**INFORMAČNÝ LETÁK**

Nájdete v ňom kontakty na podporné služby, na ktoré sa môžete obrátiť v prípade, že sa cítite zasiahnutý/á otázkami vyvstávajúcimi z účasti na výskume

Každý sa môže cítiť rozrušený alebo zúfalý. Tieto emócie sú prirodzenými reakciami na sklamanie alebo obavy. Preto ak si myslíte, že vaša nálada je v poslednom čase nízka a zasahuje vašu schopnosť zvládať každodenný život, mali by ste kontaktovať vášho praktického lekára alebo poradenské služby a/alebo môžete vyhľadať pomoc a radu v profesionálnych organizáciách. Niektoré z nich sú uvedené nižšie:

**LIGA ZA DUŠEVNÉ ZDRAVIE**

Organizácia zabezpečujúca aktívnu podporu duševného zdravia. Poskytuje online poradenstvo v rôznych oblastiach. Na webovej stránek môžete nájsť kontakty na konkrétnych poradcov

Ševčenkova 21, Bratislava 851 01 **www.dusevnezdravie.sk**

**OBČIANSKE ZDRUŽENIE F50**

Neziskové občianske združenie poskytujúce pomoc ľuďom trpiacim poruchami príjmu potravy. Združenie poskytuje online poradenstvo na emailovej adrese: obcianskezdruzenief50mail.com

Ďurgalova 6, Bratislava 831 01

Tel. 0910 958 222 **www.f50.sk**

**Q-CENTRUM**

Psychologické poradenstvo pre LGBTI komunitu a ich blízkych. K dispozícii je aj anonymná online poradňa na webovej stránke centra.

Karpatská 2, Bratislava 811 05

**www.qcentrum.sk**

**ALMA CENTRUM**

Organizácia poskytujúca služby psychologického poradenstva a psychoterapie.

Saratovská 6C, Bratislava Dúbravka

**www.almacentrum.sk**