

# 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 obětí 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:info.ic@cipslk.cz)**

**6) Poradna pro gambling a jiné 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](mailto: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](mailto:lenkafree@gmail.com)**

# 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 obětí 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:info.ic@cipslk.cz)

**6) Poradna pro gambling a jiné 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](mailto: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](mailto:lenkafree@gmail.com)