

Telefony zaufania dla uczniów



Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć. Telefon jest czynny codziennie przez całą dobę, możesz również wysłać wiadomość przez stronę www.116111.pl. Pomoc świadczona przez konsultantów Telefonu 116 111 jest całkowicie bezpłatna.



Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię - bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Bezpłatna pomoc dostępna przez całą dobę.
www.niebieska linia.org



Dziecięcy telefon zaufania Biura Rzecznika Praw Dziecka. Czynny całodobowo. Można porozmawiać o dowolnych sprawach i problemach, np. o przemocy, problemach emocjonalnych, relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania. Możesz pozostać całkowicie anonimowy.

brpd.gov.pl/dzieciecy-telefon-zaufania-rzecznika-praw-dziecka/



800-199-900

Zadzwoń jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia. Możesz tam uzyskać fachową poradę, a także informację o tym, jak pomóc sobie lub bliskiej osobie. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia.



800-111-123

Pomoc telefoniczna dla dzieci i nastolatków przeżywających śmierć kogoś bliskiego, a także dla ich rodziców i opiekunów. Linia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 - 18.00. Można także zostawić swój numer i wiadomość, tak by konsultanci mogli oddzwonić do potrzebującej osoby.



22 635-93-92

Raz w tygodniu, w piątek pod tym numerem w godzinach 16:00-20:00 wolontariusze - edukatorzy seksualni Grupy "Ponton" odpowiadają na wasze pytania związane z seksualnością, dojrzewaniem, itp. Opłata za połączenie z numerem zgodnie z cennikiem operatora.

www.ponton.org.pl