

## Na koho se obrátit, když potřebuji pomoc?

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

Od 1.1.2023 do 31.12.2025 je v rámci projektu [SPOKO Pobeskydí](#), zřízena pozice **komunitního sociálního pracovníka** pro Mikroregion povodí Stonávky a Mikroregion povodí Těrlické a Žermanické přehrady. Osobám a rodinám v nepříznivé sociální situaci je k dispozici sociální pracovníce, která může pomoci zorientovat se v možnostech podpory a pomoci, zprostředkovat kontakty na sociální služby, poskytnout poradenství v paliativní péči.

- **Komunitní sociální pracovníce:**  
Tel: +420 704 675 757, E-mail: [kp.pobeskydi@slezskadiakonie.cz](mailto:kp.pobeskydi@slezskadiakonie.cz)  
pondělí-středa 8:00-15:00  
odkaz na leták [ZDE](#)
- **Odbor sociálních služeb města Frýdek-Místek:**  
Tel: +420 558 609 324 (*sociální služby, SPOD*)  
[www.frydek-mistek.cz/magistrat/odbory-magistratu/odbor-socialnich-sluzeb/](http://www.frydek-mistek.cz/magistrat/odbory-magistratu/odbor-socialnich-sluzeb/)
- **ÚP ČR, Kontaktní pracoviště Frýdek Místek:**  
Tel: +420 950 113 111 (*dávky státní sociální podpory, příspěvek na péči, hmotná nouze, zaměstnanost, dávky pro osoby se zdravotním postižením*)  
<https://www.uradprace.cz/frydek-mistek>