



# KDE NAJÍT PODPORU PRO NĚKOHO V NOUZI?

Místní místním je nevládní organizace vytvářející Solidární síť podniků otevřených lidem bez domova a v nouzi.

Tento leták jsme vytvořili\* pro Vás, kdo chcete pomoci najít danému člověku další podporu v rámci Prahy.

**PODPORA LIDÍ BEZ DOMOVA,  
KDYŽ POTŘEBUJETE NAJÍT NÁSLEDUJÍCÍ:**

Vytvořeno MM, 09\_2024  
info@mistnimistnim.cz

## **SPRCHA, OBLEČENÍ, JÍDLO, PORADENSTVÍ NÍZKOPRAHOVÁ DENNÍ CENTRA (NDC)**

### **NADĚJE**

► ☿ U BULHARA 46  
Praha 2 (pod severojižní magistrálou)  
+420 775 868 860  
denně: 8:30–12, 13–16:30, 17:30–19:30  
SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ: PRACOVNÍ DNY: 8:30–12, 13–16:30  
► ☿ I pro mladé 18–26 | BOLZANOVA 7, PRAHA 1  
+420 775 868 841  
pracovní dny: 8:30–11:30, 12:30–16  
STRAVA: po celou otevírací dobu  
OBĚDY: 12:30–14:30  
SPRCHA+OŠACENÍ: v otevírací době mimo čas oběda  
SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ: po celou otevírací dobu

### **ARMÁDA SPÁSY**

► ☿ TUSAROVA, Centrum sociálních služeb Karla Larssona,  
Tušarova 1271/60, Praha 7, 170 00  
+420 773 770 368  
po–ne: 7–11, 12–15, 16–19  
► MALEŠICE | ☿ 55+ | Malešické náměstí 107, Praha 10  
+420 775 880 172  
SPRCHA: po–ne 8–12, 15–18  
VÝDEJ POLÉVKY: po–ne 12 hod  
SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ: po–pá 7–12, 12:30–16

### **ARCIDIECÉZNÍ CHARITA PRAHA**

☿ PERNEROVA 20, Praha 8 – Karlín, 186 00  
JÍDELNA: po–pá: 10–15 hod  
ŠATNÍK: po–pá: 9–16 (příchod nejpozději 15:30)  
SPRCHA: po–pá: ☿ 9–12 a ☿ 13–15  
224 815 995

### **FARNÍ CHARITA PRAHA 1**

☿ ŽITNÁ 35, PRAHA 1 – strava, sprcha, šatník, počítač, pračka  
+420 724 355 337  
PRACOVNÍ DNY: 7:30–10 a 10:30–13 od 12/2023: 8–12  
a 12:30–16 (vždy první čtvrtek v měsíci zavřeno)

### **JAKO DOMA**

☿ + trans osoby – komunitní centrum (KC)  
Novákových 655, Praha 8 (5 min chůze od zast. Palmovka)  
ŠATNÍK: út 9:30, čt 11:30 | PRAČKA: po, st, čt  
po–čt: 8–14  
226 886 346

## **LÉKAŘKA, PSYCHOLOGIE, GYNEKOLOGIE, ADIKTOLOGIE**

### **NADĚJE, NDC U BULHARA (viz kontakt výše)**

PSYCHOLOGIE: po, út, pá 8.30–12.30, 13–16  
+420 775 018 306  
ADIKTOLOGIE: st–čt 8:30–12 bez objednání  
13–16:30 objednání, pá – pouze po dohodě 8:30–12, 13–16:30  
+420 771 127 189 (pouze v pracovních dnech)  
ORDINACE PRAKTICKÉHO LÉKAŘE\* KY: po 13–15:30, út 16–18,  
čt 8:30–12:30, pá 13–15  
GYNEKOLOGIE + ZUBNÍ ORDINACE: po dohodě  
+420 775 868 861 | ordinace Naděje

**ARMÁDA SPÁSY, NDC TUSAROVA** (viz kontakt výše)  
praktický lékař: po 8–14, út 8:15, st 8–13, čt 8–15, pá 8–13  
zdravotní sestra: po 11:30–15, út–pá 11–15  
220 184 005

### **OŠETŘENÍ**

**MEDICI NA ULICI** – většinou ošetřují na Hlavním nádraží (Vrchlického sady), Vltavské a Náměstí Winstona Churchilla, popř. Karolíny Světlé 7  
konkrétní časy viz FB: Medicinaulici / IG: medicinaulici

## **ZA NĚKÝM JE POTŘEBA ZAJÍT NAPŘ. DO PŘÍBYTKU/LESA, NĚKDO, KDO JE NA ULICI A POTŘEBUJE POMOC TERÉNNÍCH PRACOVNÍKŮ\* NIC**

**NEPOSEDA** – terénní program, pouze od po–pá 9–17,  
základní potravinová pomoc, sociální poradenství, doprovody  
+420 778 538 252

**NADĚJE** – terénní program Praha, pouze v pracovních dnech,  
všechny městské části, sociální poradenství,  
základní potravinová pomoc, doprovody  
+420 778 971 055

**FARNÍ CHARITA PRAHA 1** – terénní program pro ženy – pouze v pracovních dnech, všechny městské části, sociální poradenství, základní potravinová pomoc, doprovody + srazová místa: po a pá ve 12:00 na Náměstí republiky u průchodu do ulici Hyberská  
+420 731 629 585

## **ONLINE NÁSTROJE PRO VYHLEDÁVÁNÍ POMOCI**

- **mapabezdomova.cz** – Služby zdarma jako ubytování, denní centra, jídlo, toalety atd. pro Prahu, Bratislavu, Liberecký kraj, Ostravu
- **azylaky.cz** – Mapa azylových domů a nocleháren v České republice
- **mistnimistnim.cz** – Seznam a mapa solidárních podniků a nabízených služeb sítě MM, Praha

## **UBYTOVÁNÍ, NOCLEH**

### **1. noclehárny – krátkodobě na 1 noc**

#### **NADĚJE**

► ☿ 18+ NOCLEHÁRNA NA SLUPI 12, PRAHA 2  
denně 19–7, 40 Kč/noc

O nocleh je nutné požádat v NDC U Bulhara / Bolzanova (viz kontakty výše)

► ☿ 18+ NOCLEHÁRNA ŽIŽKOV, HUSITSKÁ 70, PRAHA 3  
denně 19–7, 40 Kč/noc

O nocleh je nutné požádat v NDC U Bulhara / Bolzanova (viz kontakty výše)

► ☿ 18+ NOCLEHÁRNA MICHLE, CHODOVSKÁ 4, PRAHA 4  
denně 19:30–8:30, 40 Kč/noc

#### **ARMÁDA SPÁSY**

► ☿ 55+ NOCLEHÁRNA MALEŠICE,  
Malešické náměstí 107, Praha 10  
denně 19–7, 30 Kč/noc

+420 770 147 288

► ☿ 18+ NOCLEHÁRNA TUSAROVA,  
Tušarova 1271/60, Praha 7  
denně 19–7, 30 Kč/noc

+420 773 770 368

## CSS PRAHA

☎ 18+ LOĎ HERMES, Nábřeží kpt. Jaroše, Praha 7  
(pod Štefánikovým mostem) denně 19:30 – 6:30, zdarma  
+420 774 986 792, +420 774 936 834

## ARCIDIECÉZNÍ CHARITA PRAHA

☎ 18+ NOCLEHÁRNA KARLÍN, Pernerova 20, Praha 8 – Karlín  
denně 18–7 (příjem 17–21), 40 Kč/noc  
224 815 995

## 2. azylové domy (AD) – dlouhodobější ubytování max. na rok

### ARMÁDA SPÁSY

☎ 18+ AD TUSAROVA, Tusarova 1271/60, Praha 7  
+420 773 770 312

### ARCIDIECÉZNÍ CHARITA PRAHA

☎ 18+ AD TEREZIE, Pernerova 20, Praha 8 – Karlín  
224 815 995

### NADĚJE

► ☎ 65+ se zdravotním znevýhodněním AD ZÁBĚHLICE,  
K Prádelně 135/2, Praha 10

+420 778 766 412

+420 775 868 864

► ☎ 18+ AD ŽIŽKOV, Husitská 110/70

+420 775 868 862

► ☎ 18+ AD RADOTÍN, Otínská 1052/43, Praha 5

+420 775 868 857

► ☎ + trans osoby 18+ AD VRŠOVICE, Rybalkova 351/31, Praha 10

+420 775 868 863

### K SRDCI KLÍČ

☎ 18+ AD PRAHA 6, Antonína Čermáka 85/4, Praha 6  
+420 775 731 729

### 3. městské ubytovny

**Centrum sociálních služeb Praha (CSS PRAHA)**

– Oddělení koordinace městských ubytoven

+420 603 403 821

### 4. pražská zimní humanitární opatření („ZHO“)

– většinou od 1.12. do 31.3., viz aktuální letáky ZHO

– nadstandardní podpora pro lidi bez domova během zimy

– noclehárny zdarma, terénní podpora v noci, více podpory přes den;

koordinuje Centrum sociálních služeb Praha (CSS Praha)

– dispečing nebývá; obecný kontakt na CSS Praha:

222 581 290

## DALŠÍ SPECIFICKÉ SLUŽBY PRO LIDI V NOUZI A BEZ DOMOVA:

### 1. Mladí lidé bez domova / v nouzi

**NADĚJE** – NDC Bolzanova 18–26 let (viz kontakty výše)

**SALESIÁNSKÉ STŘEDISKO MLÁDEŽE VRTULE** – nízkoprahový

klub 12–22 let, Kobylišké náměstí 640/11, Praha 8, po–čt 15–19,

individuální konzultace: po–čt 13–15

+420 731 604 196

### 2. ☎ a trans osoby

**KČ JAKO DOMA** (viz kontakty výše)

**KČ ŽITNÁ** (viz kontakty výše)

**ARMÁDA SPÁSY** – Tusarova, noclehárna pro ženy (viz kontakty výše)

**AD NADĚJE** – Rybalkova (viz kontakty výše)

**FARNÍ CHARITA PRAHA 1** – terénní program (viz kontakty výše)

**TRANS\*PARENT** – setkání pro trans a nebinární lidi,

přihlášení na: skupiny@jmetransparent.cz

### 3. Pomoc s dluhy

**ČLOVĚK V TÍSNĚ** – dluhové poradenství, Vltavská 24, Praha 5

+420 777 782 077

### 4. Sociální poradenství

► a.) pro lidi bez domova

– domluvit schůzku v NDC U Bulhara, Naděje / NDC Tusarova,  
Armáda Spásy (viz kontakty výše)

**R–MOSTY**, sociálně právní poradna, Blahoslavova 230/4,

Praha 3 po, út, čt 8:30–16 / st 8:30–18 / pá 8:30–15

222 581 241, +420 725 320 499

### ► b.) pro kohokoliv v (aktuální) nouzi

**ČLOVĚK V TÍSNĚ** – help linka pro lidi v nouzi (po–pá, 9–17)

+420 770 600 800

**OBČANSKÉ PORADNY (obcanskeporadny.cz)**

► REMEDIUM, Křišťanova 15, 130 00, Praha

272 743 666, +420 735 613 901

► Občanská poradna Praha z.s., Jakubská 3, 110 00

Praha 1, po 13–17 út 9–12 st 9–13 a 14–17

222 310 110

► Občanská poradna Společnou cestou – Spytihněvova 162/4,

128 00 Praha 2 – Nusle (také dluhové poradenství)

223 011 642

## SOCIÁLNÍ KURÁTOŘI\*KURÁTORKY (na každé městské části)

### 5. Psychologická pomoc

► a.) psychoterapie, komunitní docházení

**FOKUS PRAHA** fokus@fokus-praha.cz,

233 553 303

► b.) psychická krize

**CSS PRAHA** – Krizové centrum RIAPS, Chelčického 39,

130 00 Praha 3, (krizová intervence a psychologická podpora)

222 586 768

**FOKUS PRAHA** – KRIZOVÝ TÝM Štěpánská 538/11, Praha 2

po–pá, 8–18

+420 777 800 983

### 6. Vykoišťování v práci, sexbyznys

**LA STRADA** 222 721 810

SOS linka: 222 71 71 71, 800 077 777 (po–čt 10–16, pá 10–14)

v ČJ, AJ, RU, RO, UA

### 7. Cizinci\*cizinky / Foreigners

**SDRUŽENÍ PRO INTEGRACI A MIGRACI (SIMI)**

224 224 379

**ORGANIZACE PRO POMOC UPRCHLÍKŮM (OPU)**

Poděbradská 173/5, Praha 9

+420 730 158 779, +420 739 413 983

**CENTRUM PRO INTEGRACI CIZINCŮ (CIC)** – pomoc s řešením

situace (nejen) pro lidi bez domova

Pernerova 10/32, Praha 8

+420 704 600 700

### 8. Závislosti

**SANANIM** – kontaktní centrum, Na Skalce 819/15, Praha 5

+420 605 240 501 / poradenská linka (po–pá 13–17)

+420 602 666 415

**PROGRESSIVE** – kontaktní centrum – adiktologické služby aktuálně  
pouze individuálně: 605 319 926

Ambulantní služby – Hálkova 1, Praha 2, po–pá 9–17

+420 728 414 312

### 9. Senioři\*seniorky

**ELPIDA** – vzdělávací a kulturní centrum pro seniory\*seniorky

272 701 335

Linka seniorů\*seniorek – služba telefonické krizové pomoci,

denně 8–20

800 200 007

**MALTÉZSKÁ POMOC** – terénní program poskytující

sociální službu lidem bez domova

tel. +420 605 228 160

**LINKA DŮVĚRY SENIOR** – pro osoby starší 60 let a jejich pečující,

800 157 157 provoz nepřetržitě, poradenství, pečovatelská služba,

denní centrum atd.

222 333 555

### 10. Předsudečné násilí / hate crime

**IN IUSTITIA**

**PORADNA JUSTÝNA** – sociální a právní poradenství

pro oběti předsudečného násilí, právní zastoupení obětí

800 922 922, denně 8–17



Projekt je realizován  
s finanční podporou  
hlavního města Prahy.