



OGÓLNOPOLSKIE INFOLINIE POMOCOWE

Bezpłatny kryzysowy telefon zaufania dla dorosłych

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do niedzieli (z wyjątkiem dni świątecznych), w godzinach 14.00–22.00.

116 123

Bezpłatny ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie – Niebieska Linia

Czynny całą dobę (24 h).

800 120 002 www.niebieskalinia.org

Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do niedzieli (z wyjątkiem świąt państwowych), w godzinach 16.00–21.00 (koszt jak za połączenie lokalne, niezależnie od jego trwania).

801 199 990

Bezpłatny telefon wsparcia dla osób po stracie bliskich (będących w żałobie)

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do piątku, w godzinach 14.00–20.00.

800 108 108 naglesami.org.pl

Bezpłatny telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00–15.00.

800 100 100





OGÓLNOPOLSKIE INFOLINIE POMOCOWE

Ogólnopolski Telefon Zaufania Fundacji ITAKA dla dzieci, młodzieży i ich opiekunów

Bezpłatny telefon czynny całą dobę (24 h).

800 080 222 www.liniadzieciom.pl

Centrum Wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego

Bezpłatny telefon czynny całą dobę (24 h).

800 70 22 22 liniawsparcia.pl

Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Rzecznika Praw Dziecka

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do piątku,
w godzinach 8.15–20.00. Pod numer Dziecięcego Telefonu Zaufania
mogą również dzwonić osoby dorosłe, by zgłosić problemy dzieci.

800 12 12 12 brpd.gov.pl

Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

Można dzwonić codziennie, od poniedziałku do niedzieli,
w godzinach 12.00–2.00.

116 111 116111.pl

