



Rádi bychom Vás informovali, že jsme na Modré lince rok 2022 přivítali nastavením nepřetržitého provozu v registrované službě telefonické krizové pomoci – lince důvěry.

O 1. 1. 2022 jsme na hlasových službách 608 902 410, 731 197 477 (hrazeno dle tarifu volajícího) a Skype (modralinka) **k dispozici 24 hodin 7 dní v týdnu.**

Emaily (help@modralinka.cz) a dotazy z anonymní schránky důvěry odpovídáme do 48 hodin.

Možnost pomoci skrze chatovací službu je vždy v pondělí, středu a neděli od 18 do 21 a ve čtvrtek a pátek od 9 do 12 hodin.

### **Obrátit se na nás mohou lidé v obtížných životních situacích.**

Témata kontaktů bývají nejrůznější.

Někdy jde o problémy spojené se vztahy, mnohdy jsou to těžkosti, které se týkají vlastního prožívání a pocitů.

Někdo prožívá trápení s dětmi, jiný má obavy o sebe nebo své blízké, někdo zažil traumatickou událost, ztrátu či pro něj je těžká životní změna.

Lidé volají a píší, když potřebují radu, podporu, vyslechnutí či být s někým alespoň takto na dálku, aby získali potřebnou podporu pro zvládnutí jejich těžké situace.

**Děkujeme, že jste s námi ve spojení a předáte informace o nás dál  
Modrá linka**