

Gdzie szukać pomocy

Telefony zaufania

- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży
tel. 116 111
- Internetowy Telefon Zaufania „Anonimowy Przyjaciel” –
pomoc@telefonzaufania.org.pl
- Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Instytutu Psychologii Zdrowia PTP
- Telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich
tel. 801 889 880
- Telefon zaufania HIV/AIDS
tel. 801 888 448; (22) 692 82 26
- Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki i Narkomania:
tel. 801 199 990
- Anonimowa policyjna linia specjalna
tel. 800 120 148
- Antydepresyjny telefon zaufania
22 654 40 41
- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
800 12 12 12

Poradnie internetowe

- Antynarkotykowa Poradnia Internetowa
- Uzależnienia behawioralne poradnia internetowa
- Ogólnopolska baza organizacji pozarządowych
- Lista ośrodków interwencji kryzysowej