pro rodinu Pardubického kraje. "**Rodinná poradna**" nabízí poradenské a terapeutické služby pro jednotlivce, páry i rodiny. Zajišťuje rovněž skupinové terapie. Chrudimskou pobočku poradny naleznete naproti muzeu, na adrese Široká 29. Více na stránkách: [https://poradnapardubice.cz](https://poradnapardubice.cz/)

**Rychlá pomoc v krizi**- pokud je pro vás problém tak neúnosný, že je potřeba ho sdílet a řešit s někým co nejdříve, je možné využít:

* Linka důvěry Ústí nad Orlicí. Jedná se **nonstop krizovou telefonickou pomoc**: na čísle 465 52 42 52. Více na stránkách: <https://www.linkaduveryuo.cz/>

* Poradna pro rodinu Pardubického kraje. To zajišťuje **činnost krizové interventky**. Mgr. Janu Kopeckou můžete kontaktovat na tel. 724 112 065 nebo [jana.kopecka@poradnapardubice.cz](mailto:jana.kopecka@poradnapardubice.cz) a domluvit si s ní, kde se kontakt uskuteční.

* **Krizové centrum Chrudim** (Centrum J. J. Pestalozziho) je dostupné na adrese Štěpánkova 107 a 108 každý všední den. Nabízí komplexní služby od krizové intervence, přes psychoterapii až po právní poradenství. Více informací na stránkách: <https://pestalozzi.cz/sluzby/krizove-centrum-chrudim/>

**Rozvojové a terapeutické skupiny pro děti, dospívající i dospělé** - řízené sdílení zkušeností a skupinová spolupráce s lidmi v obdobné situaci

* Chrudimská Amalthea
  + od 2. března otevírá další běh tělocvičny emocí **EMOGYM pro děti od 8 do 12 let**. Více informací zde: <https://www.amalthea.cz/emogym/>
  + aktuálně  otevírá také rodičovský kurz **Bez obav**, **pro ty, kdo pečují o děti ve věku 7 - 12 let**, které se potýkají se strachy a úzkostmi. Více informací na: <https://www.amalthea.cz/bez-obav-novy-kurz-pro-rodice/>
  + od 25. března otevírá kurz **MOTYVÁK pro rodiče, kteří se potýkají se závislostí**. Více info podá Veronika Němcová na tel. 777 230 273 nebo [veronika.nemcova@amalthea.cz](mailto:veronika.nemcova@amalthea.cz)

* Poradna pro rodinu Pardubického kraje zřizuje **seberozvojové skupiny** pro mládež, mladé dospělé (do 26 let) i dospělé. Aktuálně v Chrudimi otevírá arteterapeutickou skupinu pro mladé od 15 do 20 let. Více informací na stránkách: <https://poradnapardubice.cz/skupiny/>

* Chrudimské Centrum J. J. Pestalozziho v říjnu spustilo skupinu pro **dospívající s úzkostí**. Více informací zde: <https://pestalozzi.cz/dospivajici-nepotrebuji-kontrolovat-ale-podporovat-ve-vlastni-iniciative/>