

Miejska kampania „Dlaczego? Porozmawiajmy o trudnych uczuciach”

Znajdź pomoc - Telefony zaufania

116 111

Bezpłatny kryzysowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży czynny codziennie w godzinach 12.00-22.00. Prowadzi go Fundacja DAJEMY DZIECIOM SIŁĘ (dawniej Fundacja Dzieci Niczyje)

Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzi się o czymś opowiedzieć. Telefon jest czynny codziennie od godziny 12.00 do 22.00, wiadomość przez stronę (www.116111.pl) możesz przesłać całą dobę. Pomoc świadczona przez konsultantów Telefonu 116 111 jest całkowicie bezpłatna.

800 121 212

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka to bezpłatna, działająca całodobowo telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Specyfiką Dziecięcego Telefonu Zaufania jest jego dwoisty charakter z jednej strony jest to telefon zaufania, z drugiej pełni on również rolę telefonu interwencyjnego.

Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20.00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia. Do dziecięcego telefonu zaufania najczęściej zgłaszane są sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych, w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania.

800 702 222

Linia Wsparcia jest linią całodobową i bezpłatną dla wszystkich osób dzwoniących. Pod telefonem, mailem i czatem dyżurują psycholodzy Fundacji ITAKA udzielający porad i kierujący dzwoniące osoby do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie. Wspierają nie tylko telefonicznie, ale także poprzez email (porady@liniawsparcia.pl) oraz czat (www.liniawsparcia.pl). Z pomocy może skorzystać każda osoba bez względu na wiek czy miejsce zamieszkania. Centrum wsparcia to projekt fundacji Itaka realizowany na zlecenie Ministerstwa Zdrowia. Finansowany jest z pieniędzy Narodowego Programu Zdrowia.

800 100 100

Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00-15.00 oraz pomoc online (pomoc@800100100.pl) dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.