

# Služby pro lidi bez přístřeší v Ostravě

## Kde můžu přespat?



### Noclehárna pro ženy, Noclehárna pro muže Adelante

(Ize se psem – pes venku v kotci)

**Příjem:** 18:30–19:00 (ženy), 19:00–20:00 (muži)

**Provoz:** PO–NE 18:30–6:30 (ženy), 19:00–6:45 (muži)

**Za poplatek:** nocleh, polévka, hygiena, praní, sušení prádla. **Zdarma:** poradenství.

U Nových válcoven 1592/9A, Mariánské Hory (MHD Prostorná, Sokola Tůmy)

773 770 100

### Noclehárna pro muže František

**Provoz:** 18:30–7:30

**Za poplatek:** nocleh, jídlo, hygiena. **Zdarma:** poradenství.

Sirotní 41, Vítkovice (MHD Městský stadion)

733 166 492, 599 527 496

## Kde se můžu najíst, umýt, vyprat si a vyměnit oblečení, pobýt v suchu a teple?



### Nížkoprahové denní centrum Adelante

PO–PÁ: 8:30–14:30, SO, svátky: 9:00–14:00

**Za poplatek:** jídlo, praní a sušení prádla. **Zdarma:** oblečení, nápoj, poradenství.

U Nových válcoven 1592/9A, Mariánské Hory (MHD Prostorná, Sokola Tůmy)

773 770 100

### Nížkoprahové denní centrum Benedikt Labre

PO–PÁ 8:30–11:30, 12:30–15:30

**Zdarma:** jídlo, nápoje, oblečení, poradenství.

Lidická 54, Vítkovice (MHD Důl Jeremenko)

731 625 788, 599 526 909

## Kde najdu lékaře a zdravotníky?

**Záchranka: 155**



### Ordinace pro chudé Adelante – praktický lékař pro dospělé

U Nových válcoven 1592/9A, Mariánské Hory (MHD Prostorná, Sokola Tůmy)

Lékař jen ve středu pro objednané.

PO, ÚT, PÁ 6:00–12:00 odběry, převazy, potvrzení

ST 6:00–8:00 odběry, převazy | 8:00–12:00 objednaní | 12:30–14:00 zvaní pacienti

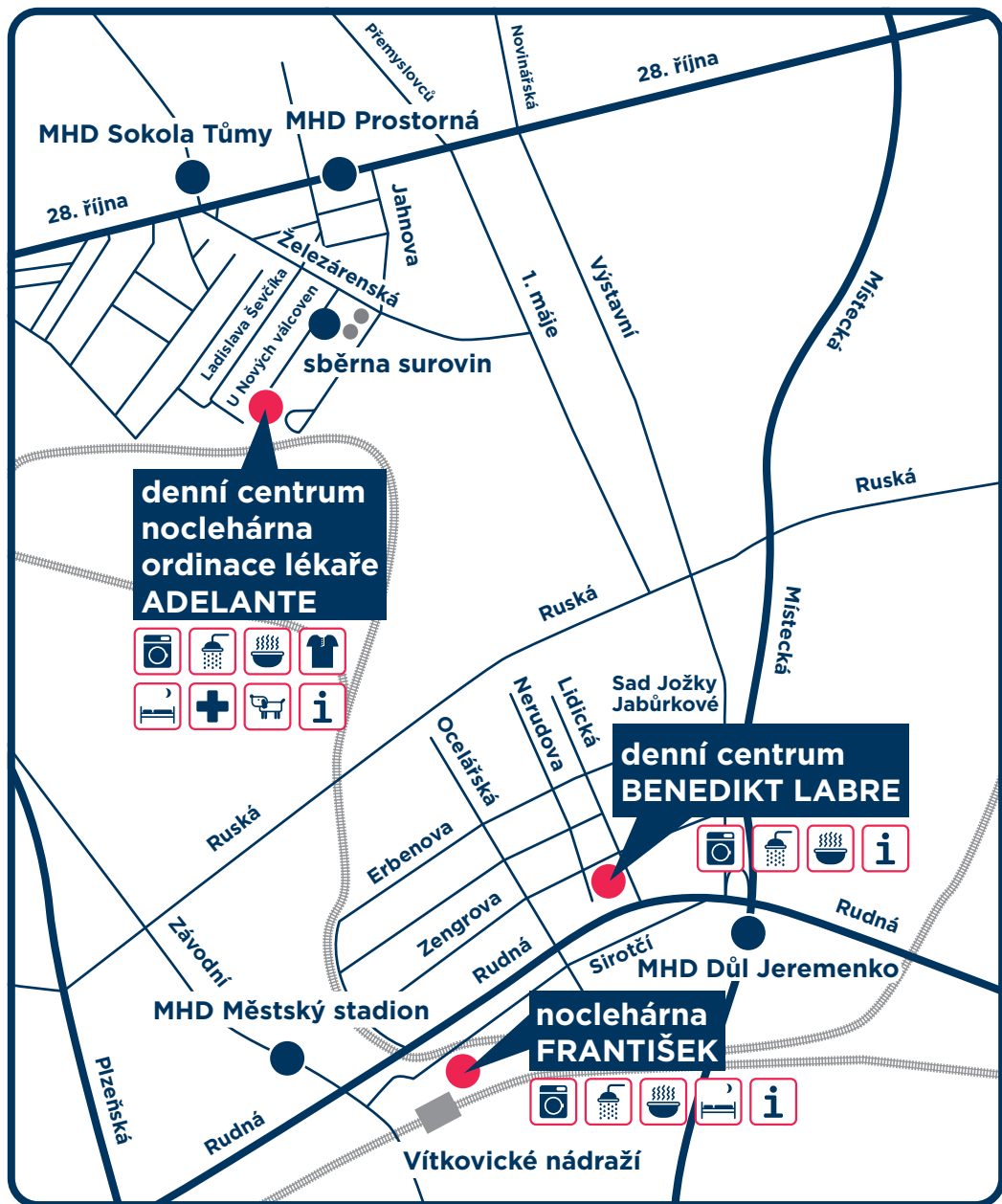
773 770 250 (během ordinačních hodin, objednaní léků)

### Lékařská pohotovost Městská nemocnice Ostrava, Budova C1

Varenská 5, Fifejdy (MHD Stanice záchranné služby, Českobratrská)

PO–PÁ 17:00–22:00, SO, NE, svátky 8:00–20:00

596 193 475



**Informace o pomoci – volejte zdarma: ☎ 800 700 650**

Prospekt vznikl v projektu Podpora rozvoje sociální práce a služeb v Ostravě, reg. č. CZ.03.2.63/0.0/0.0/19\_098/0015265, spolufinancovaném Evropskou unií.



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost

**SOCIPOINT!!!**