



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 prežíváš, a čo potrebuješ.

LIKE

FOLLOW

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:

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
Kátov 9, Žilina
www.meetklub.sk

ID klub

ID KLUB
Štefánikova trieda 15, Nitra
www.idklub.sk

create KLUB

KREATE KLUB
Hlavná 55, Prešov
www.kreateklub.sk

SUBSCRIBE

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 niesť bremeno na chvíľu spolu s niekým, kto nám pomôže alebo počká, kým sa zmenší. Ak Ťa práve bolí duša. Nezostávaj so svojou bolesťou osamote.



IPčko BRATISLAVA
e-mail: ipckoba@ipcko.sk
IG: [ipcko_bratislava](https://www.instagram.com/ipcko_bratislava)



IPčko TRNAVA
e-mail: ipckott@ipcko.sk
IG: [ipcko_trnava](https://www.instagram.com/ipcko_trnava)



IPčko NITRA
e-mail: ipckonr@ipcko.sk
IG: [ipcko_nitra](https://www.instagram.com/ipcko_nitra)



IPčko TRENČÍN
e-mail: ipckotn@ipcko.sk
IG: [ipcko_trencin](https://www.instagram.com/ipcko_trencin)



IPčko ŽILINA
e-mail: ipckoza@ipcko.sk
IG: [ipcko_zilina](https://www.instagram.com/ipcko_zilina)



CONNECT KLUB
Františkánska 3, Košice
www.connectklub.sk



IPčko BANSKÁ BYSTRICA
e-mail: ipckobb@ipcko.sk
IG: [ipcko_banska_bystrica](https://www.instagram.com/ipcko_banska_bystrica)



IPčko KOŠICE
e-mail: ipckoke@ipcko.sk
IG: [ipcko_kosice](https://www.instagram.com/ipcko_kosice)



IPčko PREŠOV
e-mail: ipckopo@ipcko.sk
IG: [ipcko_presov](https://www.instagram.com/ipcko_presov)

IPCKO.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.

