



## Na koho se obrátit, když potřebuji pomoc?

Přehled kontaktů, kde vám bezplatně poskytnou základní sociální poradenství (mimo poskytovatele sociálních služeb).

Od 1.1.2026 do 31.12.2028 je v rámci projektu [SPOKO Pobeskydí II](#) zřízena pozice **sociálního pracovníka** pro Mikroregion povodí Stonávky a Mikroregion povodí Těrlické a Žermanické přehrady. Osobám a rodinám v nepříznivé sociální situaci je k dispozici terénní sociální pracovníce, která může pomoci hledat vhodná řešení, zorientovat se v možnostech podpory, propojit se sociálními službami.

- **Sociální pracovníce projektu SPOKO Pobeskydí II**  
Tel.: **+420 704 675 757**  
pondělí-čtvrtek 8:00 - 15:00  
<https://www.pobeskydi.cz/spoko-pobeskydi/o-projektu/>

### Další kontakty:

- **Odbor sociálních služeb města Frýdek-Místek:**  
Tel.: **+420 558 609 324** (vedoucí oddělení sociální práce)  
<https://www.frydek-mistek.cz/magistrat/odbory-magistratu/odbor-socialnich-sluzeb/>
- **Úřad práce ČR:**  
<https://up.gov.cz/frydek-mistek>  
**callcentrum:** (dávky státní sociální podpory, příspěvek na péči, hmotná nouze, dávky pro osoby se zdravotním postižením): **+420 800 779 900**  
**callcentrum (zaměstnanost): +420 950 180 000**

Partneři projektu: