

AHOJ

ako sa máš?

AWESOME!

Je OK, že sú dni a chvíle v Tvojom živote, kedy sa necítiš OK. To podstatné je, nezostávať so svojimi myšlienkami, pocitmi aj bolesťami osamote.

PRÁVE PRETO JE TU IPČKO.

V IPčku je našou misiou byť blízko ľuďom, ktorí sa niečím trápia, je im ťažko na duši. Sme presvedčení, že nikto na svete by som svojimi ťažkosťami nemal zostávať sám alebo sama, a tak sme tu my, psychológovia a psychologičky na linkách dôvery. Možno sa Ti to bude zdať zvláštne, keďže sa často (pri online či telefonických rozhovoroch) ani nevidíme, ale **ZÁLEŽÍ NÁM NA TEBE!** Záleží nám na tom, ako sa cítiš, čo práve prežívaš, a čo potrebuješ.

IPčko od roku 2012 stojí pri tých najzraniteľnejších, najčastejšie pri mladých ľuďoch, ktorí potrebujú podporu, prijatie a pomoc. IPčko je partia nadšených psychologičiek a psychológov, ktorí venujú svoj voľný čas ľuďom v Tvojom veku, ktorí sa ocitli v zložitých, často až krízových životných situáciách. Poskytujeme dostupnú podporu, prijatie a **PROFESIONÁLNU ODBORNÚ POMOC V BEZPEČÍ A ANONYMITE.**

#POMOCEXISTUJE
a tu je dostupná
na pár klikov:

Krízová linka pomoci IPčko
0800 500 333
poradna@ipcko.sk
www.ipcko.sk
anonymne - bezplatne - nonstop

Psychologická pomoc u nás je dostupná nonstop - bezplatne - anonymne na **KRÍZOVEJ LINKE POMOCI IPČKO** prostredníctvom chatu, emailu, a telefónu na bezplatnom čísle **0800 500 333**.

Požiadat' o pomoc nie je nikdy hanbou ani zlyhaním – práve naopak.

Z našich skúseností vnímame, že **POŽIADAŤ O POMOC** chce naozaj veľa síl a neskutočnú **DÁVKU ODVAHY**. Niekedy je bremeno, ktoré nám prinesie život, príliš ťažké a je úplne v poriadku, ak o tom niekomu povieme. Je ľahšie niešť bremeno na chvíľu spolu s niekým, kto nám pomôže alebo počká, kým sa zmenší. Ak Ťa práve bolí duša. Nezostávaj so svojou bolesťou osamote.

KLUB
MACHOVISKO

KLUB MACHOVISKO
Na vršku 6 Bratislava – Staré Mesto
www.klubmachovisko.sk

Flek klub

FLEK KLUB
Horné bašty 2, Trnava
www.flekklub.sk

MEET KLUB

MEET KLUB
Kálov 9, Žilina
www.meetklub.sk

ID KLUB

Štefánikova trieda 15, Nitra
www.idklub.sk

**create
KLUB**

KREATE KLUB
Hlavná 55, Prešov
www.kreateklub.sk

**CONNECT
KLUB**

CONNECT KLUB
Františkánska 3, Košice
www.connectklub.sk



IPčko BRATISLAVA
e-mail: ipckoba@ipcko.sk
IG: ipcko_bratislava



IPčko TRNAVA
e-mail: ipckott@ipcko.sk
IG: ipcko_trnava



IPčko NITRA
e-mail: ipckonr@ipcko.sk
IG: ipcko_nitra



IPčko TRENČÍN
e-mail: ipckotn@ipcko.sk
IG: ipcko_trencin



IPčko ŽILINA
e-mail: ipckoza@ipcko.sk
IG: ipcko_zilina



IPčko BANSKÁ BYSTRICA
e-mail: ipckobb@ipcko.sk
IG: ipcko_banska_bystrica



IPčko KOŠICE
e-mail: ipckoke@ipcko.sk
IG: ipcko_kosice



IPčko PREŠOV
e-mail: ipckopo@ipcko.sk
IG: ipcko_presov

IPČKO.SK

STALOSATO.SK

IPCKOSK

Ak sa ti na internete deje niečo, čo Ťa znepokojuje, pozri si aj web **WWW.STALOSATO.SK**.

POKIAĽ SI TY ALEBO NIEKTO V TVOJOM OKOLÍ V BEZPROSTREDNOM OHROZENÍ ZDRAVIA ALEBO ŽIVOTA, NEVÁHAJ KONTAKTOVAŤ 112.

