

## SKÚSTE TO S MOSTOM

**Chcete vedieť viac ako ste sa dozvedeli v ambulancii vášho psychiatra?**

**Pokúšate sa svoje ťažkosti zvládnuť rôznymi spôsobmi a nepomáha to?**

**Potrebovali by ste si vymeniť skúsenosti s niekým, kto zažil niečo podobné?**

**Cítite, že vo vašom živote potrebujete zmenu?**

Poskytujeme psychologické a sociálne služby ľuďom, ktorí sa psychiatricky liečili a ich rodinám, rovnako ako ľuďom, ktorí čelia zvýšenej záťaži v rôznych formách. Vieme, že počet ľudí, ktorí vyhľadávajú sociálne služby a psychologickú pomoc pre rôzne ťažkosti spojené s psychickou poruchou, je čoraz vyšší. Často im podpora pri ďalšom zvládaní problémov spojených s poruchou alebo ťažkosťami, ktoré práve prežívajú, výrazne uľahčuje život. V ťažkých chvíľach nemusíte byť sami.

## STE U NÁS VÍTANÍ



*aby ľudia s duševnou poruchou boli s nami a nie sami*

www.dss-most.sk  
© 2026

## KONTAKTY

**Adresa:** Dom sociálnych služieb – MOST, n.o.  
Osuského 1643/8, 851 03 Bratislava-Petržalka  
IČO: 36077127; DIČ: 2021738587

**č. účtu:** IBAN SK51 1100 0000 0026 6752 0150

(sme v budove bývalej škôlky, zastávka Hrobáková alebo Romanova, autobus č. 68, 83, 92, 95, 96).

**Na koho sa môžete obrátiť :**

Ing. Zuzana Zatloukalová

email: [info@dss-most.sk](mailto:info@dss-most.sk), tel. číslo: 0911 404 656

**Telefonicky sme Vám k dispozícii každý pracovný deň od 08:00 – 16:00 hod.**

**Psychologická ambulancia:** tel. číslo: 0904 986 072

QR kód na darovanie : <https://dss-most.darujme.sk/aby-ludia-s-dusevnou-poruchou-neboli-sami-ale-s-nami/>



*Ďakujeme zo ♥*

*aby ľudia s duševnou poruchou boli s nami a nie sami*

www.dss-most.sk  
© 2026

# MOST

DOM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

NEZISKOVÁ ORGANIZÁCIA

POSKYTUJÚCA

SOCIÁLNU REHABILITÁCIU A PSYCHOLOGICKÉ

SLUŽBY

SME TU UŽ **31 ROKOV** PRE ĽUDÍ  
S DUŠEVNOU PORUCHOU



*aby ľudia s duševnou poruchou boli s nami a nie sami*

[www.dss-most.sk](http://www.dss-most.sk)  
<https://www.facebook.com/DssMost>

## DOM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB – MOST, N.O.

### Kto sme

Vytvárame pre dospelých ľudí s duševnou poruchou podmienky na čo najväčšiu samostatnosť v bežnom živote a odbremeňujeme tak ich rodiny. Dss-MOST poskytuje rôzne **formy podpory pre dospelých ľudí znevýhodnených duševnou poruchou** po prekonaní akútnej fázy popri ambulantnej starostlivosti ich psychiatra. Od založenia v roku 1995 prešiel MOST rôznymi zmenami. **V roku 2003 sme sa stali neziskovou organizáciou** poskytujúcou sociálne služby v zmysle zákona 448/2008 Zb. z. pre dospelých ľudí s duševnou poruchou. Sme registrovaným **poskytovateľom nasledovnej sociálnej služby**:

### REHABILITAČNÉ STREDISKO

#### Pre koho

Ak ste na invalidnom dôchodku, alebo dlhodobej PN z dôvodu duševnej poruchy, chýba vám spoločnosť, pocit užitočnosti, zábava, sebavedomie a radi by ste zmobilizovali svoj potenciál, je pre vás vhodný tento typ programu.

#### Prečo

Pravidelný kontakt a komunikácia s ostatnými prijímateľmi sociálnej služby a pracovníkmi pomáha rozvíjať sociálne a komunikačné zručnosti, prináša nové podnety a rozširuje oblasť záujmu o dianie v okolí. Pestrý repertoár činností na dennom programe vedie k zmysluplnému využívaniu voľného času, rozvíjaniu tvorivosti a zlepšeniu sebaobrazu. Pravidelná dochádzka a program vytvárajú režim dňa, ktorý býva pri duševných poruchách často narušený a je podmienkou pre úspešnú adaptáciu na každodenný život v spoločnosti.

#### O službe

poskytujeme denný program skupinovej sociálnej rehabilitácie pre dospelých ľudí s psychickou poruchou po prekonaní akútnej fázy ochorenia,

*aby ľudia s duševnou poruchou boli s nami a nie sami*

[www.dss-most.sk](http://www.dss-most.sk)

popri ambulantnej starostlivosti u svojho psychiatra. Účasťou na programe získavate príležitosť pre všestranný rozvoj sociálnych zručností a záujmov. Súčasťou programu je komunita, kognitívne cvičenia, tvorivé a v vzdelávacie aktivity (napr.: výtvarná, kurz angličtiny, kuchynka, knižkovo a iné). Rehabilitačné stredisko je otvorené od 8:00 do 16:00, denný program začína o 8:30. Poplatok na deň je 1,00 €.

### PORADENSTVO PRE RS

v sociálnej oblasti poskytujeme pre ľudí s duševnou poruchou, záujemcov o sociálnu službu Rehabilitačného strediska (RS) a ich blízkym, informácie o daných sociálnych službách a orientáciu v zvládaní problémov každodenného života. **Poradenstvo (cca v dĺžke max 50 min.) poskytujeme priamo v našich priestoroch.**

### PSYCHOLOGICKÁ AMBULANCIA

#### O službe

Klinický psychológ a psychoterapeut ponúkajú odborné psychologické služby napr.: psychodiagnostika, psychoterapia, nácvik relaxácie, nácvik komunikačných zručností, krízová intervencia. Termín návštevy si treba vopred telefonicky dohodnúť na recepcii Dss-MOST, n.o. Zmluvným partnerom je Zdravotná poisťovňa UNION, a.s. a Dôvera, a.s..

### PONÚKAME PSYCHOTERAPIU PRO BONO TERAPEUTMI

#### O službe

Pre pacientov, bývalých pacientov psychiatrie, ich príbuzných a pre ľudí, ktorí sa ocitli v situácii, z ktorej nevedia nájsť sami východisko, ponúkame psychoterapiu s našimi dobrovoľnými psychoterapeutmi, ktorí sú vo výcviku. **Pro bono psychoterapia je určená prioritne ľuďom s nízkymi príjmami.** Minimálny manipulačný poplatok je určený na pokrytie prevádzkových nákladov projektu.

*aby ľudia s duševnou poruchou boli s nami a nie sami*

[www.dss-most.sk](http://www.dss-most.sk)

## ĎAKUJEME VŠETKÝM!

### NAŠI PARTNERI



**Bratislavský**  
samosprávny kraj



MINISTERSTVO  
PRÁCE, SOCIÁLNYCH  
VECÍ A RODINY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



**TRNAVSKÝ**  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ



Union  
Poistovňa

LIGA ZA DUŠEVNÉ  
ZDRAVIE

### NAŠI SPONZORI



Allianz

Nadácia Allianz

FaxCOPY



NADÁCIA VÚB



O<sub>2</sub>

PERI



INTERNATIONAL  
WOMEN'S CLUB  
OF BRATISLAVA



VAŠEKUPÓNY.SK  
Nakupujte lacnejšie

KTECH



Nadácia

orange™

BALEXMETAL  
BUDUJEME SPOLU



PSS  
PRVÁ STAVEBNÁ  
SPORITEĽNA

profesia



### NAŠI FIREMNÍ DOBROVOĽNÍCI

accenture



lenovo



a mnohí individuálni dobrovoľníci a darcovia



DARUJME.sk

[www.dss-most.sk](http://www.dss-most.sk)

© 2026