



TELEFONY ZAUFANIA

116 111

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

 (czynny 7 dni w tygodniu, 24 h na dobę)


22 594 91 00

**Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw
Depresji**

 (czynny w każdą środę – czwartek od 17.00 do 19.00)


116 123

**Telefon zaufania dla osób dorosłych w kryzysie
emocjonalnym**

 (poniedziałek-piątek od 14:00-22:00, połączenie bezpłatne)


22 484 88 01

ITAKA – Antydepresyjny telefon zaufania

 (wtorki: 14:00 – 19:00; czwartki: 15:00 – 20:00;
piątki: 10:00 - 15:00)

600 070 717

Telefon Interwencyjny Centrum Praw Kobiet

 Dyżury w godzinach 10:00-16:00
– psychologiczny: od pon. do pt. (bez czwartków)
– prawny: czwartki

800 108 108

**Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie
bliskich**

 (poniedziałek-piątek od 14.00 do 20.00)

800 080 222 Całodobowa bezpłatna infolinia dla dzieci,
młodzieży, rodziców i nauczycieli

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

 (poniedziałek-piątek, od 12.00-18.00)

801 140 068 POMARAŃCZOWA LINIA – program informacyjno-
konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol
i zażywających narkotyki

 (poniedziałek – piątek od 14:00 do 20:00)

22 668 70 00 Poradnia Telefoniczna „Niebieskiej Linii”

 (poniedziałek – piątek od 08:00 do 20:00)

800 70 2222 Centrum Wsparcia dla Osób w Kryzysie
Psychicznym

 (czynne całodobowo)

800 12 12 12 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw
Dziecka

 (czynne całodobowo)