

Ogólnopolskie Telefony Zaufania i instytucje pomocowe

116 111 – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży

Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydziś się o czymś opowiedzieć. czynny codziennie od godziny 12.00 do 2.00 w nocy, Pomoc dla dzieci i młodzieży.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

Bezpłatna anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Telefon dostępny jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 - 15:00. Pomoc dla dorosłych w sprawach dzieci

800 12 12 12 – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

Telefon jest bezpłatny i jest czynny od poniedziałku do piątku od godziny 8:15 do 20:00 (połączenie bezpłatne Pomoc dla dzieci i dorosłych).

800 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża.

Pomarańczowa Linia to program informacyjno – konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki. 801 14 00 68

800 120 226 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie

Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie.. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne). Pomoc dla dzieci i dorosłych.

801 199 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”

Zadzwoń, jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia.. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia. Pomoc dla dzieci i dorosłych.