Telefony zaufania

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111 – codziennie w godzinach 12:00 - 22:00

bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i on-line dla dzieci i młodzieży, zapewnia dzwoniącym możliwość dzielenia się troskami, rozmawiania o sprawach dla siebie ważnych oraz wsparcia w trudnych sytuacjach

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12 jest telefonem skierowanym do wszystkich dzieci potrzebujących pomocy. Dzwoniąc pod ten numer połączysz się ze specjalistą, który postara Ci się pomóc. 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.

800-112-800 BEZPŁATNY, ANONIMOWY, CAŁODOBOWY, CZYNNY 7 DNI W TYGODNIU miejski numer telefonu dla ofiar przemocy przy Ośrodku Interwencji Kryzysowej. Jeżeli jesteś ofiarą przemocy lub w Twojej rodzinie, w otoczeniu istnieje podobny problem.

116 123 Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym
Skorzystaj z niego, jeśli jesteś osobą dorosłą i przeżywasz trudności osobiste, nie potrafisz poradzić sobie ze swoim zmartwieniem. Możesz tam dzwonić od poniedziałku do piątku od godz. 14.00 do 22.00 (połączenie bezpłatne)

800 100 100 Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci
bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i on- line 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.

800 120 226 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Specjaliści obsługujący linię udzielają informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne).

116 000 - Całodobowy, bezpłatny telefon w sprawie zaginionego dziecka. Telefon 116 000 jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko, do zaginionych dzieci oraz do wszystkich osób, które mogą pomóc w ich odnalezieniu. Telefon 116000 działa 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu (połączenie bezpłatne).