

Odkazy na pomoc mimo školu:

Individuální poradenství:

<https://nomiahk.cz/>

<https://www.poradenstvihk.cz/>

<https://psycholog-hradec-kralove.cz/>

<https://psycholog-hk.eu/>

<https://www.charitahk.cz/komu-a-jak-pomahame/osobam-ohrozenym-domacimnasilim/>

<https://www.terapie-barta.cz/>

Odkazy na weby a aplikace:

www.linkapsychickepomoci.cz; tel: 116 123

www.linkabezpeci.cz; tel: 116 111

www.modralinka.cz; tel: 731197477

www.mostknadeji.cz (linka duševní tísně); tel: 476701444

www.e-bezpeci.cz

www.opatruj.se

www.nenech.se

www.nevypustdusi.cz

www.sebevrazdy.cz

www.tezkahlava.cz

Aplikace Nepanikař

Aplikace Calmio

Aplikace Pause